

FRANCE ALZHEIMER 01 ET CARINE
vous invitent à prendre soin de vous avec
des séances Crea'diaz

(séances d'1 heure) Public : aidants - aidés

La méthode Creadiaz® qui stimule simultanément le corps et le cerveau. Elle a obtenu le trophée de la "Meilleure Initiative Bien-être et Prévention" au salon SilverEco 2025.



COGNITION

Les ateliers permettent de stimuler le cerveau dans sa globalité. Attention, concentration, mémoire, sont sollicitées dans la joie et la bonne humeur.



MOTRICITÉ

Nous utilisons les mouvements et les gestes de la vie quotidienne pour une connexion plus intuitive et automatisée chez le participant.



BIEN-ETRE

Bouger, échanger, rire, être encouragé et félicité sont des facteurs clés de l'activation des hormones du bonheur telles que : la dopamine, l'ocytocine, la sérotonine et l'endorphine.



LIEN SOCIAL

En individuel ou un collectif, nous favorisons les interactions et les échanges positifs afin de maintenir la santé mentale et la stabilité sociale des participants.

La méthode Creadiaz® s'appuie sur des données scientifiques, liées aux neurosciences et à l'apprentissage.

Les 4 piliers de la méthode Creadiaz®

Verbalisation

Répétition

Émotion

Mouvement

Les mercredis après-midi de 14 H 30 à 15 H 30

11/03 - 08/04 - 06/05 - 03/06

**Places limitées. Séances gratuites. Vous pouvez soutenir l'association en adhérant :
35€/an/pers avec 66% crédit d'impôt, soient 12 €/an/pers**

Crea'diaz®



06.64.90.62.09.



carinemeh75@hotmail.fr



www.creadiaz.com