

tito parte integrante del proprio vissuto professionale ed è proprio questo nostro primo "entrare in casa loro" che li ha fatti dichiarare fortemente e positivamente colpiti.

Ci è stato concesso di apprendere le reali e specifiche difficoltà lavorative ma anche di rilevare l'esigenza di eventi formativi economicamente accessibili che non siano solo una raccolta punti ECM ma che sappiano formare e stimolare la ricerca del nuovo. Rilevante è poi l'esigenza espressa di promuovere momenti di incontro e confronto tra le analoghe ma spesso diversissime realtà lavorative. ■



**Corso di  
SHIATSU - PER INFERMIERI**  
il **MERCOLEDÌ** dalle **16:30** alle **18:30**  
a partire dal **24 SETTEMBRE**  
c/o IPASVI - Via Stellone 5 - Torino

Prerequisiti: nessuno

Calendario: 12 incontri, tutti i mercoledì dal 24 settembre al 10 dicembre 2008

Orari: dalle 16:30 alle 18:30

Quota di partecipazione: 240 euro

Programma: storia e principi dello Shiatsu; teoria e pratica della pressione nello Shiatsu; le basi del pensiero orientale (Yin/Yang, 5 movimenti, energia vitale, meridiani...); contatto fisico e comunicazione non verbale, trattamento della schiena; trattamento del collo e delle spalle; trattamento del braccio; trattamento delle mani e dei piedi; trattamento di testa e viso; trattamento dell'addome e tecniche per favorire la digestione e la funzione intestinale; metodi per rilassare e regolarizzare il respiro; trattamento in posizione seduta; indicazioni sul trattamento sul letto/lettino; utilizzo e controindicazioni dei principali punti dei meridiani; tecniche di AutoShiatsu e di rilassamento da insegnare agli utenti.

Verrà rilasciato l'attestato di partecipazione.



**Corso di  
AUTOSHIATSU E RIDUZIONE DELLO STRESS**  
- PER INFERMIERI  
il **MERCOLEDÌ** dalle **16:30** alle **18:30**  
a partire dal **14 GENNAIO**  
c/o IPASVI - Via Stellone 5 - Torino

Prerequisiti: nessuno

Calendario: 6 incontri, tutti i mercoledì dal 14 gennaio al 18 febbraio 2009

Orari: dalle 16:30 alle 18:30

Quota di partecipazione: 120 euro

Programma: introduzione sullo Shiatsu e sull'uso della pressione; Do-In (tecniche per rinvigorire il corpo); esercizi per la schiena; esercizi per sciogliere le articolazioni; AutoShiatsu del piede, della mano, del viso e della testa; tecniche per rilassare collo e spalle; esercizi per la respirazione e tecniche di rilassamento; esercizi di visualizzazione per sciogliere le tensioni; Anpuku (AutoShiatsu dell'addome), autotrattamento e controindicazioni di alcuni dei punti principali di agopuntura.

Verrà rilasciato l'attestato di partecipazione.

## INVITO ALLO SHIATSU PER GLI INFERMIERI

"Shiatsu è la madre che abbraccia il suo bambino": è la celebre definizione di Shitsuto Masunaga, uno dei più importanti maestri di questa disciplina che, nel modo poetico ed evocativo tipico degli orientali, esprime le caratteristiche fondamentali della tecnica, dell'approccio e della filosofia dello Shiatsu.

Shiatsu, in Giapponese, significa "dito" (shi) "pressione" (atsu) e quindi: "pressione esercitata con le dita". Questa è la particolarità che distingue lo Shiatsu da ogni altra tecnica di lavoro sul corpo.

È importante sottolineare che la pressione è progressiva, rispettosa e calibrata in ogni punto su cui viene esercitata in base alle esigenze specifiche della persona che riceve il trattamento, in tal modo non solo non genera dolore, ma, al contrario, lo attenua, rilassa e riattiva il flusso vitale della persona.

Premere rappresenta un gesto spontaneo che ognuno di noi compie istintivamente toccando e stringendo con la mano una zona dolente. La pressione richiama esperienze primordiali come l'abbraccio ricevuto nell'infanzia o, ancora prima, la pressione costante a cui siamo sottoposti nell'ambiente liquido ed ovattato del ventre materno.

Nello Shiatsu si applicano pressioni statiche modulandole in base alle caratteristiche tipiche di ogni singolo punto e di ogni persona e seguendo percorsi che corrispondono ai "meridiani" codificati dall'antica sapienza orientale stimolandone in modo specifico e mirato le risorse vitali e riequilibrandone l'espressione a livello fisico, psicologico ed emotivo.

Chi riceve il trattamento può rimanere vestito con l'abbigliamento normale, sdraiato o seduto in una posizione comoda senza bisogno di particolari attrezzature o spazi dedicati e senza l'uso di oli o unguenti.

Nell'addestramento allo Shiatsu, oltre all'aspetto tecnico e teorico, rivestono particolare importanza lo sviluppo di un atteggiamento rilassato, della sensibilità al contatto, dell'empatia, della presenza, dell'ascolto e della comunicazione non verbale.

Queste caratteristiche "dolci", ma profonde, possono essere di grande aiuto pratico all'infermiere che vive in prima persona il rapporto quotidiano, diretto e personale con gli utenti.

Lo Shiatsu è una pratica particolarmente adatta ad essere applicata in ogni ambito:

a livello personale e familiare, per il benessere e la salute nostri e dei nostri cari nel campo sociale e sanitario con le persone in difficoltà, come dimostrano le ormai numerosissime esperienze maturate nei più vari contesti, dai neonati agli anziani, dai disabili ai tossicodipendenti, dalle carceri agli ospedali in ambito professionale per migliorare il servizio reso agli utenti, per umanizzare le cure, per migliorare i rapporti interpersonali e sviluppare la comunicazione non verbale

in tutti gli ambienti di lavoro per ridurre lo stress e favorire un clima di benessere organizzativo più partecipativo, più comunicativo e più sereno

Per chi desidera avvicinarsi a questa splendida disciplina l'Istituto Itado Shiatsu ([www.itado.org](http://www.itado.org)) ed il Centro Tao Shiatsu ([www.scuolataoshiatsu.org](http://www.scuolataoshiatsu.org)), in collaborazione con il Collegio Ipasvi di Torino, propongono un per-corso di Shiatsu, progettato sulle esigenze specifiche degli infermieri, che comprende un corso di Shiatsu (a partire dal 24 settembre) ed un corso di "AutoShiatsu e riduzione dello stress" (a partire dal 14 gennaio) con l'obiettivo di imparare delle tecniche pratiche, semplici, efficaci ed immediatamente utilizzabili a casa e sul lavoro.

Gianpiero Brusasco - Centro Tao Shiatsu  
Valter Vico - Istituto Itado Shiatsu

## INFO ED ISCRIZIONI

**333.26.90.739**

**[valter@itado.org](mailto:valter@itado.org)**

**[centro.tao@tiscali.it](mailto:centro.tao@tiscali.it)**

**[www.itado.org](http://www.itado.org)**

**[www.centro-tao.it](http://www.centro-tao.it)**