

Massez-vous les uns les autres!

Une nouvelle technique fait son chemin en Suisse: le massage en position assise, proposé par des entreprises à leurs employés, mais accessible à tous.

On pourrait ainsi paraphraser sans ironie la démarche d'un massothérapeute américain qui a entrepris de propager en Suisse une technique accessible à tout le monde: le massage assis. «C'est facile, pas cher et ça fait du bien», affirme Tony Neuman, 32 ans. Son unique instrument de travail sous le bras – une chaise pliante spécialement conçue pour ce type de massage – il a commencé par proposer ses services à des entreprises au profit de leurs employés stressés, avant de se consacrer à la formation par des stages qu'il organise en Suisse et ailleurs.

«J'ai été séduit dès la première séance», se souvient Florence Rivalli, secrétaire médicale à Genève.

La méthode est basée sur une pratique d'origine chinoise, l'«acupression», qui est à la massothérapie ce que l'acupuncture est à la médecine. Elle a été introduite aux Etats-Unis par un Japonais qui, pour l'enseigner, a créé à San Francisco un institut spécialisé, le Skilled Touch Institute. Au milieu des années quatre-vingt, son successeur, David Palmer, a développé la formule simplifiée du massage assis appliquée aux entreprises. «Il a commencé chez Macintosh», explique Tony Neuman, qui a été son assistant pendant sept ans après avoir terminé ses études de massothérapie à l'Université du Colorado. A l'époque, la firme préparait la sortie de son Système 6, le personnel travaillait d'arrache-pied dans un état de tension et de stress permanent qui avait atteint un niveau critique. Palmer a convaincu la direction de proposer aux employés ses séances de massage relaxant. Les essais s'étant avérés positifs, l'opération a duré une année. La crise passée, la direction a considéré que c'était un luxe et a abandonné. Mais l'idée était lancée et a fleuri dans d'autres sociétés, avec un succès tel que le «Wall Street Journal» en a fait sa couverture.



HABILÉ/ASSIS En quinze minutes, au bureau, presque sans s'arrêter de travailler... Le patron paie, l'employé est plus rentable.

Quand il a quitté les Etats-Unis, Tony Neuman avait à son actif près de dix mille séances, effectuées pour la plupart dans des entreprises. Il a dû repartir à zéro dans un environnement moins favorable quand, ayant épousé une Suisse, il s'est installé près de Neuchâtel il y a deux ans. Le massage n'est pas une coutume très répandue en Suisse où la population le perçoit le plus souvent comme un luxe, avec toutes sortes de préjugés dus au fait de livrer son corps dénudé aux mains du praticien dans le cadre secret du cabinet. «Ces obstacles tombent avec le massage assis, qui peut se pratiquer n'importe où, y compris dans la rue ou tout autre lieu public, puisque pendant la séance, qui dure une quinzaine de minutes, le patient garde ses vêtements sur lui», poursuit Tony Neuman.

Ce sont des entreprises américaines comme Griffin Europ ou Autodesk qui lui ont le plus volontiers ouvert leurs portes en Suisse, prenant à leur charge la totalité ou une partie du coût des séances (20 francs l'unité). «Cette technique a fait beaucoup de bien à tout le monde, au rythme d'une séance par semaine pendant plusieurs mois», précise Caroline Boizard, adjointe à la direction de Griffin Europ.

Dommage que Tony ne puisse plus répondre à notre attente.

Au début de cette année, Tony Neuman a en effet décidé d'abandonner cette activité pour se consacrer entièrement à la formation. Les stages qu'il organise s'adressent à tous les publics. Le stage de base (450 fr.) s'étend sur un week-end. Une formation plus poussée est proposée aux candidats à une pratique plus ou moins professionnelle.

«Le travail de propagation que fait Tony Neuman en Suisse est essentiel, j'ai suivi ses cours de formation pour intégrer le massage assis dans l'ensemble des techniques que je pratique», explique Fabienne Pasquier, massothérapeute dans la région de

Fribourg. Je suis en contact avec des entreprises dont plusieurs m'ont demandé d'effectuer des séances auprès de leur personnel.

Depuis dix-huit mois qu'il se consacre à la formation en Suisse, Tony Neuman a initié quelque 200 personnes dont la plupart – couples, retraités, militants ou bénévoles d'associations diverses, personnel de homes pour personnes âgées, etc. – visent une pratique limitée à leur entourage. Un chômeur neuchâtelois qui a suivi la formation intensive envisage d'en faire sa profession. Pour se faire rayer des listes des services sociaux du canton, il n'attend qu'une chose: la réponse positive d'une grosse entreprise qui lui a promis une commande pour une série de séances de massage auprès de son personnel.

Pierre-André Krol