



[\(/milanoexpo2015/\)](/milanoexpo2015/)
Expo 2015
Speciale nutrire il
Pianeta
Vai allo speciale
[\(/milanoexpo2015/\)](/milanoexpo2015/)



[\(http://salute.ilgiornale.it/cure-termali/\)](http://salute.ilgiornale.it/cure-termali/)

Terme di Comano

Comano: valle della salute

Vai allo speciale (<http://salute.ilgiornale.it/cure-termali/>)

[Home \(/\)](#) | [News \(/news/\)](/news/)

Forma fisica Discipline olistiche per il benessere

Lo Shiatsu per il ripristino dell'equilibrio corporeo

Dal 18 al 25 settembre si celebrerà in Italia la settimana nazionale dedicata a questa antica disciplina che si ripromette di curare l'individuo in toto

0



3.5 di 5



Thinstock

Sono differenti le strade che ognuno di noi sceglie di percorrere per **riappropriarsi del proprio benessere**: tra le **meno invasive** e più accreditate oggi nel nostro Paese c'è senza dubbio lo **Shiatsu**, una **pratica manuale** rivolta alla salute della persona, che affonda le sue radici nelle **antiche tradizioni**

culturali orientali, arricchitesi nei secoli degli influssi della **Medicina cinese** e del **pensiero filosofico taoista**. Mediante **precise sequenze di pressione sul corpo**, mantenute e costanti, questa disciplina cerca di ricostruire le **giuste connessioni tra mente e corpo**, per riportare **energia e serenità**.

A promuoverne la diffusione sono i professionisti di **Fisio** - Federazione italiana Shiatsu insegnanti e operatori - che proprio nell'anno di **Expo 2015** hanno scelto come **tema centrale** della **settimana dello Shiatsu**, che si terrà su tutto il territorio nazionale **dal 18 al 25 settembre: Cibo per il corpo, la mente e lo spirito**. «Con la pratica dello Shiatsu - spiega **Nadia Simonato**, responsabile del progetto - si agisce per stimolare un **riequilibrio** che interessa simultaneamente **sia il corpo sia gli aspetti psichici ed emozionali**, favorendo lo sviluppo di un **nuovo atteggiamento mentale** e di uno stile di vita in grado di preservare e stimolare un **nutrimento profondo** di tutto l'essere umano e un'**armonica relazione** con l'ambiente circostante».

Lo Shiatsu **non si sostituisce mai alla medicina**, ma la affianca puntando al benessere generale della persona e alla **prevenzione**, secondo le direttrici dell'antica medicina tradizionale cinese, rinnovate in Giappone e poi rese sempre più vicine all'uomo contemporaneo.

Studi aperti, Scuole aperte ed Eventi saranno le **tre direttrici** su cui si svilupperà l'iniziativa: gli operatori professionisti certificati (l'elenco si trova sul sito della Fisio) offriranno **gratuitamente**, su prenotazione, **trattamenti** nei loro studi; le scuole accreditate presenteranno i **corsi** e tutte le altre loro attività; **convegni e altri incontri** creeranno un confronto e un dialogo tra esperti e cittadini.

«Quest'anno - precisa **Dorotea Carbonara**, presidente della Fisio - la settimana avrà una veste **internazionale** grazie alla collaborazione con alcune **Federazioni europee**, a cominciare dall'evento che il **19 settembre** programmeremo nella **sede dell'Expo**. L'esperienza maturata negli scorsi anni ha riscosso la simpatia e la fiducia della gente, oltre ad averci fatto ottenere patrocini sempre più importanti. Per questo le offerte saranno dedicate e aperte soprattutto al **pubblico** al fine di far conoscere sempre di più le **potenzialità** dello Shiatsu».

Per maggiori info sugli eventi: www.infoshiatsu.it/lasettimana/eventi/

Publicato il: 02-09-2015

Di: Redazione Salute

FONTE : ADN Kronos Salute

© 2015 sanihelp.it. All rights reserved.

0 commenti

Ordina per **Principali**



Aggiungi un commento...

 Facebook Comments Plugin

Sondaggio (/sondaggio/41/uffadieta.html)



Uffa questa dieta

Vai al sondaggio (/sondaggio/41/uffadieta.html)



[\(/test/\)](#) **Quiz**

[\(/test/\)](#)



[\(/gallery/\)](#) **Gallery**

[\(/gallery/\)](#)



[\(/sondaggio/\)](#)

Sondaggi (/sondaggio/)