



Bien Vieillir avec l'EFT par Alain Pujo à Conférence gratuite

Description

QUESTION Vieillir autrement : Dynamisme, sourit et longévité

Conférence animée par Alain Pujo, Coach en développement personnel & praticien en EFT

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

Nous sommes formatés à croire que l'âge rime avec affaiblissement, perte d'autonomie et déclin. Pourtant, les avancées scientifiques en épigénomique (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'autre.

QUESTION Transformer nos croyances pour réveiller notre vitalité ? Les techniques psychosomatiques, comme l'EFT (Emotional Freedom Techniques), permettent d'agir sur ces croyances limitantes et de les remplacer par des croyances soutenantes. L'EFT 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.

QUESTION Conférence gratuite d'introduction :

* Vendredi 11 avril à 18h30

Réservations au 0681475076

Cette conférence explorera ces notions et introduira les ateliers pratiques qui suivront.

QUESTION 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'apprendre à l'âge et libérez votre plein potentiel !

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