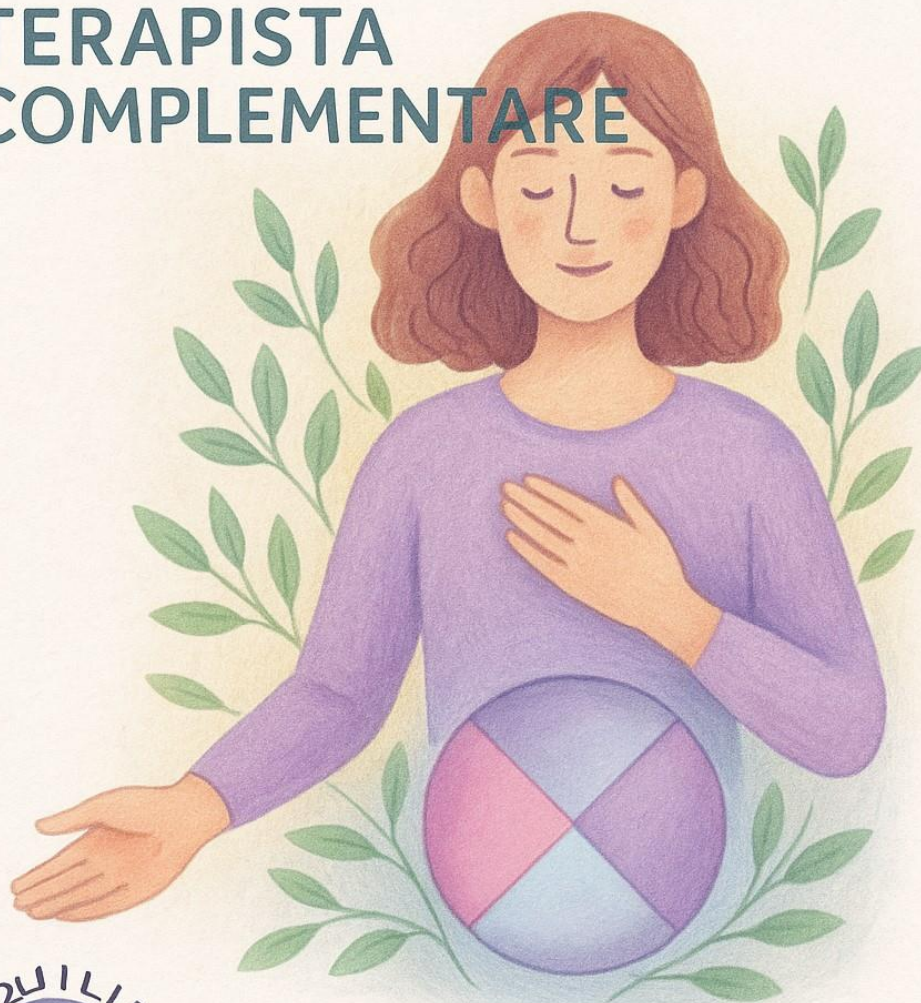


E-BOOK

5 PASSI PER DIVENTARE TERAPISTA COMPLEMENTARE



in **Equilibrio**

"5 Passi per Diventare Terapista Complementare"

Benvenuto/a

Questo e-book è pensato per te, che senti il desiderio di avvicinarti al mondo del benessere, dell'ascolto, della relazione di aiuto.

"5 Passi per Diventare Terapista Complementare" è una guida semplice, chiara e ispirante per chi si trova proprio all'inizio del cammino: quando si ha il desiderio, ma non ancora una direzione certa.

Troverai in queste pagine informazioni pratiche, esempi concreti e domande che ti aiuteranno a capire se questa strada fa per te.

È il primo passo.

Noi siamo qui per camminare con te.

Lorna Fasano

Terapista Complementare cantonale

Formatrice di adulti APF

Fondatrice di inEquilibrio – Centro di Terapie e Formazione

Sommario

1. Capitolo 1 – Cos'è un terapeuta complementare oggi
2. Capitolo 2 – Chi può diventare terapeuta complementare
3. Capitolo 3 – Le formazioni da scegliere (e come farlo bene)
4. Capitolo 4 – Come funziona il percorso di studio
5. Capitolo 5 – Dopo il diploma: e adesso?
6. inEquilibrio Pro e Cerchio inEquilibrio
7. Contatti

5 Passi per Diventare Terapista Complementare

Guida introduttiva per chi sente che è il momento di cambiare rotta

Capitolo 1

Cos'è un terapista complementare oggi

In un mondo che corre veloce, sempre più persone sentono il bisogno di prendersi cura di sé in modo profondo, rispettoso, naturale. Il terapista complementare è proprio questo: una figura che accompagna gli altri nel ritrovare equilibrio e benessere, attraverso tecniche dolci, mirate e professionali.

Ma facciamo chiarezza.

👉 Un terapista complementare **non è un medico**.

👉 Non lavora per “curare” una malattia, ma per **sostenere la persona nella sua globalità** – corpo, mente, emozioni.

Lavora con strumenti concreti: massaggio, tecniche di rilassamento, riflessologia, ascolto attivo.

Offre uno spazio accogliente, uno sguardo nuovo e una possibilità di cambiamento per chi si sente bloccato, stanco, in tensione.

È un mestiere profondo, relazionale, pratico.

Un mestiere che si impara. E si costruisce, passo dopo passo.

Perché è una professione sempre più richiesta

Oggi, questa figura è più che mai necessaria:

- Cresce il bisogno di approcci olistici integrati alla medicina convenzionale.
- Sempre più persone cercano soluzioni naturali, meno invasive e più rispettose dei propri tempi.
- In Svizzera esistono rimborsi da parte delle casse malati attraverso l'assicurazione complementare (se si è riconosciuti EMR, ASCA o NVS), e questo rende la professione concreta e sostenibile anche dal punto di vista economico.

👉 In molte famiglie, centri benessere, studi medici, SPA o palestre, la figura del terapeuta complementare è già presente. E la domanda continua a crescere.



In sintesi: chi è il terapeuta complementare?

È una guida.

Un facilitatore.

Una persona formata che, con empatia e competenza, aiuta gli altri a stare meglio.

E può essere una nuova professione... anche per te.

Capitolo 2

Chi può diventare terapeuta complementare

Hai mai pensato:

“Mi piacerebbe aiutare gli altri, ma... non ho una formazione sanitaria.”

“Ho fatto un altro lavoro tutta la vita... forse ormai è tardi.”

“Sento che potrei essere portato/a... ma da dove comincio?”

La buona notizia è: può diventarlo chiunque abbia il desiderio sincero di mettersi in ascolto, imparare e prendersi cura degli altri.

Non servono “superpoteri” o diplomi universitari. Serve solo:

- un po' di curiosità
- una buona dose di motivazione
- la voglia di imparare un mestiere che unisce mani, cuore e presenza

Il profilo ideale?

Non c'è un unico profilo.

Ci sono persone molto diverse, ma con una cosa in comune: **sentono una chiamata verso l'aiuto, l'ascolto, la cura.**

- Alcuni arrivano da professioni assistenziali o educative (insegnanti, OSS, fisioterapisti...)
- Altri da tutt'altro mondo (impiegati, artisti, freelance)
- C'è chi è al primo lavoro, chi vuole cambiare strada, chi vuole completare un percorso personale con una nuova dimensione professionale

Falsi miti da sfatare

- “Devo già sapere tutto.”
- “Devo già avere delle basi di anatomia o formazioni particolari?”
→ No. Il percorso formativo inizia da zero e ti accompagna passo dopo passo.
- “Devo per forza lavorare in uno studio.”
→ No. Puoi integrare la formazione nella tua attività attuale, creare la tua realtà o collaborare con centri esistenti.
- “Non sono abbastanza spirituale.”
→ No. La formazione è pratica, concreta e rispettosa delle tue convinzioni personali. Spiritualità e scienza possono coesistere, ma nessuna è obbligatoria.



***Se senti che “questa cosa ti chiama”...
allora sì, puoi diventarlo.***

E noi siamo qui per accompagnarti.

Capitolo 3

Le formazioni da scegliere (e come farlo bene)

Hai deciso di iniziare questo percorso.

Sei motivato/a.

Ma ora ti chiedi:

“Quale formazione scelgo?”

Niente paura!

Ogni persona arriva con bisogni diversi, e proprio per questo inEquilibrio ha pensato a percorsi **flessibili, modulari e personalizzabili**.

Contattaci per fissare un incontro senza impegno durante il quale potremo valutare insieme quale percorso scegliere per il raggiungimento del tuo obiettivo personale.

Le domande giuste da farsi

Per scegliere bene, chiediti:

- Cosa mi attira di più: il lavoro con il corpo? la relazione d'aiuto? la psicosomatica?
- Quanto tempo posso dedicare ora alla formazione?
- Voglio lavorare già mentre studio?
- Ho già una formazione pregressa che posso valorizzare?

Rispondere a queste domande ti aiuterà a capire da dove partire.

Le nostre formazioni principali

Massaggio Classico

Per chi vuole imparare una tecnica completa, utile in tantissimi contesti: benessere, SPA, studio privato.

► 160 ore – CHF 3'500

Drenaggio Linfatico Manuale

Delicato, terapeutico, profondo. Ottimo per chi vuole lavorare su ritenzione, gonfiori, recupero post-operatorio.

► 160 ore – CHF 3'500

Massaggio dei Punti Riflessi del Piede

Vuoi scoprire come ogni zona del piede “parla” del corpo intero? Questo percorso è per te.

► 112 ore – CHF 2'400

Training Autogeno

Tecnica di rilassamento profondo, ideale per chi lavora anche con lo stress, il sonno, l'emotività.

► 160 ore – CHF 3'500

Medicina Accademica & Tronco Comune

La base teorica e obbligatoria per molti percorsi riconosciuti (anatomia, etica, psicologia, ecc.)

► 340 ore – CHF 7'500 (modulare)

Percorso Massaggiatore Medico

Vuoi diventare un terapeuta completo, anche in ambito riabilitativo? Questo è il tuo obiettivo a lungo termine.

► 1'000 ore – su misura, con consulenza

Come faccio a scegliere bene?

inEquilibrio ti offre un **colloquio gratuito** per orientarti:
valutiamo insieme:

- i tuoi obiettivi
- le tue esperienze precedenti
- il tempo che hai a disposizione

E costruiamo **il tuo percorso personalizzato**, passo dopo passo.

👉 Nessuna pressione. Nessuna iscrizione “al buio”. Solo chiarezza.



**Nel prossimo capitolo scoprirai come si svolgono
realmente i corsi: orari, ritmi, metodo...**

E tutto quello che (finalmente!) **non è scolastico.**

Capitolo 4

Come funziona il percorso di studio

Una delle domande più frequenti è:

“Ma concretamente, come si svolgono i corsi? Quanti giorni? Che orari? Cosa succede in aula?”

Ecco cosa rende unica la tua esperienza formativa con inEquilibrio:

- **Flessibilità vera**
- **Formazione pratica**
- **Percorso costruito su di te**
- **Classi di massimo 4-6 partecipanti**

Durata e Frequenza

Tutti i nostri corsi hanno una durata definita in **ore di contatto**, ovvero ore reali con docente e gruppo.

Ma la frequenza viene **stabilita insieme**. Sì, proprio così!

👉 Alcuni corsisti lavorano a tempo pieno, altri sono genitori, altri studiano. Per questo offriamo:

- Weekend intensivi
- Formazione serale
- Lezioni diurne (per chi ha più tempo)

➡ L'obiettivo è che tu possa davvero **seguire il corso con serenità**, senza dover stravolgere la tua vita.

Com'è strutturato ogni corso

Ogni percorso include:

- Teoria essenziale (spiegata in modo chiaro e partecipativo)
- Tanta pratica supervisionata (su altri corsisti e su casi reali)
- Spazio al dialogo, domande e confronto
- Materiali e dispense utili

Usiamo un approccio **andragogico**: impari facendo, riflettendo, costruendo senso a partire da ciò che già conosci.

Tecnologia e strumenti digitali

Per rendere l'apprendimento ancora più accessibile:

- Alcuni moduli sono disponibili anche in formato online sincrono (Zoom)
- Usiamo strumenti digitali per condividere materiale, aggiornamenti e feedback

E se hai difficoltà con la tecnologia, **ti aiutiamo passo passo**.

Valutazione e diploma

Ogni formazione si conclude con:

- un test teorico (niente panico, è ben preparato!)
- una verifica pratica (guidata dal tuo docente)
- rilascio del diploma al superamento delle prove

Se hai già fatto corsi simili o hai esperienza, possiamo **riconoscere ore pregresse** e adattare il tuo percorso.

“Non mi aspettavo che fosse così personale.”

Questa è la frase che sentiamo più spesso.

Ed è la conferma che funziona.

Come funziona il tuo percorso di studio



**Formazione
pratica**

**Frequenza
flessibile**

**Strumenti
utili**

Nessuno stravolgimento: costruiamo
il tuo percorso su misura!

Capitolo 5

Dopo il diploma: e adesso?

Una volta ottenuto il diploma, si apre un nuovo mondo di possibilità.

Per molti è l'inizio di una nuova professione, per altri è un'integrazione preziosa a ciò che già fanno.

Ma la domanda è naturale:

“Cosa posso fare dopo? Lavorerò davvero come terapeuta?”

La risposta è **sì**, se lo vuoi.

E **inEquilibrio** è al tuo fianco anche in questo passaggio fondamentale.

Dove puoi lavorare

Con una formazione completa e riconosciuta, potrai:

- Aprire uno studio privato (anche da casa, **nel rispetto delle direttive dell'Ufficio di Sanità del Canton Ticino**)
- Collaborare con centri benessere, palestre, studi multidisciplinari o olistici
- In alcuni casi, lavorare in ambienti sanitari strutturati (come studi medici o farmacie), in base ai requisiti interni e normativi — per questi contesti consigliamo di informarsi caso per caso
- Proporre percorsi individuali e di gruppo (rilassamento, educazione al benessere, ecc.)

La **domanda di benessere è crescente** e continua a espandersi.

Riconoscimenti e accreditamenti

Tutti i corsi di inEquilibrio sono progettati secondo le direttive delle associazioni di categoria e permettono l'iscrizione a **EMR, ASCA e NVS**, a seconda della disciplina.

👉 Questo significa che i tuoi futuri clienti potranno **usufruire del rimborso da parte dalle maggiori casse malati attraverso l'assicurazione complementare**, e tu potrai lavorare **legalmente e professionalmente** nel settore.

Durante il percorso ti aiutiamo anche a:

- Preparare la documentazione
- Capire quali moduli ti servono in base al tuo obiettivo
- Fare una valutazione delle tue esperienze pregresse



Iscrizione all'Ufficio di Sanità del Canton Ticino

I nostri percorsi sono strutturati per permettere, in base alle disposizioni vigenti, l'**iscrizione all'Ufficio di Sanità del Canton Ticino** in qualità di terapeuta complementare.

Durante la formazione riceverai anche **supporto informativo e orientamento pratico** per questo importante passaggio professionale.

E se ho bisogno di aiuto... dopo?

Non sei sola/o. Mai.

inEquilibrio offre:

- Supporto post-formazione via mail, WhatsApp o di persona
- Corsi di aggiornamento e ripasso per affinare le tue competenze
- Una rete viva di docenti e corsisti con cui confrontarsi e crescere

inEquilibrio Pro

Per chi continua a crescere con noi

Dopo aver completato una formazione presso inEquilibrio, entri automaticamente a far parte del **Cerchio inEquilibrio**: una rete di professionisti con la stessa visione e con **vantaggi esclusivi**.

👉 Cosa include:

- Accesso a corsi di aggiornamento professionale (1 giorno) a un prezzo speciale
- Comunicazioni dedicate con novità, eventi e occasioni di networking
- Possibilità di partecipare a giornate di scambio pratico o supervisione

Conclusione

Diventare terapeuta complementare è solo l'inizio.

Il vero viaggio comincia dopo, nel momento in cui porti agli altri tutto ciò che hai imparato...
con le tue **mani**,
il tuo **ascolto**,
e il tuo **cuore**.

Contatti

inEquilibrio – Centro di Terapie e Formazione

Via Molinazzo 4a, 6900 Lugano

 info@inequilibrio.ch

 www.inequilibrio.ch

Vuoi saperne di più?

Scrivimi. Fissa un colloquio.

Anche tu puoi iniziare questo percorso — a piccoli passi,
ma con tutto il cuore.

Lorna