



Médecines douces, bien-être et relaxation

Codes APE variés

Fiche réactualisée en septembre 2008

Autres fiches professionnelles APCE à consulter, le cas échéant :

- **Centres de remise en forme et de fitness**
- **Spa, hammam et sauna**
- **Commerce de parfumerie, cosmétique**
- **Institut de beauté et esthétique à domicile**
- **Commerce de détail de produits bio**
- **Cabinet de psychologue**
- **Médecin généraliste**
- **Coaching**
- **Conseil en image, relooking**



AVERTISSEMENT IMPORTANT

- En application du Code de la propriété intellectuelle, **IL EST INTERDIT DE REPRODUIRE** intégralement ou partiellement ce document, sur quelque support que ce soit sans l'autorisation préalable écrite de l'APCE. vinay@apce.com
- Cette fiche ne peut faire l'objet **d'aucune diffusion, ni d'aucune vente** sans l'autorisation préalable écrite de l'APCE. A ces fins, une convention spécifique peut être passée avec l'APCE, convention réservée aux abonnés de l'Espace professionnels APCE. vuarin@apce.com ou cassonnet@apce.com

Cette fiche a bénéficié des remarques de l'Artec

Organisme de formation www.artec.fr

En bref	Page 4
1. Définition de la profession	Page 5
2. Des éléments pour une étude de marché	Page 11
3. Les moyens nécessaires pour démarrer l'activité	Page 21
4. Les éléments financiers	Page 22
5. Les règles de la profession	Page 25
6. Contacts et sources d'information	Page 31
7. Bibliographie	Page 37
Informations pratiques	Page 40



MISES EN GARDE

1. Fiche réalisée par l'APCE et certains organismes professionnels. Malgré tout le soin apporté à la réalisation de celle-ci, 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. La fiche 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

● ● ● Quelques constats

Aux côtés de la santé vécue au sens médical traditionnel, la recherche du bien-être et de l'harmonie représente une tendance lourde de la société. Le stress est ainsi considéré comme le fléau du monde occidental d'après l'OMS, Organisation mondiale de la santé.

Pour le combattre, on note la percée en Occident - et plus particulièrement en France qui comble son retard en Europe - de nombreuses approches globales du corps au moyen de techniques, méthodes ou disciplines variées. Celles-ci sont au carrefour de la psychologie, de la science et de la philosophie et elles ont souvent débouché sur une façon nouvelle de voir la vie !

Dans le même temps, les médecines alternatives prennent progressivement une place reconnue dans le parcours du futur médecin. Le recours à ces médecines souvent inspirées de la sagesse orientale augmente chez les malades et les bien-portants : au-delà de l'effet de mode actuel, il s'agit sans doute d'une tendance irréversible.

Les disciplines et méthodes moins officielles se multiplient autour des massages et de la relaxation.

Avec un seul mot d'ordre : restons Zen ! (plusieurs millions de références pour le mot Zen dans le moteur de recherche de Google).

Autre tendance : on assiste à une professionnalisation de plus en plus poussée des intervenants sur les marchés du bien-être, malgré certaines dérives inévitables lorsque les professionnels ne sont pas obligés de suivre des cursus de formation imposés. Se démarquer des charlatans sera donc un impératif pour le nouveau venu sur ces marchés !

Enfin, c'est un domaine où, bien souvent, les pratiques dépassent, en France, la législation. Beaucoup de disciplines ne sont pas (encore) reconnues officiellement alors qu'elles le sont dans d'autres pays d'Europe. D'autres ont des contours mal définis. Certaines situations gagneraient sans doute à être clarifiées, notamment au niveau des qualifications à obtenir, afin d'assainir le marché du bien-être et des médecines douces, parfois occupé par des professionnels peu scrupuleux.

Peu de lieux fédérateurs renseignent les porteurs de projets...Le marché n'est pas encore transparent ou structuré, ce qui rend toute recherche d'information délicate.

"Le nouveau siècle s'achemine vers une synthèse des différentes médecines sous le signe corps esprit" David Servan Schreiber

■ . . ACTIVITES

Une multitude de disciplines, techniques ou méthodes existent pour soigner le corps et l'esprit, en dehors de la médecine traditionnelle. Que certains initiés nous pardonnent pour le classement arbitraire proposé ci-après, nullement exhaustif.

Les médecines douces (alternatives, énergétiques, ou parallèles, ou bien encore **médecines non conventionnelles**, terme employé par les organismes officiels comme l'Union européenne) sont appelées ainsi pour désigner des façons permettant d'exercer la médecine, autres que celles principalement fondées sur la prescription de médicaments.

Plus précisément : On parle de médecine traditionnelle par opposition à la médecine conventionnelle utilisée dans les pays occidentaux et qui se définit par un enseignement universitaire et des recherches scientifiques.

Il existe des médecines traditionnelles, les unes empiriques, comme en Afrique ou en Amérique, les autres plus savantes comme en Chine ou en Inde. Les médecines traditionnelles se développent aussi dans les pays occidentaux : ce développement va de pair avec celui des médecines alternatives ou complémentaires propres à l'Occident (*source : revue Alternative santé*).

Les médecines alternatives sont ainsi des techniques pour soigner les maladies, techniques autant fondées sur l'analyse des causes psychologiques que physiques du patient malade ou tout simplement "mal dans sa peau" : soulager le malade plutôt que sa douleur ou maladie.

Médecines globales, les médecines alternatives considèrent en effet le patient et sa maladie dans toutes leurs composantes, non seulement physiques mais aussi psychologiques.



Mais attention

Certaines maladies graves ne peuvent être bien entendu soignées avec le seul usage des médecines douces.

Seconde mise en garde : les médecins qui pratiquent les médecines douces, après avoir suivi un cursus de docteur en médecine bénéficient évidemment d'une légitimité certaine : l'exercice des médecines alternatives les plus courantes (homéopathie, acupuncture, ostéopathie...) est ainsi réservé aux médecins. Pratiquées dans un cadre médical et légal, par des docteurs en médecine, les consultations sont alors remboursées par la Sécurité sociale.

Enfin, dernier constat : nombreux sont les professionnels, qui ne sont pas "kinés" ou médecins et qui pratiquent néanmoins les médecines douces, en apportant un réel bien-être à leurs clients.

1 - Définition de la profession

Quelles sont les médecines douces ? Il est difficile d'en établir une liste exhaustive... A titre illustratif :

- La fiche du CIDJ distingue principalement les spécialités du généraliste en médecine, prises en charge par le praticien agréé (homéopathie, acupuncture, ostéopathie, phyto-aromathérapie et gemmothérapie, réflexothérapie, oligothérapie, mésothérapie, hydrothérapie) de celles plus marginales qui existent en dehors de tout cadre légal (chiropraxie, étioopathie, kinésiologie, hypnose, herboristerie, naturopathie...).
- Le Parlement européen a adopté le 29 mai 1997 une résolution sur les médecines conventionnelles. Cette résolution demande la mise en place d'un processus de reconnaissance des médecines non conventionnelles, en donnant la priorité à huit disciplines : chiropraxie (ou chiropratique), homéopathie, médecine anthroposophique, médecine chinoise incluant l'acupuncture, naturopathie, phytothérapie, ostéopathie, shiatsu.
- Le guide des médecines différentes (*Marie Borel et Ronald Mary, édition Presses Pocket*), met en valeur, quant à lui, soixante autres façons d'envisager la santé, de la médecine manuelle à la médecine énergétique.
- **En fait, une démarcation doit être opérée d'emblée, afin de départager ce qui relève du médical proprement dit, des médecines douces et ce qui relève du bien-être**, en sachant que des outils peuvent être polyvalents (exemple shiatsu thérapeutique ou de bien-être, idem pour la réflexologie ou la sophrologie) : la plupart des disciplines sont polyvalentes, la ligne de démarcation dépend, d'une part des *compétences* de la personne, d'autre part des *objectifs* visés par la pratique.

A titre d'illustration

Ce qui relève plutôt de la beauté, du bien-être , de la prévention	Ce qui relève plutôt des médecines douces ou alternatives, des techniques	Ce qui relève de la médecine ou des sciences médicales , des médecines à exercice particulier et professions paramédicales
<ul style="list-style-type: none"> • Relaxation de bien-être • Thalassothérapie • Art thérapie • Yoga • Tai-chi • Phytothérapie • Herboristerie • Etc. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hypnose • Chiropraxie • Acupuncture • Ostéopathie • Chiropraxie • Homéopathie familiale • Etc. ! 	<ul style="list-style-type: none"> • Médecin homéopathe • Médecin ostéopathe • Médecin acuponcteur • 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).

● ● ● **M**essages et relaxation

Massages et relaxation sont aussi des pratiques relevant du bien être, très en vogue aujourd'hui. On dénombre de multiples techniques de massages (des grands classiques comme le massage californien, le drainage lymphatique, le shiatsu, la réflexologie plantaire..., aux techniques plus branchées ou nouvelles comme l'amma assis, le massage ayurvédique, etc.).

Qu'il soit tonique, stimulant ou relaxant, le massage au sens strict ne doit pas cependant être confondu avec la relaxation, technique qui ne fait pas appel au toucher (exemple : la relaxation par le rire).

● ● ● **A**utres marchés de la forme et de la beauté classés par thèmes

- Coaching physique ou training mental des personnes stressées,
- Thalassothérapie et thermalisme,
- Vacances et bien-être (hôtels offrant des formules de relaxation, séjours toniques, séjour 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...),
- Produits et soins de beauté (cosmétique, soins capillaires, soins esthétiques, relooking, percing et tatouage...),
- Forme et sport (saunas, hammams, centres de balnéothérapie et de remise en forme, spas...),
- Produits de confort de la maison (ionisation de l'eau, literie, vêtements en fibres naturelles, matériel de musculation...), etc. !

■ ● ● **A**PTITUDES

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.

Aider une personne à être davantage acteur de sa vie ne s'improvise pas, nécessite des connaissances de l'anatomie, de la physiologie, de la psychologie, de l'intégrité et aussi une vraie réflexion sur soi-même : êtes-vous fait pour apporter du bien-être à l'autre et pourquoi ? (source : *les métiers du bien-être, guide de Rebondir*).

Le charisme et le relationnel ne sont pas tout : il faut paraître très professionnel et rigoureux pour se démarquer des charlatans éventuels, faire valider les acquis professionnels et suivre un enseignement adapté, non bâclé (500 heures de formation semblent un minimum ou mieux, un cursus de médecin classique pour certaines médecines alternatives). Comme le rappelle un journaliste de la revue *Rebondir*, manipuler le corps, préconiser tel type d'alimentation ou des huiles essentielles ne s'improvise pas et demande de solides connaissances de l'anatomie, de la physiologie, et de la psychologie : mieux vaut donc avoir fait ses études de médecine, de nutritionniste ou de psychologie ; à défaut il faut recruter le personnel médical approprié.

1 - Définition de la profession

Pour le massage : Pratiquer le massage de détente professionnellement est bien différent de masser ses amis, son conjoint ou ses enfants. C'est un métier qui demande une rigueur souple mais constante. Les personnes qui viennent se faire masser livrent une part importante d'elles-mêmes, de leur intimité, de leurs croyances. Être capable d'accueillir cette intimité sans la juger demande une force intérieure qui n'est pas un don. C'est en travaillant régulièrement sur soi, sur ses limites, sur ses propres émotions, que le praticien en massage de relaxation avance dans la construction de cette force fragile. Il se doit de s'offrir ce qu'il prétend faire partager aux autres : le bien-être, la souplesse, la fluidité... C'est aussi cette exigence qui fait de cette profession un métier merveilleux à exercer, riche de part la profondeur des relations humaines qu'il implique entre clients et praticien. *De source :* www.relaxologue.fr

Sont donc aussi nécessaires une maturité évidente, voire une certaine sagesse qui ne dispensent pas d'une grande rigueur : 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 !

<p>Médecine traditionnelle</p>	<p>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.</p>
<p>Médecine traditionnelle chinoise</p>	<p>Elle comporte cinq disciplines principales (acupuncture, diététique, massage Tui Na, pharmacopée et exercices énergétiques - Tai Ji Quan et Qi Gong) ; c'est un art, une science et une philosophie où l'étude des pouls a toute sa place.</p>
<p>Ostéopathie</p>	<p>Elle consiste en des massages et gestes manipulateurs sur les muscles, la colonne vertébrale, parfois les organes en profondeur.</p>
<p>Chiropratique</p>	<p>Voisine de l'ostéopathie, son champ d'application et de manipulation est la colonne vertébrale.</p>
<p>Homéopathie</p>	<p>Elle emploie des substances très diluées qui agissent en produisant des troubles identiques à ceux du malade, d'où son nom, pour désigner une réaction naturelle du corps dans le sens de la maladie.</p>

1 - Définition de la profession

Mésothérapie	Technique plus douce d'introduction locale du médicament.
Acupuncture	Cette technique, une des plus anciennes de la médecine chinoise, vise à entretenir ou restaurer la santé par l'usage de fines aiguilles métalliques que l'on pique à certains endroits du corps appelés points d'acupuncture.
Oligothérapie	C'est le traitement de certaines affections grâce à l'utilisation des minéraux et métaux qui interviennent en très petites quantités dans les fonctions et échanges biologiques de l'organisme.
Phytothérapie	Soin par les plantes.
Aromathérapie	Dérive de la phytothérapie en n'utilisant que la fraction parfumée des plantes.
La naturopathie ou naturothérapie	C'est un système médical complet et cohérent qui mise avant tout sur la stimulation des mécanismes naturels d'auto-guérison du corps. Les interventions du naturopathe visent en premier lieu à activer, nourrir et renforcer ces mécanismes plutôt qu'à éliminer des symptômes ou à attaquer directement des agents pathogènes. Elles se veulent aussi douces et non effractives que possible. Parmi les outils privilégiés de la naturopathie, on retrouve, entre autres, la phytothérapie, l'alimentation, l'homéopathie, l'acupuncture, les manipulations physiques, les techniques de gestion du stress, etc.
Shiatsu	Forme de massage donné avec les pouces, les doigts, les paumes de main, les coudes, les genoux,... Sa pratique s'apparente à l'acupressure (acupuncture sans aiguille) ; l'origine du shiatsu est japonaise (massage traditionnel japonais "amma").
Tai chi chuan	"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, améliorant la circulation du sang et du Qi (l'énergie).
Gi gong	Discipline proche du Tai Chi Chuan qui comprend des exercices respiratoires combinés aux mouvements, à la méditation et vise à la maîtrise des mouvements énergétiques du corps.
Sophrologie	Entre yoga et hypnose, est un ensemble de pratiques visant à dominer les sensations douloureuses et les maladies psychiques.
Réflexologie plantaire	Référence à des techniques de massage des pieds pour provoquer un effet dans d'autres parties 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.

1 - Définition de la profession

Kinésiologie	Technique fondée sur l'étude des réflexes afin de développer l'état de bonne santé.
Le feng shui	Art millénaire chinois, recherche des harmonies fondamentales entre l'homme et son environnement, pour favoriser une meilleure circulation des énergies.
Spa	Santé par les eaux, se présente sous la forme de petites unités à taille humaine et conviviale qui proposent des soins proches de ceux du thermalisme, de la thalassothérapie et de la balnéothérapie ; par exemple : les jets, massages, bains enveloppements d'algues....
Méditation	Il existe de multiples écoles et systèmes de méditation, qui enseignent l'art de vivre pleinement le moment via une posture et une bonne respiration. En commun : une mise à distance qui libère de l'emprise des émotions, des pensées, des sensations. Et une méditation transcendante pour certains, qui conduit à l'Essence des choses.
Etre 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.
Reiki	Il appartient aux approches dites énergétiques, dans lesquelles le praticien intervient sur le champ vibratoire de la personne en imposant ses mains sur différentes parties du corps.

Un lexique pour de nombreux termes :

<http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Index.aspx>

■ ■ ■ L E MARCHÉ

● ● ● Les grandes tendances

La recherche du bien-être est une préoccupation générale¹. 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 vitalité (...) devient indispensable et la maladie de moins en moins bien acceptée, de même que la douleur physique ; la lutte contre le vieillissement se généralise, favorisée par les promesses scientifiques, (DHEA, radicaux libres, hormones de croissance, découvertes génétiques).

Quelques signes de ce mouvement de fond :

- L'intérêt croissant pour les médecines parallèles, douces ou alternatives : selon l'OMS, 42% des Français y ont recours (rapport de mai 2002 cité par *L'express*) ; parmi les utilisateurs huit sur dix ont essayé l'homéopathie (36% l'utilisent régulièrement). Un sur deux l'acupuncture, un sur cinq l'ostéopathie, discipline qui a été reconnue officiellement en 2002¹. Cette tendance est manifeste également à l'hôpital, pour soigner des pathologies chroniques, afin d'éviter des effets secondaires de médicaments, comme complément de traitement classique. C'est une évolution possible vers la "médecine intégrée", qui au service du malade intégrerait toutes les thérapeutiques conventionnelles et complémentaires sans les opposer.
- Pour échapper au stress, les Français utilisent des moyens de plus en plus diversifiés : pratique sportive, courtes escapades de week-end - parfois dans un monastère - consultation de "psy", 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. Le massage assis sur le lieu de travail est le concept à la mode : ce sont les informaticiens de la Silicon Valley qui ont popularisé la formule, dérivée du shiatsu japonais. Les premiers lieux de détente pour les salariés, conçus en dehors de leurs bureaux, permettant de courtes pauses ou siestes, font leur apparition en France. A l'heure des suicides au travail chez l'un de symboles de notre économie (Renault...), un rapport sur la mesure du stress au travail est commandé en 2008 par les pouvoirs publics (voir bibliographie).
- Témoin aussi de la bonne santé du secteur, l'essor des stations thermales qui accueillent chaque année 550 000 curistes, dont la moitié en provenance de l'Île-de-France. Plus généralement, on observe la percée des bienfaits prodigués par les eaux dans de nombreuses structures : centres de beauté et premiers temples de l'art de vivre (les "spas" urbains ou provinciaux : il se vend entre 1 500 et 3 000 unités par an de spas, les pisciniers assurant les trois quart des ventes). Sans parler de la thalassothérapie avec 350 000 curistes !

¹ Source : *Francoscopie, Pour comprendre les Français, Gérard Mermet, Larousse.*

² Source : Eurostaf.

- La redécouverte du corps (outil et vitrine). Le culte du corps n'est pas seulement destiné à améliorer l'image que l'on donne de soi, mais aussi celle qui participe au bien-être de son propriétaire : elle s'accompagne d'une recherche de l'équilibre et de l'épanouissement personnel.
La recherche de l'harmonie entre le corps est l'esprit est donc de règle, avec toutes les techniques possibles sur ce sujet ! Les valeurs spirituelles mélangent ainsi un fonds de catholicisme avec des morceaux de bouddhisme, parfois d'astrologie, de voyance ou de valeurs « new age ». Dans le même registre, il faut souligner la montée en croissance du relooking ou conseil en image personnelle !
- L'essor des produits bio, des soins esthétiques (en cabine ou à domicile), des produits consommés en parapharmacie, ainsi que l'essor des courants diététiques et le succès des nutritionnistes sont impressionnants.

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 des services de kinésithérapeutes, de podologues et de coiffeurs (cf. fiche APCE sur les centres de remise en forme). Plusieurs méthodes de gymnastique douce existent en France.

Les centres de beauté "tendance" vont offrir 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, 20 juillet 2000*).

● ● ● Les créneaux porteurs

Les éditions Larousse viennent de consacrer un ouvrage sur ce thème. D'après le responsable de collection : "L'ostéopathie monte très fort. Je pense que les gens apprécient de plus en plus le toucher et la manipulation, ainsi que la vision globale de l'individu et à nouveau le temps passé avec le patient. Si l'homéopathie a toujours le vent en poupe, tout ce qui soigne par le toucher (Feldenkrais, Alexander, Trager...) et le mouvement (Tai chi chuan, qi gong...) marche très bien.

Référence : Le Larousse des médecines douces, éditions Larousse, avril 2006
www.larousse.fr

La folie des massages bat son plein en 2008 : ayurvédique, californien, shiatsu, aux pierres précieuses, à la vigne, au chocolat... Le marché des massages est en plein boom, auprès des particuliers et des entreprises. Une idée qui cartonne : les chèques cadeaux et coffrets cadeaux autour du massage et du spa... comme chez <http://www.terrabienetre.com>. Le spa et les lieux de détente rivalisent d'idées, et se spécialisent par types de clientèle : peaux occidentales ou non, soins réservés aux hommes de *source Meet in, juillet août 2006*.

● ● ● Les pouvoirs publics

- L'OMS favorise depuis peu l'intégration des médecines non conventionnelles dans les systèmes de santé publique (*Cf. rapport de l'OMS de 2002- rubrique bibliographie*).

- L'Union européenne abonde dans ce sens avec par exemple une nouvelle directive sur les plantes médicinales.
- En France, la situation est contrastée : un cadre juridique vient d'être 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 attrait pour le grand public.

● ● ● Les entreprises

Dans des domaines aussi divers, sans code d'activité APE spécifique, parfois sans reconnaissances officielles, toute statistique est difficile à obtenir ! Voici cependant les quelques informations que nous avons pu recueillir :

D'après l'OMS, Organisation mondiale de la santé, 75% des Français ont déjà eu recours à un moment donné de leur vie aux médecines parallèles (et 42% les pratiquent régulièrement), qu'il s'agisse d'acupuncture, d'hypnose ou de techniques de relaxation, de médicaments à base de plantes, de minéraux ou d'animaux. L'OMS estime par ailleurs que les troubles psychologiques seront les maladies les plus répandues sur la planète, devant les maladies cardio-vasculaires (*source : LSA, 10 avril 2003*).

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.

Environ un tiers des généralistes français recourent à des disciplines complémentaires (*source : Le particulier – octobre 2002*).

Homéopathie : 30 000 médecins généralistes sont prescripteurs, 5 000 d'entre eux sont médecins à exercice particulier, orientation homéopathique. La France serait le premier marché mondial pour les médicaments homéopathiques.

4 000 docteurs en médecine pratiquent l'acupuncture. De façon générale, de nombreux médecins généralistes utilisent des techniques non conventionnelles. Le Conseil national de l'Ordre des médecins, a lancé une enquête, encore inachevée, sur laquelle la Dr Irène Kahn-Bensaude a présenté un pré-rapport le 17 septembre 2006. Il apparaît que, au plan national, 62% seulement des médecins généralistes exercent exclusivement la médecine générale, les autres ayant, à temps partiel ou complet, une autre pratique, parmi lesquelles figurent évidemment en bonne place les diverses "pseudo-médecines" (homéopathie, acupuncture ou ostéopathie). *De source <http://www.pseudo-medecines.org/articles.php?lng=fr&pg=293>*

350 personnes sont titulaires du diplôme validant 6 années d'études en chiropraxie.

On ne compte plus les adeptes du yoga : plusieurs centaines des milliers de personnes en France.

La fédération française de Tai-chi-Chuan compte 20 000 licenciés en 2007 et 600 associations dans toute la France. 30 000 personnes le pratiquent, souvent des chinois installés en France.

<http://www.ffwushu.fr>

Il existe environ 4 000 praticiens de gi-gong...

● ● ● Remarque !

- On peut retrouver et actualiser sur les sites des principales fédérations les effectifs des différentes professions (Exemple : 400 chiropracteurs en France ... recensés par <http://www.chiropratique.org>)
- Les chiffres sont à manier avec précaution. Pour chaque discipline, il faudrait en fait distinguer les praticiens habilités des autres... Exemple pour la mésothérapie : 1 200 médecins sont formés par la SFM, Société française de mésothérapie, 10 000 à 20 000 médecins exercent cette discipline et 20 000 praticiens prennent le risque de la pratiquer sans l'avoir apprise (*source : SFM*).
- Certaines professions connaissent un développement spectaculaire... trop rapide peut-être compte tenu des débouchés à venir ! Ainsi, le nombre de professionnels en ostéopathie est aujourd'hui estimé à 9 000, le nombre d'étudiants en formation à 7 400. Parmi ceux-ci, presque 2 100 devraient être diplômés chaque année. A ce rythme dans 4 ans, les effectifs des ostéopathes auront doublé en France, dans 9 ans ils auront triplé... (*de source : Union nationale des étudiants en ostéopathie, avril 2008*).

● ● ● Quelques codes APE de la NAF (changement au 1^{er} janvier 2008)

- 8621 Z : pratique médicale généraliste
- 8690E : activités des professionnels de la rééducation (dont les ostéopathes)
- 9604Z : établissements thermaux et de thalassothérapie, entretien corporel
- 9602B : soins de beauté
- 8559B : autres enseignements

Les chiffres de l'Insee		
Chiffres clés des ex codes NAF 930 E, K ET L, soins de beauté et entretien corporel		
Nombre d'entreprises	CA HT	Personnes occupées
18 734	1 588 M€	37 965

Source : INSEE EAE Services aux particuliers 2006, chiffres datant de juin 2008
www.insee.fr

■ . . . CLIENTELE

● . . . Particuliers

Selon une enquête de TNS Sofres, les principaux consommateurs de médecines douces sont les cadres supérieurs et les professions intellectuelles (68%) devant les cadres moyens (60%) et les employées (52%). En revanche, les médecines alternatives sont moins utilisées par les ouvriers et les agriculteurs.

Si l'homéopathe, par exemple, a pignon sur rue et une légitimité reconnue par ses pairs, le relaxateur ou nouvel adepte de la kinésiologie aura plus de mal à acquérir une clientèle. Il devra se faire connaître grâce à des prescripteurs : autres praticiens, société civile d'infirmiers, réseaux d'amis qui serviront au départ de validation pour tester ses compétences (voir rubrique "place du créateur").

Autres prescripteurs : les centres de thalassothérapie, les hôpitaux, les associations de quartier, les maisons de retraite, les clubs de vacances, les clubs sportifs ...

La pratique du massage effectuée par des professionnels est encore peu répandue. Une occasion de parier sur son potentiel ? En effet, en dehors des massages effectués par un proche, 62% des Français ne pratiquent jamais le massage, 18% rarement. Restent les occasionnels (17%) et les adeptes (souvent : 3%). C'est une pratique qui reste plus féminine que masculine (*de source : les Français, la forme et le bien-être, étude Ipsos Public affaires Form'expo janvier 2008*). Cette même enquête indique que 45% des Français seraient prêts (tout à fait 23% ou plutôt 22%) à aller voir un masseur-kinésithérapeute pour se faire prodiguer un massage de bien-être et de relaxation, ou des soins pour modeler le corps. A noter qu'un autre sondage d'Ipsos indique que les Français dans leur majorité (+63%) ne savent pas que la pratique du massage est réservée aux masseurs kinésithérapeutes.

● . . . Entreprises

Le stress au travail : 335 000 personnes en France seraient touchées par une pathologie liée au stress professionnel. Le coût du stress au travail est évalué entre 830 et 1 656 millions d'euros,

86% des cadres considèrent que le stress n'est pas pris en compte dans leur entreprise.

Source : APEC septembre 2004 d'après INRS, CFE-CGC mars 2004.

Et rapport sur le stress au travail, 2008 (voir bibliographie).

Malgré tout, des initiatives ponctuelles se développent pour initier une culture de bien-être dans l'entreprise :

- événements thématiques avec des animations spécifiques (bar à oxygène, espace massage, observatoires ...),
- opérations dans le cadre d'événements autour du développement durable,
- séminaire de yoga, de sophrologie ou en relation avec le développement personnel,
- cadeaux bien-être grâce à une offre de coffrets en constante évolution (de source Meet in, revue de juillet août 2008 consacrée au bien-être lié aux événements professionnels www.bedouk.fr).

■ . . CREATIONS ET DEFAILLANCES

Une nouvelle définition de la création d'entreprises est opérée depuis 2007, afin d'harmoniser les statistiques au niveau européen. Elle est plus large que la notion de création pure ou ex-nihilo utilisée jusque là. Le nombre de reprises n'est plus communiqué. Les réactivations n'existent plus.

Des taux de création particulièrement élevés et leur augmentation continue depuis plusieurs années confirment l'engouement constaté sur ces marchés par les structures qui reçoivent les porteurs de projets. Un exemple : une augmentation de 45% du nombre d'établissements de soins corporels (sauna, massage, relaxation...) à Paris et en petite couronne entre 2000 et 2003 selon la Chambre de commerce de Paris (source : *Paris Obs* du 1^{er} juillet 2004).

Ex codes APE	Secteur	Nombre d'entreprises en 2007	Créations 2007	Taux de création
851H	Soins hors d'un cadre réglementé	6 756	1 928	28%
930E	Soins de beauté	15 383	3 435	22%
804D	Autres enseignements	11 833	2 184	
930K	Activités thermales et de thalassothérapie	153	6	18%
930L	Autres soins corporels	4 133	2 083	50%
Total, tous secteurs confondus		2 651 194	321 478	12%

Source : Insee Sirène 2008

Les défaillances (liquidations judiciaires) en nombre d'entreprises

Codes APE	2005	2006	2007
930L	65	76	119
930E	116	127	149
804D	25	55	57
930K	2	0	3
851H	7	6	17

Source : www.cofacering.fr

Les cessations en nombre d'entreprises

Codes APE	2005	2006	2007
930L	413	448	489
930E	1 093	1 224	1 512
804D	712	766	785
930K	2	4	3
851H	447	581	639

Source : www.cofacerating.fr

■ . . PLACE DU CREATEUR

Profil : des adeptes depuis toujours de la médecine chinoise voisinent avec des 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, avec études de médecine, installation dans un cabinet, etc.), semblent en effet à la portée de tous : faiblesse des investissements, absence de cursus obligatoire, rapidité de la reconversion, démarche assez ludique et enrichissante avec la découverte des autres et de soi.

En contrepartie, sur un marché porteur qui suscite de nombreuses vocations, il faut à tout prix se démarquer en offrant une prestation de qualité. A 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.

Un impératif donc : éviter les formations et associations bidons, les enseignements trop théoriques, les sectes et les margoulins (nombreux) ; un cursus minimal de plusieurs années ou d'au moins 500 heures est de rigueur. Certaines écoles sont de plus rattachées à un organisme professionnel, organisent des stages d'aide à l'installation, obéissent à un code d'éthique...

Certaines disciplines sont enseignées à présent à l'université.

Pour fuir les discours trop mystiques et les sectes :

- UNADFI, centre d'accueil sur les mouvements sectaires
130 rue de Clignancourt, 75018 Paris, Tél. 01 44 92 35 92 et www.unadfi.org
- CCMM, centre de documentation contre les manipulations mentales Roger Ikor
3 rue Lespagnol, 75020 Paris et Tél. 01 44 64 02 40 www.ccmm.asso.fr

Dans une seconde étape, on peut tester ses compétences auprès d'un réseau d'amis ou de praticiens. Puis prospecter directement les clients ou les prescripteurs habituels dans ce champ d'activité (médecins, professions paramédicales, pharmaciens, structures susceptibles de connaître le public le plus concerné par la spécialité).

Le comportement face aux clients doit être très professionnel, de la prise de rendez-vous au bilan de la séance effectuée.

L'effort marketing est réel, surtout auprès d'une clientèle qui n'est pas toujours disposée à payer un service non remboursé par la Sécurité sociale (à part certaines médecines douces).

Le créneau de la relaxation et des massages est particulièrement couru en ce début de millénaire : attention, il faut prospecter des entreprises, les lieux recevant du public ou tout endroit susceptible d'offrir ce service à la clientèle (un peu d'imagination est nécessaire pour la prospection car le créneau est convoité ; un tel va offrir ses services dans une salle d'attente d'aéroport, un autre dans un restaurant ou lors d'un événement...). D'autres n'hésitent pas à installer des "corners détente" dans des lieux publics pour accueillir les clients (mais la société Superzen qui a fait cela a déposé depuis son bilan).

Le métier attire en effet beaucoup de monde, eu égard à la faiblesse de l'investissement de départ (un siège spécial relaxation autour de 1 200 euros, une table de massage à partir de 300 € + kit de formation...) et à la faiblesse des charges pour exercer l'activité (voir page suivante). Il attire également une clientèle parfois gênante, qui réclame des massages érotiques !

Néanmoins, il a des initiatives qui se soldent par des dépôts de bilan... Projets mal préparés, concurrence des associations pratiquants des prix bon marché, absence de stratégie commerciale sont les sources d'erreurs les plus habituelles. La rentabilité est de toute façon faible pour la relaxation (voir chapitre 4 : financement).

Enfin, il faut être prudent au niveau de la réglementation : les massages sont réservés aux seuls masseurs-kinésithérapeutes, malgré les débordements constatés ces dernières années, ayant entraîné l'exaspération des vrais professionnels et le durcissement de la jurisprudence, avec des condamnations à l'appui pour exercice illégal du métier (voir rubrique 5).

Il faut enfin justifier de l'exercice légal de la profession : 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 (sur son papier à en-tête, dans les Pages Jaunes de l'annuaire du téléphone, sur Internet ne doivent figurer que les titres et spécialités reconnus par l'Ordre des médecins).

Bien entendu, on évitera de travailler au noir avec les risques que cela comporte (un client peut avoir un malaise cardiaque, un autre utiliser l'arme du chantage pour mieux obtenir un massage à sa convenance). Certains utilisent une société de portage afin de tester le marché tout en restant salarié (www.portagesalarial.org).

● ● ● **A**utres créneaux : celui de la sieste....

On peut récupérer toute son énergie avec une sieste de cinq minutes qui dissout le stress et augmente les performances physiques et psychiques pour le reste de la journée, *de source Bruno Comby, auteur de l'ouvrage : Eloge de la sieste.*

A Paris, de plus en plus de centres de relaxation s'ouvrent dans les quartiers d'affaires, tels Zenia à Opéra-Saint-Lazare ou Kiétud à l'Etoile, à destination de salariés désirant se reposer et décompresser à l'heure du déjeuner. Ces centres offrent la possibilité de faire de courtes siestes (entre 50 centimes et 1 euro la minute). Ils proposent aussi des séances de massage et mettent à disposition des fauteuils "massants", de la luminothérapie, de la chromothérapie (thérapie par les couleurs). *De source les Echos, 8 janvier 2008.* Il semble en revanche que les centres "cocoons", avec bulles d'isolement et fauteuil massant, musicothérapie, diffusion d'oxygène, ont disparu.

● ● ● **E**t celui de la désintoxication

Apprendre à bien se nourrir (le marché de la nutrition mériterait une fiche professionnelle à lui tout seul) et à se désintoxiquer. Selon une enquête Ipsos (Trend Observer), "les techniques détox" ou de purification, qu'elles soient ponctuelles ou régulières, attirent de plus en plus de consommateurs. Un nouveau filon dans lequel s'engouffre aujourd'hui le business avec des boissons purifiantes ou autres gammes spécial "détox", *de source www.tpe-pme.com.* Des séjours de désintoxication, avec balades champêtres, sports et zéro calorie, sont très tendance en 2008 ! Sans oublier la vogue des premiers bars à oxygène !

Quelques conseils pour une étude de marché locale ou régionale

La mairie, les organismes consulaires, les données Odil de l'Insee <http://creation-entreprise.insee.fr> et les sociétés de géomarketing apportent des informations sur la population. Le site du Ministère des finances permet d'accéder aux seuils d'imposition par commune www.bercy.gouv.fr, sans oublier la base de données sociales localisées <http://bdsi.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 agréés.

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.

**Par où commencer ? Comment procéder ? Un guide pour vous aider :
Réaliser votre étude de marché
Guide méthode - APCE**

<http://www.apce.com/cid40256/realiser-votre-etude-de-marche.html?pid=353>

2 - Des éléments pour une étude de marché

On pratiquera une activité complémentaire le cas échéant, pour augmenter ses revenus, souvent faibles sur le créneau de la relaxation ; certains font ainsi de l'enseignement.

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

- fiche professionnelle APCE sur la formation professionnelle
- Centre Inffo, Centre pour le développement de l'information sur la formation permanente
4 rue du stade de France - 93218 Saint Denis La Plaine Cedex - Tél. 01 55 93 91 91 - et www.centre-inffo.fr.

■ ■ ■ **E**QUIPEMENTS - INVESTISSEMENTS DE DEPART

La diversité des activités entraîne une diversité équivalente des investissements :
Quelques exemples :

- Un appareil électronique de stimulation réflexologique (275 €) ;
- Une chaise ergonomique à 660 €, voir une table de massage pliante pour le masseur ;
- 1 000 € pour un bureau et une chaîne stéréo chez un naturopathe ;
- 7 000 € (publicité et chaise ergonomique à plus de 500 euros pièce chez un relaxologue ;
- Au cabinet de consultation d'un homéopathe - 5 000 à 10 000 € de matériel (cf. fiche professionnelle médecin généraliste) ;
- Jusqu'aux montages des "Spas" urbains de luxe qui se chiffrent en millions d'euros ;
- Mais on peut aussi devenir professeur de gymnastique à domicile (coach sportif) et posséder pour tout équipement un tapis de sol, un ballon, des poids, un élastique, des haltères, une corde à sauter et des CD de musique ! Sans oublier un véhicule aux couleurs de son entreprise et un important budget de publicité (de nombreux coachs sportifs ont conçu un site Internet).

"Une chose est sûre : le marché des produits anti-stress explose ! Il sort du ghetto du gadget et laisse la place à une offre mieux ciblée et plus sophistiquée qui envahit toujours plus de produits ou de secteurs : ameublement, luminaires, cosmétiques, textiles, peintures, etc".
(source : *l'anti-stress devient un mode de vie - L'usine nouvelle 23 janvier 2003*).

● ● ● **F**ournisseurs

Les salons professionnels sont des sources d'information

- Salon Mondial rééducation Equip'salles, en octobre à Paris - <http://www.salonreduca.com>
- Salon Forme et santé, porte de Versailles à Paris - <http://www.salonformesante.com>

Salons organisés par Spas expo (Tél. 01 45 56 09 09 ou www.spas-expo.com) :

- Salon du bien-être et médecines douces, annuel, février, Paris, porte de Versailles
- Salon zen, santé autrement, espace Champerret, Paris, en octobre.

Autres contacts

- FIFAS, Fédération Française des Industries du Sport et des Loisirs
3 rue Jules Guesde - 92300 Levallois Perret - Tél. 01 47 31 56 23 - www.fifas.com
- FNCESEL, Fédération Nationale des Constructeurs d'Equipements de Sports et Loisirs
9 rue la Pérouse - 75784 Paris Cedex 16 - Tél. : 01 40 69 53 25

■ ■ ■ C HIFFRE D'AFFAIRES

Quelques exemples :

- Le relaxologue prend en entreprise entre 55 € et 70 € l'heure, soit trois à quatre personnes traitées par heure (les séances durent 15 à 20 minutes en général).
Autre tarif pratiqué en 2008 : 15 € le massage de 15 minutes au bureau.
Et de 50 à 120 € l'heure de massage dans les instituts de la capitale en 2008.
- Un ostéopathe pour enfant (tarif réduit) va prendre 30 € pour une consultation d'une demi-heure,
- Un homéopathe prendra quant à lui 53 € par consultation.

Après deux ou trois ans de pratique, lorsque la clientèle commence à être constituée, les revenus nets avoisinent 2 000 € par mois ou 20 000 € par an pour les professions les moins officielles, plus du double parfois chez les médecins avec spécialité, comme le montrent les chiffres ci-dessous. On remarque néanmoins que la pratique de la relaxation n'est pas très rentable !

■ ■ ■ P RIX DE REVIENT - MARGE - RESULTAT

Les ratios de de l'Unasa 2006 Union nationale des associations agréées (Echantillon de 100 personnes, relaxation , année 2006, derniers résultats communiqués en 2007) ex code APE 930NA					
Montant net des recettes	Achats/ recettes nettes	Charges de personnel/ recettes nettes	Impôts et taxes Amortissement et frais financiers	Charges externes/ recettes nettes	Bénéfice/ recettes nettes
33 098 €	1,2%	3,6%	4,4% + 3,6%	52,1%	35,8% soit 11 845 €

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

4 - Les éléments financiers

Détails des charges externes	% des recettes nettes
Loyers et charges locatives	8,6
Locations	1,0
Honoraires	3,1
Primes d'assurance	0,9
Autres TFSE, travaux, fournitures et services extérieurs	4,8
Frais de déplacement	8,7
Charges sociales personnelles	13,1
Frais de réception	1,4
Fournitures de bureau	5,3
Autres frais divers de gestion	5,3
Total charges externes	52,1%

Même source

Echantillon de 76 personnes, **médecins homéopathes**, année 2006

Montant net des recettes	Charges de personnel/ recettes nettes	Charges sociales personnelles/ recettes nettes	Frais de déplacement/ recettes nettes	Total charges externes/ recettes nettes	Bénéfice/ recettes nettes
90 887 €	2,8	19,8	3,9	41,6	47% (42 747 €)

Echantillon de 90 personnes, **médecins acupuncteurs**, année 2006

Montant net des recettes	Charges de personnel/ recettes nettes	Charges sociales personnelles/ recettes nettes	Frais de déplacement/ recettes nettes	Total charges externes/ recettes nettes	Bénéfice/ recettes nettes
94 612 €	2,2	18,9	4,3	40,2	47,8 (45 235 €)

■ ■ ■ C HARGES

Principales charges (hors cabinet) :

- frais de déplacements
- impôts et taxes
- amortissement éventuel du matériel
- cotisations sociales obligatoires (forfaitaires la première année) et complémentaires (facultatives)
- fournitures de bureau, cartes de visites, 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).

■ ■ ■ F INANCEMENT - AIDES SPECIFIQUES

Il n'y a en a pas sur ces créneaux. En revanche, les aides à la création d'entreprise existent, quelle que soit l'activité. Elles varient souvent ! Consulter les organismes consulaires, le site de l'APCE pour une mise à jour de l'information ou le site de l'ISM <http://www.aides-entreprises.fr/accueil.php>.

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

■ ■ ■ CONTEXTE GENERAL

Code de la santé publique à retrouver sur www.legifrance.gouv.fr

■ ■ ■ CONDITIONS D'INSTALLATION

● ● ● Reconnaissance des médecines douces et qualification

D'après le Code de la santé publique, pour pratiquer et donc se former à certaines médecines douces (l'homéopathie, acupuncture...), il faut obligatoirement être titulaire d'un diplôme d'état de docteur en médecine ou d'un diplôme étranger reconnu équivalent. De nombreux enseignements et formations universitaires aux médecines alternatives sont ainsi proposés aux seuls médecins ou étudiants en sixième année de médecine. D'autre part, certaines formations aux médecines douces les plus courantes sont réservées à des professionnels du corps médical : on peut par exemple suivre une formation d'acupuncture en étant sage femme ou une formation d'homéopathe en étant dentiste (L'Ordre des médecins a accepté deux orientations médicales pour les médecins : l'**homéopathie** et l'**acupuncture**).

Mais l'enseignement de base n'est pas toujours suffisant pour exercer certaines disciplines. Il est bon de compléter son cursus par l'un des DIU, diplômes interuniversitaires d'acupuncture, d'ostéopathie ou plus récemment de **mésothérapie***, reconnus par le Conseil national de l'Ordre des médecins.

*Le DIU de mésothérapie a été validé par le Conseil National de l'ordre des médecins dans sa séance de décembre 2003.

L'ostéopathie quant à elle a été reconnue récemment (article 75 de la loi n°2002-303 Kouchner relative aux droits des malades et à la qualité du système de santé du 4 mars 2002, décrets 2007-435 et 2007-437 et arrêtés du 25 mars 2007). Elle n'est pas réservée aux seuls médecins. Le titre d'ostéopathe ou de chiropracteur (ou chiropracticien) est réservé aux titulaires d'un diplôme sanctionnant une formation spécifique, dont le programme est fixé par décrets et arrêtés.

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, 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 traditionnelle en établissant au besoin des relations privilégiées avec certains d'entre eux. Autres obligations : prendre toutes les mesures d'hygiène, connaître les contre-indications de telle ou telle technique, être assuré.

● ● ● Massage 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. Décret 96-879 du 8 octobre 1966 et décret 2000-577 du 27 juin 2000 à retrouver sur le site de la fédération française MKR, masseurs-kinésithérapeutes-rééducateurs, www.ffmkr.org ou sur www.legifrance.gouv.fr).

L'article L 4321-1 du nouveau Code de la santé publique précise :

Nul ne peut exercer le massage et la gymnastique médicale s'il n'est muni du diplôme d'Etat de masseur-kinésithérapeute.

Aucune équivoque donc : le massage médical ou massage en profondeur (avec frottements, pressions profondes et pétrissages) est réservé aux MKR. 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 de bien-être ou de relaxation ?

Aujourd'hui la profession de masseur de relaxation 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 ses 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

Si besoin est, de nombreuses réponses à des questions écrites de députés, débattues à l'assemblée nationale, **rappellent que malgré une pratique de plus en plus répandue, l'exercice du massage est réservé aux seuls titulaires du diplôme d'Etat** (différents exemples à retrouver sur <http://www.kinelegis.com>) ou 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 courus 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 massages... mais **aucun massage n'est anodin**, une manipulation sur un corps fragilisé peut entraîner des dommages graves.

Pour se tenir au courant :

- Le site www.guidemassage.com fournit un point régulier sur cette question. <http://www.guidemassage.com/rubrique19.html>
- La FFMBE, fédération française du massage bien-être <http://www.ffmbe.fr> (<http://www.ffmbe.fr/documents/communiqués/60MC.pdf>).

● ● ● Plantes

C'est la réglementation des plantes médicinales de 1979 (le décret 79-480 du 15 juin 1979 relatif à la vente au public des plantes médicinales inscrites à la pharmacopée) qui s'applique : 34 plantes sont autorisées en vente libre en France (sur 800 000 connues) ; cette réglementation est assez restrictive par rapport à d'autres pays européens... en attendant un assouplissement éventuel (une révision de ce décret prévoit la libéralisation de plus de 140 plantes).

**Décret du 79-480 du 15 juin 1979. Sauf dérogation établie par décret, la vente des plantes médicinales inscrites à la pharmacopée est, aux termes de l'article L. 512.5° du Code de la santé publique, réservée aux pharmaciens.*

Par ailleurs, le métier d'herboriste se meurt 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 (*source : Plantes et santé 2005*).

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

La fiche professionnelle APCE sur le centre de remise en forme traite de cette question et des réglementations (construction, surveillance, sécurité).

● ● ● Assurance

Assurance responsabilité civile. 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 d'assureurs ; prendre contact avec la FFMBE. Certains vont chercher une compagnie d'assurance au Royaume Uni !

■ ■ ■ **R**ÈGLES ET USAGES DE L'ACTIVITÉ

L'activité le plus souvent est de nature libérale (professions libérales non réglementées - inscription au CFE de l'URSSAF).

A noter

Les activités de massage ne figurent pas dans le répertoire des métiers de l'artisanat. Magnétiseur et radiesthésiste font partie également 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.le-rsi.fr).

■ ■ ■ **S**TATUT

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

- Assurance maladie, le RSI www.le-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 la fiche professionnelle 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 www.apce.com ou sur celui du RSI - www.le-rsi.fr

Retrouvez sur le site de l'UNASA le guide de l'installation en profession libérale - à télécharger sur www.unasa.org

■ ■ ■ **S**TRUCTURE 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.

■ ■ ■ REGIME 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, étio-pathie...) à l'exception de celles qui sont exercées par des titulaires du diplôme d'état de docteur en médecine.

A 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.

Enfin, en dessous d'un certain seuil de chiffre d'affaires (27 000 € pour les prestations de services), on ne paie pas de TVA et il est souvent intéressant d'adopter le régime fiscal de la micro-entreprise.

Renseignements :

Sur le site de l'APCE retrouvez les règles de l'imposition des bénéficiaires communes à toutes les entreprises, l'objectif d'une fiche professionnelle n'étant pas de les évoquer lorsqu'il n'y a pas de remarques spécifiques au sujet d'une profession. Sans oublier le précieux guide : *le guide de la micro-entreprise*, Laurence Piganeau, Editions d'Organisation/APCE, Edition annuelle.

■ ■ ■ HARMONISATION EUROPEENNE

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, le shiatsu, la naturopathie, l'ostéopathie et la phytothérapie.

En attendant, législations et pratiques divergent encore au sein de la Communauté 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 rapporter 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 puis boutique ou
Tél. 0826 026 027

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

- Ministère de la santé, de la jeunesse, des sports et de la vie associative
14 avenue Duquesne - 75700 Paris - Tél. 01 40 56 60 00
www.sante-jeunesse-sports.gouv.fr

■ ■ ■ ORGANISMES PROFESSIONNELS ET DIVERS

Voici une liste non exhaustive de fédérations ou d'associations du secteur. La liste et les adresses changent souvent, nous privilégions au besoin 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 et www.ffmkr.org
- FFMBE, fédération française du massage bien-être.
1 bis rue Pierre et Marie Curie – 92140 Clamart - Tél. 09 64 31 86 36 www.ffmbe.fr
- FIR, Fédération internationale de relaxologie
1 rue Marceau - 49130 Les ponts de CE <http://www.psyrelax.org/somcad.htm>
- Association pour la gestion du stress en entreprise
69 rue Lafayette - 75009 Paris - Tél. 01 53 04 61 60 www.agse.info
- Association française d'acupuncture <http://www.acupuncture-france.com>
Association scientifique des médecins acupuncteurs de France et l'école française d'acupuncture <http://www.meridiens.org/m112/entre113.html>
- UFPMTC, Union française des praticiens de médecines traditionnelles chinoises
B.P. 294 75464 Paris Cedex 10 Tél. : +33(0)1 45 23 15 52 Port. : +33 (0)6 19 95 26 75
Par mail : info@ufpmtc.com
- Syndicat national des médecins homéopathes français
79 rue de Tocqueville - 75017 Paris, Tél. 01 44 29 01 31 <http://www.snmhf.org/>
- Syndicat national des médecins ostéopathes
148 boulevard Malesherbes - 75017 Paris - Tél. 01 46 22 35 54 - <http://www.medecin-osteopathe.org>

- Nombreux sites pour les ostéopathes :
 - <http://www.medecins-osteo.org>
 - <http://pagesperso-orange.fr/osteo>
 - www.osteos.net
 - www.osteofrance.org
 - Registre des ostéopathes de France <http://www.osteopathie.org>
- Fédération Française de naturopathie Tél/fax 05 59 41 81 09 - <http://www.fenahman.org>
- Syndicat national des sophrologues à Nice - www.sophro.com
www.sophrologie.com, le site sur la sophrologie
- Association française de chiropratique www.chiropratique.org
- Fédération française des réflexologues
75 rue de Lourmel 75015 - Paris FFR@reflexologues.fr <http://www.reflexologues.fr/>
- Fédération française du tai-chi-chuan et chi-gong
17, rue du Louvre - 75001 Paris - Tél. 01 40 26 95 50 - www.fed-taichichuan.asso.fr
- SFM, Société française de mésothérapie
Commission de la Communication 89 route de Mantes 78200 Buchelay France
www.sfmestherapie.com
- Institut français de yoga,
2 rue de Valois, 75001 Paris, Tél. 01 42 96 44 55 www.ify.fr
- Fédération française de hatha yoga
50 rue Vaneau - 75007 Paris - Tél. 01 45 44 02 59 www.ff-hatha-yoga.com
- Fédération nationale de médecine traditionnelle chinoise www.fnmtc.com
- UFPMTC, Union française des professionnels de la médecine traditionnelle chinoise
www.ufpmtc.com et infos@ufpmtc.com Tél. 0870 304 870
- Société française de phytothérapie et d'aromathérapie <http://sfpa.club.fr/indexfr.html>
- Association française de musicothérapie
Université Paris V - 45 rue des Saint Pères - 75006 Paris -Tél. 01 42 86 20 99

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).

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 !

Signalons toutefois le « Dumena », diplôme universitaire des médecines complémentaires, depuis 1982 : UFR santé médecine, biologie, humaine, Léonard de Vinci

Dumena : département des diplômes universitaires des médecines naturelles

74 rue Marcel Cachin - 93017 Bobigny Cedex - Tél. 01 48 38 76 76

<http://dumenat.smbh.univ-paris13.fr>

2/ La relaxation et bien-être

Quelques constats :

- Il existe de nombreuses formations à l'étranger, notamment en Suède, Suisse, Allemagne, aux USA, et bien sûr en Asie.
- En France, il y a pléthore d'écoles, de centres, instituts privés, associations, séminaires... mais 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.
- 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 www.artec.fr avec plus de 2 000 élèves par an, dont plusieurs vont créer leur entreprise - Domaine de Soriech - 34970 Lattes - Tél. 04 67 65 04 67. A noter qu'Artec vient d'être habilitée par la FFP et l'Office professionnel de qualification des organismes de formation OPQF à délivrer des certifications professionnelles pour le nouveau métier construit en réponse aux demandes et besoins émergents de notre société : praticien en techniques éducatives corporelles de bien-être et de relation d'aide.
- D'autres organismes proposent des modules spéciaux créateurs d'entreprise / aides à l'installation comme chez l'institut Cassiopee <http://www.cassiopee-formation.com> - 42 rue Vignon 7509 Paris Tél. 01 40 17 96 12.
- Enfin méfiance si la formation n'est qu'un alibi pour vous faire découvrir une secte (renseignements auprès de l'Unadfi www.unadfi.org, centre d'accueil et d'information sur les mouvements sectaires).

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 aux trois fiches du CIDJ qui donnent de nombreux points de repère :

Fiches ou carnets du CIDJ - 101 Quai Branly - 75015 Paris - Tél. : 01 44 49 12 00 - www.cidj.com

- *se soigner autrement*
- *les formations aux médecines différentes*
- *yoga - relaxation - gymnastiques douces*

Autres adresses sur le guide : *Les métiers du bien-être et de la forme*, Rebondir, octobre 2001 - www.rebondir.fr

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

On se renseignera :

- à l'ANPE la plus proche de son domicile,
- à l'Assedic dont on dépend,
- aux différents organismes de stages agréés.

■ ■ ■ SALONS ET MANIFESTATIONS

Plusieurs salons sur le bien-être sont organisés par SPAS organisation, 86 rue de Lille, 75007 Paris, Tél. 01 45 56 09 09 ou www.spas-expo.com

- Salon du bien-être, médecines douces et thalasso, annuel, mars, Paris, porte de Versailles www.salon-medecinedouce.com salon du bien-être, Paris, annuel,
- Salon zen, espace Champperret, Paris,
- Marjolaine, le grand marché bio et nature, Parc floral de Paris, bois de Vincennes

Autres salons :

- Vivez nature, plusieurs salons en France à retrouver sur www.vivez-nature.com
- Terroir bio et nature à Chatou (78)
- Congrès international d'esthétique appliquée en avril à Paris (table ronde sur le massage) www.nouvelles-esthetiques.com
- Bien être forme et santé www.salonformesante.com
- Bodyfitness et autres salons sur la remise en forme (voir fiche professionnelle sur le sujet)
- Salon de la piscine et du spa et sauna (voir fiche APCE : spa hammam sauna)
- Salon des arts martiaux, au parc floral de Paris
- Les Thermalies, selon de l'eau et du bien-être à Paris www.thermalies.com
- Forme et bien-être dans le cadre de la foire de Paris, etc.
- Salon des médecines naturelles, Mednat expo, à Lausanne <http://www.mednatexpo.ch/>

Nombreux salons en province.

■ ■ ■ INTERNET

● ● ● Sites grand public

- www.medecines-douces.com, la bannière des médecines douces : livres, guides pratiques et articles, annuaire, forum, adresses d'associations et de centres de formation...
- www.placedubienetre.com, bien être et ésotérisme
- www.homeophyto.com, homéopathie et phytothérapie
- www.energie-sante-nature.com, présente les moyens naturels pour soigner et se soigner
- www.spas.fr.st, portail des bains en remous et de la baignade en eau chaude
- www.alternativesante.com, portail francophone
- http://www.doctissimo.fr/html/psychologie/stress_angoisse/zen_niv2.htm, le dossier : restez zen !
- <http://www.massage-zen-therapie.com>
- www.guidemassage.com : site très complet sur le sujet avec notamment le point sur la réglementation
- www.mieux-etre.org, santé psychothérapie et développement personnel

● ● ● Sites des professionnels

- <http://leschantiersdufutur.free.fr>, l'association a entre autre objectif : Promouvoir le libre choix thérapeutique (reconnaissance des médecines de terrain dites alternatives) afin que chacun puisse entretenir sa santé ou se soigner en fonction de ce qu'il ressent être bon pour lui. Ainsi l'association organise depuis juillet 1999 l'Université d'été des médecines d'avenir « Écomédica® ». Celle-ci se déroule à Saintes (Charente-Maritime) dans le cadre historique de l'Abbaye-aux-Dames.
- <http://www.guidespa.com/blog> blog des professionnels du bien-être

● ● ● A l'étranger

- <http://www.who.int/fr>, le département de l'OMS
- <http://nccam.nih.gov>, un site américain pour la médecine complémentaire et alternative
- www.kineconcept.com, site canadien sur les massages

■ ■ ■ OUVRAGES ET ETUDES

- *Le boom des médecines naturelles*, Rachel Frély, éditions Delville Santé
- *Histoires parallèles de la médecine*, Thomas Dandoz, éditions Seuil.
- *Le Larousse des médecines douces*, éditions Larousse, avril 2006 www.larousse.fr
- *Rapport sur la détermination, la mesure et le suivi des risques psychosociaux au travail*, Philippe Nasse et Patrick Légeron, (= rapport sur le stress au travail) mars 2008 www.travail-solidarite.gouv.fr
- *Le bien-être psychologique au travail, une enquête de l'Ifop pour l'AGSE en 2007* http://www.agse.info/evenements_agse/evenements_agse.php
- *Stratégies de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2002-2005*, OMS 2002 www.who.int/fr
Le site de l'organisation mondiale de la santé qui publie son premier rapport sur le sujet.
- *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.com puis boutique ou Tél. 0826 026 027
- *Santé, soins et protection sociale en 2000*. Enquête sur la santé et la protection sociale. France 2000.
Irdes, 2001 et autres ouvrages plus récents à consulter sur rendez-vous à l'Irdes www.irdes.fr
- *La médecine déchirée, entre désir de savoir et volonté de guérir*, Philippe Marchat, éditions Privat et autres ouvrages en langue anglaise à retrouver sur la BDSP, Base de données santé publique www.bdsp.tm.fr
- *La care révolution*, Martin Vial, éditions nouveaux débats publics 2008
- *Le stress au travail : fausse maladie ou vrai symptôme ? réalité/prévention*, www.inrs.fr
- *Le livre des médecines naturelles*, A. Stanway, R. Grossman, Robert Laffont
- *Tout sur les médecines alternatives*, Vincenzo Fabrocini, éditions De Vicchi, 2000
- *Homéopathie 2000*, document publié par les milieux professionnels concernés.
- Le service d'études de marché en ligne Creatests publie les résultats une étude réalisée auprès de 2372 femmes, entre le 31 janvier et le 14 février 2003 dans le cadre d'un projet d'ouverture d'un hammam. www.creatests.com
- *Le marché du bien-être et de la remise en forme avec l'eau*. Cahier de l'Odit, <http://www.odit-france.fr/>

- Articles de veille économique sur le bien-être à retrouver sur www.altema.com : stress, morosité, manque de temps, vieillissement de la population, autant de facteurs qui poussent le consommateur vers une quête du bien-être... Tous les secteurs sont aujourd'hui concernés par cette tendance. <http://www.altema.com/altema/index.php?cat=0> septembre 2007
- Dossier sur les marchés porteurs : le marché de l'anti stress par Tpe-pme février 2008 <http://www.tpe-pme.com/entreprendre/marches-porteurs/le-marche-de-l-anti-stress-se-porte-bien.html>
- On peut trouver également des idées de création d'entreprise autour du bien-être dans les livres publiés par Laurent Edel (renseignements sur www.goodfutur.com)

■ ■ ■ MEDIAS

- http://envoye-special.france2.fr/index-fr.php?page=reportage-bonus&id_article=656
L'industrie du bien-être au menu du 5 juin 2008
- Un premier supermarché dédié au bien-être en Afrique du Sud "wellness warehouse" <http://www.journaldunet.com/economie/reportage/nouvelle-idee-business/25-wellness-warehouse-video.shtml>

■ ■ ■ REVUES ET ANNUAIRES

● ● ● Revues grand public

- *Alternatives santé, l'impatient* - Tél. 01 44 54 87 00 ou www.alternative-sante.fr
Signalons aussi l'association de soutien au journal : <http://patients.impatients.online.fr>
- *Vivre Zen*
- *Médecine douce*
- *Médecine naturelle et longévité*
- *Médecines nouvelles*
- *Pharmacie naturelle à tout âge*
- *Thérapeutiques naturelles*
- *La vie naturelle*
- *Psychologie magazine*
- *Psychologies*
- *Diet infos, le gratuit de l'alimentation saine et des médecines naturelles*
- *Bien-être et santé*
- *Eaux de forme*
- *Pratiques de santé*
- *Plantes et santé*
- *Santé yoga*
- Plusieurs titres sur le portail : <http://www.psychanalysemagazine.com>

● ● ● **Revue**s professionnelles

- *Cahiers de biothérapie* - Tél. 01 42 71 68 66
 - *Ostéo* - Tél. 04 9108 50 95
 - *L'homéopathie européenne* - Tél. 01 40 64 00 75
 - *Revue Française d'acupuncture* - Tél. 01 43 20 26 26
 - *Les bonnes feuilles, revue d'information de la phytothérapie clinique*, à retrouver sur www.phyto2000.org
- Etc.

● ● ● **Annuaire**s

Annuaire vert regroupe les coordonnées de l'ensemble des détaillants de produits bio et diététiques et de l'herboristerie - Tél. 01 47 00 46 46 - www.zenannuaire.com

Comment commander une fiche professionnelle ?

Par Internet

<http://www.apce.com/pid98/les-fiches-professionnelles.html>
(acheter en ligne et télécharger immédiatement les fiches)

Par courrier

La vente à distance se fait à partir d'un bon de commande dans le catalogue des éditions que vous pouvez demander sur Internet (<http://www.apce.com/pid353/librairie-apce.html>) ou par courrier auprès de la librairie APCE

La librairie APCE pour Entreprendre

14 rue Delambre - 75014 Paris

Métro : Vavin (ligne 4) ou Edgar Quinet (ligne 6)

Tél. : 01 42 18 58 80 - Fax : 01 42 18 58 00

e-mail : librairie@apce.com

Horaires : du lundi au vendredi : 10h-13h et 14h-17h

Comment connaître les titres de la collection et les dates de parution ?

En consultant la liste des fiches (et leur date de réactualisation) sur le site Internet de l'APCE/rubrique librairie. Une fiche est réactualisée environ tous les deux ans.

Consulter aussi la rubrique "Questions fréquentes" du site <http://www.apce.com/pid6186/faq-des-fiches-professionnelles.html?espace=1> sur les fiches professionnelles : comment obtenir de l'information sectorielle en l'absence de fiche, comment se procurer une facture, comment accéder au résumé de la fiche, etc ?

Une question ? Une remarque ?
Tél. : 01 42 18 58 76 ou vinay@apce.com