

Bonjour,

Par ce mail je vous confirme l'effectif du groupe de la semaine prochaine :

- Le 09/10 | FRANCE ALZHEIMER : 39 personnes | 1er groupe : 14h30 + 2ème groupe : 15h30
- Le 11/10 | FRANCE ALZHEIMER : 39 personnes | 1er groupe : 15h + 2ème groupe : 16h

...

Une séance de QI GONG offre les bienfaits spécifiques suivants :

Un moment de calme contre l'agitation

Un moyen d'être en relation avec d'autres sans avoir besoin du langage

Une atmosphère harmonieuse qui induit une humeur joyeuse contre les idées noires

Une pratique en groupe qui encourage et stimule les mouvements

Se retrouver dans son corps par les automassages et avec son environnement dans l'espace

La stimulation des capacités mnésiques et capacités sensorielles.

Un état de bien être qui réduit l'anxiété et les troubles du sommeil

