

## **DER MYTHOS DES ALTERNS - the myth of aging**

WALKING-IN-YOUR-SHOES® Somatic Empathy Process

Ein verkörperter Ansatz für Wachstum und Vitalität - 07.–08. November | Füssen, Allgäu

### **Altern neu denken – Wachstum annehmen**

Altern ist nicht nur ein biologischer Prozess – es wird stark geprägt von deinen Überzeugungen, deiner inneren Haltung und deiner Verkörperung. Was du über das Altern glaubst, ist das, was dein Körper-Geist-System erfährt.

### **Walking-In-Your-Shoes® Somatic Empathy Processing**

Dieser erfahrungsorientierte Prozess nutzt verkörpertes Gehen, Bewegung und somatische Wahrnehmung, um neue Perspektiven und gelebte Erfahrungen von Wachstum zu ermöglichen. Zentrale Überzeugungen über das Altern können so sicher erforscht, neu ausgerichtet und integriert werden.

### **Deine innere Haltung zählt**

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass Altern von Genetik, Umwelt und – vor allem – von deiner inneren Haltung beeinflusst wird. Wenn sich Überzeugungen verändern, reorganisieren sich Nervensystem, Gehirn und Körper. Neuroplastizität ermöglicht fortlaufendes Wachstum, Vitalität, Kreativität und Widerstandskraft in jeder Lebensphase.

### **Stell dir Altern vor als:**

- Mehr Energie und Vitalität
- Größere Widerstandskraft und Flexibilität
- Tiefere Präsenz und Kreativität
- Erweiterte Möglichkeiten, Transformation und persönliche Freiheit

### **Was du erleben wirst**

- Verkörperte Bewegung und somatische Integration
- Transformation einschränkender Grundüberzeugungen über das Altern
- Erkenntnisse über familiäre, kulturelle und wissenschaftliche Prägungen des Alterns
- Aktivierung neuer neuronaler Verbindungen, die Gesundheit und Langlebigkeit unterstützen

### **Begleitet von Joseph Culp** Mitbegründer von WIYS und Saskia für Orga und Übersetzung

Dieser Workshop unterstützt dein Wachstum auf körperlicher, emotionaler, kognitiver und spiritueller Ebene – in Beziehungen, Kreativität, Arbeit, Heilung und Selbstausdruck.

Dies ist deine Einladung, Altern neu zu definieren – nicht als Abbau, sondern als Transformation und verkörperte Weisheit.

### **Bist du bereit, in eine neue Richtung zu wachsen?**

Infos und Anmeldung: <http://wiys.fr/actualites/> Fragen: [saskiam@gmx.net](mailto:saskiam@gmx.net)