

PROJECTEURS

L'éclairage indispensable
pour préparer votre projet



crédits photo : Fotolia

● **LE MARCHÉ DU BIEN-ÊTRE :
MÉDECINES DOUCES,
RELAXATION, MODELAGE
ET MASSAGE**

ISBN 978-2-84079-424-0 (PDF)

ISBN 978-2-84079-425-7 (EPUB)

ISBN 978-2-84079-426-4 (AZW)

ISBN 978-2-84079-427-1 (MOBI)

AGENCE POUR LA CRÉATION D'ENTREPRISES
apce.com


APCE

**“Le nouveau siècle s’achemine
vers une synthèse des différentes
médecines sous le signe
du corps et de l’esprit”**

David Servan Schreiber

**“Plus il sera facile de se perdre
dans un déluge d’informations,
plus il deviendra essentiel d’être
en contact profond avec soi-même”**

Christian Lamontagne

En Bref

04

1. Définition de la profession

05

2. Éléments de l'étude de marché

11

3. Moyens pour démarrer l'activité

23

4. Éléments financiers

25

5. Règles de la profession

28

6. Contacts et sources d'information

35

7. Bibliographie

41

! MISES EN GARDE

1. Dossier réalisé par l'APCE et certains organismes professionnels. Malgré tout le soin apporté à sa réalisation, nous ne pouvons garantir dans le temps les informations et nous déclinons toute responsabilité quant aux conséquences résultant de leur usage ou d'erreurs éventuelles.
2. Le dossier ne constitue pas une méthodologie de création ou de reprise d'entreprise (ex. : les aides à la création d'entreprises ne sont pas traitées). Seules sont analysées les spécificités d'une profession (ex. : les aides pour l'édition de jeux vidéo). Ainsi, pour répondre à des questions d'ordre général sur la méthodologie de la création (étude de marché, comptes prévisionnels, aides et financements, structure juridique, formalités...), reportez-vous au site internet de l'APCE www.apce.com



Depuis le début de l'Humanité, tous les êtres humains recherchent le bien-être et l'harmonie. Pour y parvenir ou améliorer leur confort, ils utilisent diverses pratiques, variables selon les cultures, dont l'ensemble constitue ce que l'Organisation mondiale de la santé (OMS) appelle la médecine traditionnelle (dite aussi "médecine non conventionnelle" par l'Union européenne) ou, plus communément, "les médecines douces".

"Partout dans le monde, les systèmes de santé doivent faire face à un accroissement des maladies chroniques et à une flambée des coûts de santé. Les patients, comme les prestataires de santé, demandent à ce que les services de santé soient revitalisés et donnent la priorité **aux soins personnalisés et centrés sur la personne**. Il s'agit d'élargir l'accès aux produits, pratiques et praticiens de la MT/MC*."

In Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023.

Dans les sociétés occidentales - et plus particulièrement en France - de nombreuses approches globales du corps au moyen de techniques, méthodes ou disciplines variées se développent au carrefour de la psychologie, de la science et de la philosophie débouchant souvent sur une façon nouvelle de voir la vie.

Parallèlement, les médecines alternatives prennent progressivement une place reconnue dans le parcours du futur médecin. Le recours à ces pratiques, souvent inspirées des traditions ancestrales, progresse chez les malades chez les bien-portants : au-delà de l'effet de mode actuel, il s'agit sans doute d'une tendance irréversible.

Car le bien-être, qui fonde la définition de la santé par l'OMS, est souvent négligé dans les systèmes de santé alors qu'il est au cœur des médecines non conventionnelles.

Source : Centre d'analyse stratégique, octobre 2012.

Face à cette poussée des besoins de confort, les intervenants sur les marchés du bien-être se doivent d'être de mieux en mieux formés, afin de satisfaire les attentes de leurs clients tout en les rassurant sur leurs compétences et éviter certaines dérives. **Se démarquer des charlatans et des dérives sectaires ou ésotériques sera donc un impératif pour le nouveau venu sur ces marchés !**

C'est aussi un domaine où certaines disciplines ne sont pas (encore) reconnues officiellement en France alors qu'elles peuvent l'être dans d'autres pays d'Europe. Dans ce cas, il n'existe pas de diplôme délivré par les pouvoirs publics.

Enfin, certaines situations nécessiteraient une clarification juridique, notamment au niveau des qualifications à obtenir, afin d'assainir le marché du bien-être.

*MT/MC – Médecine traditionnelle/médecine complémentaire.

ACTIVITÉS

Une multitude de disciplines, techniques ou méthodes se proposent d'apporter au corps et à l'esprit les moyens de supporter les tensions ou inconforts liés à la maladie, chronique ou pas, en complément de la médecine conventionnelle, ou les conséquences physiques et mentales des aléas de la vie moderne.

Bien que l'expression médecines douces comporte le terme "médecine", ses praticiens n'ont pas vocation à soigner pour guérir leurs patients d'une maladie, mais à apporter les soins complémentaires qui facilitent le retour à la santé ou qui la préservent. Ils s'adressent également aux bien-portants en "défendant le capital-santé" de chacun.

Source : OMNES.

NB. On parle de médecine traditionnelle (ou naturelle, alternative, non conventionnelle) par opposition à la médecine conventionnelle qui se définit par l'exercice d'une pratique résultant de l'expérimentation scientifique alors que les médecines dites douces sont souvent empiriques (sans expérimentation scientifique prouvée).

Comme le préconise l'OMS, la tendance actuelle de rapprochement des deux approches : médecine conventionnelle et médecine traditionnelle est en forte progression. En effet, les patients se plaignent d'une médecine classique "déshumanisée" par laquelle ils ne se sentent pas réellement écoutés tandis que les bien-portants souhaitent combattre ou prévenir, de manière naturelle, les maux de leur vie quotidienne : stress, allergies, fatigue, douleurs, etc.

Les médecines traditionnelles considèrent le patient et sa maladie, ou le bien-portant, dans toutes leurs composantes, non seulement physiques, mais aussi psychologiques et mentales.

Dans les faits, la démarcation entre ce qui relève plutôt du médical et ce qui relève du bien-être n'est pas franchement marquée : des techniques peuvent être polyvalentes (exemple shiatsu thérapeutique ou de bien-être). La ligne de démarcation dépend, d'une part, des *compétences de la personne*, et d'autre part, des *objectifs* visés par la pratique.

Le marché du bien-être présente donc de multiples facettes. Il comprend :

- les pratiques médicinales traditionnelles reconnues par les pouvoirs publics comme l'acupuncture, l'ostéopathie, la chiropractie, la phytothérapie, l'hypnothérapie, souvent pratiquées par des médecins ;
- les pratiques tolérées (parce que leur efficacité scientifique n'a pas été démontrée) comme l'auriculothérapie, l'homéopathie, la naturopathie, la réflexothérapie et la magnétothérapie, car elles "font du bien" aux patients qui en bénéficient ;
- les méthodes de développement personnel ou de relaxation qui ont pour finalité la réalisation de soi à travers plusieurs approches : psychothérapies, massages, sophrologie, shiatsu, yoga, réflexologie, etc. ;
- des soins divers dont l'objectif est de renforcer la sensation de confort et d'harmonie, comme la thalassothérapie, les compléments nutritionnels et produits alimentaires naturels, les massages, les arts martiaux orientaux (Tai-chi-chuan, Qi Gong), etc.

1 DÉFINITION DE LA PROFESSION

À titre d'illustration (la liste n'est pas exhaustive)		
Ce qui relève plutôt de la beauté, du bien-être , de la prévention	Ce qui relève plutôt du développement personnel	Ce qui relève plutôt des sciences médicales
<ul style="list-style-type: none"> • Relaxation de bien-être • Thalassothérapie • Art thérapie • Yoga • Tai-chi-chuan • Phytothérapie • Herboristerie, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hypnose • Sophrologie • Yoga • Coaching • PNL, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Médecin homéopathe • Médecin ostéopathe • Médecin acupuncteur • Masseur kinésithérapeute et relaxation thérapeutique, etc.

Source : APCE d'après des recoupements divers, difficiles à établir tant les prestations sont parfois de plusieurs natures (exemple : les cures thermales).

Certaines activités relèvent plutôt de la forme et de la beauté même si elles peuvent avoir une forte influence sur le maintien ou le retour à la santé des personnes qui les pratiquent :

- Coaching physique ou training mental des personnes stressées
- Thalassothérapie et thermalisme, nouveaux concepts de thermo-ludisme axé sur la détente en eau chaude
- Vacances et bien-être : hôtels offrant des formules de relaxation, séjours toniques, séjours bien-être et perte de poids, stages de randonnée et massages...
- Compléments nutritionnels : minéraux, oligo-éléments, micronutriments, vitamines...
- Aliments diététiques : produits bio, céréales, soja, soins capillaires, argile...
- Marchés de la nutrition et de la "détox", régimes divers et voyages pour se déconnecter et se désintoxiquer, centres d'amincissement...
- Produits et soins de beauté : cosmétique, soins capillaires, soins esthétiques, relooking, piercing et tatouage...
- Forme et sport : saunas, hammams, centres de balnéothérapie et de remise en forme, spas..., concept de fitness + bien-être/massage/esthétisme ou de thermes ou spas + bien-être et esthétisme...
- Produits de confort de la maison : ionisation de l'eau, luminothérapie, literie, vêtements en fibres naturelles, matériel de musculation... Etc. !

APTITUDES

C'est tout un état d'esprit exprimé par des mots clés qui reviennent souvent : développement personnel, travail sur soi, harmonie.

Ouverture d'esprit, maturité, générosité, réceptivité et envie d'établir des relations humaines différentes vont bien sûr de pair avec ces disciplines ou pratiques. Le métier est un investissement personnel, qui s'exerce avec passion et générosité.

Mais le charisme et le relationnel ne sont pas tout : il faut être très professionnel et rigoureux. Pour cela, il faut suivre un enseignement adapté (500 heures de formation semblent un minimum, un cursus de médecin classique est souhaité pour certaines médecines alternatives).

En effet, manipuler le corps, préconiser tel type d'alimentation ou des huiles essentielles, diagnostiquer, ne s'improvise pas et demande de solides connaissances en anatomie, physiologie, psychologie, etc. !

De même, pratiquer le massage de détente professionnellement diffère du massage de ses amis ou de ses proches ! C'est un métier qui demande une rigueur souple, mais constante.

Enfin, quelle que soit l'activité pratiquée, les personnes qui la reçoivent livrent une part importante d'elles-mêmes. Pour le praticien, être capable d'accueillir cette intimité sans la juger demande une force intérieure en travaillant régulièrement sur soi, ses limites, ses propres émotions. Il doit pouvoir offrir ce qu'il prétend faire partager aux autres.

Sont donc aussi nécessaires une bonne maturité, voire une certaine sagesse. Ne pas oublier toutefois que la création et le développement d'une entreprise nécessitent de prendre en charge de nombreuses formalités pratiques : il faut savoir se vendre et multiplier les relations publiques informelles ou plus commerciales pour proposer ses services. : Rêveurs s'abstenir !

LEXIQUE

Attention ce lexique n'est pas exhaustif !

Médecine traditionnelle	Pour l'OMS, l'expression se rapporte "aux pratiques, méthodes, savoirs et croyances en matière de santé qui impliquent l'usage à des fins médicales de plantes, de parties d'animaux et de minéraux, de thérapies spirituelles, de techniques et d'exercices manuels – séparément ou en association – pour soigner, diagnostiquer et prévenir les maladies ou préserver la santé".
Médecine traditionnelle chinoise	C'est un ensemble de théories et de pratiques qui considère les phénomènes à partir de leurs relations entre eux, rien n'est vu comme statique. Elle comporte cinq disciplines principales : l'acupuncture, la diététique, le massage Tui Na, la pharmacopée chinoise (herbes médicinales) et les exercices énergétiques (Tai Chi Chuan et Qi Gong). Les personnes formées à ces cinq pratiques portent le titre de docteur en médecine chinoise.
Ostéopathie	Thérapie manuelle qui consiste à effectuer des manipulations (4 sortes différentes) pour rétablir l'harmonie dans le système musculo-squelettique. Elle prend en compte l'ensemble de la structure du corps.
Chiropraxie	Thérapie manuelle reconnue qui apporte une réponse aux problèmes de dos et des articulations en recourant à des manipulations vertébrales et à la mobilisation des articulations (Association française de chiropraxie).
Homéopathie	Thérapie médicamenteuse réalisées à partir de substances très diluées proposées aux patients sous différentes formes.
Mésothérapie	Technique médicamenteuse consistant à injecter localement le médicament à travers la peau à l'aide d'aiguilles ou d'un injecteur électronique (Société française de mésothérapie).
Acupuncture	Une des cinq composantes de la médecine chinoise, cette technique consiste à piquer de fines aiguilles sur différentes zones du corps (appelés points d'acupuncture) afin de rétablir la circulation des flux d'énergie perturbés.
Oligothérapie	Traitement consistant à rétablir l'équilibre physiologique par l'ingestion d'une solution d'oligo-éléments (nutriments détenus en faible quantité par l'organisme).
Phytothérapie	Thérapie à base d'extraits de plantes.
Aromathérapie	Branche dérivée de la phytothérapie utilisant les essences aromatiques des plantes, plus connues sous le nom d'huiles essentielles pour leur action antiseptique, de détente et de soins.

1 DÉFINITION DE LA PROFESSION

Naturopathie ou naturothérapie	Ensemble de méthodes de soins visant à renforcer les défenses de l'organisme par des moyens considérés comme naturels et biologiques (OMNES). Parmi les techniques utilisées, on retrouve la phytothérapie, l'alimentation, l'homéopathie, l'acupuncture, les manipulations physiques, les techniques de gestion du stress, etc.
Shiatsu	D'origine japonaise, c'est une forme de massage donné surtout avec les pouces, mais aussi avec les doigts, les paumes de main, les coudes, les genoux... Il fait naître un sentiment de calme et de bien-être favorisant la concentration.
Tai chi chuan	Art martial chinois, "gymnastique lente" ou méditation en mouvement, pratiquée à tout âge, qui entretient la santé par une série de mouvements développant la concentration, la souplesse, l'équilibre, et améliorant la circulation du sang et du Qi (l'énergie).
Qi gong	Gymnastique d'origine chinoise qui aide à la circulation des flux énergétiques, elle est constituée de mouvements lents, non violents, associés à des exercices de respiration et de concentration.
Sophrologie	Synthèse entre les techniques orientales (yoga, méditation) et la relaxation occidentale cherchant à parvenir à l'harmonisation du corps et de l'esprit (Fédération française de sophrologie).
Réflexologie plantaire	Techniques de massage des pieds et de la voûte plantaire pour combattre les tensions du corps (à chaque zone réflexe correspond une partie du corps).
Gestalt	Psychothérapie ou méthode de développement personnel qui met l'accent sur la conscience de ce qui se passe dans l'instant présent.
Kinésiologie	Pratique professionnelle destinée à favoriser un état d'équilibre et de bien-être physique, mental et social (Fédération française de kinésiologie), technique fondée sur l'étude des réflexes.
Le Feng Shui	Art millénaire chinois, recherche des harmonies fondamentales entre l'homme et son environnement, pour favoriser une meilleure circulation des énergies.
Spa	Bassin d'eau chaude équipé de buses de massage qui envoient de l'eau sous pression mêlée d'air. Il apaise les douleurs et facilite la relaxation.
Massage	Ensemble de techniques manuelles qui ont pour finalité le bien-être de la personne. Il existe de multiples formes de massage : californien, coréen, hawaïen, suédois, chinois, etc.
Être Zen	C'est avoir l'esprit en paix à travers la recherche d'un équilibre intérieur associant santé, alimentation, relaxation... c'est aussi acquérir une dimension spirituelle.
Stress	Un état de stress survient lorsqu'il y a déséquilibre entre la perception qu'une personne a des contraintes que lui impose son environnement et la perception qu'elle a de ses propres ressources pour y faire face.

1 DÉFINITION DE LA PROFESSION

Deux lexiques :

www.passeportsante.net



www.zenannuaire.com



Toutes les fiches métier

portailbienetre.fr



LE MARCHÉ

→ Les grandes tendances

La recherche du bien-être est une préoccupation générale. Conscients de l'importance qu'elle revêt dans leur vie professionnelle, sociale, familiale ou personnelle, les Français font de plus en plus d'efforts pour se maintenir en bonne santé et être en forme. L'hygiène, la diététique, la prévention, le sport, le recours aux médecins et aux médicaments tiennent une place croissante dans leur vie. La maladie est de moins en moins bien acceptée, de même que la douleur physique ; la lutte contre le vieillissement se généralise, favorisée par les promesses scientifiques.

Quelques signes de ce mouvement de fond :

- Pour vaincre le stress, les Français utilisent des moyens de plus en plus diversifiés : pratique sportive, courtes escapades de week-end – parfois dans un monastère – consultation de “psys”, stages de thérapie comportementale, et bien sûr, relaxation et massages (à domicile ou en entreprise). La relaxation et les massages s'inscrivent dans la déferlante actuelle des marchés anti-stress.
- La médecine traditionnelle fait également son entrée dans les entreprises. “Améliorer la santé et le bien-être au travail” est une préoccupation générale.” De très nombreuses grandes entreprises proposent à leur personnel des techniques corps-esprit de MTC (médecine traditionnelle chinoise) visant à améliorer le bien-être au travail. Leur efficacité en médecine dite occupationnelle est prouvée.” Professeur Alain Baumelou, le 5 mai 2014.
Exemples : le massage assis (ou massage AMMA) sur le lieu de travail est devenu un concept à la mode. De même, les premiers lieux de détente pour les salariés sont apparus en France, pour leur permettre de faire de courtes pauses ou siestes sur leur lieu de travail. Enfin, à l'heure des suicides au sein de certains grands groupes, le stress au travail retient davantage l'attention des pouvoirs publics.
- Cette tendance est également manifeste à l'hôpital où de nombreux moyens, offerts par les médecines douces, sont employés soit pour soigner des pathologies chroniques, soit pour éviter les effets secondaires de certains médicaments ou traitements, en complément du traitement classique. C'est une évolution vers la “médecine intégrée” souhaitée par l'OMS pour intégrer, au service des malades, les thérapeutiques conventionnelles et traditionnelles sans les opposer.
“Tous les “temples” hospitalo-universitaires européens et américains de notre médecine conventionnelle ont créé des unités de médecine intégrative et des chaires de médecines complémentaires. Ils y rédigent déjà des algorithmes de prise en charge où figurent ces médecines.” Professeur Alain Baumelou, le 5 mai, 2014.

Exemple : l'AP-HP (Assistance publique des hôpitaux de Paris) a mis en place des programmes reposant sur la médecine chinoise :

www.medecinechinoise.aphp.fr



- Témoin aussi de la bonne santé du secteur, l'essor des stations thermales ou des centres de thalassothérapie qui accueillent chaque année environ 1 million de curistes générant un chiffre d'affaires global de 900 millions d'euros par an (source France Inter, janvier 2013).
Plus généralement, on observe la percée des bienfaits prodigués par les eaux dans de nombreuses structures : centres de beauté et temples de l'art de vivre (les “spas” urbains ou provinciaux : il se vend entre 1500 et 3000 unités par an de spas, les pisciniers assurant trois quarts des ventes).
Pour en savoir plus :

www.atout-france.fr/remise-forme



- La redécouverte du corps (comme outil et vitrine) de soi car le culte du corps n'est pas seulement destiné à améliorer l'image que l'on donne de soi, mais aussi à participer au bien-être de son propriétaire. Elle s'accompagne alors d'une recherche de l'équilibre et de l'épanouissement personnel. Au-delà, c'est la recherche de l'harmonie entre le corps et l'esprit dont il s'agit, avec toutes les techniques possibles sur ce sujet ! D'ailleurs, les progrès de l'imagerie cérébrale et de l'informatique montrent que l'esprit influence bien la matière et le corps, et que la pratique de la méditation ou la force de la pensée agissent sur différentes parties de l'être humain.
- L'essor des produits bio et des produits naturels ainsi que l'essor des courants diététiques et le succès des nutritionnistes sont réels.
- L'ouverture au monde du bien-être des catégories socio-professionnelles plus modestes grâce à la diffusion des coffrets cadeaux ainsi que le développement exponentiel de la vente en ligne a considérablement influencé le marché du bien-être depuis quelques années.
- Sur des secteurs plus traditionnels, on s'adapte aussi au marché de l'anti-stress :
 - Les clubs de gymnastique, en plus de la musculation, proposent les services de kinésithérapeutes, de podologues et de coiffeurs (cf. dossier APCE sur les centres de remise en forme). Plusieurs méthodes de gymnastique douce sont pratiquées en France.
 - Les centres de beauté "tendance" offrent une palette de soins et de services comme la balnéothérapie, la thalassothérapie, la vinothérapie et l'aromathérapie dans une atmosphère souvent orientale.
 - *Source : L'Expansion*, "La nouvelle économie du corps".
 Ils proposent aussi le coaching d'image et le relooking pour se sentir mieux dans sa peau (voir le dossier APCE sur le sujet).

→ Les créneaux porteurs : un point sur la conjoncture

La presse présente régulièrement des nouveautés ou des conseils en matière de médecine douce. Parmi les derniers sujets traités, on trouve :

- Les **cures "détox" ou de jeûne**. Le réseau officiel "Jeûne et randonnée" compte aujourd'hui près de 50 centres en France, pour 17 en 2010
(Sources : *Le Monde*, *La Vie*, *Tourmag*, 2014 et *Slate*, 18 avril 2015).
- La gestion du stress avec une dimension mentale. On assiste à une explosion du **yoga**, de la **réflexologie**, du **shiatsu**, de la **méditation** (source : dossier Grand Angle de l'INSERM sur les médecines alternatives, juin 2014).
- L'essor des thérapies complémentaires telles que l'**hypnose**, l'**acupuncture**, l'**ostéopathie** ou la **chiropraxie**. Certaines disciplines font désormais l'objet d'un diplôme universitaire : hypnose médicale à Paris VI, méditation et neurosciences à Strasbourg (depuis 2013).
- Le confort des femmes enceintes : **massages** (*Journal des femmes*, avril 2015), bains d'algues, chiropraxie (*Figaro Madame*, avril 2015).
- Les **troubles du sommeil** des seniors (salon des seniors, avril 2015).

- La **fasciathérapie** : technique récente utilisée pour soulager les tensions internes du corps par des massages (points de pression) sur les membranes entourant tous les organes du corps (les fascias) (source : dossier Grand Angle de l'INSERM sur les médecines alternatives, juin 2014).
- La **mésothérapie**, à visée thérapeutique ou non. C'est une technique d'injection locale utilisée aussi à des fins esthétiques pour traiter la cellulite, l'alopécie, le vieillissement cutané, etc. (source : dossier Grand Angle de l'INSERM sur les médecines alternatives, juin 2014).
- Et toujours la **thalassothérapie** et le **thermalisme** dont 5 centres se sont spécialisés en France dans le thermalisme psychiatrique pour les personnes souffrant de TAG (trouble anxieux généralisé), représentant 4 à 6 % de la population. Chaque année, environ 10 000 curistes réalisent une cure thermale pour des problèmes psychosomatiques (source : dossier Grand Angle de l'INSERM sur les médecines alternatives, juin 2014).
- L'**auriculothérapie** considère que l'oreille est un miroir des organes. La méthode consiste à stimuler des zones précises par différents moyens : aiguilles, aimants, doigts, laser, etc. pour soulager des troubles anxio-dépressifs, fonctionnels, des douleurs, des addictions. Actuellement, cette discipline est pratiquée par 40 praticiens répartis sur 30 sites de consultation. Pour l'instant, le diplôme interuniversitaire "auriculothérapie" n'est pas reconnu par l'Ordre des médecins (source : dossier Grand Angle de l'INSERM sur les médecines alternatives, juin 2014).

→ Les pouvoirs publics

- Depuis le lancement de la première "Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2002-2005", l'OMS favorise l'intégration des médecines non conventionnelles dans les systèmes de santé publique internationaux. Le nouveau rapport de l'OMS sur sa "Stratégie pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023" montre qu'un très grand nombre de pays appliquent la complémentarité MT/MC (médecine traditionnelle/médecine complémentaire) et que la demande de médecine traditionnelle est forte, surtout en raison de l'accroissement des maladies chroniques.
- En France, la situation est contrastée : un cadre juridique a été accordé aux ostéopathes et aux chiropracteurs. Mais d'un autre côté, le déremboursement partiel de l'homéopathie et la situation très controversée des masseurs qui ne sont pas des "kinés", ne favorise pas la reconnaissance des médecines douces, malgré leur intérêt pour le grand public. Dans de nombreuses disciplines, il y a un décalage entre la demande des particuliers, des praticiens et l'absence de formations reconnues par l'État pour exercer légalement.
- Par ailleurs, le Sénat met en garde contre les risques de dérives dans son rapport sur les dérives sectaires. Il avance le chiffre de 11 000 "médecins à exercice particulier" (médecins pratiquant une spécialité non sanctionnée par des diplômes officiels) en 2012.
Source : <http://www.senat.fr/rap/r12-480-1/r12-480-11.pdf>, page 97.

→ Les entreprises

Il existe environ 400 activités se rapportant aux soins pratiqués dans le domaine du bien-être, pour certaines sans code d'activité APE spécifique et parfois même sans reconnaissance officielle. Toute statistique est donc difficile à obtenir ! Voici cependant les quelques informations que nous avons pu recueillir :

L'Irdes, dans son rapport annuel sur le comportement de la population face aux dépenses de soins, met également en avant le recours aux pratiques de soins parallèles :

www.irdes.fr



La qualification des praticiens des MT/MC est variable. Il peut s'agir de médecins allopathes (médecine conventionnelle) ou d'autres professionnels de la santé (source : *Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023*).

Le salon Rééduca qui se déroule à Paris en octobre s'adresse prioritairement aux masseurs-kinésithérapeutes, mais intéresse les praticiens qui utilisent les techniques du toucher comme les ostéopathes et les chiropracteurs :

www.salonreduca.com



Parmi les spécialités à finalité médicale :

- *Homéopathie* : plus d'un tiers des Français a recours à l'homéopathie. L'exercice de cette spécialité est reconnu par le Conseil de l'Ordre des médecins. Elle est pratiquée par des médecins généralistes à orientation homéopathique (Syndicat national des médecins homéopathes français, 79, rue de Tocqueville, 75 017 Paris – 01 44 29 01 31).
- *Acupuncture* : seuls les docteurs en médecine, les sages-femmes et les chirurgiens-dentistes peuvent pratiquer l'acupuncture. Utilisée pour lutter contre la douleur, elle est pratiquée à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière (Paris) depuis 2011 et d'autres hôpitaux ont suivi depuis. Un partenariat avec le ministère de la santé chinois a été mis en place par l'AP-HP en 2012 (Association française d'acupuncture, 9 rue de l'Église, 75 015 Paris – 04 42 52 59 07 (secrétariat)).
- *Chiropraxie et ostéopathie* : ces spécialités sont souvent pratiquées par des médecins, mais elles peuvent l'être aussi par des non-médecins à condition qu'ils aient suivi une formation reconnue par les pouvoirs publics. Un nouveau cadre réglementaire pour la formation à l'ostéopathie a été mis en place en 2014 ; une liste des établissements agréés sera publiée au Journal Officiel en juin 2015. En avril 2015, 22 318 praticiens sont autorisés à porter le titre d'ostéopathe et 700 chiropracteurs exercent actuellement en France. (source : Le registre des ostéopathes de France, 8 rue Thalès, 33 692 Mérignac).

Parmi les spécialités à finalité "bien-être" :

- *Naturopathie* : le naturopathe est un "éducateur de santé" qui défend le capital santé de chacun à travers la gestion du stress, les conseils alimentaires et des activités physiques. Son action est complémentaire de la médecine conventionnelle. Ils sont environ 1500 à pratiquer en France après avoir suivi une formation universitaire (DU de naturopathie) (source : *Association professionnelle française des naturopathes : OMNES*).
- *Sophrologie* : cette discipline propose d'"atteindre un état modifié de conscience dans lequel la personne va pouvoir stimuler différentes capacités et ressources qu'elle ne soupçonne pas ou qu'elle exploite peu" (source : *Fédération française de sophrologie*). Plus de 3800 professionnels adhèrent à la Chambre syndicale de la sophrologie. Aucun diplôme n'est exigé pour s'installer, car le métier n'est pas réglementé, mais une formation est fortement conseillée.

- *Massothérapie (massages)* : il en existe de nombreuses formes, mais selon les types de massages effectués, certains sont exclusivement du ressort du kinésithérapeute. C'est une activité en pleine expansion, notamment le massage de détente ou massages bien-être. Ils peuvent être pratiqués en maisons de retraite, hôpitaux et récemment en entreprise (source : Fédération française de massages bien-être, 4 place Louis Armand, Tour de l'Horloge, 75 012 Paris – 01 72 76 26 56).
- *Yoga* : en décembre 2014, l'Assemblée générale des Nations unies adoptait le 21 juin comme "journée internationale du yoga" sur proposition du Premier ministre indien. L'engouement pour le yoga reste fort : plus d'un million d'adeptes en France ! Fédération française de Hatha Yoga, 7, rue Plaisance, 75014 Paris.
- *Tai chi chuan et Qi Gong* : de plus en plus d'adeptes pour ces deux disciplines ! La Fédération française de Tai-chi-chuan compte 600 associations dans toute la France.

Remarque

Sur le marché du bien-être, il n'y a pas que des praticiens des médecines douces, on y trouve aussi des commerçants :

- distribution de coffrets cadeaux,
- combinaison de services et de boutique (la boutique du Feng-shui),
- promotion du bien-être chez les salariés,
- organisation d'événements ou de voyages autour du thème "bien-être" (voyages "détox", cures de "jeûne", etc.).

Le bien-être se décline de nombreuses façons !

→ Quelques codes APE de la NAF

- 86.90E : activités des professionnels de la rééducation : ostéopathie, kinésithérapie, chiropraxie, massages thérapeutiques et traitement médicaux.
- 86.90F : activités de santé humaine non classées ailleurs : acupuncture, homéopathie, psychothérapies, sophrologie.
- 93.13Z : clubs et centres de santé, culture physique et musculation.
- 96.04Z : entretien corporel : activités fournies par les bains turcs, les saunas et les bains de vapeur, les solariums, les stations thermales, les instituts d'amaigrissement et d'amincissement, les instituts de massage, etc.

Pour retrouver les codes :

www.insee.fr



Chiffres clés des codes 86.90E, 86.90F, 96.04Z, 93.13Z en 2014

Code APE	Nombre d'entreprises	CA HT	Personnes occupées
86.90E	84 698	5 631 M€	2 684
86.90F	32 840	939 M€	952
93.13Z	1 664	243 M€	2 831
96.04Z	13 388	972 M€	9 216

Source : Insee Esane 2012 communiquée en 2014.

CLIENTÈLE

→ Particuliers

Pour l'OMS, la taille du marché des MT/MC serait substantielle en raison d'une forte demande. Les consultations chez les praticiens de médecine complémentaire affichent une augmentation importante (+ 30 % en Australie par exemple entre 1995 et 2005).

Les dépenses de santé représentent 12 % du PIB en France en 2014 contre 8,4 % en 1990 (source : *Alternatives économiques*, avril 2015). Il semblerait par ailleurs que les Français soient les plus gros consommateurs au monde de médicaments dont les effets indésirables provoquent 150 000 hospitalisations par an.

Le rapport des Français à leur corps et au bien-être

Un sondage IFOP de novembre 2007, dont les résultats sont toujours d'actualité, montre que plus d'un Français sur trois, dont une majorité de femmes, ont eu (ou ont) recours aux médecines naturelles dans les disciplines suivantes : homéopathie, ostéopathie, phytothérapie, acupuncture, thalassothérapie.

Les principaux consommateurs de médecines douces sont les cadres supérieurs et les professions libérales des régions nord-ouest et sud-est, Méditerranée. Leur motivation principale est la réduction de la prise de médicaments et le retour au "naturel".

De même, 61 % des Français considèrent que la pression exercée sur les salariés s'est accrue en 20 ans d'après un sondage IPSOS/LINK UP (Baromètre du bien-être durable, 2013).

Plusieurs études américaines montrent que les patients atteints de certaines affections chroniques (cancer, allergies, diabète, sclérose en plaques, etc.) recourent plus souvent à la médecine traditionnelle. En France, ce sont plutôt les troubles musculo-squelettiques qui motivent le recours aux médecines douces.

La plupart des usagers désirent pallier la carence de prise en charge globale (physique, psychologique, voire spirituelle) et de temps d'écoute des soignants pour maximiser leurs chances de rétablissement. Leur objectif est de trouver, dans les médecines traditionnelles, un complément à leur traitement conventionnel (source : *Centre d'analyse stratégique*, octobre 2012).

Une enquête Créatests en novembre 2014 confirme l'intérêt des médecines douces auprès des Français : près de la moitié des personnes interrogées (47 %) y ont recours 2 à 3 fois par an. Ceux qui n'utilisent pas les médecines alternatives le font en majorité parce qu'ils manquent d'informations sur les méthodes employées ou parce qu'ils n'ont pas de problèmes de santé. Un tiers des personnes trouve également que le prix est élevé et les dépenses ne sont pas remboursées pour la plupart (source : Créatests, novembre 2014).

La pratique du massage effectué par des professionnels est en forte progression. Les clients recherchent leurs vertus apaisantes pour effacer le stress auquel ils sont soumis dans leur vie quotidienne.

→ Entreprises

Les entreprises sont confrontées à deux types de risques pour leurs salariés :

- Les troubles musculo-squelettiques (TMS) sont la première cause de maladie professionnelle en France (source : ministère du Travail, <http://www.travailler-mieux.gouv.fr/Troubles-musculo-squelettiques-TMS.html>). Les facteurs de risque sont liés à des facteurs environnementaux, mais aussi à des facteurs psychosociaux.
- Viennent ensuite les risques psychosociaux (RPS) et le stress au travail qui ont également une forte incidence sur la santé. Or la moitié des salariés estiment vivre en état de stress au travail. En France, le coût est élevé pour les entreprises : son montant est estimé à 3 ou 4 % du PIB, soit environ 60 milliards d'euros.

N.B. : On parle de stress au travail quand une personne ressent un déséquilibre entre ce qu'on lui demande de faire dans le cadre professionnel et les ressources dont elle dispose pour y répondre.

Dans l'enquête auprès des entreprises sur les risques nouveaux et émergents réalisée par l'Agence européenne pour la sécurité et la santé au travail (EU-OSHA), il apparaît que 8 dirigeants européens sur 10 sont préoccupés par le stress d'origine professionnelle, mais ils ne sont que 30 % à avoir mis en place des procédures permettant de gérer les RPS.

Par ailleurs, le pacte européen pour la santé mentale et le bien-être reconnaît les exigences différentes et les tensions croissantes sur le lieu de travail, et encourage les employeurs à appliquer des mesures volontaires supplémentaires pour promouvoir le bien-être mental.

osha.europa.eu



Près d'un dirigeant de PME sur 5 (environ 30 000) redoute un décrochage professionnel de ses collaborateurs (source : sondage exclusif de l'Apave en mars 2014)

Pour faire face à ces risques potentiels, certaines entreprises souhaitent instaurer une culture de bien-être et prennent donc des initiatives pour limiter et contrôler le stress de leurs salariés.

En voici quelques-unes :

- le “team building” : créer une émulation de groupe, souder les liens entre collaborateurs par la mise en place d’une ou plusieurs activités dans un contexte extraprofessionnel (source : Le Nouvel Économiste, octobre 2014) ;
- Qi Gong, auto-massages, méthode Feldenkrais (prise de conscience du mouvement) et pratique du son, par exemple, pour la société Art-Polling ;
- opérations dans le cadre d’événements autour du développement durable ;
- séminaire de yoga, de sophrologie ou en relation avec le développement personnel ;
- garderies, crèches mises en place pour faciliter la vie des parents salariés ;
- salles de sport ;
- coaching, etc. ;
- d’autres initiatives : celles du cabinet Psya qui propose des solutions aux entreprises, des programmes “bien-être”, pour la prévention et la gestion des risques psychosociaux www.psy.fr ou BeOtop par exemple www.beotop.fr;

à Paris, des centres de relaxation s’ouvrent sont ouverts dans les quartiers d’affaires, comme Kiétud <http://www.thalasso-line.com/brochures/centre-spa-paris-kietud.pdf> à destination des salariés désirant se reposer et décompresser à l’heure du déjeuner.

Pour en savoir plus :

- La santé et la sécurité au travail www.travailler-mieux.gouv.fr 
- Recueil des études concernant le stress, le bien-être au travail, sur le site d’une société de conciergerie : www.alterservices.fr 
- ANACT, agence nationale pour l’amélioration des conditions de travail www.anact.fr 

CRÉATIONS ET DÉFAILLANCES

→ Les créations

Codes APE	Secteur	Nombre d'entreprises en 2014	Créations 2014	Taux de création
86.90E	Activités des professionnels de la rééducation, (...) chiropraxie et ostéopathie	91 615	8 108	8,8 %
86.90F	Activité de santé humaine non classée ailleurs	41 957	10 949	26,1 %
93.13B	Clubs et centres de santé, culture physique et musculation	1 825	376	20,6 %
96.04Z	Entretien corporel	13 254	2 938	22,2 %
Total de l'ensemble des entreprises françaises au 1 ^{er} janvier 2014		3 947 106	550 791	13,9 %

Source : Insee

Les défaillances

En raison de la diversité des activités liées à ce marché, souvent pratiquées en profession libérale par des personnes travaillant seules, nous ne disposons pas d'informations chiffrées sur les défaillances.

PLACE DU CRÉATEUR

→ Profil du créateur :

Les créateurs ont des profils très variés. Cela va des adeptes dès la première heure de la médecine chinoise aux personnes converties de fraîche date aux pratiques du développement personnel.

Qui n'a pas autour de lui un(e) ami(e), changeant radicalement d'orientation professionnelle, qui bâtit un nouveau scénario autour du Feng Shui ou de la relaxation ?

Les activités (hors contexte réglementé pour certaines disciplines) semblent en effet à la portée de tous : des investissements peu élevés, pas de cursus obligatoire, une reconversion rapide, et pour finir, une démarche ludique et enrichissante par la découverte des autres et de soi.

De l'autre côté, on trouve un marché porteur qui suscite de nombreuses vocations.

Face à cette situation paraissant idéale, il va falloir se démarquer en offrant une prestation de qualité. À défaut d'être masseur-kinésithérapeute ou médecin, **choisir une formation adaptée** parmi un maquis inextricable sera une première étape !

→ Comment faire ?

S'entourer de l'avis des professionnels (salons, syndicats, conférenciers, praticiens...), et ne pas hésiter à partir à l'étranger. D'une façon générale, les sources d'inspiration peuvent venir de l'Asie, des USA, de l'Allemagne ou de la Suisse notamment où le marché du bien-être est particulièrement porteur et souvent mieux encadré qu'en France.

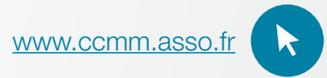
En revanche : éviter les formations et associations "attrape-nigauds", voire sectaires, ainsi que les enseignements trop théoriques. Un cursus minimal d'au moins 500 heures est de rigueur. Certaines écoles sont souvent rattachées à un organisme professionnel, elles organisent des stages d'aide à l'installation et obéissent à un code d'éthique.

Pour fuir les sectes :

- UNADFI, centre d'accueil sur les mouvements sectaires, 1, rue du Tarn, 78 200 Buchelay – Tél. : 01 34 00 14 58



- CCMM, centre de documentation contre les manipulations mentales Roger Ikor 3, rue Lespagnol, 75 020 Paris Tél. : 01 44 64 02 40 –



Dans une seconde étape, on peut tester ses compétences auprès d'un réseau d'amis ou de praticiens.

Ensuite, prospecter directement les clients ou les prescripteurs habituels dans ce champ d'activité sont généralement les structures susceptibles de connaître le public le plus concerné par la spécialité :

- les centres de thalassothérapie
- les hôpitaux
- les associations de quartier
- les maisons de retraite
- les clubs de vacances
- les clubs sportifs, etc.

L'effort en marketing doit être important, car la clientèle n'est pas toujours disposée à payer un service non remboursé par la Sécurité sociale (à part certaines médecines douces).

Le créneau du bien-être est particulièrement convoité depuis plusieurs années. Il est indispensable de prospecter des entreprises, les lieux recevant du public ou tout endroit susceptible d'offrir des services à la clientèle. Un tel va offrir ses services dans une salle d'attente d'aéroport, un autre dans un restaurant ou lors d'un évènement, d'autres n'hésitent pas à installer des "corners détente" dans des lieux publics pour accueillir les clients (mais attention, des sociétés sur ce créneau de l'entreprise, comme Superzen, n'ont pas perduré).

Le marché attire beaucoup de monde et il faut se faire connaître et "reconnaître".

→ Les risques

Malheureusement, certaines initiatives se soldent par des dépôts de bilan : projets mal préparés, et manque de stratégie commerciale sont les sources d'erreurs les plus habituelles.

Un autre point d'échec concerne le respect de la réglementation, notamment pour les massages qui ne peuvent être pratiqués que par les masseurs-kinésithérapeutes. Il peut y avoir des condamnations pour exercice illégal du métier¹.

Pour réussir, il faut donc s'entourer de toutes les précautions nécessaires : posséder des certificats de formation, une assurance professionnelle, appliquer un code de déontologie quand il existe, respecter les mentions obligatoires vis-à-vis de la clientèle, etc.

Bien entendu, il vaut mieux éviter de travailler "au noir" en raison des grands risques que cela comporte.

Certains se lancent en commençant :

- par une société de portage pour tester le marché tout en restant salarié :
- en optant pour le régime de la micro-entreprise :
- par les services offerts par une couveuse d'entreprise.

www.guideduportage.com



www.apce.com



¹ Voir rubrique 5 : règles de la profession.

Quelques conseils pour une étude de marché locale ou régionale

La mairie, les organismes consulaires, les données Odil de l'Insee

creation-entreprise.insee.fr



et les sociétés de géomarketing apportent des informations sur la population.

Le site de l'administration fiscale permet d'accéder aux seuils d'imposition par commune,

www.impots.gouv.fr



sans oublier les bases de données sociales localisées.

bdsl.social.gouv.fr



La consommation des ménages est analysée par l'Insee et grâce aux IDC, indices de disparité des dépenses de consommation. Autres sources d'information : les antennes départementales des fédérations professionnelles et les centres ou associations de gestion agréées.

Indispensables ! L'enquête de terrain avec le repérage de la concurrence, les investigations menées sur la zone de chalandise ou auprès des fournisseurs, clients ou prescripteurs.

Pratiquer une activité complémentaire permet d'augmenter ses revenus : certains font ainsi de l'enseignement.

Sources d'information sur les formalités et le droit de la formation :

- Dossier APCE "Entreprendre dans la formation professionnelle" ;
- Centre Inffo, Centre pour le développement de l'information sur la formation permanente, 4, avenue du Stade de France, 93 218 Saint-Denis-La-Plaine Cedex
Tél. : 01 55 93 91 91 –

www.centre-info.fr



ÉQUIPEMENTS - INVESTISSEMENTS DE DÉPART

L'investissement de base, c'est d'abord une formation adaptée (voir rubrique 6) !

Ensuite, les investissements de départ varient en fonction du métier choisi au sein des différentes activités du marché du bien-être, mais aussi de la structure juridique à partir de laquelle la profession sera exercée.

Selon les catégories d'activité et la structure choisie pour l'exercer, on peut trouver les investissements suivants pour débiter :

- Les **métiers à dominante médicale** comme l'homéopathie, l'ostéopathie, l'acupuncture, etc. sont souvent pratiqués en activité complémentaire à l'exercice de la médecine conventionnelle et ne nécessitent donc pas d'investissements spécifiques lourds. Pour ceux qui ne sont pas docteurs en médecine comme cela peut être le cas pour les ostéopathes, l'ouverture d'un cabinet en groupe avec d'autres disciplines par exemple, peut limiter le montant des investissements utiles grâce au partage des coûts entre les associés. Les principales dépenses d'installation à prévoir sont les suivantes :
 - un *local* (deux pièces minimum) à louer ou à acheter dont il faudra prévoir l'aménagement éventuel pour un accueil de public,
 - le *matériel médical* nécessaire à l'exercice ; tables (entre 2000 € et 2500 € environ pour une table de massage électrique),
 - le matériel de bureau de base avec informatique.
- Les métiers du bien-être tournés vers les **soins corporels** comme les massages (shiatsu, réflexologie plantaire, etc.), la gymnastique douce (Tai-chi-chuan, Qi Gong), pratiqués en indépendant, nécessitent un local pour leur exercice, mais peuvent aussi être pratiqués à l'extérieur, dans les entreprises par exemple, ou dans des clubs sportifs. Selon les cas, il est bon de prévoir :
 - *local* à louer ou acheter dont la surface varie en fonction de la taille des groupes de clients, mais qui doit comporter au moins deux pièces (salle des soins et vestiaire ou salle d'attente)
 - *fauteuils ou chaises de massage* (chaises de massage entre 200 et 250 €), etc.
 - petit matériel de soins pour les activités à domicile, mais aussi un véhicule pour les déplacements d'un lieu à un autre,
 - *publicité* pour se faire connaître : penser à créer éventuellement un site Internet.
- Les métiers travaillant plutôt sur le **mental** comme l'hypnose, la PNL, le yoga, la naturopathie, etc. présentent des configurations très variées mélangeant des besoins corporels et des besoins thérapeutiques. De ce fait, les investissements peuvent être très peu importants comme beaucoup plus élevés dans le cas de la création d'un centre par exemple.

Créer un centre de soins proposant éventuellement plusieurs disciplines ou spécialisé dans l'une d'entre elles (comme le thermalisme par exemple) demande évidemment des investissements sans commune mesure avec une installation en tant que spécialiste pratiquant à domicile.

→ Fournisseurs**Les salons professionnels sont des sources d'information importantes :**

- Salon Bien-être médecine douce & thalasso, annuel, Paris (Porte de Versailles) en février :

www.eventseye.com



- Salon Zen, espace Champerret, Paris, en octobre :

www.salon-zen.fr



- Calendrier des salons dédiés au bien-être sur le site Evous France :

www.evous.fr



- Salons organisés par Spas :

www.spas-expo.com

**Autres contacts**

- FIFAS, Fédération française des industries du sport et des loisirs
3, rue Jules Guesde - 92300 Levallois Perret - 01 47 31 56 23.

www.fifas.com



- FNCESEL, Fédération Nationale des Constructeurs d'Equipements de Sports et Loisirs
9, rue la Pérouse - 75116 Paris - 01 40 69 53 25.

CHIFFRE D'AFFAIRES

Comme pour les investissements, les prix des consultations ou des séances sont variables selon les disciplines.

Quelques exemples :

- L'*ostéopathe* non médecin prend généralement 50 € dans les petites et moyennes agglomérations et jusqu'à 60 € dans les métropoles comme à Paris par exemple. Le tarif est plus élevé s'il intervient au domicile (75 € environ). Il peut proposer un tarif moins élevé pour les enfants (40 €). Pour les animaux, les tarifs vont de 50 à 100 € (chevaux).
- Le *réflexologue* (massage de la voûte plantaire) prend environ 40 € pour 45 minutes la séance.
- Le *naturopathe* propose un bilan vitalité à 75 € puis des consultations de suivi à 60 € l'heure.
- Une séance de *shiatsu* coûte environ 50 €.
- Une *cure thermale* de 6 jours coûte entre 300 et 450 €.
- Une *cure de jeûne* représente 400 € la semaine en basse saison.

Les recettes annuelles encaissées sont très variables d'une discipline à une autre. Ainsi, un chiropracteur peut avoir une recette annuelle moyenne de 70 000 € alors que celle d'un sophrologue s'élève à 27 000 € environ, soit presque le tiers du précédent. L'écart est donc très large.

PRIX DE REVIENT - MARGE - RÉSULTAT

RELAXATION

Les chiffres de l'Unasa 2013 communiqués en 2014					
Échantillon de 110 personnes					
Montant net des recettes	Achats/ recettes nettes (en %)	Charges de personnel/ recettes nettes (en %)	Impôts et taxes Amortissement et frais financiers (en %)	Charges externes/ recettes nettes (en %)	Bénéfice/ recettes nettes (en %)
30 669 €	1,9	1,6	4,6 + 0,6 + 1,9	54,2	36,9 11 313 €

Source l'Unasa, Union Nationale des Associations Agréées
36 rue de Picpus - 75012 Paris -

www.unasa.org



Détails des charges externes	% des recettes nettes
Loyers et charges locatives	11,3
Locations	0,2
Honoraires	2,9
Primes d'assurance	1,3
Autres TFSE, travaux, fournitures et services extérieurs	3,7
Frais de déplacement	9,2
Charges sociales personnelles	16,1
Frais de réception	1,5
Fournitures de bureau	4,2
Autres frais divers de gestion	3,8
Total charges externes	54,2 %

Même source Unasa

CHIROPRACTEUR

Les chiffres de l'Unasa 2013 communiqués en 2014					
Échantillon de 161 personnes					
Montant net des recettes	Charges de personnel/ recettes nettes (en %)	Charges sociales personnelles/ recettes nettes (en %)	Frais de déplacement/ recettes nettes (en %)	Total Charges externes/ recettes nettes (en %)	Bénéfice/ recettes nettes (en %)
69 168 €	1,2	10,2	5,8	42,7	49,4 34 153 €

PROFESSEUR DE YOGA

Les chiffres de l'Unasa 2013 communiqués en 2014					
Échantillon de 61 personnes					
Montant net des recettes	Charges de personnel/ recettes nettes (en %)	Impôts et taxes (en %)	Frais de déplacement/ recettes nettes (en %)	Total Charges externes/ recettes nettes (en %)	Bénéfice/ recettes nettes (en %)
35 015 €	0	4,1	8,6	57	36,2 12 659 €

SOPHROLOGUE

Les chiffres de l'Unasa 2013 communiqués en 2014

Échantillon de 78 personnes

Montant net des recettes	Charges de personnel/ recettes nettes (en %)	Impôts et taxes (en %)(en %)	Frais de déplacement/ recettes nettes (en %)	Total Charges externes/ recettes nettes (en %)	Bénéfice/ recettes nettes (en %)
27 664 €	0,4	4,3	9,2	58,9	32,7 9 048 €

CHARGES

Principales charges (hors charges liées au cabinet) :

- frais de déplacement
- impôts et taxes
- amortissement éventuel du matériel
- cotisations sociales obligatoires (forfaitaires les deux premières années) et complémentaires (facultatives mais recommandées)
- fournitures de bureau, cartes de visite, tracts ou plaquettes, publicité
- téléphone et communications, frais postaux
- honoraires pour la comptabilité
- assurance responsabilité civile.

Comme pour les professions paramédicales, les charges extérieures en vitesse de croisière se situent autour de 40 % du chiffre d'affaires (charges extérieures/recettes nettes).

FINANCEMENT - AIDES SPÉCIFIQUES

Il n'y en a pas sur ces créneaux. En revanche, les aides à la création d'entreprise existent, quelle que soit l'activité. Elles varient souvent ! Consultez les organismes consulaires, le site de l'APCE pour une mise à jour ou le site de l'ISM :

www.aides-entreprises.fr



Signalons que la NEF, société coopérative de finances solidaires, finance des projets respectueux de l'homme et de la terre.

www.lanef.com



CONTEXTE GÉNÉRAL

Le secteur des médecines naturelles est en pleine évolution, il doit être analysé dans un contexte européen, on est passé d'un vide juridique à une réglementation concernant certaines professions comme l'ostéopathie et la chiropraxie.

De même, la réglementation a rappelé que la pratique des massages est exclusivement réservée aux masseurs-kinésithérapeutes. On parle de modelage lorsque certaines formes de massage sont exercées par des esthéticiennes.

On trouvera également un dossier complet publié en décembre 2012 par le ministère de la Santé au lien suivant : <http://www.sante.gouv.fr/pratiques-de-soins-non-conventionnelles,7576.html>, donnant des précisions sur l'exercice des professions médicales et paramédicales ainsi que 9 fiches techniques sur quelques disciplines de médecine non conventionnelle : lipolyse, ostéopathie, jeûne, etc.

CONDITIONS D'INSTALLATION

→ Reconnaissance des médecines douces et qualification

D'après le Code de la santé publique, pour pratiquer certaines spécialités appartenant à la médecine non conventionnelle, il faut obligatoirement être titulaire d'un diplôme d'État de docteur en médecine ou d'un diplôme étranger reconnu équivalent. C'est le cas de l'acupuncture. De même, l'homéopathie et la mésothérapie ne peuvent être pratiquées que par des professionnels issus du monde médical ou paramédical (médecins, sages-femmes, dentistes, vétérinaires, etc.). De nombreux enseignements et formations universitaires aux médecines alternatives sont ainsi proposés aux seuls médecins ou étudiants en sixième année de médecine ; ils sont sanctionnés par un diplôme inter-universitaire (DIU).

www.sfmesotherapie.com

Il existe aussi une formation à la mésothérapie esthétique (pratiquée par des médecins esthétiques) :

www.amme-fi.org

L'ostéopathie est une activité réglementée, l'usage professionnel du titre d'ostéopathe est réservé aux personnes remplissant les conditions exigées par l'article [4 du décret n° 2007-435 du 25 mars 2007](#). Une récente réforme a été engagée pour encadrer davantage la formation des ostéopathes et l'agrément des établissements de formation en ostéopathie :

www.apce.com

L'autorisation d'utiliser le titre de chiropracteur est délivrée aux personnes qui répondent aux conditions de qualification professionnelle en vigueur depuis le 9 janvier 2011. À titre transitoire, une autorisation peut également être délivrée aux personnes disposant de qualifications professionnelles dérogatoires.

Deux textes précisent les conditions d'accès et d'exercice de l'activité de chiropracteur : (diplômes, titres ou autorisations nécessaires pour utiliser le titre de chiropracteur, actes autorisés, enregistrement auprès de l'Agence régionale de santé et conditions d'exercice par les ressortissants européens) : le décret n°2011-32 et l'arrêté du 7 janvier 2011, Journal Officiel du 9 janvier 2011, p. 544,

www.legifrance.gouv.fr

Professeur de yoga : il n'existe pas de diplôme officiel en Europe, mais les praticiens ont en principe suivi une formation sur plusieurs années, grâce à une école affiliée à l'une des deux principales fédérations, la Fédération nationale des enseignants de yoga (FNEY) et la Fédération Inter-enseignements de [Hatha Yoga](#) (FIDHY) (voir partie Contacts).

Les autres médecines alternatives sont exercées cependant souvent par des personnes qui ne sont ni des médecins, ni des professionnels habilités à effectuer des actes médicaux ou paramédicaux. Car des formations existent en effet, nombreuses, de qualités diverses (et parfois excellentes), pour les non médecins : ce sont d'autres DIU, ou des diplômes universitaires et des diplômes délivrés par des établissements privés.

Il y a alors, d'après l'état actuel de la législation française, pour ceux qui ont suivi de telles formations non reconnues par l'Ordre des Médecins, **exercice illégal de la médecine** (qui n'est pas toujours sanctionné).

Et obligation, de toute façon, de ne pas prétendre guérir tous les maux, de réorienter les patients le cas échéant vers la médecine conventionnelle en établissant au besoin des relations privilégiées avec certains médecins. Autres obligations : prendre toutes les mesures d'hygiène, connaître les contre-indications de l'ensemble des techniques, et d'être assuré.

Aujourd'hui, l'acupuncture, l'homéopathie, l'ostéopathie et la chiropraxie sont reconnues comme des pratiques médicales par la Sécurité sociale. L'acupuncture et l'homéopathie sont également reconnues par l'Assurance maladie, non pas comme des spécialités, mais comme des modes d'exercice particulier (source : *Les nouveaux métiers du bien-être, Georges Margossian*).

Médecines alternatives et remboursements par la Sécurité sociale

Le CAS (centre d'analyse stratégique) veut faire le ménage au sein de la fourmilière des médecines alternatives. Dans un rapport, l'institution propose la création d'un "label de thérapeute en pratiques non conventionnelles" afin de réglementer les disciplines utiles et les ouvrir éventuellement à terme à des remboursements de Sécurité sociale.

Le recours aux médecines parallèles enfin remboursé par la Sécurité sociale ? Peut-être, mais pas dans l'immédiat. C'est en tout cas l'espoir du CAS, qui a émis une proposition "d'encadrement" des thérapies alternatives. Ce dernier offre ainsi ses services d'examinateur en vue d'analyser les différentes pratiques et de dissocier les efficaces des inconséquentes. À l'heure actuelle, seules l'ostéopathie et la chiropraxie (manipulation du corps) sont officiellement reconnues, notamment en termes d'apprentissage et de formation. Le CAS projette qu'à l'issue d'un examen clinique et juridique, un praticien puisse être décoré d'une certaine certification, un "label de thérapeute en pratiques non conventionnelles". Les patients seraient alors assurés de la qualité des soins qu'ils reçoivent, et auraient également l'obligation d'être redirigés vers la médecine traditionnelle pour des problèmes de santé de plus haute envergure ou se soustrayant aux compétences de la discipline consultée.

Source : note d'analyse – octobre 2012 – n° 290.

À lire également :

- [Comment suis-je remboursé pour la médecine douce ?](#)
- [Comment suis-je remboursé pour une séance de chiropraxie ?](#)
- [Comment suis-je remboursé pour une séance d'ostéopathie ?](#)
- [Comment suis-je remboursé pour une séance d'acupuncture ?](#)
- [Remboursements des frais liés à l'homéopathie :](#)

<http://www.news-assurances.com/actualites/medecines-alternatives-vers-la-creation-dun-label-en-vue-de-futurs-remboursements-securite-sociale/016770873>, octobre 2012.

→ Massage, modelage et relaxation

Le massage est ainsi défini : “On entend par massage toute manœuvre externe, réalisée sur les tissus, dans un but thérapeutique ou non, de façon manuelle ou par l’intermédiaire d’appareils autres que les appareils d’électrothérapie, avec ou sans l’aide de produits, qui comporte une mobilisation ou une stimulation méthodique, mécanique ou réflexe de ces tissus.”

Sources : [Décret 2000-577 du 27 juin 2000 modifiant le décret 96-879 du 8 octobre 1996 relatif aux actes professionnels et à l’exercice de la profession de masseur-kinésithérapeute](#), à retrouver sur le site de la fédération française MKR., masseurs-kinésithérapeutes-rééducateurs, www.ffmkr.org ou sur www.legifrance.gouv.fr. [Les articles L4323-4 et L4323-5 du nouveau Code de la santé publique](#) précisent :

“Nul ne peut exercer le massage et la gymnastique médicale s’il n’est muni du diplôme d’État de masseur-kinésithérapeute. L’usurpation du titre de masseur-kinésithérapeute est une infraction passible de 30 000 euros d’amende et de deux ans de prison.”

Le modelage : on entend par modelage au sens de [l’article 16-I de la loi 96-603 du 5 juillet 1996 modifiée](#) relative au développement et à la promotion du commerce et de l’artisanat, toute manœuvre superficielle externe réalisée sur la peau du visage et du corps humain, dans un but exclusivement esthétique et de confort, à l’exclusion de toute finalité médicale et thérapeutique. Cette manœuvre peut être soit manuelle, éventuellement pour assurer la pénétration d’un produit cosmétique, soit facilitée par un appareil à visée esthétique (source : Nouvelles esthétiques).

www.nouvelles-esthetiques.com

Aucune équivoque, donc : le massage médical ou massage en profondeur (avec frottements, pressions profondes et pétrissages) est réservé aux MKR². Par exemple, les MKR sont les seuls habilités à effectuer des soins de kiné-balnéothérapie et d’hydrothérapie dans le cadre de leur profession réglementée, ainsi que le drainage lymphatique.

Mais pour le massage bien-être ou de relaxation, le toucher-massage qui s’intéresse à la personne dans sa totalité ?

Aujourd’hui, la profession de masseur de relaxation/bien-être n’est pas réglementée en France.

Il a été longtemps toléré par l’Administration que le massage assis (avec la notion d’acupression) relevait plutôt de la relaxation, domaine non réglementé (de même le massage superficiel par simples effleurements pratiqués sur le visage par les esthéticiennes). Mais cette interprétation permissive est combattue par la Fédération des MKR qui ne fait pas la distinction entre les types de massages évoqués : “toutes manœuvres sur les tissus, superficielles ou non, relèvent de la compétence du masseur-kinésithérapeute”. Certains de ces syndicats départementaux ont d’ailleurs porté plainte pour exercice illégal de la profession, dénonçant les massages pratiqués par des non-kinés : masseurs non diplômés, esthéticiennes, personnes exerçant un drainage lymphatique manuel, utilisatrices d’un appareil de lutte contre la cellulite qui permet de pratiquer des massages, pratiques de la “fascia thérapie”, et autres techniques assimilables à des massages. Les personnes intéressées ont été condamnées à verser une amende de plusieurs centaines d’euros (450 à 800 € en moyenne). Voir à ce sujet l’impressionnant dossier de la jurisprudence, sur

www.kinelegis.com

2 MKR médecins kinésithérapeutes.

Si besoin, de nombreuses réponses à des questions écrites de députés, débattues à l'Assemblée nationale, **rappellent que malgré une pratique de plus en plus répandue des massages bien-être dits de relaxation, l'exercice du massage est réservé aux seuls titulaires du diplôme d'État** (différents exemples à retrouver sur <http://www.kinelegis.com>). Par exemple, selon une [réponse ministérielle publiée au JO le 24 septembre 2013](#) : “les actes de massages thérapeutiques ou non thérapeutiques sont réalisés par des personnes titulaires des diplômes mentionnés à l'[article L4321-2](#) du code de la santé publique, conformément à l'[article L4321-1](#) du même code et à l'[article 3 du décret n°96-du 8 octobre 1996](#). Le droit français encadre déjà cette activité et l'autorise aux seuls masseurs-kinésithérapeutes. Par conséquent, les personnes qui ne sont pas masseurs-kinésithérapeutes ne sont pas autorisées à réaliser ces actes et sont passibles des sanctions pénales prévues à l'[article L4323-4 du CSP](#)”.

Il existe une exception réservée aux esthéticiennes, sous conditions : les massages à finalité purement esthétique pratiqués par les esthéticiennes et qualifiés de “modelage” sont autorisés, mais soumis à conditions de diplôme en vigueur pour la profession d'esthéticienne (loi 2005-882 du 2 août 2005 dite loi en faveur des PME).

Que conclure ? Il appartient à chacun de se faire sa propre opinion et de prendre ses responsabilités, de connaître les risques encourus par les nombreux masseurs non diplômés, en l'état actuel de la réglementation. Beaucoup de porteurs de projets voudraient voir évoluer la réglementation, mais qu'en est-il du patient ? Les frontières sont vite franchies entre modelage et massage... mais **aucun massage n'est anodin**, une manipulation sur un corps fragilisé peut entraîner des dommages graves.

L'idéal, c'est donc de pratiquer légalement le massage, de préparer un diplôme d'État de kinésithérapeute et de se spécialiser dans une technique de massage bien-être !

Alternative : passer son brevet professionnel esthétique/cosmétique/parfumerie et s'initier ainsi au massage californien, puis se former dans des écoles encore plus spécialisées, reconnues par les fédérations de massage (FFBME et FFMTR). La FFBME a du reste rédigé un code de déontologie visant à placer des limites à l'exercice du métier de masseur bien-être. Autre conseil : la meilleure des protections est la prévention. Ne pas se mettre en position d'être attaqué, employer les termes qui conviennent : des termes comme shiatsu ou réflexologie n'ont pas besoin d'être associés au terme massage pour être significatifs !

www.nouvelles-esthetiques.com



Pour se tenir au courant :

• Le site www.guidemassage.com fournit un point régulier sur cette question : www.guidemassage.com



• La FFMTR, Fédération française de massage traditionnel : www.ffmtr.fr



• La FFMBE, Fédération française du massage bien-être et son dossier de presse : www ffmbe.fr



• Agir pour la reconnaissance des massages bien-être en France : www.agir-massages-bien-etre.org/



➤ RÈGLES ET USAGES DE L'ACTIVITÉ

➔ Plantes

C'est la réglementation des plantes médicinales qui s'applique : le décret de 1979 a été récemment révisé et le nombre de plantes libérées est dorénavant de 148 plantes autorisées en vente libre en France (décrets [2008-839](#) et [2008-841](#) du 22 août 2008, JO du 26 août 2008).

Par ailleurs, le métier d'herboriste disparaît peu à peu à cause de l'absence de diplôme sanctionnant la formation d'herboriste ; il n'existe plus qu'une centaine de phytothérapeutes ou d'herboristes capables d'enseigner ou de transmettre leur science.

➔ Centre de remise en forme, sauna, hammam, etc.

Certains aspects réglementaires concernant le secteur du bien-être sont également contenus dans les Dossiers de l'APCE :

- [Spa, hammam, centre d'aqua bien-être et balnéothérapie](#)
- [Centre de fitness, salle de sport, EAPS](#)

➔ Assurance

Assurance RC, responsabilité civile. La loi Kouchner de 2005 oblige toutes les professions de santé à souscrire à un contrat d'assurance RC. Il est recommandé aux praticiens des médecines non conventionnelles d'y souscrire également. Informations sur l'assurance :

www.ffsa.fr



Il faut noter la difficulté de trouver parfois un assureur : le métier de "relaxateur" n'est pas reconnu et les masseurs qui ne sont pas des kinésithérapeutes ne trouvent pas facilement un assureur. Il peut être utile de prendre contact avec la FFMBE. Certains vont chercher une compagnie d'assurance au Royaume-Uni ! La FFMTR conseille à ses adhérents de prendre une protection juridique, en plus d'une assurance RC.

➤ STATUT

L'activité est le plus souvent de nature libérale (professions libérales non réglementées - inscription au CFE de l'URSSAF). Mais parfois certaines professions sont acceptées au registre des métiers, tel ce praticien de shiatsu.

À NOTER

Les activités de massage ne figurent pas dans le répertoire des métiers de l'artisanat.

(Le sont : les soins de beauté dont le modelage esthétique de bien-être et de confort sans finalité médicale, réservés aux esthéticiennes).

Magnétiseur et radiesthésiste font partie des professions libérales non réglementées ; mais ces deux professions relèvent des caisses sociales des commerçants (réunies depuis 2008 au sein d'un unique organisme, le RSI régime social des indépendants).

www.rsi.fr



ORGANISMES SOCIAUX

Trois caisses obligatoires pour l'entrepreneur individuel inscrit en libéral :

- Assurance maladie, le RSI : www.rsi.fr 
- URSSAF, Union de recouvrement des cotisations de sécurité sociale et d'allocations familiales : www.urssaf.fr 
- Assurance vieillesse une caisse nationale : www.cnavpl.fr 

RAPPEL

Le cadre de ce dossier ne permet pas d'évoquer en détail les différentes structures juridiques, le calcul des cotisations sociales, etc. Retrouvez les aspects juridiques, sociaux et fiscaux de la création d'entreprise sur le site de l'APCE

ou sur celui du RSI

www.apce.com 

www.rsi.fr 

Retrouvez sur le site de l'Unasa le guide de l'installation en profession libérale - à télécharger sur

www.unasa.org 

STRUCTURE JURIDIQUE

Entreprises individuelles ou sociétés.

Certains choisissent l'association pour des raisons administratives (TVA, facturations...), financières (recours à des contrats d'embauche aidés, subventions...) ou idéologiques (projet partagé à plusieurs avec comme objectif la volonté de promouvoir et de faire connaître une discipline, plutôt que le seul but lucratif - exemple : une activité de musicothérapie pratiquée à l'hôpital).

D'autres enfin optent pour la société civile. Informations, là encore, sur le site APCE, rubrique "Structures juridiques".

■ RÉGIME FISCAL

→ TVA

Il existe des champs d'exonération de la TVA pour certains soins ([article 261-4 -1°](#) du CGI).

Ceux-ci concernent les soins qui s'inscrivent dans le cadre d'une profession réglementée (par exemple : le massage médical pratiqué par les masseurs kinésithérapeutes).

En revanche, les activités qui ne relèvent pas de la profession réglementée ne sont pas exonérées (exemple : acupuncture, thérapie manuelle, étioopathie...) à l'exception de celles qui sont exercées par des titulaires du diplôme d'État de docteur en médecine.

À noter : une instruction fiscale du 26 décembre 2005 fixe les règles de la TVA applicables aux actes d'ostéopathie pratiqués par les masseurs kinésithérapeutes. La loi de finances pour 2007 (article 58) permet aux personnes qui sont autorisées à utiliser le titre d'ostéopathe de bénéficier d'une exonération de TVA sur les prestations de soins qu'elles dispensent. On irait vers la suppression de la TVA pour les ostéopathes et les chiropracteurs dans la mesure où ils sont légalisés (*source : Maître Isabelle Robard, docteur en droit spécialisé dans le droit de la santé*).

Enfin, en dessous d'un certain seuil de chiffre d'affaires, on ne paie pas de TVA et il est souvent intéressant d'adopter le régime fiscal de la micro-entreprise.

Pour en savoir plus :

■ HARMONISATION EUROPÉENNE

www.autoentrepreneur.biz



Le Parlement européen préconise la reconnaissance des médecines non conventionnelles et l'harmonisation des conditions de formation imposées aux praticiens qui les exercent.

L'adoption de la "Résolution sur le statut de médecines non conventionnelles" votée le 29 mai 1997 par le Parlement européen est l'aboutissement d'un an de débats et d'amendements au texte initial (projet de loi Paul Lannoye). La résolution européenne ouvre un processus de reconnaissance des médecines non conventionnelles en prévoyant l'harmonisation de leurs statuts. Elle donne la priorité aux huit disciplines qui sont les mieux organisées : chiropratique, homéopathie, médecine anthroposophique, médecine traditionnelle chinoise, shiatsu, naturopathie, ostéopathie et phytothérapie.

En attendant, législations et pratiques divergent encore au sein de l'Union européenne, la France n'ayant pas adopté une législation des plus permissives à cet égard. La plupart des pays anglo-saxons ont adopté quant à eux des enseignements officiels dans plusieurs disciplines. On peut se reporter à l'ouvrage d'Isabelle Robard, juriste spécialisée dans ce domaine, pour connaître l'état des médecines conventionnelles en Europe.

Médecines non conventionnelles et droit, la nécessaire intégration dans les systèmes de santé en France et en Europe 2002.

Isabelle Robard, Editions Litec

141 rue de Javel - 75747 Paris Cedex 15 - www.lexisnexis.fr ou Tél. 0821 200 700

La Commission européenne a adopté le 17 janvier 2002 une nouvelle directive sur les plantes médicinales européennes et les possibilités de mise sur le marché.

INSTITUTIONNELS

- DGS Direction générale de la santé, sous-direction politique des pratiques et de produits de santé
14, avenue Duquesne – 75350 Paris 07 Sp – Tél. 01 40 56 60 00
www.sante.gouv.fr
- Liste des ARS, agences régionales de santé
www.ars.sante.fr
- Miviludes, Mission interministérielle de vigilance et de lutte contre les dérives sectaires
www.miviludes.gouv.fr
- Club mise en forme d'Atout France. Objectif : valoriser la France à travers la diversité de son offre de remise en forme
www.atout-france.fr

ORGANISMES PROFESSIONNELS ET DIVERS

Voici une liste non exhaustive de fédérations ou d'associations du secteur. Les adresses changent souvent, nous privilégions le site internet.

- Conseil national de l'Ordre des médecins
180, boulevard Haussmann - 75008 Paris - Tél. 01 53 89 32 00
www.conseil-national.medecin.fr
- Fédération française des masseurs kinésithérapeutes rééducateurs
3, rue Lespagnol - 75020 Paris, Tél. 01 44 83 46 00
www.ffmkr.org
- FFMBE, fédération française du massage bien-être.
4 place Louis Armand Tour de l'horloge 75012 Paris - Tél. 01 72 76 26 56
Délivre le diplôme de "praticien bien-être". Consulter son dossier de presse.
www.ffmbe.fr
- Fédération française du massage traditionnel de relaxation
16 boulevard Saint Germain 75005 Paris
Une centaine d'adhérents pour cette jeune fédération regroupant des écoles de massage et des praticiens qui a obtenu la certification ISO 9001. Elle entreprend des actions pour faire connaître le métier de praticien en massage relaxation. Elle a mis en place la certification "qualité massage"
<http://www.ffmtr.fr/ffmtr/certification-qualite-massage> Elle a constitué un dossier recevable au répertoire national des certifications professionnelles pour la reconnaissance d'un titre et diplôme de la profession.
www.ffmtr.fr
- Association française d'acupuncture
www.acupuncture-france.com
- Association scientifique des médecins acupuncteurs de France et l'école française d'acupuncture
www.meridiens.org

- Syndicat national des médecins homéopathes français
79 rue de Tocqueville - 75017 Paris, Tél. 01 44 29 01 31 www.snmhf.org 
 - Nombreux sites pour les ostéopathes :
 - www.medecins-osteo.org 
 - www.medecin-osteopathe.org 
 - pagesperso-orange.fr/osteo 
 - www.osteofrance.org 
 - www.osteopathie.org 
 - www.sfdo.info 
 - Fédération française de naturopathie www.fenahman.org 
 - Syndicat national des sophrologues à Nice www.sophro.com 
 - Chambre syndicale de la sophrologie www.chambre-syndicale-sophrologie.fr 
 - Association française de chiropratique www.chiropratique.org 
 - Fédération française des réflexologues www.reflexologues.fr 
 - Fédération française des arts énergétiques et martiaux chinois www.ffwushu.fr 
 - SFM, Société française de mésothérapie www.sfmestherapie.com 
 - Institut français de yoga www.ify.fr 
 - FNEY fédération nationale des enseignants du yoga www.lemondedyoga.org 
 - FIDHY, Fédération inter enseignement de hatha yoga www.fidhy.fr 
 - FFHY, Fédération française de hatha-yoga www.ff-hatha-yoga.com 
 - CFMTC, Confédération de médecine traditionnelle chinoise www.cfmtc.org 
 - UFPMTC, Union française des professionnels de la médecine traditionnelle chinoise www.ufpmtc.com 
- et infos@ufpmtc.com 

- Association française de musicothérapie
Université Paris V - 45 rue des Saint Pères - 75006 Paris - Tél. 01 42 86 20 99
- Fédération des professionnels du Spa et du bien-être
16, rue de Liège - 75009 Paris www.spa-a.com 
- Fédération française de Shiatsu www.federationshiatsu.fr 
- Syndicat national de shiatsu professionnel www.syndicatshiatsu.com 
- Fédération française de wushu www.ffwushu.fr 

Etc. ! Il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans un maquis d'organismes, avec des associations qui changent souvent de dirigeants et d'adresses. De nombreux centres existent également à l'étranger, parfois plus représentatifs que chez nous.

FORMATION

Il convient d'emblée de distinguer la formation continue qui s'adresse le plus souvent à des médecins déjà en exercice, soucieux de donner une autre dimension à leur activité, des formations bien-être accessibles à tous les publics.

1/ La formation aux médecines douces est généralement accessible aux seuls médecins, étudiants en sixième année, kinésithérapeutes, pharmaciens, vétérinaires, sages-femmes ou à certains infirmiers (voir fiche CIDJ). Le département Dumenat de Bobigny³ avait fait des émules, il existait des diplômes universitaires en acupuncture, pharmacopée chinoise, homéopathie, naturothérapie, phytothérapie... Objectif principal : diminuer la douleur.

La méditation a obtenu son diplôme universitaire, un DU destiné aux médecins et aux psychiatres.

Comme le rappelle le CIDJ (*fiche sur les formations aux médecines différentes*), l'offre de formation est importante et d'inégale qualité. Certaines formations sont proposées aux non-médecins. Les personnes qui ne sont pas titulaires du diplôme de docteur en médecine peuvent se former aux médecines différentes, mais elles ne seront jamais médecins et les consultations ne seront pas remboursées par la Sécurité sociale.

Sur ce terrain, tout est ainsi possible : des formations de quelques heures voisinent avec des cursus de plusieurs années !

La faculté de médecine de Strasbourg a créé à la rentrée 2012 un diplôme universitaire intitulé "médecine, méditation et neurosciences", il propose de découvrir les médecines émergentes de la médecine du corps-esprit et d'analyser les plus récentes validations scientifiques sur la méditation :

sfc.unistra.fr 

³ Département fermé depuis 2013.

Les formations et les diplômes sont à examiner au cas par cas :

La loi exige que pour animer et encadrer une activité sportive ou physique, contre rémunération, il faut être titulaire d'un diplôme enregistré au répertoire national des certifications professionnelles ([article L212-1 du code du sport](#)) et ne pas avoir été condamné pour certains délits. La sanction : un an d'emprisonnement et 15 000 € d'amende.

Ainsi, avec le brevet professionnel "activités gymniques de la forme et de la force", on peut enseigner le pilates, à défaut d'un brevet professionnel ou d'un titre d'État qui serait le titre reconnu par les pouvoirs publics.

Mais il n'existe aucun titre reconnu par les pouvoirs publics, à l'exception du tai-chi chuan et du qi gong, pour enseigner contre rémunération. Pour enseigner les arts énergétiques et martiaux en France (autrement qu'à titre bénévole), il faut obtenir un diplôme d'État DE JEPS, diplôme d'État de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport, qui s'obtient soit par une formation, soit par la VAE, validation des acquis d'expérience

www.vae.gouv.fr



Une fédération peut alors être délégataire, c'est-à-dire habilitée à délivrer les diplômes par délégation du ministère. Exemple : la fédération FFWUSHU, www.ffwushu.fr. Cette fédération est un organisme de formation qui permet l'obtention d'un diplôme d'État, avec la formation d'enseignants professionnels (diplôme d'État de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport - DE JEPS - pour les arts énergétiques et martiaux chinois).

[Article L131-14 du code du sport.](#)

En revanche, il existe pléthore de fédérations qui fixent des normes pour l'obtention d'un certificat professionnel, qu'elles imposent à leurs adhérents. Certaines disciplines connaissent un succès impressionnant auprès du public (pilates, yoga...), mais **la formation des enseignants ne fait toutefois l'objet d'aucune reconnaissance officielle.**

Ces organismes de formation sont de plus particulièrement suivis par les pouvoirs publics, ainsi, une instruction DGEFP⁴ [n° 2010/21 du 3 août 2010](#) définit des axes prioritaires de contrôles : il s'agit de contrôler notamment les formations liées au développement personnel qui relèvent davantage du bien-être et du loisir, voire d'un exercice illégal d'activités médicales ou paramédicales.

Certaines formations sont établies en conformité avec le programme européen, c'est le cas du yoga à travers des écoles regroupées sous l'appellation d'Efy, École française de yoga.

La confédération française des médecines traditionnelles chinoises planche sur la mise en place d'un examen national sanctionnant un socle minimal d'enseignement. Néanmoins, attention, la loi n'autorise pas à exercer une profession non reconnue par les pouvoirs publics en tant que thérapeute : les praticiens de santé non médecins n'ont pas encore trouvé leur véritable place en France.

2/ La relaxation et le bien-être

Quelques constats :

- Il existe de nombreuses formations à l'étranger, notamment en Suède, Suisse, Allemagne, aux USA, et bien sûr en Asie.

4 Délégation générale à l'emploi et à la formation professionnelle

- En France, il y a de nombreuses écoles, centres, instituts privés, associations, séminaires... **mais il n'y a pas de diplôme de massage bien-être reconnu par l'État (la seule formation officielle étant celle de masso-kinésithérapie)**. Comment déceler les formations les plus sérieuses ? Il est vivement recommandé de prendre contact avec les fédérations professionnelles avant d'entamer une formation et d'interroger des praticiens. Il faut recouper l'information dans un milieu où on peut facilement se faire piéger par des formateurs peu sérieux, qui profitent de l'engouement actuel pour ce type de disciplines. La FFMBE a ainsi sélectionné plusieurs écoles de massage à travers toute la France www.ffmbe.fr
- On regardera tout particulièrement le cursus des différents dirigeants des écoles de formation.
- Il faut vérifier que l'école a un numéro d'enregistrement auprès du ministère du Travail, ce qui permet de bénéficier d'un financement. Et ne pas régler tous les frais le premier jour, afin de ménager une porte de sortie si la formation ne convient pas.
- Les formations à distance (par correspondance ou e-formation) existent, mais peut-on s'en contenter ? Une formation longue est préférable (en dessous de 500 heures, cela semble peu crédible).
- Dans un milieu où tout se sait vite, les recoupements seront faciles à faire ; le nom de certaines écoles sérieuses revient souvent..., en région parisienne comme en province ! Obtenir la liste des anciens élèves est souvent utile.
- Certaines écoles existent depuis longtemps et ont obtenu une certification ISO 9001 : c'est le cas d'Artec avec plus de 2 000 élèves par an, dont plusieurs vont créer leur entreprise 71, boulevard de Brandebourg, 94200 Ivry-sur-Seine - Tél. : 01 42 11 02 22 www.artec.fr
- Enfin méfiance si la formation n'est qu'un alibi pour vous faire découvrir une secte (renseignements auprès de l'Unadfi, centre d'accueil et d'information sur les mouvements sectaires). www.unadfi.org

Adresses utiles : le cadre de ce document ne permet pas de présenter une liste exhaustive des filières de formation pour chaque discipline ! On se reportera aux éléments d'information (les cursus..) donnés par les principales fédérations sur leurs sites Internet et à la fiche du CIDJ qui donne de nombreux points de repère : Dossier 2.714 du CIDJ - 101 Quai Branly - 75015 Paris - Tél. : 01 44 49 12 00 www.cidj.com

Les formations aux médecines différentes (mise à jour annuelle).

Autres conseils et toutes les adresses sur le guide : *Les nouveaux métiers du bien-être*, Georges Margossian, éditions Ellébore

Toutes les informations par grandes catégories :

www.ellebore.com

1. les métiers de la beauté,
2. Les métiers de la remise en forme,
3. Les métiers des gymnastiques douces,
4. Les métiers du toucher,
5. Les métiers des médecines non conventionnelles,
6. Les métiers du développement personnel.

Comment bénéficier d'aides à la formation, notamment quand on est demandeur d'emploi ?
On se renseignera :

- au Pôle Emploi le plus proche de son domicile,
- aux différents organismes de stages agréés.

SALONS ET MANIFESTATIONS

De nombreux salons sont organisés : [consulter le calendrier 2015 des salons](#) bien-être, santé et relaxation en France.

INTERNET

→ Sites grand public

- Mise en commun d'information www.medecines-douces.tv 
- La bannière des médecines douces www.medecines-douces.com 
- Homéopathie et phytothérapie www.homeophyto.com 
- Portail francophone www.alternativesante.com 
- Restons zen ! www.doctissimo.fr 
- Portail massage et bien-être www.massage-zen-therapie.com 
- Avec notamment le point sur la réglementation www.guidemassage.com 
- La méditation pleine conscience www.association-mindfulness.org 

→ A l'étranger

- Le département de l'OMS, World Health Organization www.who.int 
- Un site américain pour la médecine complémentaire et alternative nccam.nih.gov 

OUVRAGES ET ÉTUDES

- *Le Larousse des médecines douces*, éditions Larousse, avril 2006 www.larousse.fr 
- *Rapport sur les médecines complémentaires à l'AP HP*, 2012 pitiealpetriere.aphp.fr 
- *Dérives thérapeutiques et dérives sectaires : la santé en danger*, rapport du Sénat, Jacques Mézard, avril 2013, www.senat.fr 
- Des praticiens qualifiés au service de l'épanouissement personnel des Français, 2014 -2015, www.ffmbe.fr 
- *Le stress au travail : fausse maladie ou vrai symptôme ? Réalité/prévention*, www.inrs.fr 
- *Le grand livre du bien-être au naturel*, ouvrage collectif, Eyrolles, 2012, www.eyrolles.com 
- *Survey of health care consumers: global report*, Deloitte Development LCC 2011 (les usagers et leur système de santé) : www.deloitte.com 
- *Ouvrages de la collection Inter éditions*, par Dunod, www.intereditions.com 

→ Création d'entreprise

- *Se lancer dans les métiers du bien-être, du zen et du bio*, Virginie Charpenet, éditions du puits fleuri, 2010
- *Créer et gérer un centre de bien-être*, Editions Eyrolles, 2011, Georges Margossian et Siska von Saxenburg, co-fondateurs des sites
- *S'établir praticien en massage bien-être*, éditions Le Souffle d'or, 2011, Emmanuel de Cointet, 2011
- *Manuel qualité du praticien en médecine traditionnelle chinoise*, 2012
- *Code d'éthique et de déontologie des enseignants de yoga :*

www.puitsfleuri.comwww.eyrolles.comwww.guidespa.comwww.proguidespa.comwww.souffledor.frwww.cfmtc.frlemondedyoga.org**MÉDIAS**

- L'interview de Liliane Malian par l'APCE : la création de la boutique parisienne dédiée au Feng-Shui

www.apce.com

REVUES ET ANNUAIRES

→ Revues grand public

- *Alternatives santé* : www.alternative-sante.fr 
- *Inexploré* : www.inrees.com 
- *Clés* : www.cles.com 
- *Psychologie magazine* : www.psychologies.com 
- *Psychologies* : www.psychologies.com 
- *Bien-être et santé* : www.bienetre-et-sante.fr 
- *Influenza*, le bien-être mode de vie à part entière : www.influenza.net 
- *Plantes et santé* : www.plantes-et-sante.fr 
- *Philosophie magazine* : www.philomag.com 
- Plusieurs titres sur le portail Signes et sens : www.psychanalysemagazine.com 
- Etc...

→ Revues professionnelles

- *Cahiers de biothérapie* : www.smb-fr.com 
- *Ostéomag* : www.osteomag.fr 
- *Revue française d'acupuncture* : www.acupuncture-france.com 
- *Les bonnes feuilles*, revue d'information de la phytothérapie clinique, à retrouver sur www.phyto2000.org 
- Etc...

→ Annuaire

- www.zenannuaire.com, annuaire vert qui regroupe les coordonnées de l'ensemble des détaillants de produits bio et diététiques, et de l'herboristerie. 
- www.annuaire-therapeutes.com 

DISPONIBLES DANS LA MÊME COLLECTION PROJECTEURS

Autres dossiers APCE à consulter, le cas échéant :

- Centres de remise en forme et de fitness
- Spa, hammam, centre d'aqua bien-être et balnéothérapie
- Commerce de parfumerie, cosmétique
- Institut de beauté et esthétique à domicile
- Commerce de produits bio et de compléments alimentaires
- Cabinet de psychologue
- Coaching
- Conseil en image, relooking



Référence APCE :	SAN.09
Code APE :	variés
Date d'actualisation :	mai 2015

14, rue Delambre
75682 Paris cedex 14
Tél. : (33) 01.42.18.58.58
Télécopie : (33) 01.42.18.58.00
E-mail : info@apce.com
Internet : www.apce.com