

道 SHIATSU TEAM
cambiare insieme

Via Castelfidardo, 2 Milano - MM Moscova

per informazioni e prenotazioni

Telefono +39 3351435840

(un SMS indicando nome e orario preferito per essere ricontattati)

Mail: info@cambiareinsieme.org

Il nostro Shiatsu è complementare con la terapia medica

I trattamenti non si sostituiscono alle terapie mediche, non interferiscono con esse e in genere le supportano.

Il nostro Shiatsu è assicurato

assicurazione professionale tramite il Coordinamento Operatori Shiatsu
(www.shiatsucos.com)

“Professione ai sensi della Legge 14.1.2013 n. 4”

道 C.O.S.

“IL TOCCO E LA PAROLA”

道 SHIATSU TEAM
cambiare insieme



Gennaio 2017 con Bill Palmer e Teresa Hadland di “movemet shiatsu”
esperti di disabilità e tutor del progetto per ASBI

percorsi di salute a mediazione corporea
individuali e di gruppo

LO SHIATSU

Lo Shiatsu è una disciplina a mediazione corporea di matrice cinese, sviluppatasi in Giappone. Non è assimilabile alle pratiche di massaggio o di fisioterapia.

E' riconosciuto che la pratica dello Shiatsu sostenga la salute in quanto **aiuta la persona a mobilitare le proprie risorse di autocura**.

Lo Shiatsu è stato declinato in varie forme, quello che pratichiamo procede dallo "Zen Shiatsu" di Shizuto Masunaga, che ha una peculiare corrispondenza con la psicologia occidentale di indirizzo funzionalista, poi sviluppatosi nel Quantum Shiatsu, fino al più recente Hado Shiatsu®, che vanta una relazione costitutiva con la biofisica, così come ipotizzabile dalla fisica quantistica contemporanea.

Nello Shiatsu che pratichiamo la mediazione corporea si realizza prevalentemente con **un tocco di relazione "non manipolativo"**, che aiuta a sviluppare una migliore percezione di sé e ad armonizzare consapevolmente il corpo, la mente e le emozioni.

Il tocco può risultare straordinariamente efficace quando si stabilisce **una particolare forma di risonanza tra chi tratta e chi è trattato**, che è percepita da entrambi.

I TRATTAMENTI INDIVIDUALI

Tutti possono ricevere Shiatsu, indistintamente: persone sane in un'ottica preventiva, persone con disturbi acuti o cronici, persone di tutte le età. L'unico prerequisite è avere a cuore la propria salute.

- si riceve vestiti con tuta o abbigliamento comodo;
- si può ricevere sdraiati su di un materassino (futon) in posizione supina, prona o laterale;
- si può ricevere seduti su una sedia;

Generalmente in termini immediati, **un trattamento allevia tensioni muscolari, contratture, mal di schiena, cefalee, così come manifestazioni legate all'ansia, al disagio o allo stress** (insonnia, agitazione, sensazione di vuoto e d'insoddisfazione).

In termini più ampi e in situazioni che richiedano di adattarsi in modo proattivo alle situazioni della vita e di migliorare la dinamica delle emozioni, **un ciclo di trattamenti aiuta a superare la naturale resistenza al cambiamento** spesso responsabile delle varie forme di blocco fisico e psichico che minano la capacità di reagire, di agire ... di vivere compiutamente.

IL LAVORO IN GRUPPO

nella nostra attività sperimentiamo come i benefici della tradizionale relazione "persona a persona" spesso si amplifichino nella relazione "gruppo a gruppo" e risultino a favore di tutti i partecipanti. Da questa esperienza nasce il nostro motto **"cambiare insieme"**

un percorso "gruppo a gruppo"



PERCORSI PER GRUPPI GIÀ COSTITUITI

come per le persone anche per un gruppo già costituito, come un'azienda, una squadra sportiva, una compagnia teatrale etc. possono darsi situazioni critiche e bloccate. Anche in questi casi usiamo il lavoro "gruppo a gruppo" eventualmente associato al lavoro "persona a persona" per aiutare a ridurre gli impedimenti e a liberare energie di cooperazione. Migliorano il sentire dei singoli e la dinamica di gruppo, cambia il clima dell'ambiente di lavoro a beneficio, ad esempio, dell'efficacia e della produttività.