

A tous les praticiens en Luxopuncture

Loos, le 13 février 2020

Objet : Nouveau guide de rééquilibrage alimentaire.

Bonjour,

Vous êtes praticien en Luxopuncture et vous diffusez auprès de votre clientèle le **Guide de Rééquilibrage alimentaire** que nous éditons.

Ce guide avait besoin d'être révisé dans sa forme (le graphisme était un peu vieillot, il comportait quelques répétitions et 1 ou 2 incohérences) et dans son contenu, la solution hyper protéinée étant de plus en plus décrié par une majorité de praticiens et par leurs clients.

Nous avons donc **lancé une grande enquête début 2019** afin de connaître vos attentes, et nous avons collecté près de 300 réponses. Nous avons ensuite **travaillé en collaboration avec une coach sportif pour la partie activités physiques et une diététicienne** avec les objectifs suivants :

- La « **garantie** » du résultat (sous réserve que le rééquilibrage soit respecté) avec les séances de Luxopuncture ;
- Rédiger un rééquilibrage en **3 phases**, non pas un régime ;
- **Garantir la santé du client** ;
- Tendre vers une **perte de poids durable** (pas d'effet yoyo) ;
- **Préserver l'activité de nos praticiens** dans la mesure où ils ne sont pas diététiciens ou nutritionnistes ;
- **Respecter vos attentes** communiquées par le biais de l'enquête.
- Disposer de **plus de recettes** ;
- Avoir des conseils pour les **végétariens** ;

En parallèle, nous avons travaillé sur un **graphisme plus moderne**.

Je suis consciente que ces évolutions engendrent un changement important pour les plus anciens d'entre vous, il n'était cependant pas concevable de procéder par étape, en faisant un guide intermédiaire pour 1 ou 2 années.

L'index glycémique des différents aliments est maintenant repris dans le guide praticien mais n'apparaît plus dans les tomes destinés aux clients car cette notion est reprise différemment au travers du chapitre « mes choix alimentaires ». En effet il faut « savoir » utiliser ce tableau et connaître ses besoins.

Les journées protéinées ont été enlevées car les observations scientifiques ont montré que cela n'accélère pas la perte de poids de façon durable et que tous les clients ne la respectaient pas.

Les féculents sont désormais conseillés dans la majeure partie du rééquilibrage mais en quantité très raisonnable.

Nous continuons la collaboration avec la diététicienne dans le temps. Elle a maintenant pour mission de répondre aux questions particulières que vous pourrez lui poser par écrit au travers du **forum** qui sera mis en place d'un jour à l'autre sur votre espace praticien. L'objectif ici est de mutualiser les questions afin que tous les praticiens puissent prendre connaissance des réponses. Afin d'éviter que les mêmes questions soient posées, Ingrid sera « modérateur », c'est-à-dire qu'elle lira vos questions avant de les publier, ou vous orientera vers la réponse si la question a déjà été posée.

Le guide est disponible depuis le 2 décembre 2019 sous la forme de 4 livrets :

- Tome 1 : Phase d'attaque
- Tome 2 : Perte de Poids
- Tome 3 : Stabilisation
- Carnet de Bord du client

Nous avons déjà remarqué un certain nombre d'erreurs ou de coquilles que nous corrigerons dans la prochaine édition. Nous vous enverrons également une enquête sur le sujet afin de collecter les informations sur les autres erreurs que vous pourriez avoir remarqué.

A noter également qu'un « guide praticien » est en cours d'impression (disponible avant la fin février 2020), il vous renseignera sur différentes pathologies communes et fréquemment rencontrées. Attention, comme indiqué dans la Charte des Bonne Pratiques en Luxo, de TOUJOURS vous référer à un avis médical si votre cliente a un trouble de la santé.

Enfin, voici quelques conseils de la diététicienne si vous souhaitez faire passer votre client de l'ancien au nouveau guide, passez directement au Tome 2 « Perte de Poids » :

Si le client a déjà commencé l'ancien guide phase :

- Sans féculents :
 - Réintroduire les féculents au petit-déjeuner et déjeuner uniquement pendant 15 jours, puis à tous les repas. (Attention, selon les quantités du Tome II)
 - Retirer la journée protéinée
- Avec féculents :
 - Réintroduire les féculents au petit-déjeuner et déjeuner uniquement pendant 7 jours, puis à tous les repas.
 - Retirer la journée protéinée

Toute l'équipe de LUXOMED et moi-même restons bien entendu à votre écoute sur tous ces sujets, dans un esprit de bienveillance et de collaboration.

Bien à vous

Elisabeth Berrier