



LE PSYCHIATRE / LE PSYCHOLOGUE

LE **PSYCHIATRE** ET LE **PSYCHOLOGUE** SONT DES SPÉCIALISTES DES SENTIMENTS ET DES ÉMOTIONS.



LES ÉMOTIONS ET LES SENTIMENTS, C'EST QUOI ?



C'est la joie.



C'est la colère.



C'est la tristesse.



C'est la peur.



C'est l'amour.

Tout le monde a des émotions.

Parfois, les émotions sont trop fortes.
Je peux avoir du mal à les supporter.





ET POUR LA TRISOMIE 21 ?



Les personnes avec une trisomie 21 ont plus de mal à exprimer leurs émotions et leurs sentiments.



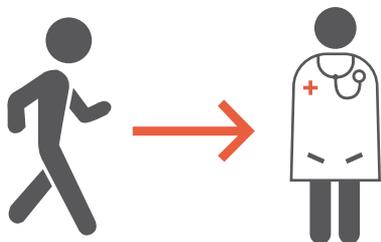
COMMENT JE SURVEILLE MES ÉMOTIONS ?



Si je ne me sens pas bien,



si je suis souvent très triste,

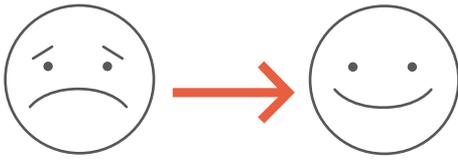


j'en parle à mon médecin traitant.





Il peut me proposer d'aller voir un psychologue ou un psychiatre.



Le psychologue ou le psychiatre m'aide à exprimer mes émotions, ça me fait du bien.



Le psychiatre a le droit de me faire une ordonnance pour des médicaments.

