



Le changement

Ma motivation



Le changement que je souhaite mettre en place



Avantages à **ne pas changer**



Avantages à **changer**

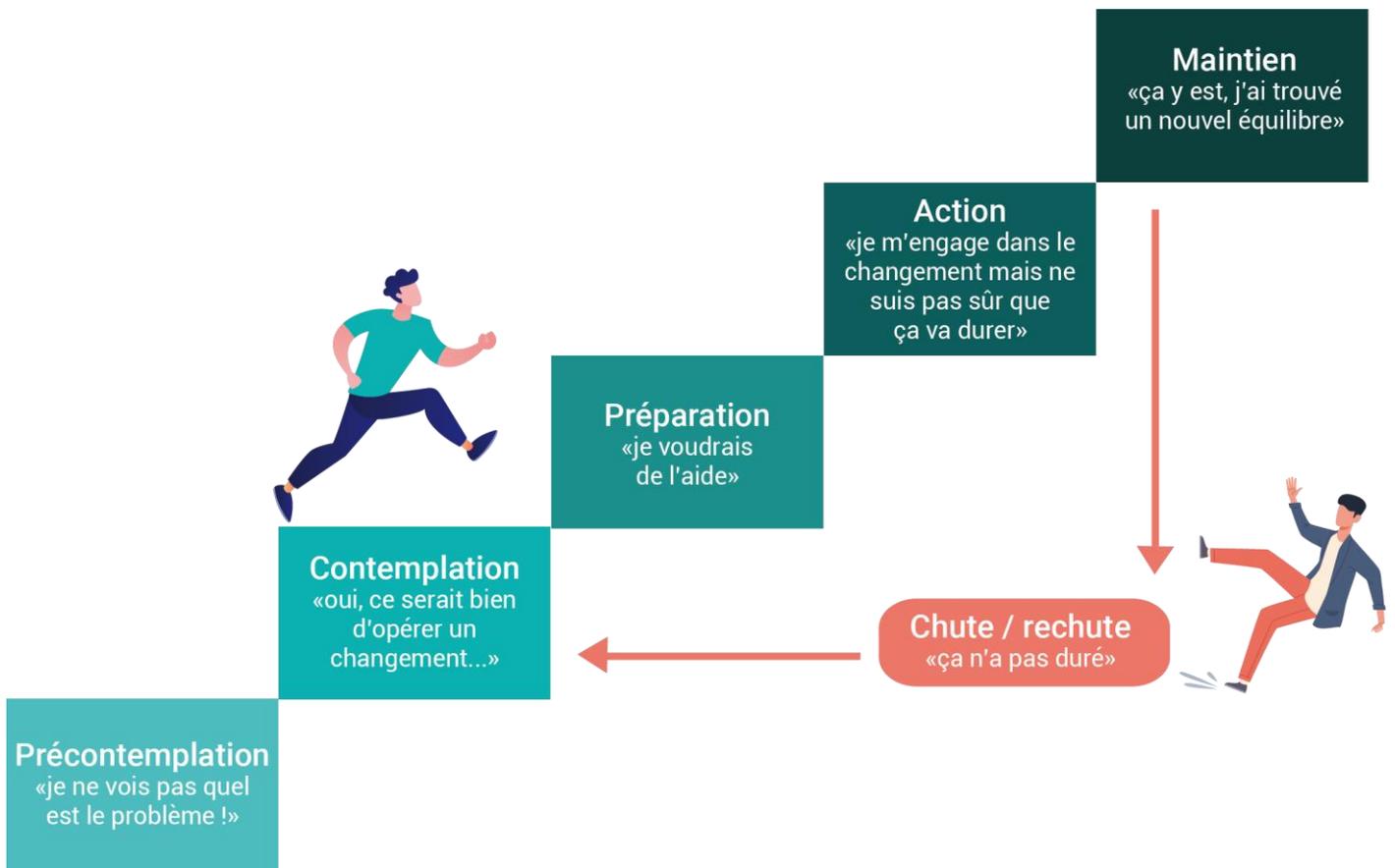


Inconvénients à **ne pas changer**



Inconvénients à **changer**

Les étapes du changement



Qui peut m'aider ?

- Les professionnels de santé de mon parcours :
- Les associations de patients :
-

 Ce que je peux mettre en place

Mes ressources
Pour aller plus loin