



HEALTH BY MY COACHING PARTNERS

QUAND LES NEUROSCIENCES REINVENTENT LE COACHING

Au carrefour de la science et de l'accompagnement humain, Health by My Coaching Partners incarne une vision révolutionnaire du coaching, celle qui refuse la séparation cartésienne entre le corps et l'esprit pour embrasser une approche holistique fondée sur les neurosciences et la psycho-neuro-endocrine-immunologie (PNEI).



FEDERICA DE NARDI

LA PROMESSE

Dirigée par Federica De Nardi, biologiste devenue coach professionnelle certifiée, ce cabinet suisse s'est imposé comme une référence dans le domaine du coaching neurologique, proposant des solutions concrètes pour transformer en profondeur la relation que chacun entretient avec ses émotions et son corps. L'histoire de Federica De Nardi est celle d'une reconversion éclairée. Après quinze années passées dans l'industrie pharmaceutique, où elle s'occupait de pathologies cardiovasculaires, de diabète et d'oncologie, notamment dans le domaine de médicaments épigénétiques, elle a été témoin de plusieurs phénomènes qui allait changer sa trajectoire professionnelle. En observant des clients d'Alessandro de Vita Zublena avant et après une séance de coaching, elle a littéralement vu se produire un changement « épigénétique ». Cette révélation l'a conduite à remettre en question les paradigmes traditionnels de la santé et à explorer une voie où la génétique n'est plus une fatalité, mais où l'épigénétique, la transcription des gènes influencée par l'environnement, nos pensées et nos actions, devient le terrain fertile du changement. « *Nous sommes ce que nous sommes grâce à l'épigénétique* », explique-t-elle avec conviction, « *les gènes sont notre fondement, mais c'est leur transcription qui conduit au bien-être ou aux maladies.* »

Cette philosophie sous-tend tout le positionnement de Health by My Coaching Partners sur un marché où le coaching est souvent perçu comme une discipline molle, dénuée de fondements scientifiques rigoureux. Health by My Coaching Partners se distingue en proposant un coaching basé sur des protocoles neurobiologiques orientés processus, éprouvés par des résultats mesurables et traçables, issus de cinquante ans de recherche et de terrain menés par le Prof. John Grinder et la

Dr. Carmen Bostic St Clair. Federica a eu la chance de se former directement auprès de ces pionniers, devenant coach senior et formatrice, et elle utilise aujourd'hui des protocoles qui permettent aux clients de suivre des étapes précises, reproductibles et adaptables à différents contextes. « *Des protocoles de laboratoire structurent le parcours* », aime-t-elle à dire pour illustrer sa démarche. Cadre scientifique, accompagnement tailleur aux besoins du client. On trace, on compare; avec les retours du client, on améliore en continu pour des résultats traçables et qui restent dans le temps.

Au cœur des valeurs de ce cabinet lausannois se trouve l'autonomisation du client

LE LANGAGE DU BIEN-ÊTRE

Au cœur des valeurs de ce cabinet lausannois se trouve l'autonomisation du client. Contrairement à de nombreuses approches qui créent une relation de dépendance, Health by My Coaching Partners vise à rendre ses clients autonomes et indépendants en ouvrant des choix concrets, auparavant indisponibles et qui s'installent dans leur répertoire de réponses. Dans des contextes précis, ils constatent, souvent avec étonnement, des réactions différentes: plus ajustées, plus utiles, plus écologiques. Des résultats mesurables et vérifiables et des objectifs atteints. On conclut : pourquoi prolonger ? Le changement n'est pas un événement, c'est un processus : sans engagement ni régularité, pas de consolidation. D'où le choix de travailler avec des clients réellement impliqués : à l'issue d'une évaluation concluante, un programme de coaching sur-mesure est défini, avec des objectifs clairs et des indicateurs clés de performance (KPI) co-construits, qui s'évaluent séance après séance.

L'expertise de Health by My Coaching Partners couvre un spectre remarquablement large, du jeune enfant confronté à l'anxiété de performance à la personne âgée cherchant à retrouver son équilibre. Cette universalité trouve sa justification dans un principe fondamental : tous les êtres humains partagent le même système nerveux. Qu'il s'agisse d'un enfant

terrorisé avant un examen ou d'un dirigeant devant présenter un projet crucial, les mécanismes neurobiologiques en jeu sont identiques. L'entreprise propose ainsi des programmes d'accompagnement ciblés pour traiter le stress post-traumatique, les phobies, les défis de la ménopause, ou encore le technostress lié à l'hyperconnexion digitale. Chaque programme s'appuie sur la compréhension que les émotions ne sont pas des constructions mentales abstraites, mais des signaux corporels concrets qui peuvent être rééduqués au niveau neurologique.

L'impact de cette approche se mesure dans les transformations vécues par les clients. Les témoignages parlent de personnes qui, après des années de souffrance liée à des phobies paralysantes, à des traumatismes non résolus ou à des angoisses chroniques, ont retrouvé leur liberté d'action et leur sérénité. Ce qui aurait pu nécessiter des années de thérapie traditionnelle se résout parfois en quelques séances ciblées, grâce à des protocoles qui agissent directement sur le système nerveux pour désamorcer les déclencheurs émotionnels.

L'impact de cette approche se mesure dans les transformations vécues par les clients

L'expertise de Health by My Coaching Partners se positionne ainsi comme un acteur du changement dans le secteur de la santé mentale et du bien-être, proposant une alternative complémentaire aux approches psychologiques classiques. En rendant ses clients acteurs de leur propre transformation et en leur transmettant des outils concrets pour naviguer les défis de l'existence de la vie, l'expertise de Health by My Coaching Partners incarne une nouvelle génération de professionnels de l'accompagnement, ancrés dans la science et tournés vers l'humain.