



1
AVRIL
2019

alternance



4 ASSURA
Facturation selon le Tarif 590

5 THÉRAPIES ASCA
Modifications et nouveautés

13 FORUM ASCA
Rétrospective de l'édition 2018





Bernard Berset
Président de la Fondation ASCA



asca

FAIT LE CHOIX
D'UN IMPRIMÉ
SANS EMPREINTE
CARBONE

ÉDITO

Médecine complémentaire ou thérapie complémentaire

L'IMPORTANCE DES ASSUREURS

Dix ans après la votation populaire de 2009 qui a baptisé officiellement « médecines complémentaires » les soins de la médecine douce et alternative, cette appellation peut devenir problématique dans le futur.

Le terme de « médecine », depuis la formation académique et étatique des « docteurs » est l'apanage exclusif des « médecins ». Si l'on parle de « médecine complémentaire », on n'a pas de raison de penser que celle-ci ne soit pas réservée aux médecins officiels.

L'entrée sur scène des assureurs-maladie, il y a près de trente ans, a heureusement catalogué les pratiques de soins naturels parmi les « thérapies complémentaires ». Cette nouvelle catégorie de traitements de santé est depuis lors réservée aux thérapeutes « non académiques ». La condition est une formation sérieuse au terme d'un cursus précis, défini pour chaque thérapie, appliqué et contrôlé par une institution neutre et spécialisée, comme la Fondation ASCA, en premier lieu.

La confiance pérenne des assureurs est aussi décisive pour les « thérapies complémentaires » que celle de la population suisse qui en bénéficie à plus de 60%.

Les « thérapies complémentaires » sont devenues aujourd'hui une évidence dans la chaîne des soins et de la santé publique.

Les autorités cantonales compétentes dans le domaine de la santé peuvent manifester des velléités réglementaires s'ajoutant aux exigences des assureurs pour la pratique des thérapeutes.

Ainsi, l'attention doit se porter aujourd'hui et à l'avenir sur l'enjeu politique attaché à la santé par certains partis, notamment, qui se revendiquent inspirés par la nature. Dans une tendance à l'étatisation, cela pourrait aboutir à assimiler la « médecine complémentaire » à la médecine classique et à en confier la pratique exclusivement aux « médecins académiques », ceci pour quelques spécialités seulement. Dans cette hypothèse, les autres thérapeutes complémentaires tomberaient dans l'ombre. Sans l'impact décisif des assureurs et des assurés, leur catégorie serait négligée dans le secteur de la santé. Un risque de retour à la case départ, celle des guérisseurs ou des charlatans!

Non, ce ne sera pas le destin des thérapeutes complémentaires. Les assureurs et les institutions spécialisées comme la Fondation ASCA, ainsi que tous les thérapeutes pratiquant au service de la population et de la santé l'ont bien compris.

En réaction à la publication – Les Verts veulent lutter contre les « charlatans » – dans Le Matin Dimanche du 10 mars 2019.

DANS CE NUMÉRO

- 2 ÉDITO
- 3 ÉTUDE DU CHUV: PREMIERS RÉSULTATS
- 4 ASSURA REJOINT LE TARIF 590
- 5 MODIFICATIONS DE LA LISTE DES MÉTHODES ASCA
- 8 SASIS: LUMIÈRE SUR UN TRAVAIL DE L'OMBRE
- 10 LA MÉTHODE FELDENKRAIS®
- 11 LE MASSAGE ESALEN
- 13 15° FORUM ASCA
- 14 INTERVIEW
- 16 UTILISATION DU LOGO ASCA



PREMIERS RÉSULTATS

de l'étude sur les thérapeutes de médecine complémentaire en Suisse romande

Les premiers résultats de l'étude menée par le Centre hospitalier universitaire vaudois (CHUV) à Lausanne, en collaboration avec ASCA sont maintenant disponibles.

Cette étude, menée au printemps 2017 en Suisse romande, s'intéressait au profil professionnel des thérapeutes non-médecins de trois professions en médecine complémentaire: naturopathie (MCO), ostéopathie et acupuncture. A cette occasion, tous les thérapeutes francophones de ces professions enregistrés à l'ASCA ont reçu une invitation à répondre à un questionnaire en ligne. Il comprenait des questions sur leur formation, leur organisation du travail et leur clientèle, notamment.

Avec plus de 400 questionnaires complétés, l'équipe de recherche est très satisfaite des résultats et tient à remercier sincèrement tous les participants pour le temps qu'ils ont consacré à cette étude; elle a permis de récolter des informations inédites sur le contexte de pratique de ces thérapeutes.

PROFIL DES THÉRAPEUTES

Dans l'ensemble, les profils professionnels diffèrent entre les naturopathes et les acupuncteurs, d'une part, et les ostéopathes, d'autre part, principalement en ce qui concerne la formation, la charge de travail, la durée des traitements et les principaux motifs de consultation des patients.

Indépendamment de leur profession, la plupart des thérapeutes sont des femmes;

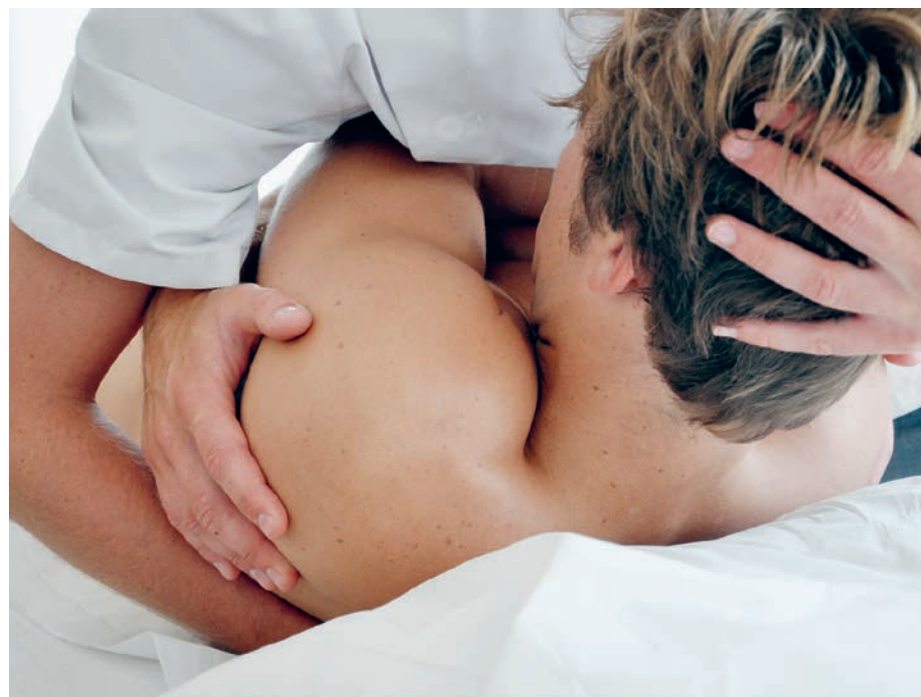
ils sont formés en Suisse et travaillent de manière indépendante. Les ostéopathes sont en moyenne plus jeunes que les acupuncteurs et les naturopathes et effectuent plus de consultations par mois avec une durée de consultation plus courte. Les naturopathes et les acupuncteurs sont plus nombreux à être formés dans plusieurs thérapies complémentaires et à avoir suivi une formation antérieure hors du domaine des médecines complémentaires.

MOTIFS DE CONSULTATION

En ce qui concerne les principaux motifs de consultation, les naturopathes de notre échantillon ont mentionné en premier lieu les problèmes musculo-squelettiques, suivis des troubles de l'humeur

(incluant le stress, l'anxiété et la dépression) et des troubles digestifs. Pour les acupuncteurs, les principaux motifs de consultation étaient également les problèmes musculo-squelettiques, suivis de la douleur et des troubles du sommeil. Pour finir, les ostéopathes ont évoqué les douleurs rachidiennes, en particulier les lombalgies, suivies des cervicalgies. En conclusion, bien que toutes ces professions soient regroupées sous le même terme de médecine complémentaire, notre étude montre que ces professions ont toutes des cultures de travail et des domaines d'intervention spécifiques dans notre système de santé.

Auteurs: Julie Dubois, Anne-Sylvie Bill & Pierre-Yves Rodondi



ASSURA REJOINT LE TARIF 590



M. Danilo Bonadei
Directeur du Département des prestations,
répond aux questions de la Fondation ASCA
sur le passage d'Assura au Tarif 590.

Dès le 1^{er} janvier 2019, **Assura** et **Innova** rejoignent le groupe d'assureurs exigeant l'application du Tarif 590 (Concordia, CSS, Groupe Mutuel, Helsana, ÖKK, Sanitas, Swica, Sympany et Visana). Nous vous remercions **d'adapter votre facturation** en conséquence pour ces deux nouveaux assureurs.

Assura exige l'application du Tarif 590 dès le 1^{er} janvier 2019, quels motifs vous ont poussé à ce changement ?

Dans le domaine de l'assurance complémentaire aussi, comme dans le domaine de l'AOS, nous avons besoin de standardiser les processus administratifs afin de gagner en efficacité et de disposer de meilleures données pour conduire les analyses nécessaires à la connaissance de l'évolution et de la maîtrise des coûts. Le Tarif 590, en tant que tarif uniforme, constitue une avancée et c'est logiquement qu'Assura, à l'instar d'autres assureurs importants, œuvre pour favoriser la généralisation de l'usage de ce tarif.

Quels sont les avantages de ce nouveau format de facturation pour Assura, respectivement pour les assurés et les thérapeutes ?

Une meilleure efficacité apporte aux assurés des délais de traitement de leurs demandes de remboursement plus courts. Une meilleure transparence leur permet de mieux comprendre et de contrôler la facturation des soins et ainsi à terme de participer à la maîtrise de l'évolution des primes. Les thérapeutes sont probablement également intéressés à améliorer l'efficacité de leurs processus administratifs.

Quelle politique appliquera Assura pour les thérapeutes qui ne s'adapteraient pas immédiatement au Tarif 590 ?

La standardisation de la facturation doit être un objectif commun aux thérapeutes et aux assureurs. Assura fera preuve de flexibilité à court terme. Mais pour que l'objectif se réalise, il est indispensable que tous les thérapeutes reconnus par les assureurs-maladie adoptent le nouveau tarif.

Retrouvez une table de correspondance entre les thérapies admises par Assura, les méthodes ASCA et les positions du Tarif 590 sur votre espace personnel www.myASCA.ch.

MODIFICATIONS DE LA LISTE DES DISCIPLINES THÉRAPEUTIQUES ASCA

Comme annoncé dans la dernière édition d'*Alternance* à la fin 2018, la Commission médicale et thérapeutique ASCA (CMT) a adapté les exigences de formation pour de nombreuses méthodes.

Le suivi de la **pratique des écoles** de formation accréditées par le team de spécialistes en médecine complémentaires de la Fondation ASCA et la Commission des écoles, l'arrivée de **formations reconnues au niveau fédéral**, la collaboration avec les **associations professionnelles** ainsi

que, pour finir, l'unification de la facturation par le **Tarif 590** ont motivé la CMT à entreprendre les modifications présentées. L'objectif est de rester à la pointe et en adéquation avec les nombreuses évolutions du monde de la médecine complémentaire en Suisse.

L'ensemble des changements est reporté sur la liste des disciplines thérapeutiques consultables sur www.asca.ch.

Les principales modifications se concentrent en **4 groupes**:

1) FUSIONS DE MÉTHODES

Dénomination des méthodes jusqu'au 31.12.2018 (Les thérapeutes agréés pour :)	Nouvelles dénominations dès 01.01.2019 (reçoivent la méthode suivante en remplacement des précédentes:)
178 Atlas (Méthodes) 174 Atlaslogie 170 AtlasProaxis	174 Atlaslogie-Méthodes
175 Audio-psycho-phonologie 208 Audio-psycho-phonologie selon A. Tomatis	208 Audio-psycho-phonologie/Tomatis
669 Enveloppements 405 Fangothérapie	669 Cataplasmes/enveloppements/fango
191 Fasciathérapie 467 Fasciathérapie Danis Bois	191 Fasciathérapie
840 Hydrothérapie (massage hydrique) 807 Hydrothérapie générale (MCO) 461 Thalassothérapie 462 Thermalisme	807 Hydrothérapie
260 Laserthérapie	260 Acupuncture au laser
189 Réflexochromie 275 Thérapie par les couleurs	275 Thérapie par les couleurs
220 Rolfing®/intégration structurale	220 Rolfing/intégration structurale
222 Sophrologie 223 Sophrologie caycédienne	222 Sophrologie/caycédienne
423 Photothérapie	423 Thérapie par la lumière

2) ADAPTATION DES EXIGENCES POUR LA FORMATION AUX DISCIPLINES THÉRAPEUTIQUES

N°	Discipline thérapeutique	Modifications	Dès 01.01
799	Art-thérapie	Devient un groupe de disciplines	2019
208	Audio-psycho-phonologie/Tomatis	Fixation du nombre d'heures de formation exigé à 200	2019
465	Bio-magnétisme	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
269	Biorésonance	Augmentation du nombre d'heures de formation exigé de 80 à 150 Ajout de la catégorie G (pharmaciens)	2020 2019
491	Coaching psychologique BSc	La reconnaissance pour cette méthode nécessite une formation du cycle 1	2019
182	Electroacupuncture	Diminution du nombre d'heures de formation exigé de 150 à 50	2019
195	Gestalt-thérapie	La reconnaissance pour cette méthode ne nécessite plus une formation du cycle 3	2019
807	Hydrothérapie	Fixation du nombre d'heures de formation exigé à 50	2019
246	Hypnose	La reconnaissance pour cette méthode ne nécessite plus une formation du cycle 3	2019
206	Massage du tissu conjonctif	La reconnaissance pour cette méthode ne nécessite plus une formation du cycle 3	2019
169	Massage thérapeutique	Modification de la catégorie de A à F (physiothérapeutes et chiropraticiens) Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
397	Mésothérapie	Diminution du nombre d'heures de formation exigé de 150 à 50	2019
548	Musicothérapie	Augmentation du nombre d'heures de formation exigé de 150 à 200	2019
215	Ostéopathe diplômé CDS/MSc	Adaptation de la dénomination de la méthode	2019
447	Ozonothérapie	Diminution du nombre d'heures de formation exigé de 150 à 50	2019
490	Psychologie/Psychothérapie MSc	La reconnaissance pour cette méthode nécessite une formation du cycle 1	2019
453	Rééquilibration énergétique	Pas de nouvelle agrégation Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2019
222	Sophrologie/caycédiennne	Fixation du nombre d'heures de formation exigé à 200	2019
224	Sympathicothérapie	Diminution du nombre d'heures de formation exigé de 250 à 150	2019
662	Sympathologie	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
561	Thérapie à médiation plastique et visuelle	Nouvelle méthode	2019
927	Thérapie biodynamique – Thérapeute complémentaire DF	Nouvelle méthode	2019
299	Thérapie bio-énergétique MAV	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
254	Thérapie bio-énergétique MCO	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
281	Thérapie bio-énergétique MTC	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
177	Thérapie biologique	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020
180	Thérapie cranosacrée	Augmentation du nombre d'heures de formation exigé de 200 à 500	2022
268	Thérapie Dorn/Breuss	La reconnaissance pour cette méthode ne nécessite plus une formation du cycle 3	
562	Thérapie intermédiaire	Nouvelle méthode	2019
563	Thérapie par la parole et le drame	Nouvelle méthode	2019
204	Thérapie par la peinture	Augmentation du nombre d'heures de formation exigé de 150 à 200	2019
275	Thérapie par les couleurs	Fixation du nombre d'heures de formation exigé à 100	2019
236	Thérapie par les teintures-mères	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2019
411	Training mental	Arrêt des agrégations pour cette méthode Maintien des droits acquis des thérapeutes déjà agréés	2020

3) RECONNAISSANCE DES CERTIFICATS DE BRANCHE ORTRA TC – ORTRA MA – ARTECURA

Il est désormais possible de faire reconnaître les formations suivantes auprès de la Fondation ASCA. Pour ce faire, veuillez nous envoyer le formulaire «Rajout de méthode(s) thérapeutique(s)» dûment complété et accompagné du certificat de branche correspondant.

La reconnaissance d'un certificat de branche est gratuite auprès de la Fondation ASCA et vaut pour 2 ans de formation continue.

N° ASCA	
8010	Musicothérapie – certificat de branche Artecura
8020	Thérapie à médiation plastique et visuelle – certificat de branche Artecura
8030	Thérapie par la danse et le mouvement – certificat de branche Artecura
8040	Thérapie par la parole et le drame – certificat de branche Artecura
8050	Thérapie intermédiaire – certificat de branche Artecura
8100	Naturopathe avec certificat de l'OrTra MA en médecine ayurvédique
8110	Naturopathe avec certificat OrTra MA en homéopathie
8120	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine naturelle traditionnelle européenne MTE
8130	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine traditionnelle chinoise MTC
8140	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine traditionnelle chinoise MTC – acupuncture/Tuina
8150	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine traditionnelle chinoise MTC – thérapie médicamenteuse
8160	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine traditionnelle chinoise MTC – acupuncture
8170	Naturopathe avec certificat OrTra MA en médecine traditionnelle chinoise MTC – Tuina
9100	Shiatsu – certificat de branche TC
9110	Thérapie craniosacrale – certificat de branche TC
9120	Ayurvéda thérapie – certificat de branche TC
9130	Eutonie – certificat de branche TC
9140	Yoga thérapie – certificat de branche TC
9150	Acupressure thérapie – certificat de branche TC
9160	Eurythmie thérapeutique – certificat de branche TC
9200	Technique Alexander – certificat de branche TC
9210	Thérapie par le massage sur méridiens d'acupuncture – certificat de branche TC
9220	Thérapie respiratoire – certificat de branche TC
9230	Kinésiologie – certificat de branche TC
9240	Thérapie Feldenkrais – certificat de branche TC
9250	Réflexothérapie – certificat de branche TC
9260	Thérapie corporelle par le mouvement – certificat de branche TC
9270	Thérapie biodynamique – certificat de branche TC

Arrêt des agrégations pour cette méthode

Maintien des droits acquis
Une nouvelle agrégation pour cette méthode ne sera plus possible dès la date mentionnée. Les thérapeutes déjà agréés conservent leur agrégation.

Changement du nombre d'heures de formation exigées

Ces exigences ne sont valables que pour les nouvelles agrégations. Les thérapeutes déjà agréés ne sont pas concernés.

Modification des exigences en anatomie – physiologie – pathologie

Ces exigences ne sont valables que pour les nouvelles agrégations. Les thérapeutes déjà agréés ne sont pas concernés.

Nouvelle méthode

Les thérapeutes formés ont désormais la possibilité d'être agréés pour ces nouvelles méthodes.

Divers

Autres modifications.

4) ADAPTATION DES EXIGENCES EN ANATOMIE – PHYSIOLOGIE – PATHOLOGIE

La CMT a également précisé ses lignes directrices pour l'enseignement de la médecine académique, c'est-à-dire les formations du cycle 1 (correspondant dorénavant aux exigences du diplôme fédéral) et du cycle 3. Les écoles accréditées ASCA ont été informées des détails.

SASIS : LUMIÈRE SUR UN TRAVAIL DE L'OMBRE



Mischa Jordi, chef du département Registre et de l'échange de données informatisé (EDI), membre de la Direction, répond à nos questions. Il lève le voile sur les multiples domaines d'activité de SASIS dans le secteur de la santé.

Connu par les thérapeutes comme l'organisme qui délivre les numéros RCC, SASIS ne se limite de loin pas à cette activité. Depuis plus d'une année, la Fondation ASCA et son partenaire SASIS se sont attelés à une profonde refonte de leurs systèmes dans le cadre de l'amélioration de la transmission des données des thérapeutes.

M. Jordi, SASIS est un acteur incontournable du monde de la santé en Suisse, pouvez-vous nous faire un bref panorama des activités, produits et services que vous proposez ?

Nous sommes un centre de données très important pour le secteur de la santé en Suisse et au Lichtenstein. Nos produits et services couvrent l'ensemble du secteur des prestations: de la création de la carte d'assuré et la publication des conventions tarifaires dans le registre central des conventions à la gestion et l'attribution des codes-crédanciers pour la LAMal et la LCA, en passant par l'établissement de statistiques les plus complètes pour nos différents domaines d'activité avec le pool

de données et le pool tarifaire. Avec notre équipe EDI, nous gérons également des projets nationaux et innovants dans notre secteur. Nous assurons un développement constant de l'échange de données électroniques entre les fournisseurs de prestations et les assureurs.

Concentrons-nous plus précisément sur le domaine des thérapeutes et thérapies complémentaires: quel rôle joue SASIS entre les différents acteurs que sont la Fondation ASCA, les prestataires de soins et les assureurs-maladie (RCC, transmission de données, Tarif 590...)?

Pour les assureurs-maladie, nous sommes un fournisseur de données très important pour le contrôle des prestations. Nous permettons que les prestations (factures) effectuées à la charge de la LAMal mais aussi de la LCA soient traitées et contrôlées le plus automatiquement possible. Les assureurs investissent beaucoup d'énergie et de savoir-faire dans la vérification des prestations. Pour ce faire, ils ont besoin de nos données. C'est pourquoi il est très important pour



nous d'en améliorer en permanence la qualité et de continuer à les développer grâce à des mesures appropriées. Dans le cadre de l'élaboration du Tarif 590, par exemple, nous avons fait le lien entre les associations professionnelles de fournisseurs de prestations et les assureurs-maladie et avons ainsi joué un important rôle de médiateur. Nous nous engageons à fournir des solutions basées sur le partenariat, simples et fonctionnelles. Nous encourageons l'extension et le développement de l'échange de données électroniques.

Comme mentionné en introduction, un grand chantier est en cours depuis plus d'une année. En effet, votre banque de données et sa structure sont en train d'être entièrement renouvelées dans le cadre de la transformation digitale du registre des codes-créanciers. Quelles sont les raisons et le but de cet important développement ?

Le registre des codes-créanciers existant était ancien; il avait subi de nombreuses adaptations et mises à jour au fil des années. Sur le plan technologique, sa structure était dépassée. Afin d'atteindre nos objectifs dans le domaine de la transformation digitale et de la qualité de nos données, un *Reengineering* technique complet de notre base de données était inévitable pour affronter les exigences futures. Nous préparons actuellement

intensivement notre nouvelle structure de données pour qu'elles puissent être traitées par les assureurs avec le moins d'ajustements possible de leur système (mot clé: rétrocompatibilité). D'ici fin 2019, nous nous sommes donc fixé comme objectif que tous nos clients puissent traiter leurs données d'abonnement RCC à partir de notre nouvelle base de données.

Nous mettrons également en œuvre d'autres améliorations dans le domaine de l'échange de données avec nos partenaires comme la Fondation ASCA. Une API-Certifier sera développée et documentée d'ici la fin de l'été 2019. Cela améliorera et optimisera considérablement l'échange de données entre SASIS et les registres (quantitativement et qualitativement). Pour cette transition, nous octroierons à nouveau un délai suffisant aux registres et les soutiendrons pleinement dans la mesure de nos possibilités.

A la fin 2018, SASIS a fêté son 10^e anniversaire, l'occasion de faire un point sur les nombreux projets accomplis pendant cette période, mais surtout de regarder vers l'avenir. Quels sont vos principaux défis à venir ?

Si nous continuons d'atteindre nos objectifs ambitieux durant les prochaines années, notre centre de données apportera davantage de qualité, de transparence et de coopération entre les différents

acteurs du secteur de la santé. Nous sommes convaincus d'avoir la bonne culture d'entreprise et les bons employés pour y parvenir. Une étape très importante est le passage de l'ancienne vers la nouvelle structure. Une grande partie de notre travail des dernières années n'est que peu, voire pas visible de l'extérieur. C'est parfois un peu frustrant, car nous faisons beaucoup de bonnes choses et travaillons très dur pour développer et exploiter les meilleurs services et produits dans notre domaine.

L'époque où il suffisait de numériser les processus papier existants est définitivement révolue. La transformation digitale, telle que nous la concevons, ne remplace donc pas les processus papier par des processus digitaux, mais recherche toujours la meilleure approche dans le cadre de la digitalisation. Les processus et structures existants sont systématiquement remis en question. Cela rend les nouveaux processus digitaux plus simples, plus rapides et plus transparents.



LA MÉTHODE FELDENKRAIS®

DÉFINITION ET ORIGINE

La Méthode Feldenkrais® porte le nom de son fondateur, Moshé Pincha Feldenkrais. Elle repose sur l'hypothèse que par la prise de conscience de séquences de mouvements, l'être humain peut améliorer (de manière physique, psychique et spirituelle) sa qualité de vie. En règle générale, la Méthode Feldenkrais® est utilisée partout où l'on souhaite obtenir une amélioration des séquences de mouvements, de la qualité du mouvement et de la perception de soi ainsi qu'une prise de conscience (d'attention) accrue dans l'action.

Cette méthode de thérapie complémentaire reconnue par la Confédération apporte toutefois aussi une contribution importante dans les domaines de la prévention, de la promotion de l'activité physique et de la préservation de la santé. Dans une approche orientée plutôt vers la pédagogie du mouvement, elle occupe en outre une place importante dans le quotidien, au travail,

dans le sport et dans l'art, où l'accent est mis sur le développement de la personnalité ainsi que sur l'encouragement de la prestation, de la créativité et de la présence.

PRATIQUE

La Méthode Feldenkrais® se pratique de deux façons:

En séances collectives (Prise de conscience par le mouvement®) où, dans des séquences de mouvements guidées verbalement, les participantes et participants explorent eux-mêmes les relations fonctionnelles dans le corps et découvrent ainsi leurs propres schémas de mouvements ainsi que de nouvelles possibilités de mouvements.

En séances individuelles (Intégration fonctionnelle®) où des séquences de mouvements adaptées aux besoins individuels sont exécutées ensemble avec la praticienne ou le praticien. Par ce travail ciblé, il est aussi possible d'adresser et d'améliorer des situations complexes dans l'image de soi.

PRINCIPES

Ce n'est que par une prise de conscience précise de ce que l'on fait que naissent des variantes possibles et donc des choix dans ses propres actes. C'est pourquoi aussi bien dans les séances individuelles que collectives, des schémas de mouvements sont rendus conscients et de nouvelles possibilités de mouvements sont découvertes et expérimentées. La plupart du temps, les différents mouvements sont effectués lentement et avec un minimum d'effort afin de permettre une perception aussi précise et intense que possible de toute la séquence de mouvements. Cela peut aboutir à une réduction des douleurs ainsi qu'à une régularisation des tensions et entraîne, à part une meilleure perception de soi, plus de mobilité, une utilisation plus efficace de ses forces, une meilleure coordination, plus de stabilité et une respiration plus libre.



Présenter votre méthode

Dans les prochaines éditions d'*Alternance*, la Fondation ASCA réservera une rubrique pour présenter différentes disciplines thérapeutiques.

Nous invitons les associations professionnelles à prendre contact avec la Fondation ASCA si elles désirent faire davantage connaître leur méthode (fondation@asca.ch).

APPLICATIONS

Comme thérapie complémentaire, la Méthode Feldenkrais® est utilisée chez les adultes et les enfants dans les situations suivantes:

- en cas de maladies qui ont, au sens le plus large, une influence sur l'appareil locomoteur,
- en phases de réhabilitation,
- comme soutien et accompagnement lors de maladies neurologiques chroniques/progressives (rester mobile et actif),
- en cas de douleurs, d'une mobilité réduite et d'autres restrictions de l'appareil locomoteur,
- en cas de problèmes posturaux et respiratoires,
- en cas de troubles psychiques, comme accompagnement supplémentaire lors d'une psychothérapie,
- comme mesure antistress,
- pour améliorer la capacité de concentration et d'apprentissage.

INFORMATIONS ET FORMATION

L'Association Suisse Feldenkrais ASF compte aujourd'hui plus de 400 membres; la plupart travaillent dans leur propre cabinet et/ou dans des institutions publiques et privées comme des hôpitaux, des maisons de retraite, des centres de réhabilitation, des académies d'art, des universités populaires et autres.

Le chemin pour devenir praticienne ou praticien Feldenkrais passe par une formation de base de quatre ans qui s'achève avec un diplôme reconnu sur le plan international. Les personnes qui désirent ensuite se faire certifier par l'ASF doivent répondre à des exigences de qualité très élevées concernant la formation continue, les heures réelles de travail ainsi que le respect des directives éthiques. Ces exigences font l'objet d'un contrôle bisannuel par l'association et sont attestées par un certificat.

Sous www.feldenkrais.ch/fr/praticiens-certifies/, un masque de recherche permet

d'effectuer une recherche par région des praticiennes et praticiens certifiés/es.

De plus amples informations sous www.feldenkrais.ch/fr/.

Contact: office ASF; info@feldenkrais.ch; +41 44 501 33 99

L'ASF fait partie des associations professionnelles conventionnées avec la Fondation ASCA depuis 10 ans. Grâce à cette collaboration, les membres de l'ASF bénéficient de conditions préférentielles auprès d'ASCA pour leur agrégation en tant que thérapeute et le contrôle de la formation continue.

MASSAGE ESALEN

Le toucher est essentiel au bien-être et à la santé des êtres humains. Le toucher de la peau sous forme de massage influence directement la capacité de régulation du système nerveux autonome et favorise l'équilibre entre le système nerveux sympathique et parasympathique.

ORIGINE

Le massage Esalen vient de Californie; il a été développé à l'institut du même nom. Les longs effleurements, *Long Strokes*, caractérisent ce type de thérapie corporelle. Ils servent l'intégration, contribuent à une relaxation profonde à tous les niveaux et permettent au client de se ressourcer pleinement dans sa tridimensionnalité.

Dans les années 1960, Michael Murphy et

Richard Price, deux jeunes Américains, fondèrent l'Institut Esalen sur la côte californienne. Non loin de Big Sur, la famille Murphy possédait une bande de terre avec des sources thermales, autrefois habitée par les Indiens Esselen. Michael et Richard ont été inspirés par l'idée de créer un lieu de rencontre paisible, un lieu sûr où le potentiel de chacun pourrait se développer librement. Fritz Perls, cofondateur de la Gestalt-thérapie, Ida Rolf avec son intégration structurelle et Charlotte Selver, *Sensory Awareness*, ont été parmi les premiers invités à vivre et à donner des séminaires à l'Institut Esalen. Dans les années 1970, suivirent Stanislav et Christina Grof qui développèrent la Holotropic

Breathwork et cofondèrent la Transpersonal Psychology. Moshe Feldenkrais et Milton Trager ont été invités et ont aussi enseigné leurs méthodes à l'Institut.

Esalen n'a cessé d'organiser des ateliers, des congrès, des conférences; il est devenu une sorte d'incubateur dans lequel les thérapies les plus diverses pouvaient se mélanger et se développer. La psychologie corporelle y rencontrait la danse et le continuum, la science rencontrait le yoga et le chamanisme. Jusqu'à ce jour, Esalen est resté un centre de séminaires et une plaque tournante dans lesquels le massage Esalen continue à évoluer de façon créative.



Aujourd'hui comme à l'époque, quelques mètres sous les salles de séminaire, les visiteurs des ateliers peuvent se détendre dans les sources sulfureuses d'eau chaude et curative directement au-dessus des vagues de l'océan Pacifique. C'est le lieu de travail des praticiens du massage Esalen. Cette thérapie s'est développée au fil des ans sur la plateforme de massage surplombant ce vaste océan, au son de la mer.

PRINCIPES

Des éléments d'autres formes de thérapie enseignées à Esalen ont été intégrés aux mouvements de base longs et fluides. Aujourd'hui, en plus des *Long Strokes*, nous trouvons aussi des mouvements légers de balancement, des techniques de travail du tissu conjonctif profond, des étirements et des techniques de la thérapie cranosacrée. Le *Long Stroke* sert d'élément d'intégration et des moments de

silence relie l'âme, l'esprit et le corps. Les praticiens du massage Esalen se concentrent toujours directement sur les sensations corporelles de leurs clients. Un travail avec le client et non sur le client ainsi qu'un toucher de qualité, plein de cœur et de présence, détermine le déroulement de la séance, qui varie en fonction de ses besoins.

INDICATIONS

Le massage Esalen aide à relâcher les tensions et les raideurs, que ce soit sur le plan mental ou physique. Le métabolisme du tissu conjonctif est activé, les muscles et les fascias reçoivent une impulsion de réorientation. Les zones douloureuses se désengourdissent pour redonner vie au corps tout entier. Le massage Esalen est aussi utilisé en complément à divers types de thérapies psychothérapeutiques afin de mieux intégrer les aspects somatiques.

INFORMATIONS ET FORMATION

En 2018/19, la première formation internationale des professeurs de massage Esalen a lieu à l'Institut Esalen en Californie. La méthode est prête à se développer et à conquérir de nouveaux horizons. La formation est coordonnée par EMBA, la Esalen Massage Bodywork Association basée à l'Institut.

Seul centre de formation accrédité EMBA en Suisse, Kientalerhof proposera pour la première fois en septembre 2019 une formation complète. Le cours de 200 heures s'étend sur 3 blocs de 9 jours chacun. En plus des techniques de massage, le développement personnel des participants est essentiel selon la philosophie des fondateurs (Human Potential Movement). La méditation, le yoga, la *Movement Practice* et l'intériorisation ont une importance fondamentale dans la formation du futur praticien. Parce que c'est ça le massage Esalen: une forme de travail corporel basée sur la présence.

Si vous souhaitez découvrir le massage Esalen, vous trouverez toutes les dernières informations sur le site web du réseau Esalen massage Suisse, les journées d'initiation, les possibilités de formation et une liste des praticiens en Suisse: www.esalenmassageschweiz.ch



15^e FORUM ASCA

SEXUALITÉ ET THÉRAPEUTES : UN FORUM (S)EXCELLENT

LE SEXE... PLUS QU'UN ORGANE, C'EST DANS LA TÊTE: D'ABORD UNE AFFAIRE D'ATTITUDE ET DE COMPORTEMENT

Plus de 320 personnes. Autant dire la foule devant l'auditoire César-Roux au CHUV, ce samedi 17 novembre 2018 à Lausanne. Et l'affiche est attractive « Sexualité et thérapeutes » un thème chaud pour un binôme d'actualité.

Pour la distribution des rôles, deux conférencières profilées sur le sujet: Patrizia Anex, psychologue FSP, conseillère sexuelle, et la Dr Catherine Duffour, psychiatre, psychothérapeute et consultante en sexualité. La richesse du rendez-vous est à la hauteur de l'affiche. Mis à part quelques préliminaires, physiologiques et comportementaux, pas d'exposés magistraux mais un dialogue pimenté entre deux spécialistes qui désignent les choses par leur nom – « l'importance de dire les choses ». Elles évoqueront leur travail et leur expérience dans leur attitude d'écoute et de sensibilisation, de raccomodage parfois.

Pour émoustiller ce public choisi, le support n'est pas celui du tableau noir ou du flip-chart sur papier blanc... Les invitées font appel à une méthode ludique, par séquences filmées et des témoignages. Pas dans l'intimité du cabinet de consultation mais dans la rue avec un public bigarré: jeunes ou moins jeunes, couples ou individuel. Le sel du micro-trottoir réside dans les confidences recueillies sur le vif pour un sujet abordé généralement dans l'alcôve, ou pas. Une méthode pour mettre en perspective les diverses thématiques abordées, avec l'attention complice de l'auditoire.

L'approche est pratique et simplifiée par Patrizia Anex pour un auditoire curieux. On commence par les bases de la gamme... car le sexe ça n'est pas simplement « anatomique » ou génital... mais cet un sujet enveloppant pour la personne. Une attitude, une manière d'être... qui contribue – en principe – à l'épanouissement, de la/des personnes concernées. Et ça n'est pas



toujours le cas. C'est dans ces situations justement qu'interviennent les spécialistes comme conseillères, confidentes et parfois comme « raccomodeuses » de relations abîmées ou cassées.

Au cours du dialogue avec le public, l'approche de la Dr Catherine Duffour vient opportunément compléter les situations évoquées. Les thérapeutes sont venus à l'Ecole de sexologues... par curiosité peut-être, mais surtout pour

apprendre à devenir un relais vis-à-vis de leurs patients! Et l'échange est nourri, stimulant... avec un souci constant de dédramatiser les situations des personnes en difficultés, en souffrance. Dans l'ensemble le sexe est épanouissant, preuve en est le dialogue enrichissant entre l'auditoire et les spécialistes.

Auteur:

Pierre Berset, ancien journaliste RTS

“ Cela fait des années que je participe à ces rencontres et je dois dire que, cette année, **elle était particulièrement réussie!** Les petites vidéos ainsi que les micros-trottoirs ont donné un côté vivant et sympathique! **Les intervenantes étaient particulièrement sympathiques et compétentes.** Je n'ai qu'une chose à dire BRAVO! Une journée magnifique et enrichissante. **Maria J.**

Je vous remercie pour cette journée très pro. **Animée par deux personnes rigoureuses et très bien documentées** sachant transmettre un certain plaisir à travailler dans ce monde difficile. **Daniel T.**

C'est avec un grand plaisir que j'ai participé à cette journée très intéressante qui m'a fait voir la sexualité sous d'autres points de vues, même si en ma qualité de massothérapeute, je ne pense pas aborder le sujet avec mes patients. Toutefois, si le patient en éprouve le besoin, j'y serais attentive et saurai faire appel au réseau de sexologues (...). **Merci pour cette journée avec des intervenants très agréables,** avec des approches parfois drôles, parfois très touchants.

Sonia A.

FORUM 2018 SEXUALITÉ &



Patrizia Anex
Psychologue FSP,
Sexologue et consultante
« Savoir appeler les choses
par leur nom »
et dire les choses

La sexualité, un thème chaud, thème d'actualité?

Les deux. Certes, c'est d'actualité, mais cela n'est pas simple, car il n'y a rien de plus difficile que de parler de sa propre sexualité car cela touche à l'intime et c'est compliqué de parler de soi à ce chapitre. Parler de sexualité c'est aussi en parler avec délicatesse. Il est vrai que c'est un thème à la mode, car il y a maintenant un renouveau du mouvement féministe qui met en lumière la valeur du consentement. De mon côté, j'essaie de parler de « santé sexuelle » à mes patients. Au final, ça n'est pas seulement à la mode mais cela concerne tout le monde, indépendamment de l'âge, du sexe ou de la situation de couple.

Peut-on vous considérer comme une guérisseuse du sexe? Votre rôle c'est un

peu de briser des tabous, les non-dits?

Il faut d'abord oser parler de sexualité, appeler un chat un chat. En nommant les choses, les actes et parlant de toutes les pratiques autour de la sexualité. C'est mieux de les vivre et les pratiquer en visant l'épanouissement. Le faire joyeusement et amoureuxment. Sans jamais oublier que la rencontre sexuelle, c'est se relier, « une relation » : un échange joyeux intime et agréable avec le plaisir du partage. Mon objectif est d'abord d'aider et souvent c'est aussi réparer la souffrance, en constatant qu'il y a des couples – on parle d'un sur cinq – qui ne font plus l'amour : mon défi c'est de trouver le moyen de les aider...

Le plaisir, ca n'est pas tout dites-vous?

Oui car la sexualité c'est pas « génital ».

C'est également une attitude : être soi-même avec l'autre, se demander comment je vais explorer avec mon/ma partenaire ce qui me fait du bien dans mon corps dans mon cœur. Cela reste le plus important. On en retire un meilleur bien-être.

Un séminaire pour thérapeutes dans le cadre du séminaire ASCA, en quoi est-ce utile?

Très utile, notre approche est de donner envie de se former en sexualité... car souvent, dans leur pratique, les soignants sont confrontés à la sexualité et ne savent pas quoi en faire. L'idée est de leur donner quelques outils de compréhension : donc de se former.

Malgré les ambiguïtés dans la relation patient-thérapeute!

Je reconnais que cela reste parfois un problème. Il faut apprendre à poser un cadre. Il y a les règles de base de l'éthique qui interdisent toute relation ; en plus il faut que chacun se fixe des limites claires, avec un cadre sécuritaire. En cas de situation ambiguë, le soignant doit exprimer et verbaliser clairement ces limites à son patient. Cela évitera tout dérapage.

THÉRAPEUTES – INTERVIEW

Un forum consacré au sexe, en tandem avec une sexologue-conseil et le médecin que vous êtes, c'est un bon complément sur un thème attrayant ?

Stimulant d'abord. En tout cas, je dirais qu'il est nécessaire de s'exposer lorsqu'on se trouve confrontée à un tel auditoire. La sexualité, la vie sexuelle est un thème d'actualité mais qui doit être traité avec professionnalisme. On revient à la question de la formation indispensable pour toucher à cette thématique.

Dans une présentation dynamique et par des séquences vidéo vous avez su montrer la diversité des situations qui concernent Monsieur et Madame Tout-le-Monde ?

Avec un constat : car cela concerne chacun, jeunes ou moins jeunes, hommes ou

femmes, en couple ou pas. La diversité est énorme mais je constate au quotidien une sorte d'universalité de la problématique dans la vie sexuelle, épanouie ou pas et qui a recours à la consultation.

Parler sexualité n'est pas, n'est plus un tabou ?

Cela dépend pour qui, disons que les choses évoluent... pour en parler davantage. Tout dépend de l'attitude du thérapeute, il doit savoir écouter et recueillir la confiance adéquate. C'est une question d'ouverture, on ne peut pas simplement renvoyer vers un autre spécialiste le patient qui se confie à vous pour vous parler de ses problèmes personnels d'ordre sexuel. C'est une attitude basique. Je le résume ainsi : comprendre et aider.

Paradoxalement, il n'y a pas, toujours pas de chaire de sexualité dans les facultés de médecine suisses ?

C'est un constat que nous faisons, car il y a peut-être un manque de spécialisation.



Dresse Catherine Duffour
cabinet CXIO, psychiatre, psychologue
et spécialiste en sexologie



UTILISATION DU LOGO ASCA

Tous les thérapeutes et écoles reconnus ASCA peuvent afficher le logo ASCA sur leurs supports de communications (site internet, flyers, vitrine, etc.)

Les logos sont téléchargeables sur notre site internet (onglet Thérapeutes -> corporate pack).

Leur utilisation est soumise au respect de notre charte graphique et de nos règlements.

RESPECT DES RÈGLEMENTS

Le logo ASCA ne peut être utilisé que par un/e thérapeute ou une école reconnu/e ASCA.

Il doit être apposé à côté des thérapies ou cours pour lesquelles le/la thérapeute ou école est reconnu/e par ASCA. Autre possibilité: la mention « agréé/e ou accrédité/e ASCA pour [nom des thérapies/cours] » doit figurer visiblement près du logo (art. 26 CGATH).

La mention générale « Thérapeute agréé/e ASCA » ou « Ecole accréditée ASCA » n'est pas conforme à nos règlements car elle peut induire en erreur le patient ou l'étudiant sur l'étendue effective de la reconnaissance ASCA.

Une communication claire et précise limite les problèmes liés au remboursement des prestations par les assureurs ou

à la validation des formations par ASCA. Une seule exception peut être faite si toutes les thérapies que vous pratiquez ou tous les cours que vous dispensez sont agréés/accrédités par ASCA.

RESPECT DE LA CHARTE GRAPHIQUE

Les logos doivent être utilisés conformément à ce qui suit:

Logo bleu sur fond blanc

Ce logo doit être utilisé sur fond blanc ou très clair.



Logo blanc sur fond couleur

Ce logo doit être utilisé sur un fond de couleur, foncé ou noir.



Logo noir sur fond blanc

Ce logo doit être utilisé si votre imprimé est en noir/blanc.



DISCLAIMER CONCERNANT LE REMBOURSEMENT DES THÉRAPIES

Nous vous recommandons de mentionner ce texte sur vos communications: « Seuls les traitements thérapeutiques liés à une maladie ou un accident peuvent être pris en charge par une couverture d'assurance complémentaire. Il incombe au patient de se renseigner, au préalable, auprès de son assureur »

PROCHAINS ÉVÉNEMENTS ASCA

– Mai à octobre 2019:

Cours de formation au Tarif 590

– 9-12 mai 2019:

Stand ASCA à l'exposition Lebenskraft avec Espace thérapeutes, à Zurich

– Septembre 2019:

Voyage de formation ASCA en Chine (Pékin – Hangzhou – Shanghai)

Inscription sur www.asca.ch

– 9 novembre 2019:

Forum ASCA germanophone au Volkhaus, à Zurich

– 16 novembre 2019:

Forum ASCA francophone au CHUV, à Lausanne.

Les informations détaillées de ces événements vous parviendront par *Newsletter* dans le courant de l'année.

Mettez à jour votre adresse e-mail sur www.myASCA.ch afin de ne manquer aucune communication.