

Vivre au Congo

Le site des expatriés francophones au Congo

Une luxothérapie, à Pointe Noire?

Marion · Thursday, November 14th, 2019

Oui, oui...mais de quoi s'agit-il?

Pour mieux connaître cette pratique Vivre Au Congo est allé à la rencontre d'Ingrid Laurès dont le cabinet se trouve boulevard du Docteur Jacques Bouiti, en face de l'Abri Côtier.



Ingrid a suivi une formation avec l'organisme LUXOMED, qui enseigne depuis 20 ans cette pratique. Et celle-ci suscite un réel intérêt depuis 10 ans dans les cliniques privées et les centres de soins, ou elle obtient des résultats probants.

La luxothérapie est une pratique basée sur les mêmes principes que l'acuponcture.

Avantage: plus besoin des petites aiguilles, celles-ci sont remplacées par un rayonnement lumineux appliqué grâce à un stylet. Celui-ci est utilisé sur des points précis, où il crée un stimuli qui agit sur le système hormonal.



Si nous savons que le système hormonal a un rôle essentiel dans l'équilibre de notre organisme, quelles sont les raisons précises qui nous amèneraient à recourir à cette pratique ?

- le stress, l'anxiété, les troubles du sommeil

- le rajeunissement de la peau, l'atténuation des cernes (en réactivant la production de collagène, et redonnant de l'élasticité à la peau)

- les troubles dus à la ménopause (bouffées de chaleur, saut d'humeur, troubles du sommeil)

- la volonté de perdre du poids

- l'arrêt du tabac

Dans les deux derniers points évoqués, il faut évidemment avoir en tête qu'on ne consulte pas une magicienne. Il faut considérer cette pratique comme une aide, un accompagnement, qui s'avère très efficace si vous arrivez avec une motivation personnelle.

La luxothérapie permet de supprimer les comportements compulsifs (liés au manque ou aux habitudes), et c'est en ce sens qu'elle peut être une aide précieuse lorsque vous décidez de perdre du poids ou d'arrêter de fumer. Elle agit sur les états de stress, permet de se relaxer, de prendre du recul. Elle peut donc être bénéfique également chez les adolescents en période d'examen, ou simplement chez les enfants agités, qui ne parviennent pas à canaliser leur énergie.

C'est au cours d'un premier rendez-vous d'Ingrid pourra identifier vos besoins et définir le nombre de séances nécessaires et leur fréquence. Ces deux paramètres sont variables mais on peut compter en moyenne sept séances. La fréquence, quant à elle, dépend du protocole suivi. Pour l'arrêt du tabac par exemple, les cinq premières séances doivent être rapprochées.

Mais chaque cas est unique, et l'échange lors du premier rendez-vous est essentiel pour mettre en place le protocole adéquat. On retient donc que cette pratique s'apparente à une aide personnalisée, qui agit de façon douce, naturelle et sans risque sur des troubles variés et quotidiens qui peuvent être soulagés simplement.

Petite nouveauté, Ingrid propose un massage Freezen, un massage tout en douceur pour une relaxation totale

CONTACT:

Tel: 055667474

@: ingridluxotherapie@gmail.com

facebook: [luxo&therapie](#)

crédit photos: Ingrid

This entry was posted on Thursday, November 14th, 2019 at 2:37 pm and is filed under [Actualités](#) You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Responses are currently closed, but you can [trackback](#) from your own site.