

EPRTH™ : on vide son sac à problème

L'EPRTH™ fait partie de ces nouvelles thérapies alternatives. Valérie Quéré, installée sur Plovan et qui intervient sur Quimper, nous explique cette « technique » de gestion des émotions.

Le nom est barbare. Et totalement abstrait si l'on s'en tient aux initiales: EPRTH (pour Emotional and physical rebalancing therapy). Après traduction, cela donne une définition s'apparentant à une thérapie visant à traiter des réactions émotionnelles.

Bon, là, on n'est guère vraiment avancé... Pour en savoir davantage et mieux comprendre cette « technique alternative », je suis allé voir Valérie Quéré, installée à Plovan et qui prévoit des interventions sur Quimper à compter de la rentrée prochaine - elle propose d'ores et déjà des « interventions » à domicile pour les personnes rencontrant des difficultés à se déplacer.

Les rouages du cerveau

Elle pratique l'EPRTH™ depuis près de quatre ans maintenant. « J'ai suivi une formation sur Paris en 2013 », informe-t-elle. Née en Australie d'un père marin et d'une mère « obligée de suivre », elle a beaucoup voyagé avant de poser ses valises à Plovan. Pour autant, aussi loin qu'elle se souvienne, elle a toujours voulu connaître les rouages du cerveau, de sa façon de trier les informations et les traumatismes. « J'aime



Valérie Quéré propose ses services chez elle, à Plovan, ou à domicile et prochainement à Quimper.

comprendre moi-même les mécanismes et j'ai besoin de savoir ce qu'il se passe là-haut, dans le cerveau», dit celle qui affirme être très cartésienne - au cas où il me prendrait d'ouvrir grands les yeux lors de la démonstration qu'elle me propose.

En ce qui me concerne, la difficulté pour la professionnelle résulte dans l'absence de « sujet » précis à traiter. J'aurais très bien pu lui demander une séance sur l'arrêt du tabac (comptez cinq séances rapprochées), sur des douleurs - au dos, récurrentes chez moi, par exemple -, ou encore le stress, grand souci moderne chez bon nombre

d'êtres humains. « Avec la technique de l'EPRTH™, on nettoie dans tous les recoins », explique-t-elle, prenant soin de bien préciser qu'elle n'est pas psychothérapeute. « Je travaille sur le cerveau émotionnel. Lors de la séance, je vais essayer de récupérer ce que le corps a à dire et tirer sur la pelote de laine. »

« Reset »

Pratiquement, la technique consiste en un balayage oculaire au protocole qu'elle assure être rigoureux. « Le traumatisme que vous avez vécu a créé une onde de choc qui a stressé la zone de survie

du cerveau. Or, il n'est pas possible d'intervenir par la volonté ou l'intelligence sur cette partie. Le centre de survie n'a pas levé l'alerte. » La technique qu'elle propose ici - elle pratique également l'hypnothérapie et l'art-thérapie - a pour objectif de réinitialiser celui-ci - une sorte de « reset » -, ce qui doit permettre à la mémoire émotionnelle de se mettre en cohérence avec la mémoire de la conscience. Et Valérie Quéré l'assure : « Cette pacification est définitive ». Et ce, parfois, en une seule séance.

S. Joncquez

Contact: quere.valerie@gmail.com ou 0628074263.

À gagner...



Grande collecte de cartables

Du 8/07/17 au 26/08/17

Venez déposer vos cartables usagés dans le bac à l'entrée du magasin au profit des enfants qui en ont besoin... Un geste de solidarité !

En partenariat avec

Abi 29

LEROY MERLIN

QUIMPER



Publi-reportage

Nouveau ! Un salon de coiffure INTERMÈDE ouvre au centre-ville de Quimper !

Le samedi 15 juillet prochain, il y aura du changement rue du Parc: votre salon de coiffure UNIKS deviendra INTERMEDE.

Relooking de votre salon en cours

Depuis lundi, le salon est en travaux afin de le parer des codes couleurs INTERMEDE. La création d'un espace shampooing au rez-de-chaussée facilitera l'accès à tous. Vous retrouverez un salon élégant et chaleureux.

La promesse d'une équipe maintenue

Carl, Marie, Nathanaëlle et Coralie continueront d'exercer leur métier avec passion et talent. Cette première semaine de Juillet s'annonce intense pour eux: ils sont en formation sur Paris pour approfondir leurs connaissances techniques afin de vous proposer de nouveaux services.

Un choix de coloration élargi

INTERMEDE développe un vrai savoir-faire sur la maîtrise des

techniques, coupes et colorations. Le panel de couleurs disponible s'étoffe...des exclusifs, sûrement pour votre plus grand bonheur!

INTERMÈDE
COULEUR & CRÉATION

14, rue du Parc - QUIMPER
02 98 95 03 02

