

LA CHARGE MENTALE, C'EST QUOI ?



La charge mentale

T'as pas fait la vaisselle?



Bah tu m'as pas demandé!

c'est un travail *invisible*.

La charge mentale repose en quasi totalité sur les femmes.



La charge mentale, c'est le fait de toujours devoir y penser.

Penser au fait qu'il faut ajouter les coton tiges à la liste de courses, que c'est le dernier délai pour commander le panier de légumes de la semaine,



et qu'on est en retard pour les étrennes du gardien.

