

Grignon

Des petits points rouges pour passer au vert

L'amour emprunte parfois des détours que l'on ne saurait prévoir. En janvier 2014, Sandrine Bayer intègre un protocole dans l'espoir de perdre du poids : « Je me mariais au mois de juillet, sourit-elle et je voulais rentrer dans ma robe ! ». Elle perd 8 kilos et gagne un nouveau métier. Chargée de recrutement chez Manpower depuis 15 ans, Sandrine s'engage dans une reconversion professionnelle : tout en conservant son emploi à 80 %, elle s'est lancée dans ce qu'elle qualifie de révélation « la luxopuncture ».

Après avoir suivi une formation à Lille et s'être équipée de la machine indispensable à sa pratique, Sandrine s'est aménagée un espace très cocoon pour accueillir ses clients. Avec lucidité, elle dépeint les caractéristiques de cette discipline récente, soulignant son efficacité, mais prévenant aussi « Je n'ai pas de baguette magique, l'une des bases de la luxo, c'est la volonté de la personne ». L'envie farouche de perdre du poids, arrêter de fumer, se relaxer ou mieux surmonter la ménopause : « Sur la brochure figure aussi le rajeunissement du visage, mais j'ai choisi de ne pas le faire. Je ne vends pas du rêve et préfère m'engager dans des protocoles que je maîtrise et dont je suis sûre, ça me permet de rester à l'aise dans mes baskets ».

La technique utilisée, somme toute, est assez simple : contrairement à l'acupuncteur qui pique avec des aiguilles, Sandrine ap-



Grâce à la luxo, Sandrine Brayer se propose d'agir pour la perte de poids, l'arrêt du tabac, la relaxation et la ménopause.

plique avec un stylet infrarouge sur des points prédéterminés selon la nature de l'intervention : « Le premier rendez-vous est gratuit. Je fais un bilan avec la personne ; pour une perte de poids, nous déterminons le nombre de séances en fonction des kilos à perdre ». Si la volonté est une base, l'apprentissage d'une autre alimentation en est une autre pour la perte du poids : « Et dans cette dynamique, la luxo est une aide précieuse, elle permet de tenir le coup, de

résister aux pulsions de salé ou de sucré. Progressivement, on apprend à ne plus manger de la même manière ». Pour convaincre les plus réticents, Sandrine rappelle que la machine utilisée pour la pratique de la luxopuncture a été couronnée prix de l'innovation en 2011 : « Beaucoup de médecins et de kinés l'utilisent en complément. Ils l'exploitent pour des protocoles qui leur sont réservés comme les soins contre l'alcoolisme ».

Entièrement naturelle et indo-

lore, cette pratique nécessite aussi de la part de ceux qui l'appliquent une grande qualité d'écoute « mais ça, confie Sandrine, je sais faire. Mon métier m'a appris à m'adapter aux gens, à comprendre leurs attentes ». Convaincue par l'efficacité de la luxo, Sandrine Bayer espère qu'elle saura en faire son activité principale dans un avenir proche.

J.F.

Contact : 07 82 66 87 71 ou luxosandrinebrayer@gmail.com

La Bâthie