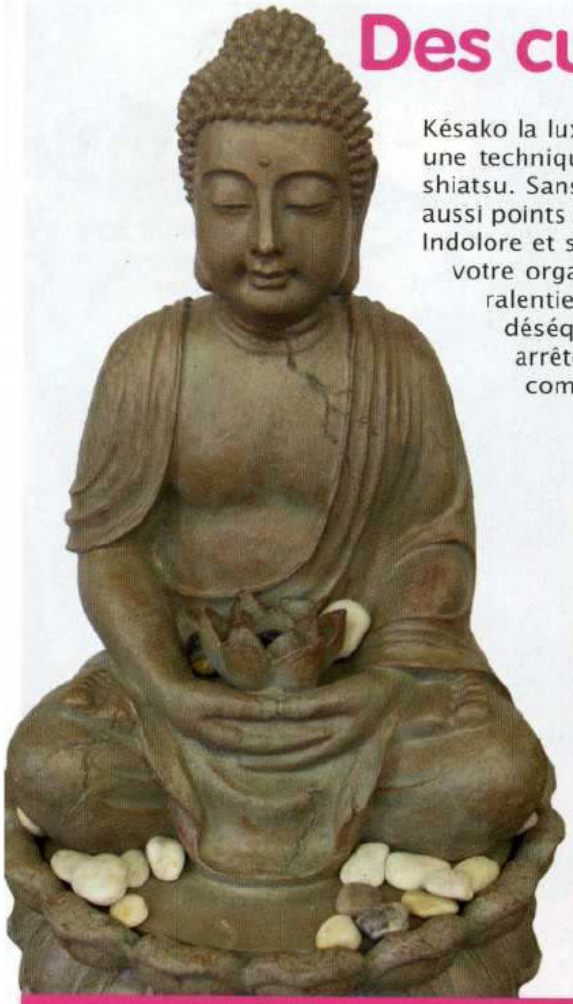
Des cures 100 % bien-être

Késako la luxopuncture ? Née en France, la **luxopuncture** (de lux : lumière) est une technique réflexe, à l'instar de l'acupuncture, de la digitopuncture ou du shiatsu. Sans aiguille, ni laser, elle agit en **douceur** sur les points réflexes, appelés aussi points d'acupuncture, à l'aide d'un faisceau infrarouge.
Indolore et sans risque de lésion ou d'infection, cette technique contribue à rééquilibrer votre organisme aux niveaux physique et psychique et à rétablir certaines fonctions ralenties par les agressions du quotidien telles que le stress, une alimentation déséquilibrée, la fatigue, le tabac... Elle est efficace pour vous aider à **mincir**, à arrêter de fumer, à vous détendre, à retrouver un visage rajeuni avec effet lifting, comme à résoudre l'inconfort lié à la ménopause..



Nouveau à Montauban
Stéphanie Etienne, après 10 ans d'expérience dans les domaines du bien-être, vient d'ouvrir à Montauban, en centre-ville, un espace à l'étage, où le temps ne compte plus. Dans un lieu dédié au calme et à la sérénité, elle vous concoctera un programme de luxopuncture, avec des créneaux horaires adaptés à votre agenda.

Les résultats, évalués scientifiquement, sont saisissants :
En cure d'amincissement : près de 95 % de satisfaction, pour des personnes en surpoids de 2 à 20 kg. La cure aide à rééquilibrer votre comportement alimentaire, à réguler votre appétit, en atténuant vos fringales.
En cure de sevrage tabac : près de 90 % de satisfaction, pour 3 à 5 séances par sujet qui arrêtent définitivement. De quoi faire réfléchir tous ceux qui hésitent encore, qui ont replongé, et qui veulent s'en libérer une bonne fois pour toutes...
Inconfort de la ménopause : 90 % de satisfaction en fin de cure. Les objectifs étant d'atténuer la fréquence et l'intensité des bouffées de chaleur et des sudations, comme améliorer votre sommeil, votre humeur et votre forme. Ouf, vous allez reprendre goût à de nombreuses activités!
Des prestations comme le rajeunissement du visage et la relaxation sont proposées par **Stéphanie**. En effet, cette technique permet de stimuler le drainage et décongestionne les tissus, permet d'éclairer le teint, atténue les poches. Elle réactive la production naturelle de collagène et d'élastine.
La note de la revue «Votre Beauté» est éloquente : 9/10 pour un effet lifting.
De quoi vous convaincre immédiatement.

Centre de luxopuncture

3, rue de la République
MONTAUBAN - 05 63 92 97 25
www.luxopuncturemontauban.fr

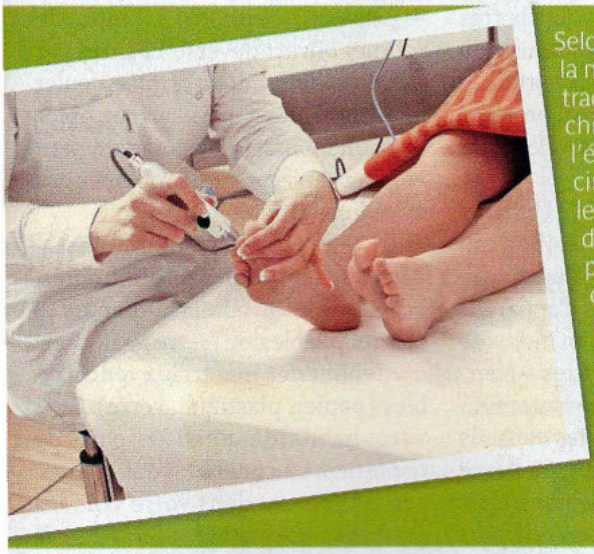
au rythme de petits bips sonores. Oreilles donc, puis bras, mains, ventre, sternum, jambes, pieds et crâne. Tout y passe. Malheureusement, je suis obligée d'ôter mes vêtements au fur et à mesure afin que le faisceau touche ma peau. Je comprends alors qu'en temps normal, le patient est en petite tenue pour être passé au crible du rayon infrarouge. Mais à conditions climatiques exceptionnelles, pratiques exceptionnelles !

Une participation active du patient

La directrice réclame de temps à autre ma participation en me demandant si elle place le faisceau au bon endroit. En effet, le point réflexe où poser l'infrarouge doit être un peu douloureux lorsqu'on appuie dessus. Aussi, afin d'éviter de « tomber à côté », est-il préférable d'orienter la praticienne. Même si, m'explique-t-elle, la luxopuncture nécessite un peu moins de précision que l'acupuncture.

Au terme d'une vingtaine de minutes de « rayonnement », je comprends que c'est terminé. Mais personne ne me dit de me relever. Pensant que cette pause fait partie intégrante du protocole, je reste quelques minutes à profiter des bienfaits de la séance, je continue à me détendre et me sens partir dans un demi-sommeil. Au bout d'un moment, la directrice rabaisse le lit afin que je ne tombe pas en me relevant. J'ouvre alors un œil et comprends qu'il est temps de retourner à la vraie vie. Hyper relaxée, un peu ensommeillée, je découvre que j'ai dormi… une bonne demi-heure ! Bilan : la luxopuncture à visée relaxante fonctionne bien. La journée zen, et le manque d'appétit, qui ont suivi le démontrent aussi !

> « En travaillant sur les points réflexes qui régulent la production d'endorphine et de sérotonine, la luxopuncture agit de façon bénéfique sur l'état psychique et procure une sensation de détente. »



Selon la médecine traditionnelle chinoise, l'énergie circule dans le corps le long de méridiens parcourus de points réflexes. Ce sont eux que le faisceau infrarouge va stimuler.

Comment ça marche ?

Selon la médecine traditionnelle chinoise, l'énergie circule dans le corps le long des méridiens, lesquels sont parcourus par les points réflexes, véritables terminaisons nerveuses reliées à notre système nerveux végétatif. Celui-ci commande de nombreuses fonctions de l'organisme tel le système hormonal. Or, notre équilibre psychique et psychosomatique résulte en grande partie de la production de trois hormones essentielles.

* **L'endorphine :** l'hormone du bien-être qui procure plaisir, calme et sérénité, mais dont l'absence entraîne stress et anxiété.
* **La sérotonine :** l'hormone du bonheur qui influe sur l'appétit, l'humeur et le sommeil. En manquer provoque des fringales.
* **La dopamine :** l'hormone du désir qui, lorsqu'elle tend à manquer, entraîne des compulsions alimentaires ou tabagiques ainsi que de l'anxiété.

Lors des séances de luxopuncture, le faisceau infrarouge stimule les points réflexes ce qui contribue à rétablir l'équilibre hormonal et diminuer divers troubles.