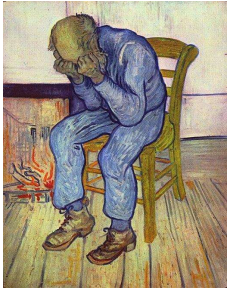


DÉPRESSION



Joëlle, 52 ans, est mise sous antidépresseurs depuis plusieurs mois. Vivant dans la précarité, elle est inquiète au quotidien.

Elle nous signale: "L'antidépresseur supprime les pensées négatives envahissantes, mais me laisse dans une certaine lourdeur".

Cette sensation à commencé à partir dès la deuxième séance.

"Mon énergie est plus légère, je passe plus facilement à l'action".

Après 9 séances les bienfaits sont maintenus, elle sent que l'anxiété et la nervosité sont plus présentes que la déprime et attribue cela à ce qu'elle doit faire dans l'avenir. Jean-Pierre Ledru, psychiatre

Nadia, 40 ans se dit déprimée depuis longtemps.

Elle trouve que sa vie stagne et que son travail est « alimentaire ».

En arrivant à la deuxième séance, elle me demande s'il est possible que ça marche aussi vite.

Elle est rayonnante, fait de nouvelles rencontres et en est surprise.

Après la 3ème séance, elle s'inscrit à une formation et prépare un nouvel avenir professionnel. RS Sigal

Claire a 35 ans. Elle se sent triste et déprimée, "peut-être depuis toujours" .

Souvent de mauvaise humeur, elle n'a pas de concentration, s'énerve vite après ses enfants.

Elle dort beaucoup dans la journée et à quelques kilos en trop parce qu'elle grignote.

Après la 1ère séance, elle dit avoir passé le meilleur week-end depuis longtemps.

Après dix séances, son bien-être est constant, elle ne dort plus la journée, ne s'énerve plus.

Elle est beaucoup plus souriante et a perdu cinq kilos. M. Bonleu

Andrée a 42 ans, prend contact avec moi pour « sortir de la dépression ».

Elle rencontre des difficultés maritales et ne sait plus du tout où elle en est.

Elle a des soucis de sommeil, prend de plus en plus souvent de l'alcool et à des pensées suicidaires.

Après trois séances, elle se sent nettement plus calme, ne recherche plus la boisson. Cette situation est mieux gérée.

Elle est parvenue à parler à son mari et ensemble, ils ont trouvé des solutions pour continuer les séances.

A la 11^{ème}, se sentant beaucoup mieux, son protocole a été modifié à une séance mensuelle sur un trimestre. S. Goret

Fabrice, 60 ans : « J'ai fait une grave dépression il y a quelques années.

En septembre dernier, j'ai reconnu les premiers signes alertant d'une rechute.

Pour stopper direct le processus j'ai pratiqué plusieurs séances de neurofeedback dynamique .

De 4 nuits blanches par semaine je suis passé à deux et mon sommeil est redevenu normal.

Au réveil je me sens de nouveau plein d'énergie. A présent je me sens tout à fait bien.

Je sais qu'avec les séances je peux éviter que certains soucis de santé ne s'installent.

Elles deviennent un réflexe.

P.Besnier