

SYLLABUS DU PROGRAMME

Massothérapie : 400 heures

Objectifs généraux et objectifs d'apprentissage du programme

Programme	Massothérapie – 400 heures
Cohorte	2026-2027
Format	Temps partiel, 1 jour par semaine (samedis), 9 h 00 à 17 h 30
Période	3 octobre 2026 au 5 novembre 2027
Durée totale	412 heures de formation
Lieu	6955, boul. Taschereau, suite 210, Brossard (Québec) J4Z 1A7
Frais de formation	4 595 \$

1. Présentation du programme

Le programme de massothérapie de l'École de Massothérapie et Kinésithérapie du Québec (EMKQ) est une formation professionnelle intensive de 400 heures, dispensée entièrement en présentiel à Brossard. Il prépare les étudiants à exercer avec rigueur, compétence et professionnalisme dans des milieux variés : spas, cliniques, centres sportifs, entreprises ou pratique privée.

La formation repose sur une approche intégrée qui combine théorie et pratique à chaque étape du parcours. Chaque module est structuré pour permettre une progression logique des apprentissages, en partant des fondements anatomiques et physiologiques jusqu'à la maîtrise complète des techniques de massage suédois appliquées à la clientèle réelle.

Philosophie pédagogique

Nous croyons que la thérapie manuelle s'apprend en salle, les mains sur le terrain. C'est pourquoi chaque cours combine des contenus théoriques rigoureux et des périodes de pratique supervisée. Les étudiants développent progressivement leur toucher thérapeutique, leur raisonnement clinique et leur capacité à adapter leur intervention aux besoins réels de chaque client. Les groupes sont volontairement restreints afin de garantir un encadrement de qualité et un suivi personnalisé tout au long de la formation.

2. Objectifs généraux de la formation

Au terme du programme, l'étudiant sera en mesure de :

- Comprendre les fondements anatomiques, physiologiques et biomécaniques du corps humain nécessaires à une pratique sécuritaire de la massothérapie;
- Maîtriser les techniques du massage suédois appliquées à l'ensemble des régions corporelles;
- Développer un raisonnement clinique permettant d'évaluer l'état de santé du client, d'identifier les contre-indications et d'adapter son intervention en conséquence;
- Acquérir les compétences relationnelles et communicationnelles propres à une relation d'aide professionnelle, incluant l'écoute active et la gestion des limites;
- Intégrer les principes d'éthique, de déontologie et de professionnalisme qui encadrent la pratique de la massothérapie, y compris en matière de sexualité en contexte de soin;
- Développer l'autonomie et la confiance professionnelles nécessaires à la prise en charge d'une clientèle réelle, diversifiée, en contexte de clinique supervisée;
- Se préparer à intégrer le marché du travail : spas, cliniques, centres sportifs, entreprises ou à démarrer sa propre pratique privée.

3. Objectifs d'apprentissage du programme

Ces objectifs regroupent, pour l'ensemble du programme, les connaissances (savoirs théoriques) et les habiletés (savoir-faire pratiques) que l'étudiant doit acquérir et démontrer au terme de sa formation.

Connaissances

- Histoire, éthique et déontologie propres à la massothérapie
- Anatomie de surface et principaux repères anatomiques
- Système osseux : nomenclature, classification et organisation du squelette
- Système articulaire : classification des articulations, mouvements et structures associées
- Système musculaire : structure, types de fibres, origines et insertions des principaux muscles
- Anatomie fonctionnelle du membre supérieur (ceinture scapulaire, épaule, coude, poignet, main)
- Anatomie fonctionnelle du membre inférieur (ceinture pelvienne, hanche, genou, cheville, pied)
- Anatomie et biomécanique de la colonne vertébrale (rachis cervical, thoracique, lombaire, sacrum, coccyx)
- Fonctionnement des systèmes cardiovasculaire, tégumentaire, neurologique, respiratoire, endocrinien, digestif, immunitaire et urinaire, et leurs liens avec la pratique du massage
- Contre-indications au massage et reconnaissance des situations à risque
- Techniques du massage suédois appliquées à l'ensemble des régions corporelles

- Structure, administration et interprétation d'un questionnaire de santé
- Principes de la relation thérapeutique, de la communication professionnelle (écoute active, reformulation) et de la gestion des limites, incluant la reconnaissance des limites de son rôle et l'orientation du client vers une ressource appropriée
- Effets physiologiques globaux du massage sur les différents systèmes du corps
- Cadre de pratique de la massothérapie au Québec : normes de pratique professionnelle, champ d'intervention du massothérapeute, rôle des regroupements professionnels et assurance responsabilité
- Responsabilités liées à la pratique : consentement du client, confidentialité des renseignements et tenue de dossiers
- Encadrement clinique en contexte de clinique étudiante
- Milieux de travail (spas, cliniques, centres sportifs, entreprises) et bases du démarrage d'une pratique privée
- Enjeux liés à la sexualité en contexte de pratique professionnelle : distinction entre le toucher professionnel et tout contact à connotation sexuelle, situations ambiguës ou inappropriées et conduites à adopter

Habiletés

- Adopter une posture ergonomique et des pratiques d'hygiène et de sécurité appropriées
- Palper et identifier avec précision les structures osseuses, articulaires et musculaires
- Appliquer les techniques de massage suédois adaptées à chaque région du corps
- Reconnaître les signes et symptômes justifiant une adaptation ou un refus d'intervention
- Administrer et interpréter un questionnaire santé et en tenir compte dans le plan d'intervention
- Établir une relation de confiance avec la clientèle, fondée sur l'écoute active, la reformulation et le respect des limites professionnelles
- Établir, communiquer et maintenir des limites professionnelles claires avec la clientèle
- Distinguer le toucher professionnel de tout contact à connotation sexuelle et reconnaître les situations ambiguës ou inappropriées, y compris gérer ses propres réactions
- Adopter la conduite appropriée face à une situation inappropriée, jusqu'à l'interruption sécuritaire et professionnelle d'une séance si nécessaire
- Obtenir et documenter le consentement du client, respecter la confidentialité des renseignements et tenir des dossiers conformes aux normes de pratique
- Appliquer les normes de pratique professionnelle et respecter le champ d'intervention du massothérapeute
- Situer sa pratique dans le milieu de travail visé et planifier les bases du démarrage d'une pratique privée
- Réaliser une séquence complète de massage corps entier, en intégrant l'ensemble des techniques acquises
- Analyser des cas cliniques et adapter son intervention en conséquence
- Prendre en charge une clientèle réelle en clinique supervisée, en intégrant la rétroaction professionnelle reçue
- Faire preuve de raisonnement clinique, d'éthique et de professionnalisme dans l'ensemble de sa pratique
- Démontrer, lors des évaluations théoriques, orales et pratiques, la maîtrise intégrée des connaissances et des compétences acquises

4. Structure du programme

Le programme est réparti en sept modules et un cours transversal, répartis sur une période de 55 semaines (samedis), à raison de 7,5 heures de formation par semaine (9 h 00 à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 h 30).

Module	Cours et thématiques
Module 1	Introduction théorique • Homéostasie et ostéologie • Arthrologie • Myologie
Module 2	Ceinture scapulaire et épaule (avec cardio-vasculaire et tégumentaire) • Coude, poignet et main (avec neurologie) • Questionnaire santé et relation thérapeutique • Synthèse et intégration : membre supérieur
Module 3	Colonne vertébrale (avec respiratoire et endocrinien) • Synthèse et intégration : tronc-rachis
Module 4	Ceinture pelvienne et hanche (avec digestif et immunitaire) • Genou, cheville et pied (avec urinaire) • Synthèse et intégration : membre inférieur
Module 5-6	Encadrement professionnel • Sexualité et pratique professionnelle • Synthèse et intégration finale • Clinique étudiante
Module 7	Préparation aux examens • Évaluations finales (écrite, orale et pratique)
Transversal	Relation d'aide (communication thérapeutique, écoute active, éthique et déontologie) dispensé tout au long de la formation

5. Description des cours

Cette section présente une description sommaire de chacun des cours composant le programme.

Introduction théorique

Ce cours introduit l'étudiant au domaine de la massothérapie et à son champ d'intervention professionnel. Il aborde l'histoire de la discipline, les distinctions entre les différentes approches de thérapie manuelle, ainsi que les principes fondamentaux d'éthique et de déontologie qui encadrent la pratique. L'étudiant est initié aux bases de l'anatomie de surface, à la posture ergonomique du thérapeute et aux notions d'hygiène et de sécurité en contexte de soin.

Homéostasie et ostéologie

Ce cours permet à l'étudiant d'acquérir les bases biologiques et anatomiques nécessaires à la compréhension du corps humain. L'homéostasie y est abordée comme principe fondamental de régulation physiologique. L'étudiant découvre ensuite le système osseux : nomenclature, repères anatomiques et organisation générale du squelette, avec une attention particulière portée sur les structures pertinentes à la pratique du massage.

Arthrologie

Ce cours introduit l'étudiant à l'étude des articulations du corps humain. Il aborde la classification des articulations, les mouvements articulaires possibles et les structures qui les composent. L'étudiant développe une compréhension fonctionnelle des articulations en lien direct avec l'application des techniques de massage suédois.

Myologie

Ce cours approfondit la connaissance du système musculaire. L'étudiant étudie la structure du muscle, les types de fibres musculaires, ainsi que les origines et insertions des principaux muscles du corps humain. Ces connaissances constituent le fondement de la pratique du massage et de l'adaptation des techniques aux besoins de chaque client.

Ceinture scapulaire et épaule

Ce cours aborde l'anatomie détaillée de la ceinture scapulaire, incluant la clavicule, la scapula, l'humérus proximal et leurs articulations associées. L'étudiant développe ses compétences palpatoires et apprend à appliquer les techniques de massage suédois spécifiques à cette région. Le cours inclut également l'étude des systèmes cardiovasculaire et tégumentaire, dont la compréhension est essentielle à une pratique sécuritaire et éclairée.

Coude, poignet et main

Ce cours complète l'étude du membre supérieur en abordant l'anatomie fonctionnelle du coude, du poignet et de la main. L'étudiant y apprend les techniques de massage propres à ces régions et développe la précision de son toucher thérapeutique. Le système neurologique est également introduit dans ce cours, en lien avec les contre-indications et les précautions à observer lors du traitement du membre supérieur.

Questionnaire santé et relation thérapeutique

Ce cours prépare l'étudiant à l'accueil professionnel du client et à la collecte structurée des informations de santé. L'étudiant apprend à compléter et à interpréter un questionnaire santé, à identifier les contre-indications au massage et à établir une relation thérapeutique de qualité fondée sur l'écoute, le respect et la communication bienveillante.

Colonne vertébrale

Ce cours porte sur l'anatomie et la biomécanique du rachis dans son ensemble : région cervicale, thoracique, lombaire, sacrum et coccyx. L'étudiant y développe ses compétences de palpation des repères vertébraux et apprend les techniques de massage adaptées à chaque région. Les systèmes respiratoire et endocrinien sont abordés en parallèle, en lien avec les effets physiologiques du massage sur ces systèmes.

Ceinture pelvienne et hanche

Ce cours introduit l'étudiant à l'anatomie de la ceinture pelvienne, du bassin et de l'articulation coxo-fémorale. Il développe les compétences de palpation et d'application des techniques de massage de la région pelvienne et de la hanche. Les systèmes digestif et immunitaire sont également étudiés, notamment en ce qui concerne leurs interactions avec la pratique du massage.

Genou, cheville et pied

Ce cours complète l'étude du membre inférieur en abordant l'anatomie fonctionnelle du genou, de la cheville et du pied. L'étudiant apprend les techniques de massage spécifiques à ces régions et intègre les notions de biomécanique des appuis et de la marche à sa pratique. Le système urinaire est abordé en parallèle pour compléter la compréhension des précautions à observer en contexte de soin.

Synthèse et intégration clinique

Ce cours constitue une étape charnière dans la formation. L'étudiant y révise et consolide l'ensemble des techniques acquises, en les intégrant dans une séquence complète de massage corps entier. Des études de cas cliniques sont présentées et analysées afin de développer le raisonnement clinique. Le cours aborde également les effets physiologiques globaux du massage, l'encadrement professionnel et les aspects éthiques liés à la sexualité en contexte de pratique professionnelle.

Clinique étudiante

La clinique étudiante offre à l'étudiant l'occasion de mettre en pratique, sous supervision directe, l'ensemble des compétences acquises au cours de sa formation. L'étudiant prend en charge une clientèle réelle, réalise des séances complètes de massage et développe son autonomie professionnelle. Un retour individualisé est offert par le superviseur à la suite de chaque séance, permettant à l'étudiant de consolider ses acquis et d'affiner sa pratique.

Évaluations finales

Ce module est consacré à la préparation et à la passation des évaluations finales du programme. L'étudiant révise l'ensemble des notions théoriques et pratiques, avec une attention particulière portée sur les origines et insertions musculaires. Les évaluations comprennent un examen écrit, un examen oral et un examen pratique de massage complet corps entier.

Relation d'aide (cours transversal)

La relation d'aide est un cours qui se déroule en parallèle des modules thématiques tout au long de la formation. Il vise à développer chez l'étudiant les compétences relationnelles et communicationnelles nécessaires à une pratique professionnelle et humaine de la massothérapie. Le cours aborde la communication thérapeutique, l'écoute active, la gestion des limites professionnelles, l'éthique et la déontologie, ainsi que les enjeux liés à la sexualité en contexte de soin.

Encadrement professionnel

Ce cours présente le cadre dans lequel s'exerce la massothérapie au Québec et prépare l'étudiant à son entrée sur le marché du travail. Il aborde les normes de pratique professionnelle, le champ d'intervention du massothérapeute et le rôle des regroupements professionnels, notamment en matière d'assurance responsabilité. L'étudiant se familiarise avec les responsabilités liées à la pratique : consentement du client, confidentialité des renseignements et tenue de dossiers. Le cours explore également les différents milieux de travail (spas, cliniques, centres sportifs, entreprises) ainsi que les bases du démarrage d'une pratique privée.

Sexualité et pratique professionnelle

Ce cours aborde les enjeux liés à la sexualité dans le contexte de la pratique de la massothérapie, de façon claire et professionnelle. L'étudiant apprend à distinguer le toucher professionnel de tout contact à connotation sexuelle, à établir et à communiquer ses limites, et à reconnaître les situations ambiguës ou inappropriées, y compris la gestion de ses propres réactions. Le cours présente les conduites à adopter lorsqu'une telle situation se présente, jusqu'à l'interruption sécuritaire d'une séance si nécessaire. Des études de cas permettent à l'étudiant d'intégrer ces notions à son raisonnement clinique et à son éthique professionnelle.

6. Méthodes pédagogiques et modalités d'évaluation

Chaque journée de formation alterne entre un bloc théorique en avant-midi et un bloc pratique en après-midi, favorisant l'ancrage immédiat des connaissances dans le geste technique.

Modalités d'évaluation

- Évaluations théoriques à la fin de chaque module (examens écrits portant sur l'anatomie, la physiologie et les notions cliniques);
- Évaluations pratiques par région corporelle, incluant des séances de massage supervisées sur professeur et en clinique étudiante;
- Clinique étudiante avec clientèle réelle, assortie d'un retour individualisé du superviseur après chaque séance;
- Évaluations finales comprenant un examen écrit, un examen oral et un examen pratique de massage complet corps entier, ainsi qu'une évaluation des origines et insertions musculaires (pointer origine/insertion).

7. Notre corps professoral

Alex Lewis : Formateur en massothérapie

Kinésithérapeute cumulant plus de 30 ans de pratique clinique, Alex Lewis se consacre depuis plus de 25 ans à la conception de programmes de formation continue pour des établissements reconnus, dont le CFP de Lachine, l'Institut Axis et l'École Professionnelle des Ostéopathes du Québec (ÉPOQ). Formé à l'Institut Kiné Concept, il détient plusieurs certifications internationales en thérapie manuelle. Co-fondateur de l'EMKQ et directeur pédagogique de l'école, il assure l'enseignement principal du programme de massothérapie, transmettant aux étudiants une approche rigoureuse fondée sur des décennies d'expérience clinique et pédagogique.

8. Coordonnées

École de Massothérapie et Kinésithérapie du Québec (EMKQ)

6955, boul. Taschereau, Suite 210, Brossard (Québec) J4Z 1A7

Téléphone : 450-486-3337

Courriel : info@emkq.ca

Site web : emkq.ca