

FORMULAIRE d'INFORMATION
Technique de rééquilibrage MRE

1. Les séances ne s'apparentent pas au domaine médical, ni aux techniques des kinésithérapeutes, orthophonistes, orthoptistes,
2. Ce protocole est le résultat de mes recherches personnelles, expérimenté sur un panel pilote de 10 enfants, adolescents et adultes.
3. Chaque personne réagit différemment, les résultats ne sont pas garantis.
4. L'objectif du protocole étant de réorienter les schémas inscrits dans le cerveau, les réactions peuvent déstabiliser l'apprenant :
 - grande fatigue
 - émotivité exacerbée

Cela est normal et reflète l'effet de la technique MRE. C'est pourquoi le soutien et la compréhension au sein de la famille sont importants pendant cette période.

5. Certaines règles de vie en parallèles sont favorables :
 - heure de coucher régulière, adaptée à l'âge de l'apprenant, dans une pièce sans source lumineuse.
 - arrêt des écrans de télévision, d'ordinateur et du téléphone **1 heure** minimum avant le repos nocturne.
 - le téléphone portable est éteint ou s'il sert de réveil, mis sur la fonction " avion ".
 - heure de repas régulière et limiter le sucre industriel avec les friandises et les goûters qui est un facteur de surexcitation et d'addiction puissant.
 - pratiquer une activité physique régulière
 - volonté d'apprentissage suivant ses moyens

6. La régularité aux séances est indispensable pour potentialiser au maximum la technique MRE.

Je soussigné(e)tuteur légal(e) dereconnait avoir pris connaissance et compris les informations ci -dessus.

Signature du représentant légal

Signature du mineur(e)