

## Les ateliers de Dien Chan

Pour tous, quelle que soit la condition physique.

### Les bénéfices des ateliers



Ils transmettent des gestes simples qui stimulent ou soulagent : ils améliorent ainsi le bien-être corporel et le moral. Les gestes appris peuvent ensuite être réalisés en autonomie pour améliorer le bien-être au quotidien.

Ils sont adaptés à chaque public, à chaque groupe, voire à chaque personne.

Les thèmes sont divers : entretien quotidien grâce au Dien Chan, accompagnement sur des problématiques particulières, approfondissement d'un aspect de la méthode...

Ils ont lieu dans des structures amies, lors d'évènements, pendant les rencontres entre aidants en 2023-2024 ou sur demande...

Ce sont également des moments de convivialité et de partage.

Pour être informé.e des prochaines dates, merci de vous rendre sur la page Contact.