



Les tâches quotidiennes avec un TDA/H

"Les tâches ménagères ça me fait du bien ça me libère un peu l'esprit. Ça me libère un peu l'esprit ça m'occupe, ça me détourne l'attention."

"Mais les tâches ménagères, j'avoue que c'est aussi quelque chose sur laquelle je devrais passer une journée entière. Enfin j'essaie de faire un peu tout le temps quand même. De garder mon environnement propre, mais des fois j'y consacre vraiment une bonne journée entière, aussi parce que j'aime beaucoup mon appartement donc j'essaie de faire ne sorte qu'il soit joli parce qu'il le mérite."

"Pour les tâches ménagères, j'essaie d'être régulier-ère. J'ai créé un calendrier des tâches ménagères."



LES TÂCHES MÉNAGÈRES

"Les finances ça fait longtemps que je suis organisé-e là-dessus."

Je me mets une pression assez grande pour pas faire des achats trop en plus. Parce que sinon, ça m'arrive souvent de voir un truc et de me dire « ah c'est trop bien et tout » et maintenant je me suis dit que, quand j'avais une idée pour acheter un truc, à moins que ce soit vraiment nécessaire, je remplis mon panier, j'attends un jour, et après l'envie elle disparaît."



L'ADMINISTRATION

"L'administratif en fait, vu que je sais que j'ai ce problème en général, j'essaie de faire au plus vite quand je reçois une info ou alors une facture maintenant. Maintenant ça va encore plus vite de payer tout de suite, avec les téléphones."



"Alors pour les tâches administratives je reçois quand même de l'aide de mon père. En tout cas pour tout ce qui est en lien avec l'uni (..) je sais que c'est fait très vite et qu'ils sont au courant de mes difficultés."

"Mais après il y a toujours des choses où j'essaie de me débrouiller toute seule parce que je suis quand même adulte. J'essaie mais des fois c'est un mois trop tard (...) j'ai trainé pendant un mois parce qu'au début je l'avais perdu, après je ne comprenais pas ce que c'était donc ça me stressait donc je ne le faisais pas, et après j'étais au courant de ce que c'était et de ce qu'il fallait faire mais j'ai encore trainé quelques jour... Enfin c'est souvent comme cela."

