# Welfare Connesso

## Cronicità in rete

## 16 NOVEMBRE - MOMOTIVAZIONE AL CAMBIAMENTO, ADERENZA TERAPEUTICA E AUTO EFFICACIA

**Come trovare la motivazione per cambiare e prendersi cura di sé?**

💭 Come trasformare le buone intenzioni in azioni concrete?

🎯 Come mantenere nel tempo le nuove abitudini?

💪 Come aumentare la fiducia nelle proprie capacità?

Perché sentirsi capaci di cambiare è il primo passo per riuscirci.

Welfare connesso
PERSONE AL CENTRO, CONNESSE PER PRENDERSI CURA. INSIEME, VICINI SEMPRE.

ADICU aps
Ente Terzo Settore

FONDAZIONE ANT
FRANCO PANNUTI ETS

UILDM
UNIONE ITALIANA LOTTA ALLA DISTROFIA MUSCOLARE
ODV

FAND
ASSOCIAZIONE ITALIANA DIABETICI ODV