

95 % de satisfaction en fin de cure !

Source : Enquête SOLADIS pour LUXOMED® 2023, réalisée sur un panel de 192 participants (95 % de femmes).

Jusqu'à 10 kg et 9 cms de tour de taille perdus en seulement 14 séances de 20 minutes.

LES OBJECTIFS de la Luxopuncture

- ◆ Régulation de l'appétit
- ◆ Retrouver la sensation de satiété
- ◆ Eliminer les comportements alimentaires compulsifs (fringales, grignotages, envies de sucré, salé ou gras)
- ◆ Amélioration du sommeil et de l'humeur
- ◆ Régulation du transit intestinal
- ◆ Réduction de la rétention d'eau
- ◆ Stabilisation durable du poids avec des règles alimentaires simples

✓ Une approche complète et efficace

La Luxopuncture® est une méthode douce et naturelle qui agit en profondeur pour modifier durablement le comportement alimentaire. Avec une perte moyenne de **3 à 4 kg par mois**, elle permet d'atteindre le **poids de forme** de façon progressive et stable.

Déroulement du programme:

1. **Bilan initial** : Évaluation personnalisée et définition de l'objectif de perte de poids.
2. **Phase d'amincissement** : 1 séance de 30 minutes par semaine.
3. **Phase de stabilisation** : 1 séance par mois pour maintenir les résultats.

4. **Accompagnement personnalisé** : Un suivi avec votre praticien Luxo, associé à un rééquilibrage alimentaire et une activité physique adaptée.

✓ Une méthode qui fonctionne

La cure repose sur **3 piliers essentiels** :

- **Les séances de Luxopuncture®** : pour corriger le comportement alimentaire.
- **Le guide LUXO®** : pour adopter une alimentation équilibrée et adaptée à vos besoins. (Différents livres à votre disposition)
- ****Le suivi **** : pour gérer les écarts et garantir des résultats durables.

Lors du premier rendez-vous, un bilan personnalisé est réalisé pour analyser vos habitudes alimentaires. Un **objectif réaliste** est fixé, généralement basé sur un **IMC** cible entre 23 et 24.

✓ Un accompagnement progressif

Pendant les séances, une trentaine de points réflexes sont stimulés afin de :

- Réduire l'appétit excessif et les compulsions alimentaires.
- Faciliter le respect d'un rééquilibrage alimentaire sans frustration.
- Améliorer l'équilibre hormonal et la gestion des signaux de satiété.

Après la phase d'amincissement, un suivi de stabilisation sur **1 à 2 ans** permet de renforcer les bons réflexes et d'assurer une **perte de poids durable**.

Une alimentation saine et sans frustration

Le **Guide LUXO®** vous accompagne dans une alimentation **traditionnelle et familiale**, sans complément alimentaire. Pendant la cure, les apports en **féculents** sont limités, tandis que les aliments **trop sucrés, trop gras et allégés** sont évités.

Une approche naturelle pour un équilibre durable

À la fin du programme, votre système hormonal retrouve son équilibre, notamment les cycles de sérotonine, permettant à votre cerveau de reconnaître les signaux de satiété et de satisfaction alimentaire. Cela aide à **éviter les compulsions** et à maintenir une relation saine avec la nourriture.