



Optimisez votre potentiel et améliorez votre capital santé!

Le Neurofeedback est une application en neurosciences, qui permet au cerveau de se réorganiser pour de meilleures performances.



**Christiane Koepfel
qui êtes-vous?**

Après mes études à l'École des Cadres Paris, j'ai accompagné les entreprises, les salariés, les handicapés, les cadres dans le développement de leurs talents, pendant plus de 25 ans. Diplômée également en coaching, j'ai toujours eu un vif intérêt pour les ressources humaines novatrices et efficaces. Dernièrement, suite à une rencontre avec Corinne Fournier*, chercheuse en sciences cognitives à Paris, j'ai testé le Neurofeedback. Rapidement, j'ai observé des changements concrets et de tels bienfaits que j'ai décidé de devenir Praticienne Diplômée Advanced Trainer.

*Corinne Fournier et Pierre Bohn : « LE NEUROFEEDBACK DYNAMIQUE » édition Dangles

Neurofeedback : pour qui ?

- ▶ Les **professionnels** qui cherchent à optimiser leur carrière
- ▶ Les **étudiants, lycéens, enfants hyperactifs** pour développer leur concentration, mémoire et réduire leur stress.
- ▶ Les **sportifs** qui veulent améliorer leur performance personnelle
- ▶ Toute personne qui veut améliorer sa qualité de vie et **réduire ses souffrances**, par exemple : troubles de la mémoire et du sommeil, migraines, etc.

▶ *Christiane KOEPEL, vous avez créé l'Institut Neurofeedback à Caen et à Vire. Pouvez-vous nous expliquer comment se déroule une séance ?*

Oui, bien sûr ! Après un entretien minutieux pour définir les besoins et les attentes d'une séance Neurofeedback, la personne est confortablement installée dans un fauteuil pour écouter la musique de son choix. J'installe ensuite des capteurs sur sa tête pour qu'elle soit en relation avec le logiciel NeurOptimal®.

▶ *Cette méthode est-elle douloureuse ?*

Pas du tout, elle est même très agréable et particulièrement relaxante. Pendant la séance, vous pouvez regarder un écran, fermer les yeux ou même vous endormir. C'est une méthode douce et efficace...





Comment cela fonctionne-t-il pour apporter un mieux être ?

L'Institut Neurofeedback propose NeurOptimal® qui est la technologie la plus avancée en Neurofeedback :

Dans un état de relaxation, la personne écoute de la musique, et selon les besoins analysés par NeurOptimal®, des microcoupures vont se produire pour permettre au cerveau de se réorganiser. On dit que son cerveau s'autorégule grâce à son principe de rétroaction ou feedback.

Cette méthode a-t-elle déjà fait ses preuves ?

Oui, tout à fait ! Des professionnels de la santé la recommandent comme Jean Pierre LEDRU, Psychiatre , Paris 13è, pour traiter les troubles du sommeil, maux de tête, dépression, déficit de l'attention, anxiété, hyperactivité et le Docteur Jonathan WALKER Neurologue, pour l'épilepsie, les douleurs chroniques...

Dans les domaines professionnels et scolaires, les résultats se traduisent par une plus grande efficacité et une meilleure concentration. De nombreux sportifs de haut niveau, à l'image de Marie Pierce, championne de Tennis ou de Hermann Maier, champion du monde et médaille d'or aux JO en ski font appel à cette méthode. Par ailleurs, l'association « Neuf de cœur » de Jean-Pierre Papin qui oeuvre à soulager les enfants atteints de lésions cérébrales, n'hésitent pas à recommander ces séances et proposent même des indemnités.

Enfin, c'est au quotidien, dans mon institut, que je constate les bienfaits de la méthode auprès des personnes que nous suivons et qui expriment leur satisfaction en nous recommandant à leurs proches, à leur médecin.



Pour plus d'informations, contactez :

Christiane KOEPPEL
pour des séances
à CAEN ou à VIRE

06.37.95.00.63
christiane.koeppel@institut-neurofeedback.fr
www.institut-neurofeedback.fr