



Vertys
Thérapies

Physiothérapie
Podologie
EPRT

Consultations de préparation mentale à la chirurgie



Vous hésitez à vous engager dans une intervention pourtant recommandée ?

Le stress, l'anxiété ou des peurs diffuses peuvent freiner une décision médicale essentielle.

Nous vous proposons désormais des consultations pré-chirurgicales menées par un thérapeute spécialisé.

Ces séances ont pour objectif de :



Clarifier votre prise de
décision, en toute
sérénité



Renforcer votre confiance face à
l'intervention lorsque vous avez pris
votre décision



Réduire le stress et
l'anxiété liés à
l'opération



Favoriser une récupération optimale,
en limitant les complications liées au
stress

**UN ACCOMPAGNEMENT INNOVANT POUR MIEUX VIVRE VOTRE
PARCOURS CHIRURGICAL**

Renseignements et rendez-vous sur [vertys.ch](https://www.vertys.ch)

Un espace d'écoute, de préparation et de recentrage

Durant ces consultations, vous serez accompagné·e avec bienveillance pour :

- Identifier puis apaiser vos craintes grâce au balayage oculaire
- Apprendre des outils simples d'auto-régulation émotionnelle
- Vous préparer mentalement à chaque étape, de la prise de décision à la convalescence

Parce qu'un esprit serein prépare un corps plus fort.

- Ce service est accessible avant toute chirurgie envisagée, sur orientation de votre chirurgien ou à votre demande.
- Les séances sont personnalisées et intégrées dans votre parcours de soins.
- Durée des séances: 75min (comptez 1 à 2 séances espacées de 3 semaines en fonction de la complexité des blocages)
- Tarif: 100 CHF la séance. Pas de convention ASCA ou RME.
- Prise de rendez-vous: en ligne sur www.vertys.ch

Qu'est-ce que le balayage oculaire ?

Pendant notre sommeil, durant la phase appelée REM (phase de mouvements oculaires rapides), notre cerveau procède au traitement des informations qu'il a enregistrées et à la régulation des émotions associées.



Les techniques de balayage oculaire telles que l'**EMDR** ou l'**EPRT** utilisent ce mécanisme naturel de traitement des émotions à des fins thérapeutiques.

Le thérapeute guide les mouvements oculaires du patient tout en l'accompagnant dans la régulation de son ressenti.

Ce n'est ni une psychothérapie ni une psychanalyse. C'est un moyen simple, efficace et durable de résoudre un blocage émotionnel vis-à-vis d'une situation mal « digérée » par le cerveau. Plus d'information sur [vertys.ch/EPRT](https://www.vertys.ch/EPRT)



Mathieu Hauwel, fondateur de Vertys, a un doctorat en neurosciences et un Master en physiothérapie. Il est formé aux techniques de communication thérapeutique comme l'entretien motivationnel et la thérapie cognitive et comportementale. Il est également praticien EPRTH™.

Une pratique fondée sur les preuves

De nombreuses études cliniques et méta-analyses confirment qu'une préparation mentale structurée avant une chirurgie (incluant relaxation, imagerie guidée, auto-hypnose ou techniques de focalisation attentionnelle) réduit significativement l'anxiété, la douleur post-opératoire et la durée d'hospitalisation, tout en favorisant une récupération plus rapide^{1,2}. Ces approches psychocorporelles validées scientifiquement agissent sur la régulation du stress et la perception de la douleur^{3,4}. L'intégration du balayage oculaire et de l'apprentissage d'auto-hypnose s'inscrit pleinement dans cette démarche fondée sur les preuves, visant à améliorer l'expérience et les issues chirurgicales des patients^{5,6}.

1. Johnston & Vogeley, *Cochrane Database Syst Rev*, 2019

2. Powell et al., *Health Psychol Rev*, 2016

3. Kendrick et al., *J Pain Res*, 2024

4. Nandi et al., *Ann Med Surg*, 2025

5. Vismara et al., *Front Psychol*, 2023

6. Tefikow et al., *Int J Clin Exp Hypn*, 2020

