



## Atelier Bien Vieillir avec l'ÂME

### Description

👉 Vieillir autrement : Dynamisme, sérénité et longévité

Un défi : avancer en âge tout en restant acteur de sa vie. Et si vieillir ne signifiait pas décliner, mais évoluer ?

Nous sommes formés à croire que l'âge rime avec affaiblissement, perte d'autonomie et déclin. Pourtant, les avancées scientifiques en épigénétique (Bruce Lipton, Isabelle Mansuy...) montrent que ce processus n'est pas une fatalité. Nos croyances influencent directement nos cellules et leur manière de réagir aux signaux de notre environnement. En adoptant une perception plus constructive du vieillissement, nous pouvons réactiver notre potentiel et retrouver une liberté d'être.

👉 Transformer nos croyances pour réveiller notre vitalité. Les techniques psycho-énergétiques, comme l'ÂME (Emotional Freedom Techniques), permettent d'agir sur ces croyances limitantes et de les remplacer par des croyances soutenantes. L'ÂME repose sur la stimulation de points d'acupression tout en verbalisant des pensées, favorisant ainsi la libération des blocages émotionnels et la transformation des schémas intérieurs.

En modifiant notre « climat intérieur », nous influençons les informations que notre ADN exprime, privilégiant celles de notre potentiel plutôt que celles conditionnées par les idées reçues. Cet état d'équilibre favorise une vie plus harmonieuse et dynamique.

Réservations au 0681475076

👉 Dates des ateliers :

\* Vendredi 25 avril à 18h30

\* Vendredi 16 mai à 18h30

\* Vendredi 23 mai à 18h30

👉 Lieu : Centre Aether Cagire

👉 Venez explorer une nouvelle manière d'appréhender l'âge et libérez votre plein potentiel !

#Epigénétique #BienVieillir #SantéNaturelle #Conscience #EFT #Vitalité #Longévité #Bien-être #PleineConscience #Transformation #VieillirAutrement #ADN #Coaching  
#DeveloppementPersonnel #AetherCagire