

# Friskvårdsmassör Massageterapeut Medicinsk massageterapeut

Studieplan 2021



# Friskvårdsmassör (Steg 1)

## Massageterapeut (Steg 1 och 2)

### Medicinsk massageterapeut (Steg 1 till 3)

## Studieplan 2021

<b>Det massageterapeutiska yrket</b> .....	3	<b>Steg 2 – Massageterapeut *</b> .....	8
<b>Varför Axelsons utbildning</b> .....	4	Omfattning	
Modernt digitalt studiematerial		Anatomi & fysiologi online	
<b>Målbeskrivning</b> .....	6	Triggerpunktsbehandling	
Friskvårdsmassör		Pilatesbaserad träning	
Massageterapeut		Myofasciell behandling	
Medicinsk massageterapeut		Mjukdelsbehandling/behandlande massage	
<b>Steg 1 – Friskvårdsmassör *</b> .....	7	Käkledsbehandling	
Omfattning		Kundpraktik	
Anatomi & fysiologi online		Motiverande samtalsteknik	
Klassisk massage		Massageterapeut i praktiken	
Ansiktsmassage		<b>Steg 3 – Medicinsk massageterapeut</b> .....	9
Sittande avspänningsmassage		Specialistkompetens	
Taktill behandling		Patientpraktik	
Triggerpunktsbehandling		De fyra blocken:	
Pilatesbaserad träning		– Revolving – Myofasciell teknik, 2 x 4 dgr	
Muskelfunktion och stretch – introduktion		– Positional release therapy & muskelenergi- tekniker, 2 x 4 dgr	
Grundmedicin inklusive Hjärt- och lungräddning, HLR, folkhälsa		– Idrottsmedicin och skadelära, 4 dgr	
Kundpraktik		– Rehabilitering och självbehandling, 2 x 4 dgr	
Forskning/kvalitetssäkring		<b>Övrigt</b> .....	10
Etik och kundbemötande		Utbildningsorter	
		Närvarokrav	
		Kostnad	
		Tider	
		Behöver du någonstans att bo	
		<b>Kursbestämmelser</b> .....	11

\* I Stockholm finns utbildningen Steg 1 och Steg 1–2 både på vardag eller helg.  
I Göteborg läser man utbildningen Steg 1 och Steg 1–2 på skolan, vardag.

## Det massageterapeutiska yrket

Massageterapeut är ett av de yrken som växer snabbast inom hälso- och friskvårdsbranschen både i Sverige och utomlands.

EN ALLT BREDARE NATURVETENSKAPLIG FORSKNING inom området beröring/massage har tillsammans med ett ökat medvetande om naturens och kroppens läkande förmåga, lett till ett större accepterande i samhället av dessa genom tiderna välbeprövade metoder. Som ett resultat av detta öppnas nu allt fler vägar upp för en karriär som massageterapeut, antingen på heltid, deltid eller vid sidan om ett tidigare yrke. Många väljer att starta eget företag.

Möjligheter till arbete finns på företag, skolor, gym, hälsohem, kiropraktor/naprapatkliniker, inom vård & omsorg och inom sport/idrott för att nämna några exempel.

Som färdig Massageterapeut finns förstås även möjligheten att bege sig ut i världen och arbeta. Allt man behöver är ju sina händer och sin kunskap. Flera internationella företag och organisationer efterfrågar massageterapeuter som är utbildade på Axelsons. Ett exempel är lyxkryssningsfartyg som trafikerar alla världens hav.

Yrket ger både terapeuten och den som får massagen stora möjligheter till nya öppningar i livet. Därför är det heller aldrig för sent att sadla om. Åldern på våra elever varierar från 18 år till 55+. Någon har sagt att detta är ett av de tacksammaste yrken man överhuvudtaget kan ha. Vi på Axelsons kan bara hålla med!

En yrkesutbildning är en stor investering, tidsmässigt och ekonomiskt. När du gör ditt val, tänk på vilket värde ditt diplom från Axelsons representerar i fråga om kunskap, yrkesmässig självförtroende och din trovärdighet hos kunderna! Att ha Axelsons diplom på väggen är en kvalitetsgaranti!

Axelsons långa erfarenhet har tillsammans med en djup och innerlig tro på massagen och dess verkningar gett skolan en stor och omfattande kunskap i konsten att utveckla och utforma en massageterapeututbildning. De massageterapeutiska metoder som skolan använder sig av är både effektiva och professionella. En kontinuerlig utveckling och anpassning sker ständigt på skolan för att möta samhällets ökade behov och krav.



## Varför Axelsons utbildning

Skolans goda rykte gör att många människor idag förknippar "massage" med Axelsons skolor.

- Sveriges största och äldsta skola inom kroppsterapier.
- Utbildningen är kvalitetssäkrad av branschens största förbund, Kroppsterapeuternas Yrkesförbund.
- Efter godkänd och avslutad utbildning kan du bli medlem i Kroppsterapeuterna.
- Undervisas på två platser i Sverige; Stockholm och Göteborg, dessutom i Oslo.
- Omfattande kundpraktik på skolans kundklinik under handledning av sakkunnig personal. Detta för att du ska känna dig trygg och redo som terapeut efter avslutad utbildning.
- Individuell och kontinuerlig genomgång av den så viktiga arbetsställningen.
- Kurslitteraturen är vald, skriven och specialdesignad för utbildningen.
- Lärarkåren är mycket kompetent och består främst av naprapater, kiropraktorer, osteopater, fysioterapeuter och massageterapeuter. Alla med mångårig erfarenhet av massageterapi och massageundervisning.
- Stor vikt läggs vid hur man lyckas och blir framgångsrik i yrket.
- Branschens aktörer efterfrågar Axelsonsutbildade terapeuter. Redan under utbildningen får du träffa flera av dem och kan söka jobb.
- Vill du jobba utomlands? Axelsons är även välkänt internationellt. Axelsons samarbetar med rekryterare i Sverige och delar av Norden. De rekryterar bl a till reseföretag och lyxkryssningsfartyg över hela världen.

### Flexibelt upplägg – Välj om du vill läsa vardagar eller på helg?

Du kan välja att läsa:

- Vardagar, 2–3 dagar/vecka i Stockholm och Göteborg.
- Helg, cirka 1 helg/månad i Stockholm.

Oavsett vilken du väljer är utbildningen är omfattande och går i högt tempo, så du behöver avsätta lika mycket tid för hemstudier varje vecka om du går på vardag eller mellan varje period om du vill gå helgutbildningen.



### Att ha Axelsons diplom på väggen är en kvalitetsgaranti!

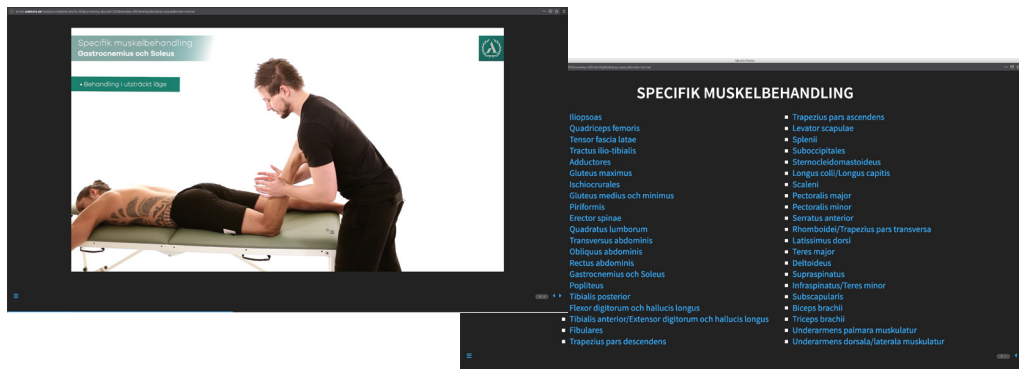
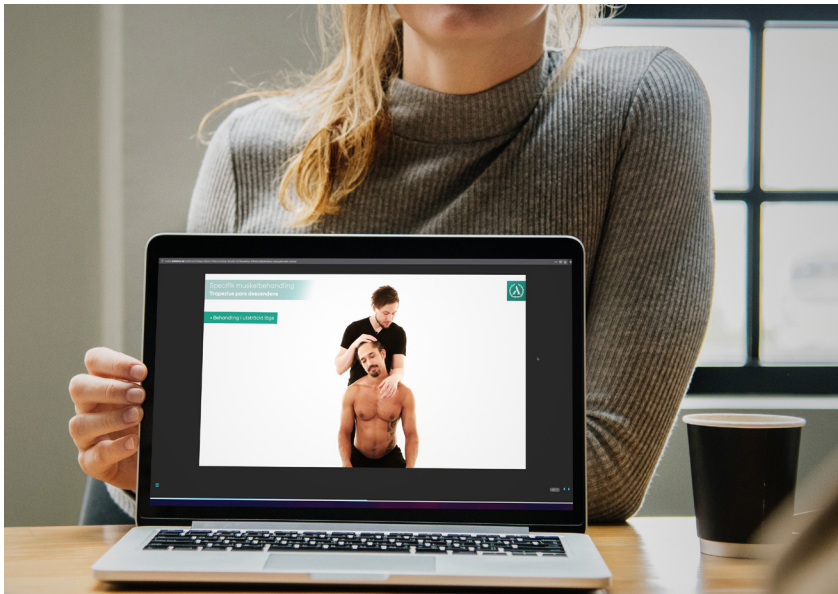
*En yrkesutbildning är en stor investering, tidsmässigt och ekonomiskt. När du gör ditt val, tänk på vilket värde ditt diplom från Axelsons representerar i fråga om kunskap, yrkesmässig självförtroende och din trovärdighet hos kunderna!*

### Fakta om Axelsons Institute

- Grundades 1962 i Malmö av Hans Axelson som Axelsons Gymnastiska Institut
- har sedan 1962 lett utvecklingen av modern Svensk massage och massageterapier i Skandinavien
- är Nordens äldsta och största komplementär- och alternativmedicinska skola
- är idag representerat med tre skolor i Skandinavien
- myntade uttrycket "fredlig beröring"
- är initiativtagare till massage på förskolan, massage mot våld, massage i skolan och massage på jobbet
- är medlem i Europe active standards (f.d. EHFA, European Health and Fitness Association).

## Modernt digitalt studiematerial

Som stöd för dina studier har du massor av teoretiskt & praktiskt studiematerial online!



## Business Online ingår i din utbildning! \*

Syftet med kursserien är att du som elev på Axelsons ska bli **STARTKLAR** den dagen du är färdig med utbildningen.

### Du ska veta exakt

- vad din affärsidé går ut på
- var du hittar dina ideala kunder
- vilka strategier som passar just dig.

Du får handfasta råd och tips på vilka steg du behöver ta för att din verksamhet ska bli framgångsrik så fort som möjligt.

### Kursen innehåller

- grundläggande försäljning och marknadsföring
- prissättning
- sociala medier
- produktivitet m.m.

Du får även tillgång till en speciellt framtagen arbetsbok med övningar som är relevanta för dig som ska ta steget ut i en ny bransch. Vi rekommenderar att du går igenom innehållet så tidigt som möjligt i utbildningen så att du kan ta med tipsen längs vägen och få ut det mesta möjliga från din Axelsons utbildning.

\* Gäller Steg 2–3.

## Målbeskrivning

Utbildningens huvudsakliga mål är att utbilda duktiga och professionella terapeuter. Detta görs genom att erbjuda eleverna en både praktisk och teoretisk kunskap om den mänskliga kroppen och i massageterapins olika tekniker/metoder samt kunskap om när och varför dessa skall/inte skall användas. Utbildningen består av 3 steg som kan läsa i en följd eller var för sig.



### Friskvårdsmassör

I steg 1 lär du dig den svenska klassiska massagen för att kunna ge behandlingar i syfte att; öka din kunds välmående, för avslappning och återhämtning som stresshantering, förebyggande samt friskvårdande syfte. *Kort sagt för ökat välbefinnande i kropp och själ.*

Du lär dig ge en riktigt proffsig och behaglig hel-/delkroppsmassage, ansiktsmassage, taktill behandling, och ett mjukt och inkännande sätt att behandla triggerpunkter på. Du får även lära dig hur du kan ge så kallad tryckmassage utanpå kläderna.

Välmående, avslappning och stresshantering handlar om hela individen. Därför ingår grundmedicin och folkhälsa där vi bland annat pratar om de vanligaste levnadssjukdomarna och hur massagen kan hjälpa dessa personer. Du får en grundläggande anatomisk förståelse för det du gör, men steg 1 är primärt inriktad på att utveckla din fingertoppskänsla.

*Efter godkänd utbildning blir du av Axelsons diplomerad Friskvårdsmassör och kan bli praktikårsmedlem i Kroppsterapeuternas yrkesförbund i upp till två år.*

### Massageterapeut

Spända, svaga, korta eller överansträngda muskler i kroppen kan ge upphov till smärta, minskad rörlighet, nedsatt funktion samt försämrad hållning. I steg 2 får du kunskaperna för att kunna se vad det är som orsakar problemen, hur du kan behandla dem och även när du inte ska behandla utan ska skicka kunden vidare.

Du lär dig ta en grundlig anamnes (sjukdomshistorik), tester, hur du kan palpera (känna) och analysera kundens problematik för att finna orsaken. Genom inspektion i form av passiv och aktiv kroppsläsning, rörlighets- och funktionstester, lägger du upp en behandlingsplan med specifik och djup behandlande massage samt vid behov stretching och träning. Den behandlande massagen består av den svenska klassiska massagen, triggerpunktsbehandling med pressur (djupt tryck), behandlande massage samt passiva och aktiva stretching-tekniker av patienten. Du lär dig även råd och övningar att delge dina kunder som passar in i deras vardag samt individuella hemträningsprogram kopplat till deras problematik.

*Efter godkänd utbildning blir du av Axelsons diplomerad Massageterapeut och kan bli yrkesverksam medlem i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund.*

### Medicinsk massageterapeut

Vissa skulle säga att du efter steg 3 är en riktig idrottsmassör. Vi håller med, men då även de som inte idrottar kan drabbas av samma eller liknande skador ser vi titeln Medicinsk massageterapeut som mer passande. För med alla blocken i steg 3 blir du verkligen en "specialist". Du har kunskaperna och verktygen för att kunna behandla personer med både akuta och kroniska tillstånd, de med mer komplicerade tillstånd, för rehabilitering och vid akuta skador som exempelvis nackspärr och ryggskott. Du får flera redskap för diagnos, grundlig kunskap i undersökning, tester för kundens ortopediska och neurologiska status, hjärt- lungaskultation samt puls- och blodtrycksmätning. Du lär dig myofasciell behandling och får en förståelse av kroppens muskelslingor, ledbehandling, idrottsmedicin och skadelära samt rehabilitering och självbehandling.

För att du ska kunna komma igång och börja arbeta direkt efter steg 2 har vi valt att dela upp steg 3 i fyra olika block som kan läsas i en följd eller var för sig när det passar dig. Efter varje block får du ett kursintyg.

*Efter godkänd utbildning med alla fyra block blir du av Axelsons diplomerad Medicinsk massageterapeut.*

### Praktikårsmedlem eller yrkesverksam medlem i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund

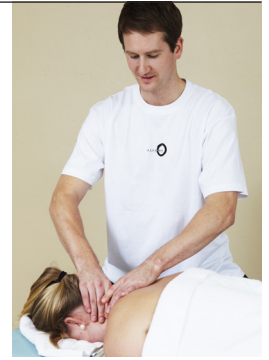
Om du väljer att inte läsa vidare på steg 2 direkt, men vill börja yrkesarbeta som Friskvårdsmassör finns det möjlighet att bli praktikårsmedlem hos Kroppsterapeuternas Yrkesförbund i upp till två år. Det är inte ett fullvärdigt yrkesmedlemskap men du är försäkrad och får en bra start innan du känner dig redo att gå vidare.

Läser du vidare på steg 2 eller steg 2-3 till Massageterapeut/Medicinsk Massageterapeut kan du självklart gå in som yrkesverksam medlem i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund efter steg 2.

**DIPLOMERAD MASSÖR:** Om du vill få ett fullvärdigt medlemskap i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund efter steg 1, utan att gå steg 2, kan du läsa in muskelanatomin på distans, ca 120 timmar, för att bli diplomerad Massör. Därefter kan du bli yrkesverksam medlem i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund som Massör.

## Steg 1 – Friskvårdsmassör

Under hela utbildningen varvas praktiska ämnen med teoretiska ämnen. Men då massöyrket till största delen är praktiskt ligger tonvikten på de praktiska ämnena. Skolan arbetar med s.k. klocktimmar (60 min lektionstim). Steg 1 omfattar cirka 340 studietim, distanstim inräknade. Följande ämnen ingår.



### Omfattning

Utbildningen omfattar 340 studietimmar, distanstimmar och hemstudier inräknade. Flexibelt upplägg – Välj om du vill läsa vardagar eller på helg?

Du kan välja att läsa:

- **Vardagar**, 2–3 dagar/vecka under 8 veckor i Stockholm och Göteborg.
- **Helg**, 1-2 helger/ månad under 6 månader i Stockholm.

Oavsett vilken du väljer är utbildningen omfattande och går i högt tempo så du behöver avsätta lika mycket tid för hemstudier varje vecka om du går på vardag eller mellan varje period om du vill gå helgutbildningen.

### Anatomi & fysiologi online

Fokuset i ämnet ligger på vad en friskvårdsmassör har användning av i sitt arbete.

### Klassisk massage

Den klassiska massagen, även kallad svensk massage, är utan tvekan den mest använda massagemetoden i världen. Den är med sina fyra grundgrepp, effleurage, petrissage, friktioner och tapotement, en mycket variationsrik massagemetod som går att använda till allt från en lätt avslappningsmassage till en tuff idrottsmassage. Dessutom ingår massagens teori, massagens effekter, massagens historia, arbetsställning, indikationer och kontraindikationer.

### Ansiktsmassage

För många är ansiktet den kroppsdel som det är allra mest avslappnande att få massage på. En riktigt utförd ansiktsmassage ger därför både behaglig avslappning i hela kroppen och en ofta välbehövlig avspänning i ansiktsmusklerna.

### Sittande avspänningsmassage

Denna massageteknik skiljer sig från annan massage då den utförs utan massagekräm och med patienten påklädd, sittandes på en stol. Det är en tryckmassage som på ett snabbt och enkelt sätt ger avspänning. Passar bra för dig som vill jobba ute på arbetsplatser med friskvårdande och förebyggande behandling.

### Taktil behandling

Taktil behandling är en mjuk massage som kan ges till alla, där behandlaren använder strukturerade strykningar med olja. Metoden används för att skapa välbefinnande samt reducera oro, stress och smärta. Tidigare studier av taktil behandling inom akut- och intensivvård har visat på symtomlindring, exempelvis reducering av smärta, ökad avslappning och lugn samt förbättrad sömn.

### Triggerpunktsbehandling

Du lär dig hur du på ett mjukt och inkännande sätt kan behandla triggerpunkter.

### Pilatesbaserad träning

Fokuserar på stabilitetsträning på matta för ökad stabilitet, rörlighet och flexibilitet. Du får ökad kroppskänedom, balans och kontroll. Så att du som massör kan använda kroppen så effektivt och skonsamt som möjligt i ditt yrke och i vardagen.

### Muskelfunktion och stretch – introduktion

En spänd och förkortad muskel blir svag och kan därför inte arbeta effektivt. Du lär dig också töjningstekniker för att återställa muskelns funktion samt minska stelhet och smärta av kroppens större muskelgrupper.

### Grundmedicin inklusive Hjärt- och lung- räddning, HLR, folkhälsa

Du får förståelse för och kunskap om människokroppens uppbyggnad och funktion och lär dig känna igen de vanligaste tecknen på sjukdom och ohälsa samt smittspridning och grundläggande farmakologi. I grundmedicinen ingår även medicinsk terminologi, cytologi, histologi, osteologi, dermatologi, cirkulation och invärtes anatomi. Detta läser du via e-boken Medicin 1 & 2 tillsammans med en hemtenta som du besvarar utifrån denna bok (ingår i kursavgiften).

### Kundpraktik

Kundpraktiken är kanske den allra viktigaste delen av hela utbildningen. Den pågår under hela utbildningen och sker på och utanför skolan enligt följande:

**Praktik på skolan:** Under sakkunnig handledares tillsyn praktiserar du utbildningens behandlingsmetoder. Behandlingarna sker på kunder som kommer till skolans elevklinik.

**Praktik utanför skolan:** Under hela utbildningen uppmuntrar vi dig att praktisera de massageterapeutiska metoderna. Under steg 1 ska du göra ett flertal obligatoriska hembehandlingar som skall dokumenteras och redovisas till skolan.

### Forskning/kvalitetssäkring

Vad säger forskningen om massage, vilken forskning bedrivs inom massage, vart kan du hitta den och vad ska man tänka på när man ser forskningsrapporter.

### Etik och kundbemötande

För att du ska kunna möta din kund på ett professionellt sätt går vi igenom etik och kundbemötande.



## Steg 2 – Massageterapeut

Under hela utbildningen varvas praktiska ämnen med teoretiska ämnen. Skolan arbetar med s.k. klocktimmar (60 min lektionstimmar). Steg 1 och 2 omfattar totalt ca 630 studietimmar, distanstimmar och hemstudier inräknade.

### Omfattning

Utbildningen omfattar 630 studietimmar, distanstimmar och hemstudier inräknade. Flexibelt upplägg – Välj om du vill läsa vardagar eller på helg!

Steg 1 och 2 kan läsas i en följd eller med uppehåll mellan steg 1 och 2. Du kan välja att läsa:

- **Vardagar**, 2–3 dagar/vecka under 17 veckor i Stockholm och Göteborg.
- **Helg**, 1-2 helger/ månad under 1 år i Stockholm.

Oavsett vilken du väljer är utbildningen omfattande och går i högt tempo så du behöver avsätta lika mycket tid för hemstudier varje vecka om du går på vardag eller mellan varje period om du vill gå helgutbildningen.

### Anatomi & fysiologi online

Kan man sin anatomi, dvs hur musklerna fäster och fungerar kan man använda massagetekniker mer effektivt. Ämnets fokus ligger på det som en massageterapeut har mest användning för i sitt arbete; musklernas funktion, dess läge och hur musklerna samarbetar. I ämnet ingår också rörelselära, träningslära, neuroanatomi och fascians anatomi.

### Triggerpunktsbehandling

Fördjupad kunskap om triggerpunkter och hur de kan behandlas.

### Pilatesbaserad träning

### Myofasciell behandling

Fokuserar på att behandla bindvävshinnorna i kroppen. Bindväven består av kollagen, en vävnad som omsluter varje organ, nerv och muskel. Dessa hinnor kan förlora elasticitet och ge upphov till felaktiga rörelsemönster. Behandlingsteknikerna är följsamt mjuka men bestämda.

### Mjukdelsbehandling/behandlande massage

Ämnet sätter samman undersökning, behandling och träning till en helhet. Med hjälp av frågor, kroppsläsning och olika tester avgörs vad som skall behandlas.

#### I behandlingen ingår följande metoder:

- Massage: den sen tidigare inlärd klassiska massagen.
- Triggerpunktsbehandling
- Myofasciell behandling
- Muskeltöjningar
- Hemövningar

### Käkledsbehandling

Käkledsproblem är, i stressens tidevarv, alltmer vanligt förekommande och kan exempelvis leda till spänningshuvudvärk, tandagnisslan och tinnitus. Detta ämne syftar till att påverka obalanser och spänningar runt käkleden.

### Kundpraktik

Kundpraktiken är kanske den allra viktigaste delen av hela utbildningen. Syftet är att integrera innehållet i utbildningen genom att låta dig öva din kunskap på skolans elevklinik. Kundpraktiken pågår under hela utbildningen och sker dels på skolan och dels utanför skolan enligt följande:

**Praktik på skolan:** Under sakkunnig handledares tillsyn praktiserar du de i utbildningen genomgånga behandlingsmetoderna. Behandlingarna sker på kunder som kommer till skolans elevklinik.

**Praktik utanför skolan:** Under hela utbildningen uppmuntrar vi dig att praktisera de massageterapeutiska metoderna allt eftersom de går igenom på lektionerna. Under steg 1 och 2 ska du göra ett flertal obligatoriska hembehandlingar som skall dokumenteras och redovisas till skolan.

### Motiverande samtalsteknik (MI)

I samtalsmetoden motiverande samtal, lär du dig möta kunden genom reflekterande lyssnande och bygga förtroende med MI som förhållningssätt. Som massageterapeut är MI en metod som bidrar till inspiration, motivation och stimulerar kunder till beteendeförändringar, vanor och rutiner som leder till en förbättrad hälsa. MI som förhållningssätt stärker kundens egna drivkrafter och förmågor som bidrar till bestående hälsofrämjande förändringar.

### Massageterapeut i praktiken

Hur kommer jag igång efter utbildningen? Vill jag starta eget eller jobba som anställd? Hur får jag kunder? Vilka andra kan jag samarbeta med? Under utbildningens gång kan dessa frågeställningar ligga långt fram i tiden. Men naturligtvis är detta i allra högsta grad viktigt för en lyckad start av din nya karriär.

#### För dig som läst steg 1 före augusti 2017

Du behöver gå en kompletteringskurs för bli diplomerad massageterapeut. Kursen kan läsas före, under eller efter steg 2. I kompletteringskursen ingår: taktill behandling, folkhälsa och forskning, muskelfunktion och stretch samt grundmedicin. Grundmedicin läses helt på distans och tentas av med inlämningsuppgift. Kompletteringskursen omfattar fyra dagar på skolan plus grundmedicin på distans.



## Steg 3 – Medicinsk massageterapeut

För att du ska kunna komma igång och börja arbeta direkt efter steg 2 har vi valt att dela upp steg 3 i fyra olika block som kan läsas i en följd eller var för sig när det passar dig. Efter godkänd utbildning med alla fyra block blir du av Axelsons diplomerad Medicinsk massageterapeut. Hela steg 1, 2 och 3 utbildningen motsvarar 900 studietimmar, distanstimmar och hemstudier inräknade. Se tidigare beskr. under steg 1 & 2 då dessa ingår i utbildningen till Medicinsk massageterapeut.



### Specialistkompetens

Vissa skulle säga att du efter steg 3 är en riktig idrottsmassör. Vi håller med, men då även de som inte idrottar kan drabbas av samma eller liknande skador ser vi titeln Medicinsk massageterapeut som mer passande. För med alla blocken i steg 3 blir du verkligen en "specialist". Du har kunskaperna och verktygen för att kunna behandla personer med både akuta och kroniska tillstånd, de med mer komplicerade tillstånd, för rehabilitering och vid akuta skador som exempelvis nackspärr och ryggskott. Du får flera redskap för diagnos, grundlig kunskap i undersökning, tester för kundens ortopediska och neurologiska status, hjärt- lungaskultation samt puls- och blodtrycksmätning. Du lär dig myofasciell behandling och får en förståelse för kroppens muskelslingor, ledbehandling, idrottsmedicin och skadelära samt rehabilitering och självbehandling.

### Patientpraktik

I varje block ingår patientpraktik på skolan. Detta så att du ska få träna på dina nya färdigheter under sakkunnig handledning.

### De fyra blocken

#### Revolving – Myofasciell teknik, 2 x 4 dgr

En djupgående myofasciell teknik där fokus ligger på kroppens myofasciella system, ett nätverk uppbyggt av bindväv, som utan början och slut omsluter i princip allt i kroppen – från muskler och skelett, till organ och celler.

#### Positional release therapy & muskelenergitekniker, 2 x 4 dgr

Positional release therapy (PRT), eller positionell avslappning, är ett paraplybegrepp inom manuell terapi som inbegriper en stor mängd tekniker. Gemensamt för alla är att de i någon mån söker att minska spänning eller smärta hos patienten och därigenom återskapa funktion och minska besvär som patienten sökt för. Den största grenen inom PRT är Strain & Counterstrain som används både av osteopater, fysioterapeuter och massageterapeuter världen över. Behandlingen sker genom så kallad "Indirekt teknik". Terapeuten kommer att identifiera restriktion, eller smärta, och därefter minska dessa genom att flytta patienten, eller påverka närliggande vävnad. Med hjälp av denna mjuka teknik tillåts spända muskler att reflektoriskt slappna av så att leder kan återfå sin normala funktion.

Muskelenergitekniker (MET) är en mer "direkt teknik" vilket du lär dig efter PRT där du lär dig att öka rörligheten i en

specifik led. Detta sker genom kontraktion av musklerna runt en bestämd led, för att sedan be patienten att slappna av medan du tar ut ett större rörelseutslag i leden med dina händer för att öka dess rörlighet i önskvärd riktning. Du lär dig även att rörelsepalpera leder i olika riktningar för att undersöka vilken led som behöver behandlas.

#### Idrottsmedicin och skadelära, 4 dgr

- Diagnosticering av skador
- neurologiska tester
- reflextagning
- grundläggande kliniska funktionstester
- tester av sensorik och motorik
- när, hur och vilka skador som uppkommer
- förebygga och ta hand om skador
- akut och subakut omhändertagande
- de vanligaste idrottsskadorna
- blodtrycksmätning, lyssna på hjärta.

Hemstudier med inlämningsuppgifter tillkommer utöver lektionstiden på 4 dagar.

#### Rehabilitering och självbehandling, 2 x 4 dgr

Många människor som har problem i sin rörelseapparat skapar kompensatoriska rörelsemönster för att klara av sin vardag. Ju längre detta pågår, desto svårare blir det för kroppen att göra sig av med dem, även om den första dysfunktionen har blivit åtgärdad. Detta kan leda till att terapeuten inte får ett hundraprocentigt resultat med sina behandlingar på bänken.

Den här kursen är skapad för att man som terapeut skall kunna hjälpa de här personerna med sin rehabilitering för att uppnå full funktion och förhoppningsvis smärtfrihet. Med andra ord "Vad kan jag göra med patienter som inte blir bra av min nuvarande behandling?"

Kursen ger också en djupare förståelse för interaktionen mellan centrala nervsystemet, muskler och leder. Hur hjärnan utvecklar rörelseprogram under uppväxten och hur de störs vid dysfunktion/skada i rörelseapparaten. Vi går mycket djupare in i neurologin som kan finnas bakom dysfunktioner som människor har, och inte bara fokusera på den biomekaniska modellen. Dvs inte bara titta på vad muskler och leder gör utan också utreda vad nervsystemet har för roll i det hela.

Större delen av kursen inriktas på kroppsviktstekniker, men inslag av enklare verktyg som t ex foam rollers, olika former av bollar, gummiband etc.

### För dig som läst steg 1–2 före augusti 2017

Du behöver komplettera följande för att få diplom som Medicinsk massageterapeut.

1. Kompletteringskurs Friskvårdsmassör: taktil behandling, folkhälsa och forskning, muskelfunktion och stretch samt grundmedicin. Grundmedicin läses helt på distans och tentas av med inlämningsuppgift. Kompletteringskursen omfattar fyra dagar på skolan plus grundmedicin på distans.

2. Kompletteringskurs Massageterapeut: Kompletterande Mjukdelsbehandling via webinar, käkledsbehandling, motiverande samtal (MI), fascians anatomi och skolpraktik. Kompletteringskursen omfattar sex dagar på skolan plus hemstudier.

## Övrigt

### Utbildningsorter

Utbildningen finns på två platser i Sverige; Stockholm och Göteborg. Båda skolorna ligger centralt i respektive stad.

**I Stockholm:** Skolan ligger i Söderhallarna på Medborgarplatsen. Hit är det lätt att ta sig antingen med buss, tunnelbana (Medborgarplatsen) eller pendeltåg (Södra station). Vi avråder dig från att ta bilen till skolan då det är svårt och dyrt med parkeringsplatser men självklart är det också ett alternativ. I nära anslutning till skolan finns ett flertal restauranger och caféer.

**I Göteborg:** Skolan ligger centralt belägen med gångavstånd från centralstationen. Adressen är Odinsgatan 28. Hit är det också lätt att ta sig med spårvagn och buss. I närheten av skolan finns även gott om billiga parkeringsplatser, caféer och restauranger.

### Närvarokrav

85 % på all undervisning, 100 % på skolpraktiken.

### Kostnad

För kostnader hänvisar vi till vår hemsida [www.axelsons.se](http://www.axelsons.se). På hemsidan hittas också information angående anmälan, kursbestämmelser, låne- och avbetalningsmöjligheter, betalning via autogiro etc.

### Tider

Det finns flera olika kursstarter beroende på vilket sätt du väljer att genomföra utbildningen på. För aktuella starttider hänvisar vi till vår hemsida, [www.axelsons.se](http://www.axelsons.se).

### Behöver du någonstans att bo under din studietid?

Skolan har en lista på personer som hyr ut lägenheter eller rum. Ta kontakt med receptionen, [info@axelsons.se](mailto:info@axelsons.se), så skickar vi gärna över listan så att du till utbildningens start i god tid kan ordna ditt boende.



### Kvalitetssäkrad av branchens största förbund

Axelsons utbildning är kvalitetssäkrad av branchens största förbund; Kroppsterapeuternas Yrkesförbund. Som elev på Axelsons yrkesutbildningar i massage får du ett elevmedlemskap utan kostnad i Kroppsterapeuternas Yrkesförbund. Där ingår en elevförsäkring/behandlingsskadeförsäkring. Du får även tillgång till medlemssidorna på Kroppsterapeuternas hemsida. Där finns tips, inspiration och stöd kring marknadsföring, starta eget och mycket mer.

### Yrkesverksam medlem i branschens största förbund

Efter avslutad utbildning kan du bli yrkesverksam medlem. Som yrkesverksam medlem har du en kostnadseffektiv försäkring för din verksamhet. För egna företagare omfattar försäkringen bland annat behandlingsskada, egendoms-, avbrotts- och rättsskydd. Har du anställd personal finns en förmånlig arbetsgivarförsäkring. Utöver grundförsäkring finns olika tillägg, t ex utökad egendomsskydd och för utlandsverksamhet.

## Anmälan

När du har valt den kurs/utbildning du vill anmäla dig till fyller du i ansökningsformuläret på kursen/utbildningens sida på vår hemsida. Bekräftelse får du av oss via e-post, eller om sådan saknas, via brev. Kallelse till kurs/utbildning skickas ut senast två veckor före kursstart.

Anmälan är bindande.

## Antagningskriterier:

- Godkänt betyg i Svenska 1 eller Svenska som andraspråk 1.
- Yrkesutbildningar: Slutförd gymnasieutbildning eller minst 18 år.
- Kortare kurser: Fyllda 16 år.

Deltagare med särskilda behov ombuds kontakta skolan i god tid före kursstart. Våra kurser och utbildningar kräver obligatorisk närvaro. Axelsons förbehåller sig rätten att stänga av elev som inte följer skolans etiska regler eller på annat sätt befinns olämplig för vald kurs/utbildning.

## Inställd kurs

Vi förbehåller oss rätten att ställa in eller skjuta upp kurser/utbildningar vid för lågt deltagarantal och vid händelser som är utom vår kontroll, t.ex. force majeure. Om kursen blir inställd, eller om du inte blir antagen, återbetalas inbetald avgift utan avdrag. Du kan även välja att ha kursavgiften inestående men kursavgiften skall då utnyttjas inom ett år. Vid ny bokning av kurs får du betala eventuell mellanskillnad om avgiften har blivit höjd.

## Återbetalning

Återbetalning som uppfyller kraven enligt våra kursbestämmelser och villkor sker för utbildning inom 30 dagar och för kurs inom 14 dagar.

## Ångerrätt

Med anledning av rådande samhällssituation har vi förlängt vår ordinarie ångerrätt (enl. distans- och hemförsäljningslagen 2005:59, 14 dagar från den dag du får vår bekräftelse på din anmälan) till:

**Utbildning** – 30 dagar före utbildningsstart

**Kurs** – 14 dagar före kursstart

Har du frågor eller vill avboka din anmälan kan du nå oss på 08-54 54 59 00 eller [info@axelsons.se](mailto:info@axelsons.se). Du kan även skicka ett brev till Axelsons Institute, Box 4210, 102 65 Stockholm eller besöka oss på någon av våra skolor. Ange datum för kursen samt dina personuppgifter. Du har då rätt att återfå hela den avgift du erlagt inklusive anmälningsavgiften. Återbetalning för utbildning sker inom 30 dagar och för kurs inom 14 dagar.

## Avbokning/ombokning

Förutom vad gäller ångerrätten enligt ovan är anmälan bindande. Dock upphör ångerrätten i samband med kurs/utbildningsstart.

Om deltagare återtar/ombokar sin anmälan efter att ångerrätten förfallit men innan dag för start av kurs/utbildning, tar vi ut en administrationsavgift:

- Vid återtagande/ombokning senare än 14 dagar före kursstart, men innan dag för start, debiteras halva kursavgiften.
- Vid återtagande/ombokning senare än 30 dagar före utbildningsstart, men innan dag för start, debiteras halva kursavgiften.
- Vid återtagande/ombokning samma dag som utbildningskursstart, eller senare, debiteras hela kursavgiften.

## Försäkring

Elever under utbildning hos Axelsons Institute omfattas av en ansvars- och olycksfallsförsäkring som även gäller under obligatorisk extern praktik inom Sverige.

## Kursmaterial

Kursmaterial, kurskompendier och förbrukningsmaterial ingår om inget annat anges.

## Ändringar

Axelsons Institute förbehåller sig rätten att utan förvarning göra ändringar beträffande lärare, lokal, tider, kursmaterial, schema, tryckfel, samt ändringar av studieregler och skolpraktik.

## Intyg, diplom och betyg

Intyg erhålls efter att samtliga krav för godkänd kurs är uppfyllda, och full betalning erlagts. **Diplom/betyg** erhålls efter att samtliga krav för godkänd utbildning är uppfyllda, och full betalning erlagts. Underlag för dessa arkiveras hos Axelsons i maximalt fem år efter avslutad kurs/utbildning.

Eventuell frånvaro som t ex sjukdom samt underkända moment behöver tas igen/kompletteras. Detta sker i samråd med skolan och skall slutföras inom ett år.

## Filmning, fotografering eller ljudinspelning

Filmning, fotografering eller ljudinspelning är ej tillåten utan tillstånd från skolan.

## Övriga frågor

Du är välkommen att vända dig till oss med eventuella övriga frågor, tel 08-54 54 59 00, email: [info@axelsons.se](mailto:info@axelsons.se).

## Betalning

I **samarbete med Human Finans** erbjuder vi följande betalsätt när du anmäler dig till en av våra kurser/utbildningar:

- **Delbetalning**: – tillsammans med Human Finans erbjuder vi dig som kund att dela upp betalningen upp till 24 månader räntefritt.

Mer information om Human Finans och deras betalsätt hittar du på: [humanfinans.se/axelsons](http://humanfinans.se/axelsons)

I **samarbete med Klarna** erbjuder vi följande betalsätt när du anmäler dig till en av våra kurser/utbildningar:

- **Kortbetalning** – VISA & MasterCard
- **Direktbetalning** – via internetbank
- **Faktura** – 14 dagar
- **Delbetalning** – tillsammans med Klarna erbjuder vi dig som kund att dela upp betalningen upp till 12 månader räntefritt. Ansök och få svar direkt. Sedvanlig kreditprövning kommer att ske.

Mer information om Klarna och Klarnas betalsätt hittar du på: [Klarna Checkout](https://www.klarna.com/axelsons)

Läs mer: [Allmänna villkor – Klarna](#)

Läs mer: [Standardiserad europeisk konsumentkreditinformation](#)

## Villkor och personuppgiftshandling

Axelsons Institute AB är personuppgiftsansvarig för behandlingen av de personuppgifter som du som kund lämnar till oss. Dina personuppgifter kommer att behandlas för att upprätthålla vår kundrelation och även för marknadsföringsändamål av Axelsons Institute AB jämte dess dotterbolag och samarbetspartners. Du kan genom att skriva till Axelsons Institute, Box 6475, 113 82 Stockholm, begära att dina personuppgifter rättas, tas bort eller anmäla om du inte vill att uppgifterna skall användas för direktmarknadsföring.

Som kund hos Axelsons Institute har du rätt att efter skriftlig begäran till ovanstående adress få information om vilka uppgifter om dig som finns i våra register och hur de används.

Genom att godkänna Axelsons villkor och personuppgiftshandling samtycker du till att dina person- och adressuppgifter får användas av Axelsons Institute och samarbetspartners för direktreklam och marknadsundersökning.

### Axelsons Institute, Stockholm

Box 4219, 102 65 Stockholm  
Besöksadress:  
Medborgarplatsen 3, plan 7  
08-54 54 59 00  
[info@axelsons.se](mailto:info@axelsons.se) • [www.axelsons.se](http://www.axelsons.se)

### Axelsons Institute Axelsons Fotvårdsskola Göteborg

Odinsgatan 28 nb, 411 03 Göteborg  
031-15 26 50 • [info.gbg@axelsons.se](mailto:info.gbg@axelsons.se)  
[www.axelsons.se](http://www.axelsons.se)

### Axelsons Fotvårdsskola, Stockholm

Box 6475, 113 82 Stockholm  
Besöksadress: Gästrikegatan 17  
08-54 54 59 00 • [info@axelsons.se](mailto:info@axelsons.se)  
[www.axelsons.se](http://www.axelsons.se)

### Axelsons Body Work School, Oslo

Akersgata 28 • N-0158 Oslo  
Tel: +47-23 10 36 20  
[info@axelsons.no](mailto:info@axelsons.no) • [www.axelsons.no](http://www.axelsons.no)



Axelsons Institute

Låna till hela eller delar  
av din utbildning

