



Favoriser la vitalité et le bien-être - Canada -

Comment les arts Tai Chi Taoïste^{MD}
contribuent à améliorer la santé
et à réduire les coûts associés aux
services de soins de santé publics

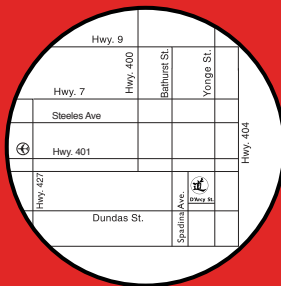


But du sondage

À l'heure où nos gouvernements font face à la hausse des coûts en santé, l'Institut de taoïsme Fung Loy Kok souhaite rendre compte de l'incidence de la pratique du Tai Chi Taoïste^{MD} sur le recours aux services de soins de santé publics.

Nous avons distribué un questionnaire auquel ont répondu plus de 6 000 de nos 12 000 participants de partout au Canada. Les résultats de ce sondage soulignent les bienfaits habituels de l'exercice sur la santé et ceux-ci sont considérables parce que les arts Tai Chi Taoïste^{MD} permettent de s'entraîner en douceur et qu'ils sont à la portée de tous.

Les données recueillies sont éloquentes : il est possible d'améliorer sa santé grâce à la pratique du Tai Chi Taoïste^{MD} et dès lors, de diminuer collectivement le recours aux services de soins de santé publics.



SIÈGE SOCIAL INTERNATIONAL

134, rue D'Arcy
Toronto, Ontario M5T 1K3

headoffice@taoist.org
Tél. +1.416.656.2110
Télééc. + 1.416.654.3937



CENTRE INTERNATIONAL

248305 5 Sideroad
Mono, Ontario L9W 6L2

reservation@taoist.org
Tél. +1.519.941.5981
Télééc. +1.519.4542



TEMPLE WONG DAI SIN

378, avenue Steeles
Thornhill, Ontario L3T 0E7

headoffice@taoist.org
Tél. +905.597.3210

taoist.org

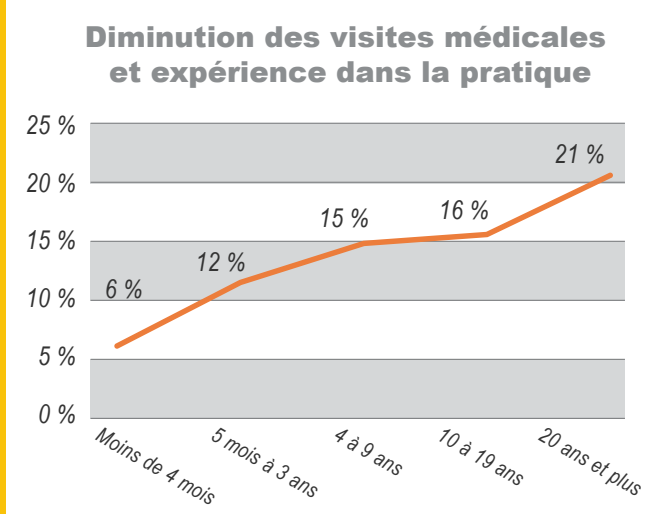
© 2018 Institut de taoïsme Fung Loy Kok
MC et MD sont des marques de commerce de Certmark Holdings Co. Ltd.
utilisées sous licence par l'Institut de taoïsme Fung Loy Kok
Organisme de bienfaisance no 11893 4371 RR0001

Mars 2018

FUNG LOY KOK TAI CHI TAOÏSTE^{MD}



96 %
des répondants
signalent une
amélioration de
l'équilibre



Bienfaits sur la santé

Ce sondage porte principalement sur les ennuis de santé qui souvent nécessitent des consultations médicales ou la prise de médicaments, causent de la douleur, une perte d'équilibre ou de mobilité, ont des effets sur la santé mentale et nécessitent de donner ou de recevoir des soins à la maison.

Parmi les participants qui signalent un changement, 14 % indiquent qu'ils voient leur médecin moins souvent grâce à leur pratique du Tai Chi Taoïste^{MD}.

Le nombre de participants qui signalent une diminution des visites médicales augmente proportionnellement avec les années de pratique des arts Tai Chi Taoïste^{MD}.

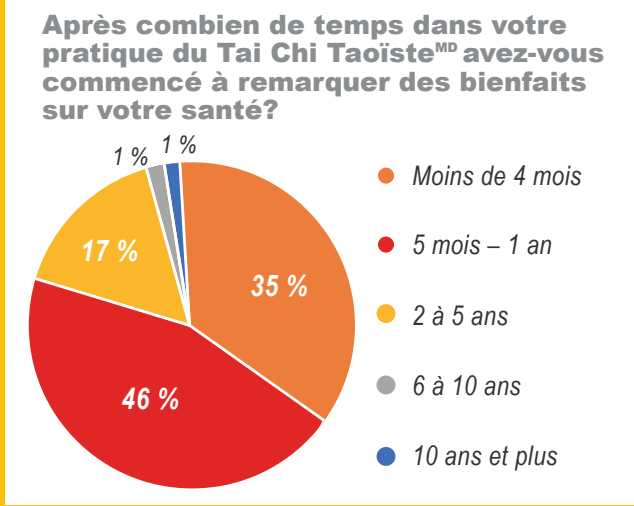


Des bienfaits en peu de temps

Le taux élevé de réponse et la générosité exceptionnelle dont ont fait preuve nos participants dans leurs témoignages posent les fondements d'un autre rapport.

Chacune des parties résume les données statistiques et présente des témoignages des répondants et des renseignements sur la santé au Canada.

Parmi les participants qui soulignent une amélioration de leur santé, plus de huit sur dix (81 %) disent que ces bienfaits se sont produits dès la première année de pratique.



Parmi les répondants qui signalent un effet sur leur santé mentale, plus de la moitié parlent d'une amélioration de l'humeur et d'une augmentation du niveau d'énergie.

Selon les réponses des participants, les bienfaits sur le vieillissement au quotidien s'accroissent considérablement avec l'âge.

Vous trouverez les rapports complets ici :
(pour l'instant, en anglais seulement)
taoist.org/fr/questionnaire
taoist.org/detailed-report
taoist.org/international-health-report