

Se retaper grâce à Hodoki

BIENNE Hervé Domon propose sa solution pour lutter contre le mal de dos, les tensions ou les déséquilibres. Tout droit venue du Japon, la technique mêle massage et ostéopathie.

PAR MAEVA PLEINES

Hodoki, du verbe japonais «hodokimase», signifie résoudre, dé-mêler ou libérer. Cette discipline a justement pour mission de dénouer les problèmes structurels du corps, tels que les déséquilibres du bassin, les maux de dos ou de nuque, les raideurs ou encore les douleurs articulaires. «On commence par faire vibrer tout le corps pour échauffer les muscles et faire circuler le «ki», l'énergie vitale. Après ce massage de détente, on peut procéder à des rééquilibrages en faisant craquer certaines articulations, un peu comme en ostéopathie», décrit Hervé Domon.



Hervé Domon est passé de conducteur d'auto-école à administrateur des ventes avant de se reconverter comme thérapeute. PETER SAMUEL JAGGI

«J'étais très cartésien, mais j'accepte désormais de ne pas tout comprendre.»

HERVÉ DOMON
PRATICIEN HODOKI

Ce dernier vient d'installer son cabinet à Bienne, où il est le seul praticien. «En Suisse, la grande majorité des thérapeutes exercent en Valais ou à Genève», précise-t-il. En tout, une vingtaine de professionnels proposent ce genre de soins dans le monde. Et tous résident en Suisse. Hervé Domon récapitule l'histoire, un peu particulière, de cette discipline: «Elle a été créée au Japon par O'Sensei Kitami Toshiharu. Ce maître n'a eu qu'un disciple pour la technique Hodoki: un Breton ayant longuement vécu en Asie. Ce dernier a finalement ouvert une école en Suisse, d'où le développement de cet art dans nos contrées.»

Les origines de la pratique remontent toutefois au temps des samourais, selon Hervé Domon. «Il s'agit d'un art martial. Il en existe deux catégories: une branche dirigée vers la guerre et l'autre vers la médecine. Je me consacre à cette dernière», sourit-il.

Accidents révélateurs

Le thérapeute confie s'être dirigé vers cette école pour le plaisir de faire du bien à autrui. «Et parce que je suis assez tactile», ajoute-t-il candidement. En vérité, il y a une longue histoire de vie derrière sa réorientation. En effet, la découverte des traitements énergétiques date de son enfance. Tout jeune,

Hervé Domon s'électrocute gravement les deux mains. «Le bout de mes doigts a carrément fondu et les médecins étaient prêts à m'amputer, suite à un début de gangrène», se souvient-il. Dans le doute, sa famille fait appel au secret des brûlures. «Du jour au lendemain, la gangrène a disparu», lâche le quadragénaire.

Qui se définit toutefois comme «très cartésien». Mais, avec le temps, il a appris à accepter de ne pas pouvoir tout expliquer. «Le plus important, c'est de constater que ça fonctionne», conclut-il en admettant qu'il ne comprend pas tout quant à la diffusion du ki. «J'ai néanmoins pu constater l'efficacité de la

méthode par moi-même suite à un grave accident de travail, lorsque j'étais moniteur d'auto-école. Une collision qui m'a valu six ans à la maison sans pouvoir travailler. Mon corps s'est naturellement rigidifié, mais Hodoki m'a aidé à me réassouplir.» Homme aux multiples facettes, Hervé Domon finit par retrouver du travail en tant qu'administrateur des ventes dans une entreprise de camping-cars. C'est alors qu'il commence sa pratique thérapeutique en tant que hobby. Mais, lorsque la crise sanitaire le remet au chômage, il se dit: «Quitte à ne pas trouver de travail, autant faire de ma passion mon métier.»

Suite à des recherches entre Berne et Bienne, il ressent un coup de cœur pour son nouveau cabinet de la rue du Colège 9, disposant d'un coin de verdure dans une zone piétonne du centre-ville. Il le renomme Holomaloko, soit «voyages en toi» en hawaïen, un pays cher au globe-trotter qu'est Hervé Domon. L'ouverture officielle du centre est prévue dans les prochaines semaines. Le praticien estime qu'il faut compter entre deux et trois séances, non prises en charge par l'assurance, pour des résultats optimaux.

Infos et contact au 076 209 72 76 ou par e-mail à info@holomaloko.ch.

Un anniversaire et des questions sur l'habitat

BIENNE L'association Coopératives d'habitation Berne-Soleure fête ses 101 ans d'existence. Elle organise une exposition chez Der Ort.

L'association Coopératives d'habitation Berne-Soleure défend les intérêts des maîtres d'ouvrage d'utilité publique depuis 101 ans. Depuis sa fondation, en 1920, elle a favorisé le développement de l'habitat à but non lucratif. Chaque fois qu'un logement abordable est nécessaire, les promoteurs immobiliers sans but lucratif fournissent des services essentiels à la société en construisant ou en achetant des immeubles d'appartements ou des lotissements. Dans le cadre de son 101e anniversaire, Coopératives d'habita-

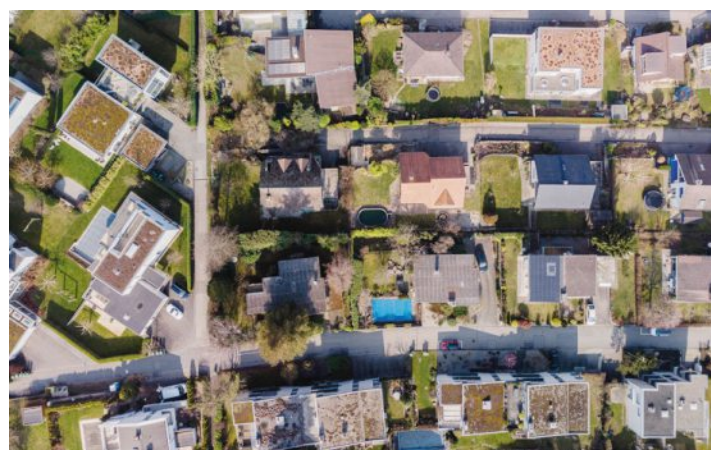
tion Berne-Soleure organise dans les villes de Bienne, Berne et Thoune une exposition, «Comment voulons-nous habiter?», et divers événements.

Exposition chez Der Ort

A Bienne, l'anniversaire se déroulera dans les locaux de Der Ort, à la rue du Marché 34. Durant la période du 16 août au 30 septembre, l'exposition précitée s'y déroulera. Elle sera visible du lundi au vendredi, de 9h à 17h.

Par son interactivité, elle encouragera le questionnement

sur notre façon de vivre et la recherche de réponses. Elle souhaite stimuler la réflexion et le débat dans le public, mais aussi dans les cercles politiques et intéressés par les problèmes d'habitat et de qualité de vie, sur la diminution de l'espace pour le bâti et l'importance de l'habitat coopératif. Les thèmes abordés sont économiques, écologiques et sociétaux, comme la participation, l'innovation, l'habitat intergénérationnel et pour les personnes très âgées ou encore la société à 2000 watt. Durant ce mois et demi de célébration,



Der Ort, à Bienne, accueillera une exposition et un débat sur les façons de considérer l'habitat, notamment écologique. ARCHIVES MATTHIAS KÄSER

d'autres événements auront lieu. Tout d'abord le vernissage de l'exposition, le vendredi 20 août. Le 15 septembre, Der Ort accueillera une soirée débat, de 17h à 21h, sur la thématique «Comment est-ce que je veux vivre», organisée avec la coopération de l'association IG Selbstbestimmtes Wohnen. La

participation est ouverte au public, avec inscription préalable. D'autres événements sont prévus durant toute la durée, notamment des réunions avec des organisations sociales, des conseils d'administration, des coopératives de logements et des sponsors de l'opération. Le finissage de l'exposition se tiendra le 30 septembre. C-JEB

À L'ESSAI
POUR
SEULEMENT
FR.1.-
PAR JOUR

WWW.JOURNALDUJURA.CH/ABO
TÉL. 0844 80 80 00

LOTÉRIES

Tirages du 6 août 2021

EUROMILLIONS

7 14 21 26 32 4 12

N° + Étoiles	Gagnants	Gains (Fr.)
5+ ★★	0	-
5+ ★	8	106'913.60
5	17	11'758.80
4+ ★★	34	1'831.30
4+ ★	1'156	171.50
3+ ★★	1'663	126.05
3+ ★	3'552	41.45
2+ ★★	22'313	33.00
2+ ★	43'955	18.70
3	121'748	12.55
1+ ★★	113'718	16.30
1+ ★	548'208	10.65
2	1'458'856	6.45

SWISS WIN 1 17 22 24 33

N°	Gagnants	Gains (Fr.)
5/5	0	-
4/5	214	950.00
3/5	8'761	19.60

Prochain Jackpot: Fr. 101'000'000.-*

SUPER-STAR V188G

Rangs	Gagnants	Gains (Fr.)
1 ★★★★★	0	-
2 ★★★★★	1	12'151.15
3 ★★★★★ / ★★★★★	3	3'375.30
4 ★★★★★ / ★★★★★	11	1'288.75
5 ★★★★★ / ★★★★★	42	289.30
6 ★★★★★ / ★★★★★	132	49.95
7 ★★★★★	241	18.95
8 ★★★★★ / ★★★★★	1'289	10.20
9 ★★★★★ / ★★★★★	12'241	4.15

*Montant estimé en francs, non garanti.
À partager entre les gagnants du 1^{er} rang.

Tirages du 7 août 2021

SWISS LOTO
5 10 15 16 19 22
rePLAY 2 chance 2

N° + N° Chance	Gagnants	Gains (Fr.)
6+1	0	-
6+0	0	-
5+1	10	7'109.75
5+0	29	1'000.00
4+1	392	123.65
4+0	1'717	73.30
3+1	5'782	21.10
3+0	28'568	9.10

Prochain Jackpot: Fr. 4'400'000.-*

JOKER
3 0 9 1 8 1

N°	Gagnants	Gains (Fr.)
6/6	0	-
5 derniers	2	10'000.00
4 derniers	3	1'000.00
3 derniers	144	100.00
2 derniers	1'277	10.00

Prochain Jackpot: Fr. 1'100'000.-*

*Montants estimés en francs, non garantis.
À partager entre les gagnants du 1^{er} rang.

MAGIC 3
3 9 1
ORDRE EXACT: Fr. 660.20
TOUS LES ORDRES: Fr. 110.00
MILIEU: Fr. 6.60

MAGIC 4
6 0 5
ORDRE EXACT: Aucun gagnant
TOUS LES ORDRES: Aucun gagnant
1er CHIFFRE: Fr. 14.00

BANCO 7/36
3 4 9 10 11 14 16
17 18 22 24 26 27
31 34 35 54 55 60 63

Seule la liste officielle des résultats de la Loterie Romande fait foi.
www.loro.ch