



## Landry ACTEURS ET INITIATIVES

## Stress, ménopause, problèmes de poids... la luxopuncture est là pour vous aider

La luxopuncture fait partie des techniques de médecine naturelle chinoise et se base sur les points d'acupuncture. Toutefois, cette méthode ne nécessite pas d'aiguilles. C'est un faisceau infrarouge qui est utilisé, le traitement est donc totalement indolore.

Depuis quelques mois, Gaëlle Cléaz-Savoyen s'est installée à Landry et propose des séances de luxopuncture aux multiples effets bénéfiques. Mais pour parler des bienfaits de cette thérapie, les mieux placés sont bien évidemment celles et ceux qui ont testé cette méthode. C'est ainsi que nous avons rencontré Véronique et Franck Meny, tous deux âgés de 45 ans, domiciliés à Bourg-Saint-Maurice. Rongés par le stress depuis déjà plusieurs années, ils en avaient perdu le sommeil : « Nous étions constamment sur les nerfs », disent-ils. Au hasard d'un panneau d'affichage, ils découvrent la luxopuncture dont ils n'avaient jamais entendu parler, relèvent le numéro et téléphonent à Gaëlle pour obtenir davantage de renseignements. Rendez-vous est pris... « Les effets hautement positifs se sont fait ressentir dès la seconde séance. Nous nous sommes très

vite sentis soulagés, on respirait et on revivait enfin. Après chaque séance (2 la première semaine, puis 1 par semaine à hauteur de 7 séances) nous étions pressés de revenir car nous nous sentions complétement détendus après chaque visite chez Gaëlle. En sortant de chez elle, on bavait ! », confie le couple d'une même voix.

### Une méthode indolore, très efficace

« Aujourd'hui, on va très bien, on a évacué tout ce stress qui nous pourrissait la vie et cette méthode complètement indolore est vraiment efficace. Nous en parlons autour de nous et conseillons à chacun de la tester. D'ailleurs nous reviendrons pour traiter la perte de poids en ce qui concerne monsieur, et la ménopause pour ce qui est de madame. » L'occasion pour Gaëlle de vanter également les bienfaits de la luxopuncture sur la ménopause : « Généralement, les bouffées de chaleur disparaissent dès la deuxième séance », souligne-t-elle.

Stress, perte de poids, ménopause ou arrêt du tabac, la luxopuncture est efficace dans bien des domaines. Les points stimu-



lés par infrarouge se situent notamment au niveau des oreilles et du corps, en fonction de la cause traitée. Chaque séance dure environ 20 ou 25 minutes, plus une partie entretien pour savoir comment l'on se sent.

« La cure de relaxation est une véritable bouffée d'oxygène. Elle permet de prendre du recul sur les problèmes. Elle libère des tensions physiques, psychologiques et émotionnelles. Elle procure sérénité et apaisement, les effets bénéfiques se manifestant par une meilleure gestion émotionnelle car elle optimise la bonne humeur en permettant de libérer naturellement les hor-

mones du bien-être (sérotonine, dopamine et endorphine). Elle permet aussi de mieux dormir et d'améliorer le moral, et se veut très efficace pour les personnes déprimées », explique Gaëlle.

### FICHE D'IDENTITÉ

**RAISON SOCIALE :** Centre de luxopuncture de Haute Tarentaise

**ADRESSE :** La Bathieul - La Leivettaz

**COMMUNE :** Landry

**TÉL. :** 07 68 98 33 06

**SITE :** [www.centre-luxopuncture-haute-tarentaise.com](http://www.centre-luxopuncture-haute-tarentaise.com)