



Les bénéfices de l'Art-thérapie dynamique®

Eveiller ses sens et
modifier sa
perception

Renforcer l'estime
de soi

Améliorer sa
communication

Une source
de bien-être

Se reconnecter à soi,
à son environnement
et à la vie

Une
transformation
positive de soi

Retrouver du
lien social

Développer
l'esprit d'équipe

Un soutien
thérapeutique

Développer ses
capacités
d'adaptation, de
coordination, de
synchronisation

Oser créer,
innover,
s'affirmer, ouvrir
le champ des
possibles

Une meilleure
gestion du stress,
des émotions et
du temps

Libérer des
blocages
physiques et
psycho-
émotionnels