

Shiatsu: una pratica antica al nostro servizio

Il concetto di salute non è più solo inteso come "assenza di malattia". Ci stiamo muovendo verso un cambiamento di prospettiva: ci occupiamo di prevenzione, prendendoci cura di noi e concependo la salute come uno stato di benessere fisico, mentale e sociale, come sottolinea la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità. Lo Shiatsu è una pratica manuale completamente naturale, non invasiva e ha lo scopo di risvegliare e/o armonizzare le funzioni energetiche e vitalità dell'individuo.

Come si svolge un trattamento Shiatsu?

La persona rimane comodamente vestita, in un ambiente adeguatamente riscaldato, pulito e tranquillo. Si è distesi su un materassino o, se le condizioni del ricevente non lo consentono, su di un lettino o seduti su una sedia.

L'Operatore Shiatsu esperto, con una sapiente gestione delle pressioni, è in grado di stimolare e personalizzare il trattamento in differenti posizioni di decubito anche con mobilizzazioni articolari e distensioni. Le pressioni producono uno stimolo a cui l'organismo della persona risponde generando un processo direttamente connesso al generale miglioramento della vitalità. Un trattamento dura mediamente 45 minuti.

A chi è consigliato?

È indicato a persone di tutte le età e con qualsiasi condizione perché l'operatore professionista e qualificato è in grado di gestire qualsiasi situazione fisica-psichica che sia momentanea o permanente, sempre nel rispetto della persona.

Quali cambiamenti possiamo aspet-

tarci dopo un ciclo di trattamenti Shiatsu?

Una pratica periodica dello Shiatsu porta ad una attenzione più consapevole del proprio stato di benessere fisico e psichico e può offrire alla persona trattati diversi livelli di benessere, per esempio attraverso la costruzione della fiducia reciproca attraverso il contatto (pelle e soma sono il canale primario di comunicazione nella relazione arcaica di holding); l'aumento delle capacità di relazione e autostima; la diminuzione delle condizioni di stress; l'allentamento delle tensioni muscolari; il risveglio delle risorse energetiche; un aumento generale della vitalità; una migliore ossigenazione a livello articolare e muscolare.

Come indicato dall'OMS e dalle linee in materia di Sanità di Regione Lombardia, sono sempre più auspicabili la crescita e il sostegno di equipe multidisciplinari per creare le sinergie finalizzate allo stare bene dell'individuo. La pratica dello shiatsu può offrire qui il suo strategico contributo.

A chi mi rivolgo perché il professionista sia fidato?

Esistono in Italia alcune libere associazioni di operatori che seguono, certificano e valutano costantemente la formazione dei propri membri: questa è certamente garanzia di serietà sia etica che professionale.

Il servizio è attivo a Cinisello presso la Farmacia I di viale Rinascita.

Rosina Bagnato
Operatrice Shiatsu
Certificata APOS e Insegnante



la città

via Sant'Antonio, 37 - Cinisello Balsamo
tel. 026126526 / 0266040313 - fax 026120052
giornalecinisello@gmail.com

Autorizz. Trib di Monza
n. 316 del 11-3-1978

CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE:

PRESIDENTE:

Annunzio Sonno

CONSIGLIERI:

Matteo Bonanno,

Mirco Pala,

Bruno Sivaglieri,

Angelo Tosoni

DIRETTORE RESPONSABILE:

Angelo Maj

DIRETTORE EDITORIALE:

Fiorenza Melani

REDAZIONE: Alberto Covini,

Luigi Filippic,

Stefano Grassi,

Martino Inziato,

Emanuele Lavizzari,

Pietro Orlandi,

Riccardo Taccioni

GRAFICA: Sercom Srl

V.le Gramsci, 1 - Sesto S.G. - Tel. 02 26224661

SEGRETERIA/AMMINISTRAZIONE: Stefania Vezzani

via Sant'Antonio, 37 - Cinisello Balsamo

Tel. 02 6126526 - 02 66040313

Fax 02 6120052 - segreteria@libero.it

PUBBLICITÀ: Tel. 02 6126526 - 02 66040313

segreteria@libero.it

STAMPA: Monza Stampa

via Buonarroti, 153 - Monza - tel. 039 28288201