

# MASSO'PRENEURS

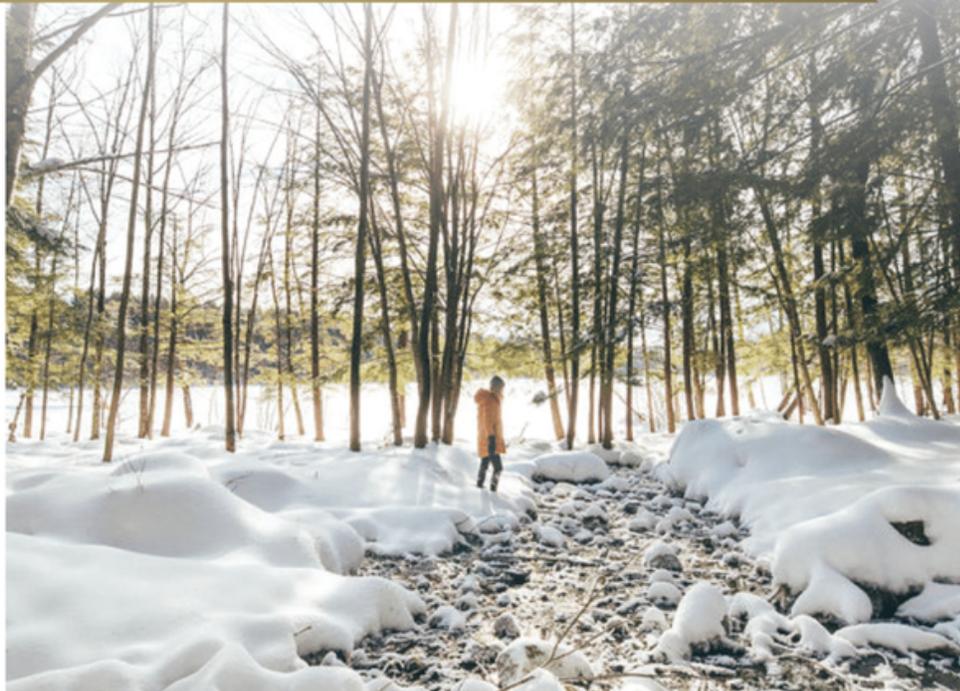
CÉLÉBRATIONS ET MASSAGE



NUMÉRO 26 | VOL 2 | FÊTES 2022

# S'OFFRIR

un dépaysement en nature pour les fêtes !



**VOUS SOUHAITEZ VOUS ÉVADER DE LA VILLE L'INSTANT D'UN MOMENT ?**  
Par ici, BALNEA vous invite à combiner boulot et évasion !

## AU PROGRAMME :

- Un roadtrip vers les Cantons-de l'Est (allocation de déplacement ou laisser-passer d'autobus)
- Une, deux, trois ou quatre nuitées dans un hébergement convivial et chaleureux
- L'accès gratuit à la réserve thermique en tout temps lors de votre séjour
- Une immersion en nature comprenant l'accès aux magnifiques sentiers du Lac Gale
- Une rémunération avantageuse bonifiée de primes pour les soins prodigués
- De belles rencontres avec une équipe inspirante et passionnée
- La découverte des attraits locaux de Bromont et de la belle région des Cantons-de-l'Est



**Envie d'évasion ou de nouvelles opportunités ?**  
Soumettez-nous votre candidature à : [recrutement@balnea.ca](mailto:recrutement@balnea.ca).



**balnea**<sup>MD</sup>  
spa + réserve thermique



balnea<sup>MD</sup>  
spa + réserve thermale

# ÉDITORIAL DANS CE NUMÉRO



COORDONNÉES DU MAGAZINE

St-Hippolyte Qc, J8A 2N3

www.massso-cie.com |

admin@massso-cie.com

ÉDITRICE

Katja Prpic-Tremblay |

admin@massso-cie.com

RÉDACTION

Katja Prpic-Tremblay & Collaborateurs

PHOTOS Shutterstock

AVIS LÉGAUX :

Toute reproduction, adaptation ou traduction est interdite sans l'autorisation de l'éditeur. Les articles publiés n'engagent que leurs auteurs et ne représentent pas nécessairement les opinions du magazine. MASSO'PRENEURS n'est pas responsable des manuscrits, visuels, dossiers électroniques et photos qui lui sont soumis. Le matériel éditorial non sollicité demeure la propriété de MASSO'PRENEURS. L'exactitude de toute information fournie dans les annonces relève de la responsabilité des annonceurs. L'éditeur se réserve le droit de publier ou non tout matériel fourni par les annonceurs et/ou auteurs.

Nous faisons un survol de nombreux sujets ayant trait à cette période festive de l'année. Dans ce numéro de Maasso'preneurs vous retrouverez:

Idées cadeaux pour massothérapeutes, idées promotions, études sur les bienfaits du massage durant le temps des fêtes, la guérison comme processus de libération de l'être, une résolution pour 2023 qui peut vous apporter plus d'abondance et des nouvelles en rafale du milieu ainsi qu'un bref portrait de la massothérapie pour conclure 2022.

Surtout nous vous souhaitons des fêtes, douces et entourées de ceux qui vous sont chers.

Paix, amour, joies

Joyeuses fêtes à tous de la part de toute l'équipe et des nombreux collaborateurs à Masso'preneurs!

*Katja & l'équipe*



PAR JEAN-MARC GIRARD

## LA GUÉRISON COMME PROCESSUS DE LIBÉRATION DE L'ÊTRE



La belle initiative de 2 passionnés



« JUSTE » MASSO  
LE BALADO

# SOMMAIRE MASSO'PRENEURS

SOMMAIRE

Portrait de la massothérapie en 2022

12 idées cadeaux massos

La belle initiative de 2 passionnés

Tarifs résolution 2023

NEWS EN BREF

PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES?

LE MASSAGE PEUT RÉDUIRE LE STRESS DU  
TEMPS DES FÊTES

LA GUÉRISON COMME PROCESSUS DE  
LIBÉRATION DE L'ÊTRE

## UNE 1ÈRE AU SPA



*Idees cadeaux masso*

Cadeaux pour  
Massothérapeute

12  
idées  
cadeaux

## MASSO'PRENEURS PORTRAIT DU SECTEUR DE LA MASSOTHÉRAPIE 2022

Par Katja Projic



Suite à la dernière  
analyse du Comité  
sectoriel de la main  
d'oeuvre Soins  
personnels Québec,  
voici quelques  
chiffres qui  
conduisent à un  
portrait de la  
massothérapie au  
Québec en 2022



WWW.ECOLEHETRE.CA

# L'HÊTRE

ÉCOLE DE MASSOTHÉRAPIE  
ET DE KINÉSITHÉRAPIE

418-907-9499 QUÉBEC

## FORMATIONS PROFESSIONNELLES & FORMATIONS CONTINUES

massage suédois . massage Thaïlandais sur futon . masso-oncologie . kinésithérapie

### CALENDRIER

- Initiation au massage suédois – Janvier 2023
- Anatomie musculaire avancée et points gâchettes – Hiver 2023
- Massage suédois sur chaise - Janv ou mai 2023
- Formation continue TLP - Semaine ou FDS 2023
- Formation continue à la hanche - Semaine ou FDS 2023
- Formation continu au genou - Semaine ou FDS 2023
- Formation continu à la cheville et au pied - Semaine ou FDS 2023
- Formation continue cervicale – Semaine 2023
- Formation continue à l'épaule – Semaine 2023
- Formation continue coude/poignet – Semaine 2023
- Mobilité articulaire et flexibilité musculaire – Février 2023
- Massage suédois avancé – Cervical et membre supérieur – Mars 2023
- Massage suédois avancé – Bassin et membre inférieur – Avril 2023
- Initiation massage thaïlandais sur futon – Décembre 2022
- Massage thaïlandais des pieds – Mars 2023
- Massage thaïlandais sur table – Avril/Mai 2023
- Deep tissue – Avril/Mai 2023
- Ventouses – Mars 2023
- Ventouses – Mai 2023
- Perfectionnement massage suédois - Mai 2023
- Massage femme enceinte - Mai 2023
- Taping neuro-proprioceptif – Mai 2023
- Formation viscérale I – Mai 2023
- Masso-oncologie – Chrysalide 2023
- Lomi Lomi - Juin 2023

**Formation bientôt en ligne en 2023:  
Anatomie musculaire avancée et points gâchettes**



*'Merci à toute l'équipe de L'HÊTRE. Une superbe école où le respect, la compréhension, la patience et l'amour se trouvent. Pour ma part, la formation m'a amenée à me dépasser, à me faire confiance, à être encore plus disciplinée et m'a donné le goût d'apprendre encore et encore. Alors à bientôt !'*

Josée S. ,Ancienne étudiante



# L'HÊTRE

ÉCOLE DE MASSOTHÉRAPIE  
ET DE KINÉSITHÉRAPIE

WWW.TABOIKAA.COM



Crème à la violette  
TABOÏKAA  
Nourrit et tonifie la peau  
Nourishes and tones the skin  
50ml

Crème à la violette  
TABOÏKAA  
Nourrit et tonifie la peau  
Nourishes and tones the skin  
50ml

Crème à la violette  
TABOÏKAA  
Nourrit et tonifie la peau  
Nourishes and tones the skin  
50ml

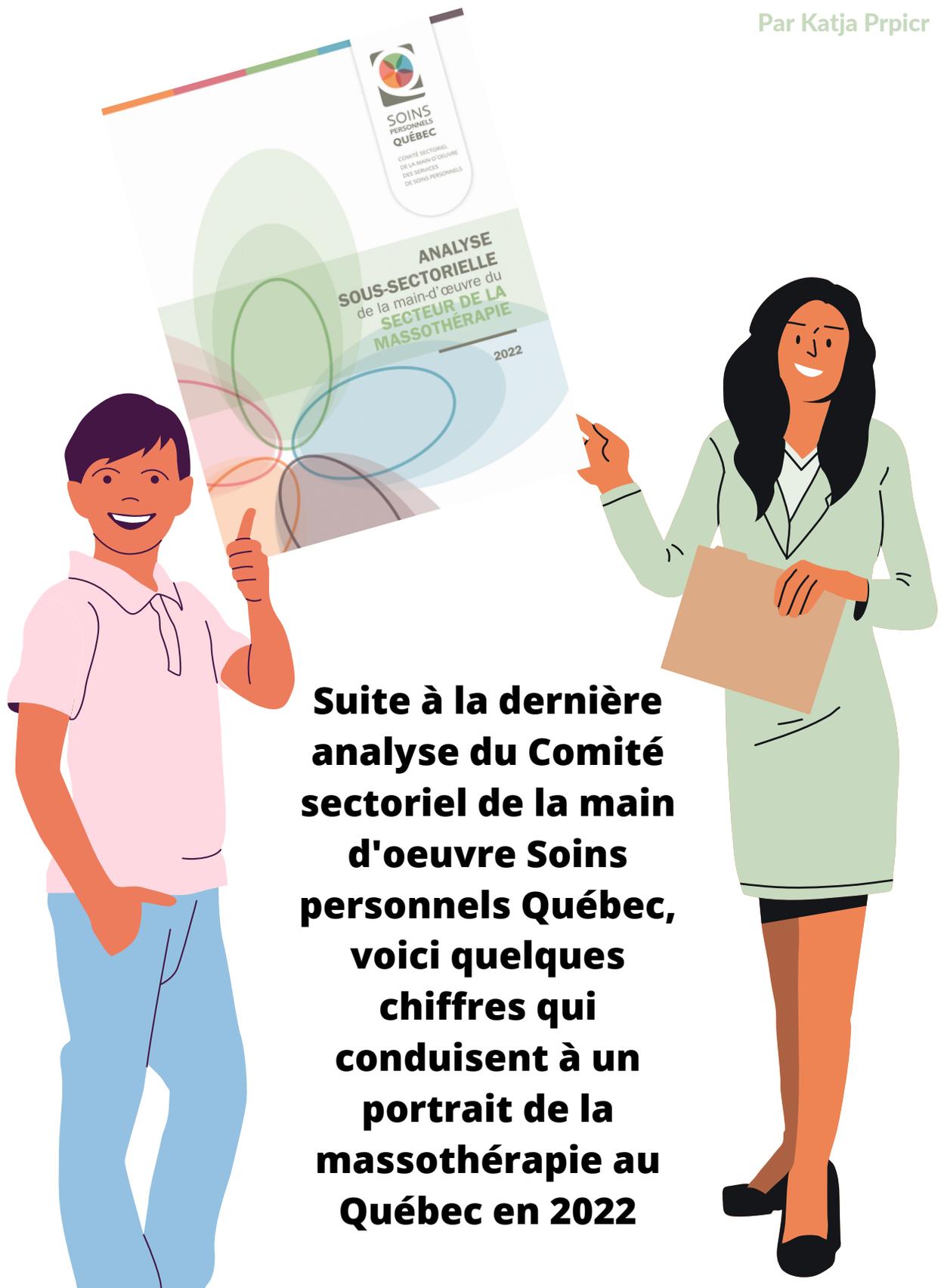
Crème à la violette  
TABOÏKAA  
Nourrit et tonifie la peau  
Nourishes and tones the skin  
50ml

Crème à la violette  
TABOÏKAA  
Nourrit et tonifie la peau  
Nourishes and tones the skin  
50ml

# MASSO'PRENEURS

## PORTRAIT DU SECTEUR DE LA MASSOTHÉRAPIE 2022

Par Katja Prpicr



**Suite à la dernière  
analyse du Comité  
sectoriel de la main  
d'oeuvre Soins  
personnels Québec,  
voici quelques  
chiffres qui  
conduisent à un  
portrait de la  
massothérapie au  
Québec en 2022**

La massothérapie vers une reconnaissance de plus en plus grande selon les chiffres de l'analyse sous-sectorielle du secteur de la Massothérapie réalisée par Soins Personnels Québec en 2022

# PORTRAIT

## DE LA MASSOTHÉRAPIE

ANALYSE SOUS-SECTORIELLE DE LA MAIN-D'OEUVRE DU SECTEUR DE LA MASSOTHÉRAPIE 2022  
*Le sondage, mandaté par le comité sectoriel de la main-d'oeuvre Soins personnels Québec, s'est déroulé du 15 juin au 3 novembre 2021, auprès de 636 répondants provenant du soussecteur de la massothérapie (557 travailleurs autonomes, 60 salariés et 19 employeurs)*

### Plus de massos:

D'après les chiffres de Statistique Canada, **depuis 2011 le nombre de travailleurs en massothérapie s'est accru** de façon significative et est passé de 6 630 à l'époque à 8 765 actuellement, **une augmentation de 32%**. Plusieurs travailleurs québécois choisissent ce métier en ce qu'il permet de concilier travail et vie de famille et/ou d'entamer une nouvelle carrière avec une qualité de vie intéressante.

### Plus de massos à plein temps

**55%** des massothérapeutes pratiquent leur métier à **temps partiel** alors qu'en **2016 c'était environ 60 %** des travailleurs du secteur qui travaillaient à temps partiel.

### Plus de massos travailleurs autonomes

Si en **2016 69 %** des massothérapeutes exerçaient leur profession avec un statut de travailleur autonome **en 2022, ce sont, selon Statistique Canada, 74% et selon l'étude mandatée par Soins personnels Québec ce serait même 88%** des massothérapeutes **qui pratiquent en tant que travailleurs autonomes.**

Cette augmentation pourrait s'expliquer par:

- L'accroissement de la demande pour les massages résultant en une plus grande régularité de revenus
- Une meilleure compréhension des enjeux de l'entrepreneuriat et des statuts d'emplois par les thérapeutes et les employeurs
- De plus en plus de programmes d'accompagnement en développement d'entreprise mis en place au niveau privé et public
- La popularité de l'entrepreneuriat. [Au Québec, l'intention d'entreprendre en affaires a triplé depuis 2009.](#)

### Toujours 84% des massos sont des femmes

Le paysage de la massothérapie est composé en grande majorité de femmes alors qu'elles représentaient 84 % des personnes exerçant dans le domaine en 2016, c'est toujours le cas en 2022 comparativement à 12%, moyenne que l'on retrouve habituellement dans les autres professions.



# PORTRAIT

## DE LA MASSOTHÉRAPIE

### **Une éducation dont le portrait change**

49 % des thérapeutes ont au minimum un diplôme d'études collégiales (DEC), en 2016 c'était 55% et au lieu de 80 % en 2016, en 2022 ce sont **83 % des massothérapeutes qui se disent très bien préparés ou assez bien préparés aux réalités et aux besoins du marché du travail** à la suite de la formation initiale qu'ils ont suivi

Si en 2016 c'était 86% des répondants qui avaient suivi au privé leur formation de base, en 2022 le chiffre a grimpé à 90%.

Aussi 89 % des massothérapeutes mentionnent avoir suivi de la formation continue à la suite du programme de base. En 2016 la moyenne des massothérapeutes cumulaient 778 heures de formations continues, en 2022 la moyenne est descendue à 578 heures.

Ces chiffres pourraient traduire différentes tendances telles que:

-La massothérapie est une profession choisie par de plus en plus de jeunes pour entrer sur le marché du travail rapidement. Ce n'est plus une deuxième carrière.

-Les cursus se veulent de plus en plus accessibles et ciblés et pratico-pratiques pour attirer les étudiants et répondre au besoin du marché du travail.

### **Des critères d'embauches qui s'appuient de plus en plus sur les compétences et l'expérience**

97 % des employeurs demandent un diplôme à l'embauche (école privée ou publique).

91 % analysent l'attitude et la personnalité des postulants (en 2016 c'était 94% des employeurs qui considéraient ce critère).

(47 % considèrent l'expérience des candidats comme critère d'embauche, à noter qu'en 2016 seulement 33% des employeurs considéraient ce critère.

37 % des employeurs exigent plus de 1 000 heures de formation lors de l'embauche, à noter qu'en 2016 ce chiffre s'élevait seulement à 10%

La rareté de main d'oeuvre qualifiée contribue à une amélioration de la reconnaissance des compétences.



# PORTRAIT

## DE LA MASSOTHÉRAPIE

### **Les massothérapeutes de plus en plus technos**

Plus de 7% en moyenne des massothérapeutes ont fait un virage web au cours des 6 dernières années, passant de 60% en 2016 à 67% en 2022 dans l'utilisation des réseaux sociaux et de l'internet.

Aussi 42% des thérapeutes ont un site internet maintenant.

47% utilisent un logiciel pour un aspect de la gestion de leur entreprise (réservation, facturation, comptabilité etc...)

### **Les massothérapeutes reçoivent plus de pourboires qu'avant**

En 2016 35 % des clients donnaient un pourboire, en 2022 c'est en moyenne 42% des clients qui remettent un pourboire aux thérapeutes.

### **Les massothérapeutes ont avantage à offrir des produits**

Environ un travailleur autonome massothérapeute sur cinq obtient

presque 10% de ses revenus de la vente de produits.

### **Les massothérapeutes mieux rémunérés mais encore du chemin à faire**

En 2022 **les femmes massothérapeutes** employées perçoivent un revenu d'emploi moyen de **3 % supérieur à celui de leurs homologues masculins. ( C'est une première ! )**

Les emplois dans le domaine offrent un **revenu annuel moyen de 20 317 \$**, un revenu encore très bas alors que le revenu d'emploi moyen des personnes travaillant à temps plein au Québec se chiffre à plus de 56 000 \$

À noter qu'en 2010 le revenu moyen à temps plein déclaré pour la profession de massothérapeutes était de 17 882 \$ ( une augmentation de 17% en 12 ans )...

# PORTRAIT DE LA MASSOTHÉRAPIE

Nous vous avons résumé rapidement les grands points de cette analyse sectorielle.

Il faut comprendre cependant que les revenus des travailleurs indiqués sont pour des emplois salariés à l'heure. Les revenus des travailleurs autonomes et des employeurs n'ont pas fait l'objet détaillé de l'analyse.

Aussi on parle de temps partiel versus temps plein en se basant sur des critères étrangers à la massothérapie. En massothérapie faire plus de 30 heures de massages par semaine est vraiment exceptionnel...

Il serait souhaitable pour une prochaine analyse sectorielle de mieux nuancer les catégories, préciser plus adéquatement les paramètres de temps plein et partiel et avoir un plus grand échantillonnage de répondants.

- Nous vous invitons à consulter le document original [Analyse sous-sectorielle de la main-d'oeuvre du secteur de la massothérapie - 2022](#)

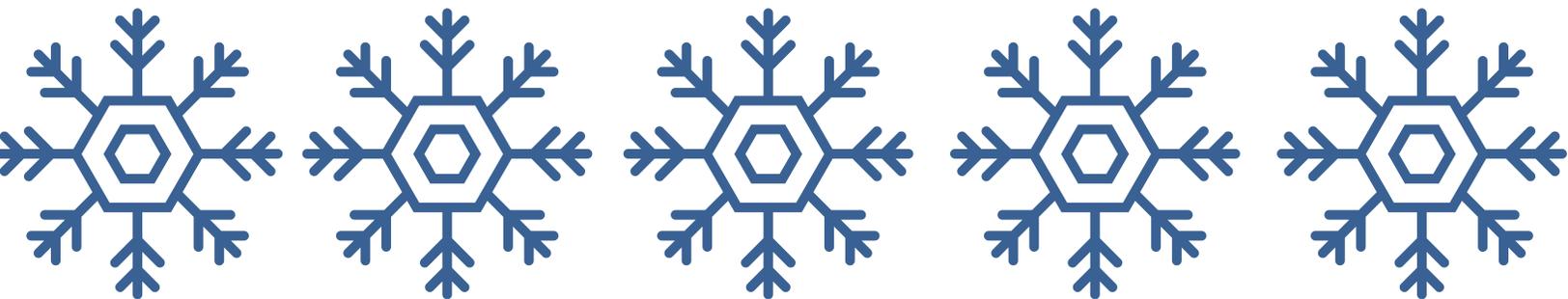




GROUPE  
RITMA

NATUROPATHES  
OSTÉOPATHES  
MASSOTHÉRAPEUTES  
KINÉSITHÉRAPEUTES  
ORTHOTHÉRAPEUTES

*Vous souhaitez  
de  
Joyeuses fêtes*



**L'ASSOCIATION QUI MET EN AVANT LES THÉRAPEUTES**



**LA PROCHAINE CONFÉRENCE  
CANADIENNE DE MASSAGE 2023  
AURA LIEU À HALIFAX**



**FOUR POINTS BY SHERATON HALIFAX  
1496 HOLLIS ST, HALIFAX  
JUNE 2 - 4, 2023**



[WWW.ONECONCEPT.COM](http://WWW.ONECONCEPT.COM)

*Idées cadeaux masso*



12

*idées  
cadeaux*

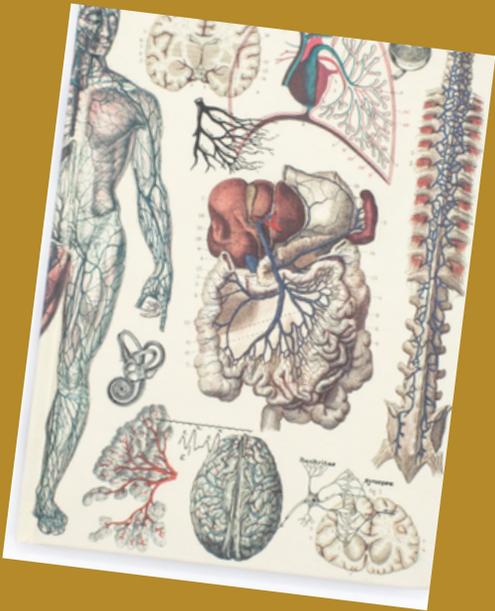


# *Idées cadeaux masse*

*Des porte-bouteilles  
d'huile de massage colorés  
sur Etsy 35.63*



*Un carnet de note  
anatomie style vintage  
sur Etsy 49.81*



*Double distributeur d'eau  
en verre  
(idéal pour eaux aromatisées  
Canadian tire 59.99*



# *Idées cadeaux masso*



*Le jeté rustique réversible  
effet mouton 130 x 150 cm  
Simons 40*



*Les tisanes Herbanie  
création Annie-Pier Coutu  
defleursenfleurs.com 13.00*



*Les bougies de massage IsaVela  
bougiesmassage.com 21.74*



## *Idées cadeaux masso*

*Vos coussins créés par des artistes  
à choisir sur Red Bubble  
à partir de 30\$*



*Le T-Shirt du balado québécois  
"Juste" Masso  
sur [justemasso.creator-spring.com](http://justemasso.creator-spring.com)  
à partir de 31.36*



*Des visuels  
qui facilitent  
l'animation  
de vos réseaux sociaux  
[academie.masso-cie.com](http://academie.masso-cie.com) 27.95*

# *Idées cadeaux massa*



*LE MAXIMISATEUR*

*Outil pour thérapeutes pour  
calculer le nombre de séances  
pour la clientèle possédant des  
assurances collectives*

*jdg-massotherapie.com 34.97*



*L'ensemble Akwaterra  
massage avec  
formation corps*

*massageakwaterra.com 689*



*Pierres calmantes | objet tactile anti-  
anxiété en céramique. Créatrice  
québécoise Naomi Charron  
naomicharronceramics Etsy 15*

L' ASSOCIATION QUI RESTE À L'AVANT-GARDE



# DEVENIR PARTENAIRE

APPEL D'OFFRES

## Massothérapie

COMMUNIQUEZ PAR COURRIEL À  
[fournisseurs@spalefinlandais.com](mailto:fournisseurs@spalefinlandais.com)



- *Primes spéciales du temps des fêtes*
- *Nous favorisons pour nos travailleurs autonomes d'allier facilement vie personnelle et professionnelle en s'assurant d'avoir des soins tout au long de l'année*

# La belle initiative de 2 passionnés



@«juste »masso

## Amélie

Massothérapeute  
Kinésithérapeute  
Charge de cours

Reorienté vers le plus beau métier du monde en 2014

Passion connexe : Jouer dehors !

« J'aime aider les gens dans leurs objectifs de mieux-être. »



« JUSTE » MASSO  
LE BALADO

@«juste »masso

## Michael Roger

Massothérapeute  
Kinésithérapeute  
Charge de cours

Reorienté vers le plus beau métier du monde en 2014

Passions connexes : La plongée sous-marine et les plantes

« Au quotidien, j'aime aider les gens à retrouver le confort dans leur corps. »



« JUSTE » MASSO  
LE BALADO



« JUSTE » MASSO  
LE BALADO

« JUSTE » MASSO  
LE BALADO

Des  
sujets  
sérieux

Sur un ton léger !



Des invités  
massothérapeutes  
qui parlent  
d'expérience





**« JUSTE » MASSO**  
LE BALADO

Deux massothérapeutes, Amélie Gauthier et Michael Roger de la région de Québec ont lancé, en mai 2022, un balado dynamique, intéressant et enrichissant qui s'adresse aux massothérapeutes de tout horizon.

Dans leur tout premier épisode ils présentent leur parcours et comment l'idée leur est venue de faire un podcast. Afin de ne pas briser le charme de ce premier contact avec eux, nous ne vous en dévoilons pas plus, nous ne vous dirons pas pourquoi le balado s'appelle "Juste" Masso. Nous vous invitons à aller écouter ce premier épisode, vous serez charmés... Ils ont décidé avec leur balado d'aborder des sujets très variés sur la massothérapie et la réalité des thérapeutes.

Né d'un besoin d'explorer les enjeux du milieu et d'en discuter "entre massos", ce nouveau balado part à la découverte de femmes et d'hommes qui ont des parcours ou des expériences en massothérapie à partager.

Ce balado permet aussi d'ouvrir le dialogue, et de développer des sujets avec différents angles de vue. Tolérance, bienveillance, humour sont au rendez-vous et lors des entrevues, des massothérapeutes nous racontent leur histoire en toute confiance et en toute sincérité..

Aucun sujet n'est tabou pour Amélie et Michael qui jouent d'humour et de légèreté pour surfer avec délicatesse sur des thèmes parfois sensibles.

Retrouvez tous les épisodes de ce nouveau balado inspirant animé par ces 2 massothérapeutes fortement sympathiques sur spotify ou apple podcast et suivez-les via leur page Facebook @justemasso !

# Vous êtes massothérapeutes ?

## PROSPA PEUT VOUS AIDER À TROUVER UN CONTRAT

Prospa est une plateforme de mise en contact entre les entreprises et les thérapeutes travaillant dans le domaine de la massothérapie



INSCRIPTION GRATUITE

[WWW.PROSPA.CA](http://WWW.PROSPA.CA)

# PRO SPA



Plusieurs employeurs à votre portée

Plusieurs professionnels à votre portée



**PRO**  
**SPA**

## VOUS ÊTES UNE ENTREPRISE DANS LE DOMAINE DES SPAS ET CLINIQUES

Grâce aux profils détaillés des candidats et aux nombreux outils de sélection disponibles, il est désormais plus simple que jamais de trouver un professionnel en massothérapie

*Prospa est une plateforme de mise en contact entre les entreprises et les thérapeutes travaillant dans le domaine de la massothérapie*



**INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT**

[WWW.PROSPA.CA](http://WWW.PROSPA.CA)



# LE RÉGIME D'ASSURANCE SANTÉ LE PLUS FLEXIBLE POUR VOUS ET VOTRE FAMILLE



- ✓ PROTECTION VIAGÈRE
- ✓ RÉGIME DE QUALITÉ SUPÉRIEURE
- ✓ AUCUN EXAMEN MÉDICAL REQUIS

## ASSURANCE MALADIE COMPLÉMENTAIRE 3 plans offerts

- Hospitalisation
- Spécialistes
- Soins de la vue
- Et plusieurs autres

## ASSURANCE SOINS DENTAIRES 2 plans offerts

- Soins de base et prévention
- Restaurations mineures
- Restaurations majeures
- Prothèses

## ASSURANCE VOYAGE

- 90 jours par voyage
- Médicaux hospitaliers  
5 000 000 \$
- Annulation 5 000 \$

## NOUVEAU ASSISTANCE SOINS À DOMICILE

- Pour vous permettre de rester à la maison lorsque vous avez besoin de soins de longue durée\*
- Repas
  - Répit
  - Soutien pour aidant naturel
  - Infirmière privée et autres



PLACEMENTS • ASSURANCES • INVESTMENT • INSURANCE

Français : 450 437-6041 • 1 888 447-3629 | Anglais : 1 855 855-2525  
info@odysseedirect.com | www.odysseedirect.com

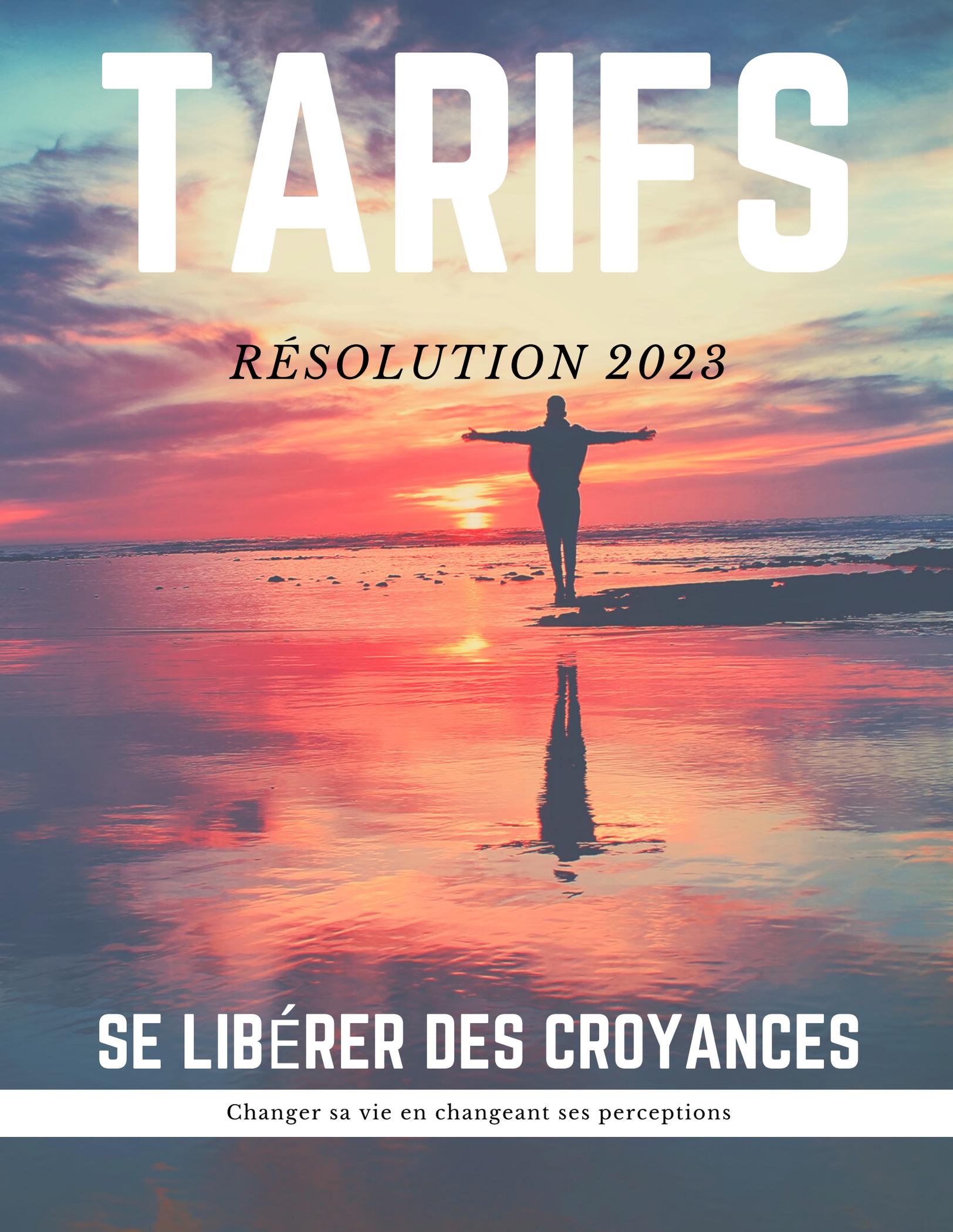
\* La personne assurée doit être en état de dépendance pour avoir droit à ces frais



[www.mapetiteboitezen.com](http://www.mapetiteboitezen.com)

RITUELS BIEN-ÊTRE

# TARIFS

A person stands on a beach at sunset, with their arms outstretched. The sun is low on the horizon, creating a vibrant orange and red glow. The person's silhouette is reflected in the calm water in the foreground. The sky is filled with soft, colorful clouds.

*RÉSOLUTION 2023*

**SE LIBÉRER DES CROYANCES**

Changer sa vie en changeant ses perceptions

Quand on est thérapeute, ce n'est souvent pas facile d'annoncer son prix.

**Comment fixer un prix juste et avec lequel vous allez vous sentir à l'aise sans crainte de l'annoncer même quand on débute ?**

**Il faut commencer par voir la chose autrement:**

Quand on débute, on ne sait pas vraiment où se placer.

Peu importe le prix qu'on fixe, on se trouve toujours trop cher.

C'est comme une sorte de syndrome de l'imposteur, version thérapeute.

**Rappelez-vous...**

Une personne qui vient vous voir ne vous paie pas pour un temps défini de soin en massage mais pour résoudre un problème.

**L'idée est donc de changer de perspective.**

Il est donc plus intéressant pour changer la donne de déterminer **combien vaut la résolution de ce problème.**

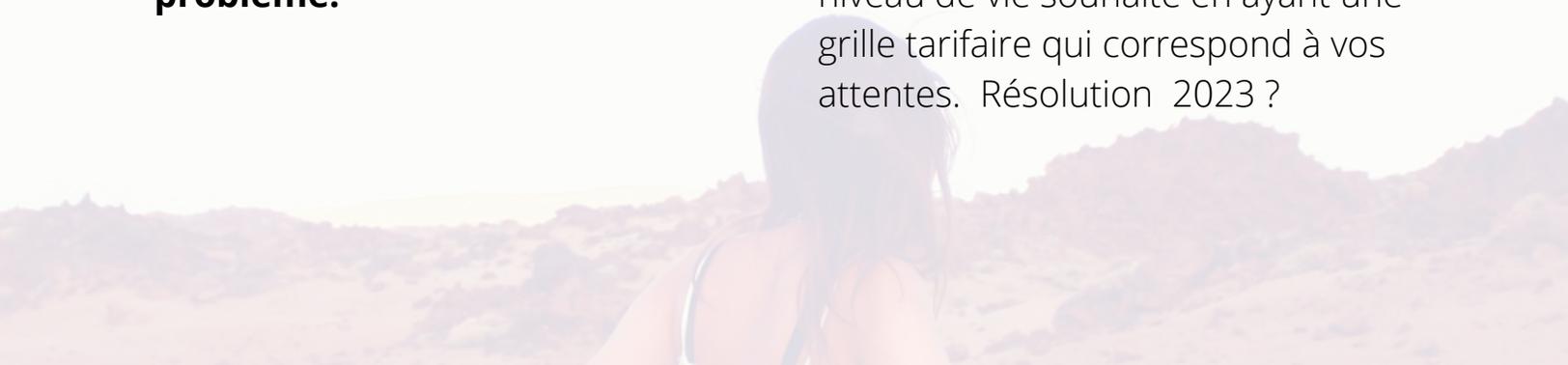
À partir de là, afficher un prix comparable aux autres thérapeutes n'est plus le critère. Votre prix est unique car **seul vous** êtes en mesure de **travailler** en massage votre client **comme vous le faites...** Votre tarif devient parfaitement justifié !

Des massothérapeutes qui ont la même formation chargent 60\$ leur massage d'autres 85\$, d'autre 100\$, d'autres 175\$ alors qu'est-ce qui les différencie? La perception de leur valeur et/ou les croyances que chacun entretient face à l'argent.

Alors en 2023 pourquoi ne pas faire une introspection face à vos prix?

Pour vous aider dans ce cheminement n'hésitez pas à faire appel à un mentor et/ou coach, une personne externe pourra plus facilement vous pointer les limitations inconscientes qui vous habitent.

Rassurez-vous, nous avons tous des croyances qui peuvent nous limiter dans notre développement. Alors n'hésitez pas à demander de l'aide extérieure pour atteindre votre niveau de vie souhaité en ayant une grille tarifaire qui correspond à vos attentes. Résolution 2023 ?



[www.defleursenfleurs.com](http://www.defleursenfleurs.com)

# De fleurs en fleurs

Hydrolats-Eaux botaniques



*Hydrolâgé*

*BRUINE FLORALE  
BRUME VÉGÉTALE  
PLUIE DE FLEURS*

[www.defleursenfleurs.com](http://www.defleursenfleurs.com)

# De fleurs en fleurs

TEINTURE DE CHAGA  
JUVENCE BOTANIQUE



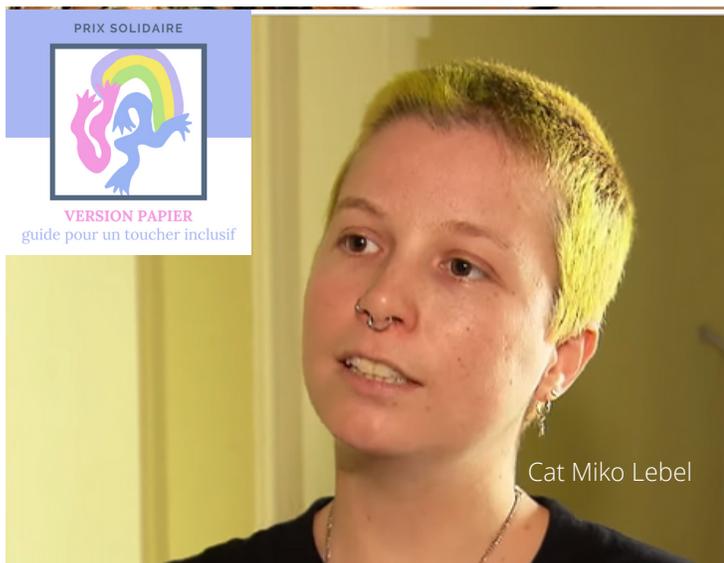
Enfleurâge



## En bref

### Un guide utile

le thérapeute en Shiatsu Cat Miko Lebel a créé un guide consacré aux thérapeutes manuels, ceux qui doivent toucher les gens dans le cadre de leur travail, par exemple en massothérapie ou en acupuncture, pour les aider à être plus inclusifs ou inclusives envers les personnes issues de la diversité (par exemple des communautés LGBTQ+, les personnes en situation de handicap ou les personnes neurodivergentes entre autres). Un guide à se procurer en contactant l'auteur [cat.lebel.shiatsu@gmail.com](mailto:cat.lebel.shiatsu@gmail.com)



Cat Miko Lebel

### Changement au CA de la FQM

Maroine Bendaoud qui a débuté sa carrière à la FQM en 2008 dans le cadre du renouvellement de la cotisation des membres

remplace Sylvie Bédard à la présidence du CA (Conseil d'administration) de la Fédération québécoise des massothérapeutes. M. Bendaoud est à la fois président et directeur de la FQM.



### Une première au Québec

Dans le milieu enchanteur du Bota Bota, Institut Axis a formé un 1er groupe de massothérapeutes aux ...ventouses. Ceux-ci pourront offrir sous peu ce nouveau service, une 1ère au Bota Bota et même une 1ère pour un Spa nordique au Québec d'offrir le massage aux ventouses!



Formation ventouse au spa

# En bref

## L'école Kiné-Concept - Guijek déménage

### relocalisation de Kiné-Concept - Guijek

Toutes les activités de l'institut de massothérapie seront relocalisées u nouveau campus de Longueuil, soit dans les locaux du Collège Ellis, dès 2023. C'est donc une nouvelle page qui se tourne pour Kiné-Concept - Guijek alors que cela fait plus de 40 ans qu'ils étaient situés au 760, rue Saint-Zotique à Montréal.

**Les formations en cours se poursuivront à Montréal jusqu'en juin 2023.**

## Incendie majeur au Mont-Gabriel

L'Hôtel & Spa Mont Gabriel, à Sainte-Adèle, a été victime **d'un incendie majeur le 2 décembre dernier**. Son directeur général, Martin Lavallée, ne sait pas encore quand l'établissement pourra rouvrir.mais souhaite la réouverture le plus rapidement possible. L'incendie a emporté deux salles de réception et a touché la salle à manger et la cuisine. Une dizaine de chambres ont eu des dégâts d'eau.

## Inscriptions ouvertes pour le championnat 2023

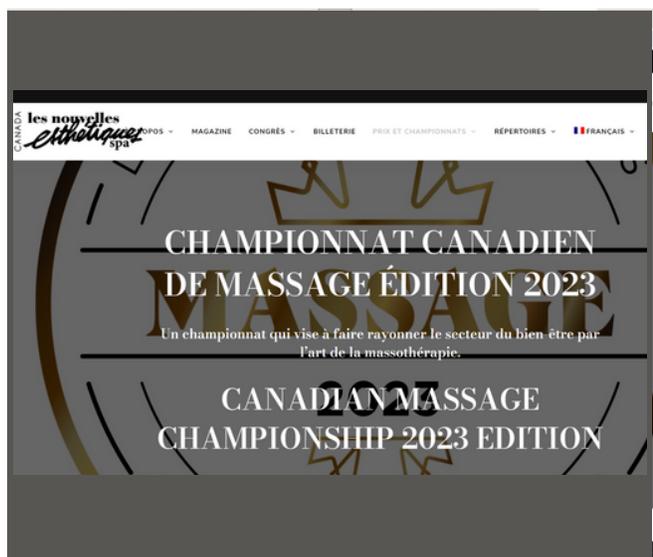
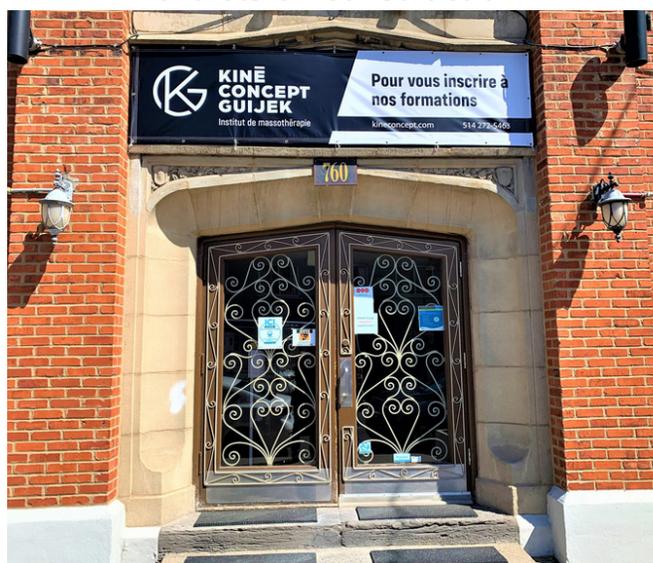
Le championnat canadien de massage LNE qui en est à sa deuxième édition à Montréal, vise à faire rayonner le secteur du bien-être par l'art de la massothérapie.

Le 7 & 8 mai 2023 le Palais des Congrès de Montréal accueillera cette compétition nationale, **pour vous inscrire c'est maintenant:**

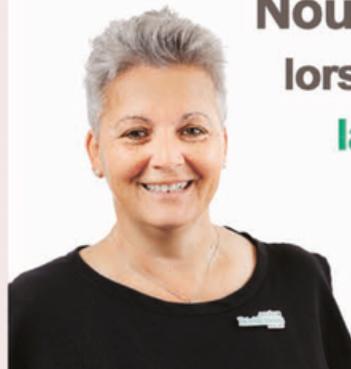
Profitez du prix d'inscription hâtif de 125\$\* \*rég.150\$)

<https://www.nouvelles-esthetiques.ca/championnats-lne-canada/championnat-de-massage/>

## Mini-chalets en construction



Nous avons la solution  
lorsqu'il s'agit de trouver  
la bonne résidence  
pour nos aînés.



FABIENNE COULLEREZ



MARIE-CLAUDE LAVOIE

Esterina Pilotti



Danielle Belliveau



Nathalie Bilodeau



Sylvia Holubinska



Natasha Di Ielsi



Carole Duchesne



Isabelle Brossard



Caroline Gauthier



Roger Caron



Lucie Bernard



SERVICE CONSEIL EN HÉBERGEMENT POUR AÎNÉS

SERVICE ENTièrement  
**GRATUIT**

[www.accesresidences.com](http://www.accesresidences.com)





**VISEZ JUSTE,  
LES TROUSSES  
MASSO-FLEX  
CIBLENT  
LA DOULEUR.**

[MASSO-FLEX.COM](http://MASSO-FLEX.COM)



 **MASSO-FLEX**

*Moi je vibre la vie!*

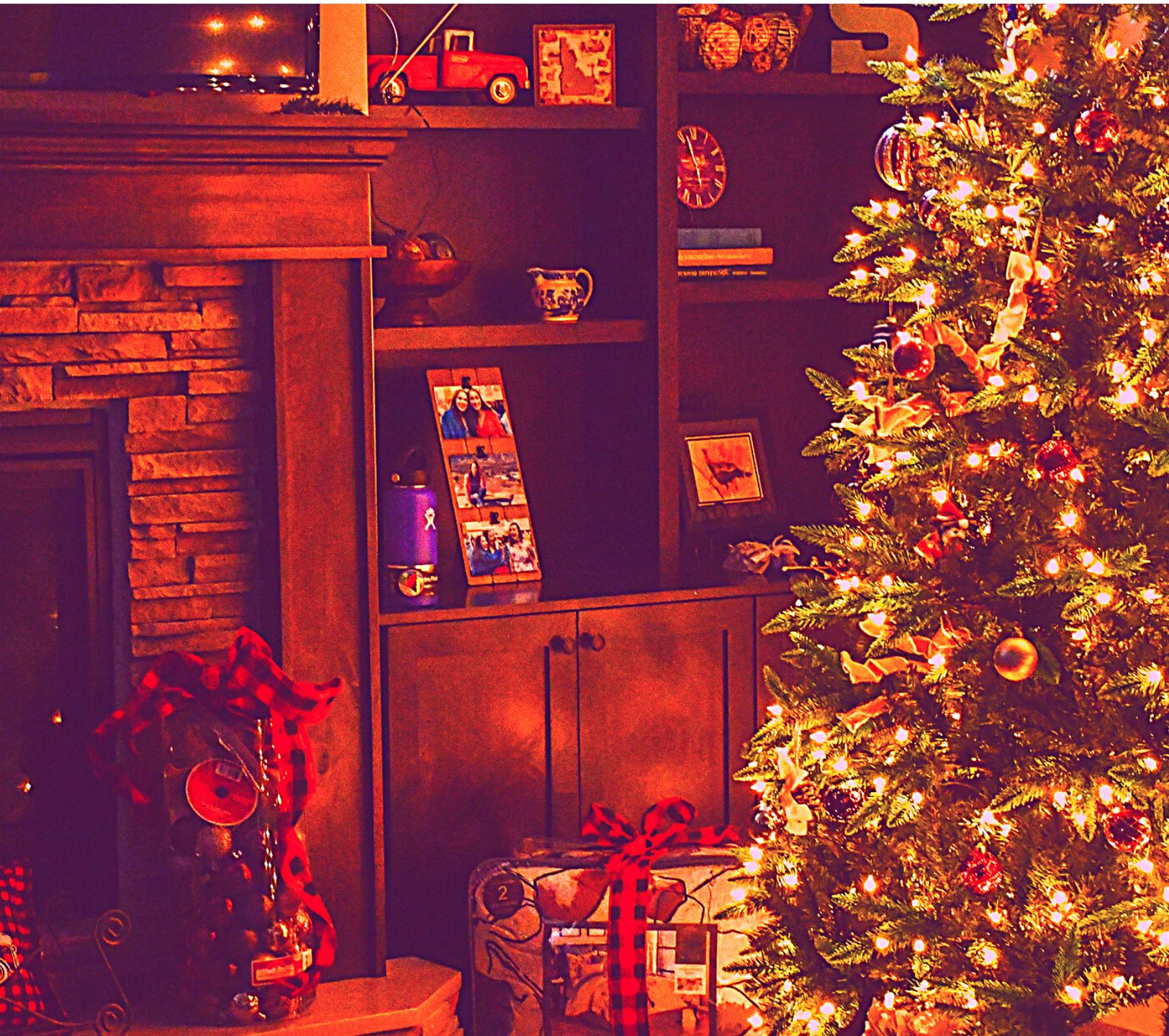
**Beurres de noix faits de noix crues,  
germées, biologiques, moulues sur pierre**



[www.ahtoutcrudanslebec.com](http://www.ahtoutcrudanslebec.com)

Par France Laplante

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



**À l'approche à grand pas des fêtes de fin d'année, c'est le moment idéal pour promouvoir ses services en massothérapie et gâter sa clientèle.**

Cette période est toute indiquée pour rappeler aux gens que c'est le moment parfait pour exprimer leur gratitude et faire du bien avec des cadeaux santé.

## **Organisez votre campagne**

Vous pouvez lancer votre campagne des fêtes encore maintenant. Il n'est pas trop tard! Cela peut être par la création de forfaits des fêtes et/ou la création de votre propre événement avec une touche ludique en proposant des mini-séances (massage sur chaise, soins des mains et des pieds express, massage de la tête) .

Si vous vendez des produits ou des chèques-cadeaux que ce soit en cabinet ou en ligne, vous pouvez également concevoir une campagne sur votre site, concours, sondage avec tirage afin de maintenir le lien avec vos clients.

Dans votre approche marketing, restez simple avec un énoncé clair promotionnel tel que « Évitez le stress des Fêtes en offrant la santé en cadeau. » ou « Nous offrons une sélection de produits et services bien-être pour gâter ceux que vous aimez »

À l'approche des vacances de décembre, intensifiez vos campagnes avec des rappels conviviaux sur la facilité avec laquelle les clients peuvent faire leurs achats de cartes-cadeaux chez vous par téléphone, en ligne ou en passant au cabinet. Indiquez vos heures d'ouverture.

## **Créer et entretenir le buzz sur vos réseaux sociaux**

Annoncez vos spéciaux des Fêtes tôt et souvent. Faites la promotion de produits via les réseaux sociaux (votre page d'entreprise Facebook, Twitter, Pinterest et d'autres sites sociaux), votre site Web, vos sites affiliés et vos infolettres par courriel.

L'utilisation des réseaux sociaux offre la possibilité d'approfondir les produits, d'inclure une photo en couleur des articles et même d'engager une conversation sur les articles. La clé d'un réseautage social réussi est l'établissement de relations.

Lorsque vous publiez des informations sur des produits sur des sites de réseaux sociaux, expliquez pourquoi vous utilisez le produit et incluez des témoignages de clients. Engagez vos lecteurs. Faites des sondages, posez des questions et demandez des commentaires et des idées.

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



## Autres idées de marketing pour les fêtes

Voici d'autres idées marketing efficaces pour les fêtes :

Diffusez vos publicités dans les publications imprimées de votre région qui font la promotion de l'achat local;

Placez des affiches chez vos partenaires bien-être avec leur autorisation. (exemple : dans les magasins d'aliments naturels, les gymnases, les centres sportifs et partout où vous pouvez trouver votre clientèle cible );

Créez un dépliant sur les forfaits-cadeaux des Fêtes à offrir aux clients actuels et potentiels. Exemple: prenez et numérisez des photos de vos paquets cadeaux. Puis au verso de la page imprimez les prestations, tarifs et coordonnées pour passer commande ;

Mettez des affiches dans la salle d'attente, le vestiaire et les toilettes de votre bureau pour annoncer vos offres spéciales et vos cartes-cadeaux .

Postez des cartes postales ordinaires ou surdimensionnées à vos meilleurs clients en les remerciant de leur fidélité et en

annonçant vos offres groupées de produits et/ou de services pour les fêtes ou la prochaine année. Malgré toutes les communications électroniques d'aujourd'hui, le publipostage personnalisé à vos clients reste un outil très efficace.

Si vous donnez des conférences publiques, ou si vous participez à des podcasts ou des émissions radios ou télé n'oubliez pas de mentionner vos offres des fêtes

## Idées de forfaits et de réductions

De nombreux thérapeutes proposent des offres groupées de produits, des remises spéciales ou des services à valeur ajoutée à leurs clients actuels pour montrer leur appréciation et relancer l'esprit des fêtes. Vous souhaitez proposer des options de cadeaux dans plusieurs gammes de prix et proposer plusieurs types de forfaits, en particulier si vous ne le faites pas habituellement.

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



## Des cartes cadeaux pour les fêtes :

On ne fait pas des promotions juste pour faire des promotions. Rappelez-vous que le but des promotions a plusieurs objectifs:

-Augmenter vos ventes en vous assurant d'un volume.

Les certificats cadeaux peuvent représenter jusqu'à 30% des ventes d'une pratique en massothérapie. Pour que cela soit gagnant-gagnant il est préférable de privilégier les offres de rabais ou de gratuité sur des achats de forfaits incluant plusieurs massages. Il est aussi possible d'utiliser les forfaits pour faire connaître vos autres types de massage ou de service.

### Le saviez-vous?

Au moins 20 % des cartes-cadeaux données sont inutilisées

Lors du passage chez vous, plus d'un tiers de vos clients effectueront une dépense de 40% supérieure au montant de la carte si vous offrez des produits ou services connexes.

***Depuis 2010, la Loi sur la protection du consommateur interdit aux entreprises d'inclure une date d'expiration dans leurs cartes-cadeaux et le consommateur peut donc profiter de sa carte cadeau tant et aussi longtemps que le commerce ne ferme pas ses portes.***

## Dynamiser l'image de marque de son entreprise et parler à son client

Avec l'explosion d'internet et des objets connectés, les consommateurs ont **profondément changé leur mode de vie** et s'attendent à avoir l'équivalent dans leur consommation. Le client veut désormais être pris en considération par les entreprises. Les cliniques et thérapeutes doivent désormais créer une **expérience client unique et personnalisée** afin de créer un lien durable. Et si cette expérience pouvait se construire grâce à **la carte-cadeau** ? Qu'elle soit physique ou digitale, la carte est totalement personnalisable de par ses multiples fonctionnalités (choix d'un visuel, prise d'une photo/vidéo, rédaction d'un message ...).

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



Votre marque et son univers y sont retranscrites et sont directement liées aux valeurs du cadeau.

Jouez avec les présentations de vos forfaits: Proposez des massages signatures créés pour la saison en mettant en valeur vos différentes techniques et connaissances (exemple: aromathérapie, massage Akwaterra, polarité, californien, réflexologie, kinésithérapie etc..)

## **Portez une attention à votre présentation**

exemple: Attachez un ruban autour d'un certain nombre de certificats (disons 6), attachez une note colorée qui dit quelque chose comme « Cadeaux à offrir », puis enveloppez quelques certificats (peut-être deux) et attachez une autre note colorée qui dit : « Et cadeau pour moi, car j'ai besoin aussi de prendre soin de moi pour prendre soin des autres ! »

Jouez sur l'élément de surprise: faites des pochettes surprises (offrez vos massage ou présentez vos cadeaux avec des fiches conseils, une balle de tennis pour l'auto-massage, des sachets de tisane, des suggestions de recettes santé etc..)

## **Faites la promotion de vos promotions**

Mentionnez vos services et promotions de vacances dans tous vos supports marketing, en particulier votre site Web, les sites de médias sociaux, les envois d'e-mails, les brochures, les dépliants et les publicités. Si vous distribuez un bulletin d'information, incluez un avis sur les offres groupées et les ventes de chèques-cadeaux dans chaque numéro.

Les rappels délicats et de bon goût concernant la période de disponibilité de vos promotions sont toujours appréciés. N'oubliez pas que cela ne doit pas nécessairement se limiter aux ventes saisonnières ; les chèques-cadeaux, les cadeaux d'appréciation et les promotions au détail peuvent faire partie intégrante d'un programme de marketing tout au long de l'année.

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?



**Voici quelques faits qui peuvent vous aider à planifier votre campagne de vente au détail des Fêtes :**

La personne moyenne dépense environ 800 \$ pendant les vacances (600 \$ en cadeaux pour les autres, 200 \$ en décors et en nourriture). 77% des personnes profitent des offres pour elles-mêmes.

46 % des achats des Fêtes sont effectués en ligne, 21 % des acheteurs utilisent des appareils mobiles.

Plus de 50 % des gens veulent réellement des cartes-cadeaux.

Alors que certaines personnes sont des acheteurs avertis et achètent des cadeaux tout au long de l'année, la majorité attend pour acheter des cadeaux que la saison des fêtes batte son plein.

Si 8 consommateurs sur 10 prévoient acheter des cadeaux pour les autres cette année, 62 % déclarent que leurs habitudes à cet égard ont changé au cours des dernières années,

principalement parce qu'ils souhaitent faire des cadeaux ayant une plus grande signification à moins de gens.

Six consommateurs sur 10 chercheront plus les aubaines cette année que les années passées, et plusieurs analyseront les produits d'un plus grand nombre de détaillants pour s'assurer de trouver les meilleurs cadeaux au meilleur prix.

Par ailleurs, bien qu'un certain nombre de consommateurs aient commencé à faire leurs achats des Fêtes en novembre cette année, ils semblent vouloir attendre un peu (36 % en 2022, contre 42 % en 2021), sans doute dans l'espoir de trouver des aubaines encore plus intéressantes plus tard.

Fait intéressant, 6 consommateurs sur 10 effectueront aussi leur recherche de cadeaux directement en boutique cette année (plus que l'an dernier) dans l'espoir de retrouver l'excitation du magasinage des Fêtes qu'ils aimaient tant avant la pandémie.

# PRÊTS POUR VOS PROMOTIONS DES FÊTES ?

## Des idées de promotions

- Achetez 3 certificats-cadeau de massage d'une heure et le quatrième à X % de rabais
- Achetez cinq chèques-cadeaux de massage d'une heure et recevez un panier rempli de produits liés à la santé, (vous pouvez aussi opter pd' offrir une plante aromatique ou qui se mange avec ses bienfaits cela fait toujours plaisir -Romarin, stevia, coriandre- ou pour le temps des fêtes une décoration de Noël personnalisée )
- Pour chaque deux chèques-cadeaux de massage d'une heure que vous achetez, recevez un chèque-cadeau de réflexologie d'une demi-heure gratuit.
- Achetez cinq chèques-cadeaux de massage d'une heure et demie au prix de cinq chèques-cadeaux de massage d'une heure.
- Recevez un petit cadeau gratuit (d'une valeur au détail inférieure à 10 \$) avec chaque achat de 2 certificats-cadeaux.
- Achetez trois chèques-cadeau de massage d'une heure et recevez un chèque-cadeau de massage de 45 minutes gratuit.
- Achetez 10 chèques-cadeaux de massage d'une heure et recevez un certificat pour un souper pour deux [insérer le nom d'un restaurant (ou même offrir plusieurs options)].

## Des phrases pour jazzer vos offres

Offrez la santé en cadeau.

Offrez le bien-être en cadeau.

Ici, VOTRE guichet unique pour les cadeaux qu'ils adoreront.

Des cadeaux qu'ils vont adorer et qui leur font du bien !

Le massage est le cadeau passe-partout.

Le massage garantit à la personne qui vous est chère au moins une heure pour se détendre et être le centre de l'univers.

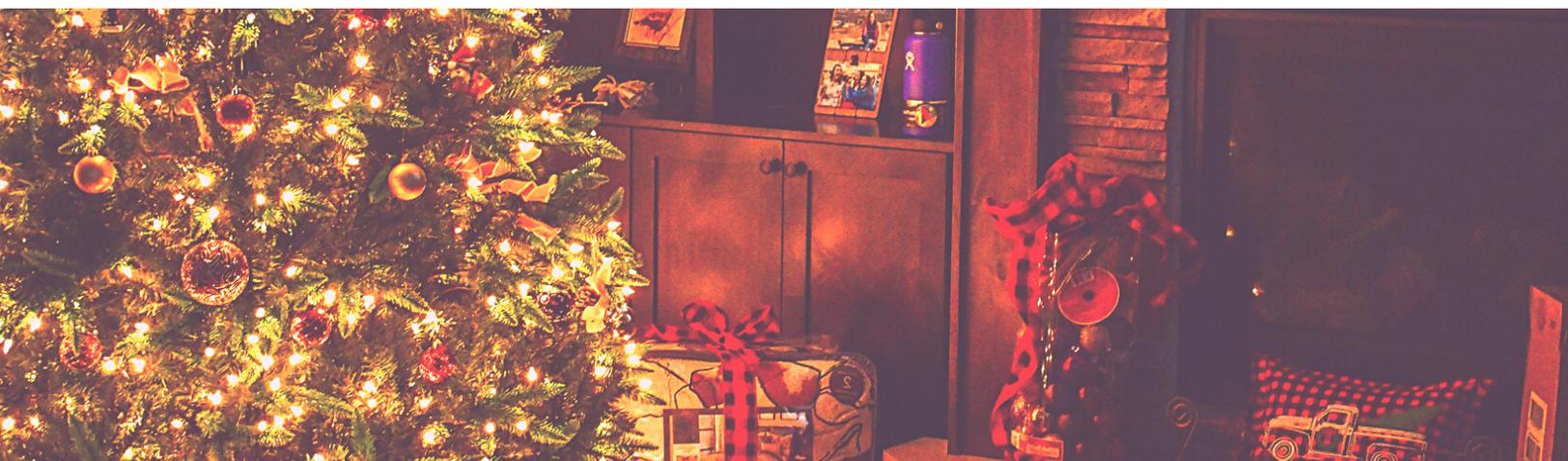
Un massage n'est pas un cadeau qui reste sur une étagère à ramasser la poussière...

Sortez de l'ordinaire... offrez un massage

Détendez-vous tout au long de la période des fêtes avec un massage.

Profitez des fruits de votre travail acharné. Offrez-vous des vacances avec des moments massages.

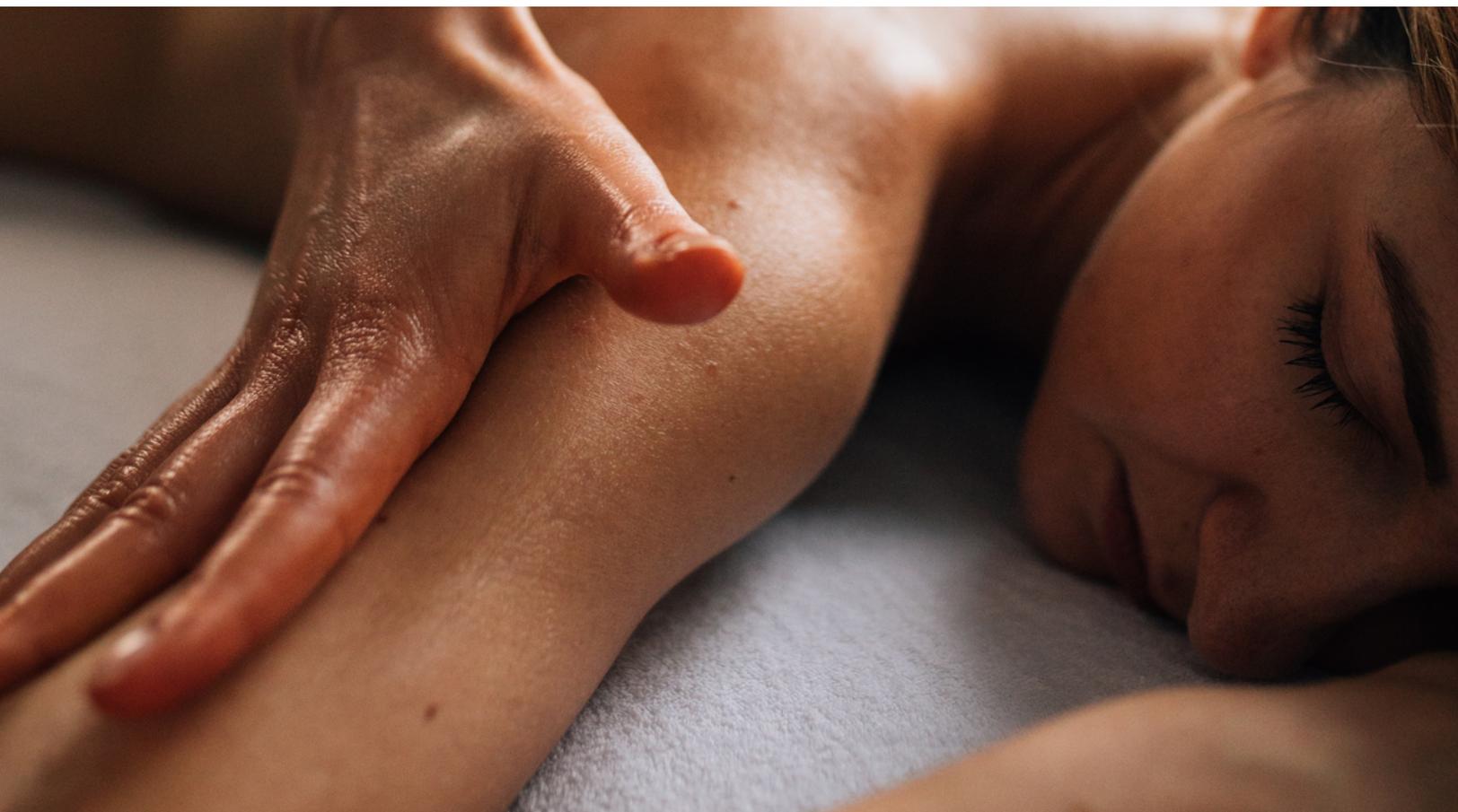
Avec un massage vous pouvez enfin dire j'aaaaaadoore les fêtes!





GROUPE  
RITMA

NATUROPATHES  
OSTÉOPATHES  
MASSOTHÉRAPEUTES  
KINÉSITHÉRAPEUTES  
ORTHOTHÉRAPEUTES



VOUS POUVEZ VOUS FORMER AU QUÉBEC DANS L'UNE  
DES 138 ÉCOLES RECONNUES PAR NOTRE ASSOCIATION



**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**



**Le massage peut être un puissant outil d'adaptation et de détente pendant la période des fêtes, période à laquelle les niveaux de stress sont reconnus pour être très élevés.**

Les festivités peuvent être une période stressante, même si vous aimez ce moment de l'année..

Une enquête menée en 2018 par l'American Psychological Association a révélé que 38 % des personnes déclaraient que leur niveau de stress augmentait pendant les vacances du temps des fêtes et que cet effet était plus marqué chez les femmes que chez les hommes (44 % contre 31 %). D'autres enquêtes ont révélé qu'un nombre beaucoup plus élevé - jusqu'à 90 % - de personnes sont stressées pendant les congés de fin d'année à propos de diverses choses. Celles-ci incluent l'argent, le gain de poids, les foules et les longues files d'attente, les voyages et le temps passé avec des proches. Et ce stress peut avoir de réelles conséquences tant sur le bien-être physique que psychologique.

**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**

**SCIENCE**



Heureusement, les massages peuvent aider à faire face à la montée en flèche des niveaux de stress associés à la plus belle période de l'année. Si les gens recherchent des preuves scientifiques que le massage peut réduire le stress, voici un tour d'horizon des résultats sur les effets de différents types de massage - y compris la réflexologie et le massage facial - sur les niveaux de stress et d'anxiété.

## **La massothérapie diminue le stress et l'anxiété**

Des chercheurs de Touch Research Institutes ont examiné des études sur les effets de la massothérapie sur la biochimie, y compris la diminution du cortisol et l'augmentation des niveaux de sérotonine et de dopamine. Les recherches examinées comprenaient des études sur la dépression, la douleur, les maladies auto-immunes, le VIH, le cancer du sein et le stress lié au travail, au vieillissement et à la grossesse.

**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**

**SCIENCE**



*Massage*



## **La réflexologie aussi est associée à la réduction du stress et à la diminution de la tension artérielle**

Une étude de 2007 à l'Université Angela Ruskin a examiné les effets de la réflexologie sur le stress et l'anxiété et a constaté que les clients qui ont subi des traitements de réflexologie ont connu une plus grande diminution de l'anxiété et de l'activité cardiovasculaire que le groupe témoin. Ces résultats étaient cohérents avec la "réduction du stress", ont déclaré les auteurs.

Une autre étude de 2017 publiée dans le European Journal of Integrative Medicine a révélé que la réflexologie des mains soulageait l'anxiété sans aucun effet indésirable sur les patients avant l'angiographie coronarienne, et a conclu qu'elle peut être recommandée comme intervention infirmière non pharmacologique avec d'autres méthodes pour soulager les patients. 'anxiété.

Et une étude de 2006 publiée dans le Journal of Korean Academy of Nursing a examiné les effets d'un auto-massage de réflexologie plantaire sur la dépression, les réponses au stress et la fonction immunitaire chez les femmes d'âge moyen, et a constaté qu'il y avait

**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**

**SCIENCE**



une différence statistiquement significative dans la dépression, le stress perçu, la tension artérielle systolique et les cellules tueuses naturelles.

Les auteurs de la recherche ont conclu qu'"un auto-massage de réflexologie plantaire pourrait être utilisé comme une intervention infirmière efficace pour réduire la dépression et les réponses au stress, et pour renforcer le système immunitaire chez les femmes d'âge moyen".

### **Le massage du visage améliore l'humeur et calme l'anxiété**

Les soins du visage ne sont pas seulement bons pour la peau. Ils sont également bons pour l'humeur et le bien-être.

Une étude réalisée en 2008 à l'Université de Kyushu, à Fukuoka, au Japon, a révélé qu'un massage facial de 45 minutes réduisait l'anxiété et atténuait l'humeur négative chez les femmes adultes en bonne santé.

L'étude a porté sur 32 femmes, âgées de 20 à 40 ans. Chacune a reçu le même type de massage facial, dans lequel le visage a d'abord été massé à l'aide d'un lubrifiant à base de crème. Cela a été suivi d'un soin à la

**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**

**SCIENCE**



vapeur, après quoi le visage a été à nouveau massé avec une lotion hydratante.

La fréquence cardiaque et l'activité nerveuse parasympathique et sympathique ont été mesurées avant et après chaque massage. Les niveaux d'humeur et d'anxiété ont également été mesurés.

L'activité nerveuse parasympathique a augmenté pendant le massage, et l'activité nerveuse sympathique a augmenté ensuite. Le premier est lié à un état physique détendu, et le second à un état physique stimulé, et les auteurs de l'étude ont émis l'hypothèse que le massage facial peut avoir un effet stimulant ou rafraîchissant ainsi que des bienfaits relaxants.

L'étude a également révélé une diminution significative de l'anxiété et de l'humeur négative des sujets. "Ces résultats suggèrent que le massage facial a eu de forts effets sur la réduction du stress ou la relaxation psychologique", ont déclaré les auteurs.

**DES PREUVES  
SCIENTIFIQUES QUE LE  
MASSAGE PEUT RÉDUIRE  
LE STRESS DU TEMPS  
DES FÊTES**

**SCIENCE**



# GRATUIT Boomers & Cie

MAGAZINE & WEB | POUR LES BOOMERS ACTIFS

## Joyeuses Fêtes!

CUISINE : UN MENU DES FÊTES DÉCADENT

VOYAGE : VIVE LES VACANCES AU SOLEIL!

BIEN-ÊTRE : DES RÉOLUTIONS UNIQUES  
POUR DÉBUTER L'ANNÉE DU BON PIED

## GUYLAINE TANGUAY UNE VOIX DE CŒUR



jeanguyayotte.com  
514-603-7000



partenaires  
immobiliers

AGENCE IMMOBILIÈRE



## RENÉ LEMAY

COURTIER IMMOBILIER AGRÉÉ DA



opiniondevalleur.com

*c'est gratuit!*

Un service EN LIGNE pour en savoir plus  
sur la valeur de votre maison!

PAR JEAN-MARC GIRARD

# LA GUÉRISON COMME PROCESSUS DE LIBÉRATION DE L'ÊTRE



LA VIE ESI PLEINE DE RESSOURCES

C'EST UN APPEL, UN CHOIX, UNE GRÂCE,  
QUI OUVRE NOTRE CŒUR, NOTRE ÊTRE, À  
L'AMOUR LA GUÉRISON COMME PROCESSUS  
DE LIBÉRATION DE L'ÊTRE



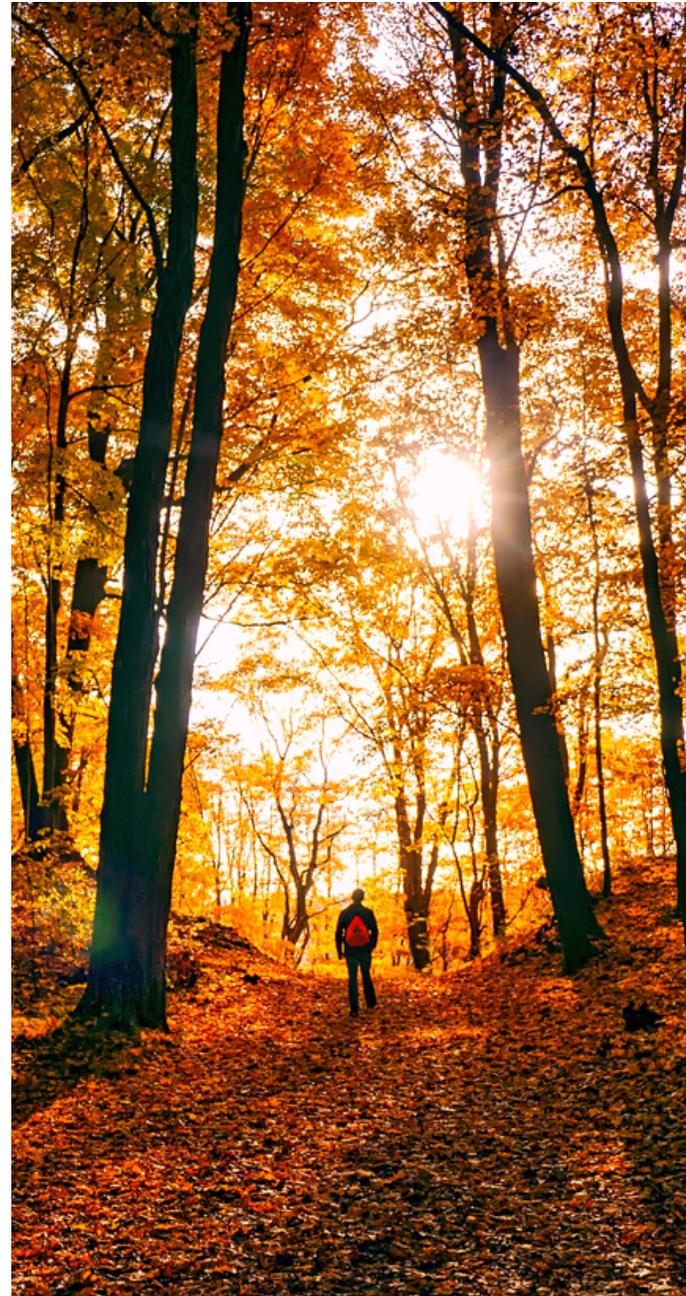
## **La guérison comme processus de libération de l'être**

(deuxième partie de l'article *GUÉRIR AVEC LE TOUCHER THÉRAPEUTIQUE*)

La guérison est un processus de libération de l'être où les structures limitantes issues de nos blessures, les structures de défense, de contrôle sont transformées, permettant à l'âme d'évoluer à travers ses défis humains.

C'est un appel, un choix, une grâce, c'est la foi qui ouvre notre cœur, notre être, à l'amour et à la reconnaissance que le renouveau, le pardon est possible.

L'essence de l'être, la source lumineuse, pure et parfaite, est parfois emprisonnée dans l'épaisseur, dans la noirceur constituée par les croyances, les événements, les structures qui limitent, qui cachent, qui provoquent des distorsions au niveau de l'expression de notre être, de l'évolution, de l'incarnation, de la manifestation de l'être en général.





## MASSO'PRENEURS

Il est bon de faire la distinction entre la guérison d'une dimension blessée et en souffrance, et les étapes d'évolution qui nous confrontent à des défis qui sont tout simplement des éléments dans notre apprentissage d'incarnation.

### **Exemple :**

***On peut être guéri d'une trahison d'amour qui a cicatrisé notre cœur.***

***Mais, on n'a pas besoin de guérir de l'apprentissage de son évolution, son ouverture et son expression.***

***Nos expériences humaines façonnent notre cœur, notre âme évolue à travers sa croissance.***

LA GUÉRISON  
COMME  
PROCESSUS DE  
LIBÉRATION DE  
L'ÊTRE





LA GUÉRISON  
CONDUIT À UN  
CHANGEMENT  
GLOBAL,  
INTÉGRAL

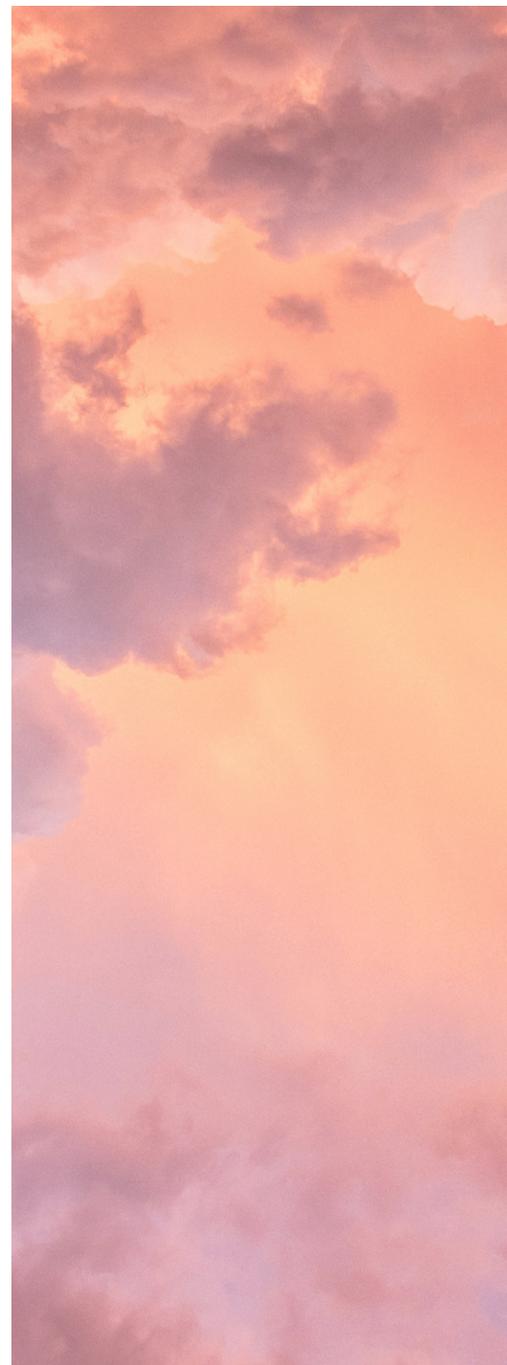
On peut aussi évoquer la guérison en termes d'évolution de la conscience confrontée à des étapes, des défis qui exigent l'évocation de notre volonté et la conscience de notre dimension de co-créateur.

**Le processus de guérison nous demande de mourir de nos anciennes formes de vie pour renaître à de nouvelles, de se débarrasser de nos anciennes structures pour laisser émerger de nouvelles formes. C'est un appel à une transformation profonde et non pas à une simple « rénovation ».**

La guérison constitue un changement de niveau vibratoire (un changement de paradigme, un saut quantique).

Pour guérir une dimension, au niveau par exemple du corps physique, on ne peut pas seulement rester à ce niveau, il faut ouvrir la conscience à des niveaux supérieurs (cœur, tête, âme), rétablir l'union, l'harmonie.

La guérison conduit à un changement global, intégral, qui se réalise à travers chaque dimension de la conscience. C'est un processus naturel inné qui dirige notre être à retrouver l'état d'équilibre et de santé à toutes les dimensions de notre vie.





**Quand on se reconnecte avec notre être essentiel et qu'on suit l'intelligence de notre lumière intérieure, on guérit.**

L'ego, la conscience humaine, permet à la Présence, la Grâce, le pouvoir de la Vie d'agir et de transformer notre réalité.

On ouvre notre conscience au besoin profond qui s'exprime à travers la maladie, le défi, la souffrance, on devient plus complice avec cette difficulté qui est un allié, qui nous éveille au besoin profond.

On répond à son appel, on devient co-créateur dans ce processus de guérison et de transformation de conscience, non seulement pour soi, mais pour tous ceux qui souffrent pour toute la vie.

ON DEVIENT  
CO-CRÉATEUR  
DANS CE  
PROCESSUS  
DE GUÉRISON

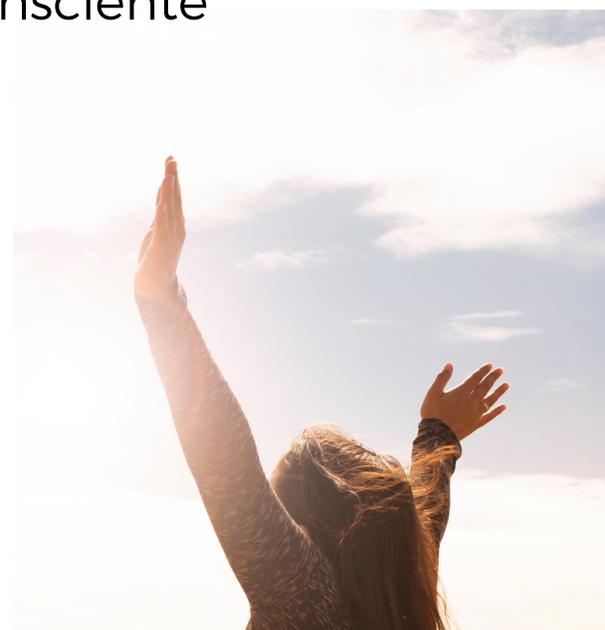


# LA GUÉRISON COMME PROCESSUS DE LIBÉRATION DE L'ÊTRE

## **Le processus de guérison :**

*L'égo se remet dans les mains de sa lumière éternelle, se remet à la Grâce :*

La souffrance ...~ son expression ...~ le questionnement ...~ l'acceptation ...~ le lâcher-prise ...~ la recherche ...~ l'identification du besoin ...~ la déstructuration des schémas de survie ...~ la libération de l'être ...~ la transformation de conscience...~ la restructuration plus consciente de notre vie ..~ l'intégration dans notre quotidien...~



# LE TOUCHER THÉRAPEUTIQUE FORMATION

**Le Toucher Thérapeutique** vise la santé intégrale de la personne. L'approche est basée sur l'intuition créative qui permet d'intégrer plusieurs techniques selon le besoin présent et les ressources du thérapeute et du client.

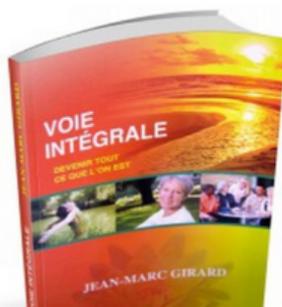
Voici quelques techniques qui peuvent accompagner les échanges énergétiques: la respiration; la suggestion verbale (ex. : « sois dans un état d'ouverture à toi-même ») pour amener la personne dans un état de détente et de réceptivité; le contact physique (étirement, massage, etc.) pour favoriser un relâchement physique et physiologique; l'imagerie mentale et sensitive pour évoquer des qualités, des couleurs, des atmosphères psycho-énergétiques; les échanges verbaux; l'art thérapie pour accompagner le processus psychologique, etc.

Ainsi, les exercices amènent la personne à développer ses sensibilités à ce monde subtil, les techniques équilibrent les champs énergétiques, les approches encadrent les aspects de la relation d'aide dans ce type de travail thérapeutique. Mais ce qui est tout aussi important, c'est le bien-être du thérapeute, son évolution, son engagement à se connaître dans ses forces et faiblesses, qui permet un échange riche, humain et thérapeutique.

## La voie intégrale

Être trop concentré sur soi-même devient un piège. Apprendre à être à l'écoute du bien-être des autres est vital pour notre propre bien-être, une Voie intégrale vers notre chez-nous, ensemble.

Nous savons tous que cela est possible, ensemble nous le réaliserons, et bien plus encore.



FORMATIONS TOUCHER  
THÉRAPEUTIQUE:  
Pour toute information,  
voir la page: [Toucher  
Thérapeutique](#)

**Jean-Marc Girard**  
thérapeute psycho-intégral  
auteur, de la Voie Intégrale  
formateur de la Relation  
d'Aide Intégrale

**[info@jeanmarcgirard.com](mailto:info@jeanmarcgirard.com)**  
**[www.jeanmarcgirard.com](http://www.jeanmarcgirard.com)**  
*Un des fondateurs de l'Institut Guijek*

# Le réseau bien-être de la Francophonie



[WWW.massocie.org](http://WWW.massocie.org)

**VOUS SOUHAITE**



**De Joyeuses fêtes**