

Campus Olistico

Progetto per la prevenzione del benessere attraverso le discipline Olistiche e Bio Naturali



campania
CENTRO COMMERCIALE

Presso il centro Commerciale Campania
S.S. Sannitica 87, 81025 Loc. Aurno, Marcianise CE

In collaborazione con



Giovedì Olistico

OGNI GIOVEDÌ (9.30-13.30 e 14.30-18.30) presso il
Wellness Point al Primo Piano si svolgerà il Campus di
Discipline Olistiche e Bio Naturali.



Durata del Campus Olistico

Il campus Olistico ha una durata di 6 mesi con inizio il 7 giugno 2018 e con fine il 27 Dicembre 2018

DATE

Giugno 7/14/21/28

Luglio 5/12/19/26

Ottobre 4/11/18/25

Novembre 8/15/22/29

Dicembre 6/13/20/27

Il campus si svolgerà **OGNI GIOVEDÌ** (9.30-13.30 e 14.30-18.30) presso il Wellness Point al Primo Piano dove si potranno avere gratuitamente delle consulenze terranno Campus di Discipline Olistiche e Bio Naturali.

L'importante iniziativa per la divulgazione delle discipline olistiche e Bio naturali si svolgerà presso il centro commerciale Campania da giugno a dicembre. Il campus Olistico dà l'opportunità di ricevere gratuitamente consulenze da rinomati professionisti che operano nell'ambito delle discipline Bio naturali.

Scopo principale è quello di promuovere la prevenzione di informare sui benefici delle discipline Olistiche e Bio Naturali con il fine di promuovere il benessere e rafforzare la salute attraverso uno stile di vita in sintonia con il proprio essere.

“Per tornare a casa è sufficiente mettersi seduti e stare con se stessi, accettare la situazione com'è.”

THICH NHAT HANH

L'importanza della Prevenzione

La prevenzione nella visione Occidentale

La salute, definita dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) nel 1946 " *stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia* ", viene considerata un diritto e come tale si pone alla base di tutti gli altri diritti fondamentali che spettano alle persone. Il termine **prevenzione** nell'accezione convenzionale si potrebbe brevemente definire come un insieme di pratiche che limita l'insorgenza delle malattie e/o contiene l'evoluzione dei loro sintomi in fase più o meno precoce, nella speranza di invertirne la rotta verso la guarigione.

Prevenzione nella visione Olistica

L'approccio olistico alla salute è incentrato sulla scelta di uno stile di vita che permetta di prevenire le malattie. Ogni individuo è diverso, e dunque questa scelta assume forme e implica tempi differenti. **Edgard Cayce**, da molti considerato il padre della medicina olistica, riteneva che stare al mondo significa essere responsabili della propria salute in modo vigile e costante. Se lo stato di salute viene comunque alterato e il sintomo si è già manifestato, vuol dire che il corpo ha palesato la sua richiesta, il suo malessere inascoltato.

Dal punto di vista olistico la prevenzione si esprime nel sostenere la salute e ne promuove il rafforzamento attraverso pratiche e trattamenti, che stimolano l'auto-consapevolezza e la responsabilità di se, nonché la consapevolezza di poter sempre scegliere.

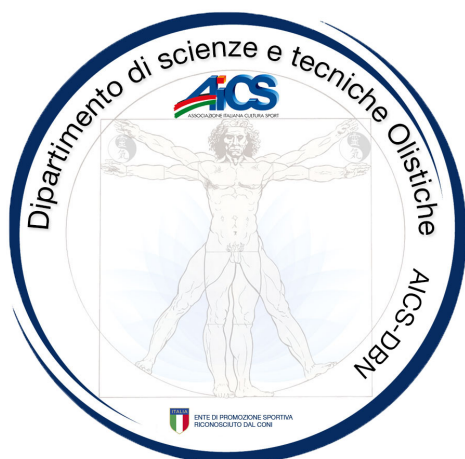
Paracelso il medico e alchimista che ha fondato la iatrochimica sosteneva che l'origine delle malattie fosse da ricercare nell'essere umano, affermava che la manifestazione del disturbo organico deriva sempre una genesi interiore pregressa, sovente con origini psico emotivi. Questi concetti sono anche essi alla base della medicina olistica basandosi sul concetto che quale la persona è un insieme di parti che tendono simultaneamente all'equilibrio. La malattia, di conseguenza è uno stato armonico che si è alterato. La cura mira dunque a ripristinare e ad armonizzare tale alterazione. Nella visione olistica il corpo è un tutt'uno e gli organi non sono parti isolate ma sistemi che, oltre a essere in simultanea relazione, sono anche correlati alla dimensione sociale, psichica, emotiva e spirituale della persona. L'obiettivo principale e il fine ultimo delle discipline olistiche e Bio Naturali è il mantenimento del naturale equilibrio tra Corpo/mente/Spirito. Lo stress, la frenesia, la paura, le preoccupazioni e la tensione sono fattori che tendono a disgregare l'armonia individuale.

Benefici delle discipline Olistiche

- Promuove la consapevolezza
- Aiuta a conoscersi meglio
- Riduce lo stress
- Migliora la qualità di vita
- Promuove il rilassamento
- Incentiva il benessere psichico
- Rafforza la concentrazione
- Bilanciamento Emotivo

Info sulle Associazioni

Il Campus Olistico verrà presenziato da rinomate Associazioni operanti nell'ambito delle discipline olistiche e Bio Naturali che sono presenti nel territorio Campano.



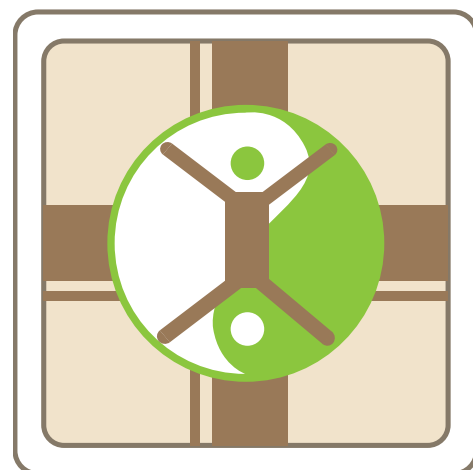
Associazione Italiana Cultura e Sport

AICS



Associazione Italiana Operatori del Benessere

AIOB



Studio Terapia Manuale

STM



Federazione Nazionale di Shiatsu

AISF

Associazione italiana cultura e sport

L'AICS – Associazione Italiana Cultura e Sport è un'associazione senza scopo di lucro costituita nel 1962 a Roma.

È classificata tra gli Enti nazionali di Promozione Sportiva (EPS). Nel corso degli anni ha esteso i suoi campi d'interesse agli ambiti di solidarietà, cultura, politiche sociali, Terzo Settore, turismo sociale, ambiente, attenzione verso gli emarginati ed i diversamente abili, protezione civile e formazione.

Nell'ambito della formazione AICS ha creato un **Dipartimento per le scienze e tecniche Olistiche e Bio Naturali**



Il **Dipartimento di Scienze e Tecniche Olistiche**, si pone come obiettivo principale l'insegnamento delle discipline olistiche e bio naturali, in modo attivo e comprensivo di supporti che soddisfino le moderne esigenze Individuali, Sociali e Legali. Oltre alla formazione degli operatori olistici, il Dipartimento intende offrire una collocazione a tutti i circoli, associazioni, soci AICS e a tutte quelle persone che operano nel campo delle discipline olistiche e Bio-Naturali.

Il nostro intento è quello di creare un settore rappresentativo e forte al fine di generare i migliori presupposti per operare in modo professionale e trasparente. Desideriamo offrire all'utenza dei servizi di supporto per poter esercitare la professione olistica in modo consono e in regola con le vigenti leggi. Per cui a parte i corsi altamente professionalizzanti offriamo regolarmente stage informativi dove verranno chiariti molti quesiti che generalmente emergono in coloro che si avvicinano professionalmente alle discipline Olistiche.

"Trasparenza e Professionalità" sono due sinonimi che contraddistinguono il Dipartimento di Scienze e Tecniche Olistiche". Gli Elenchi pubblici per gli operatori olistici professionisti associati, per gli operatori olistici istruttori e docenti professionisti associati, daranno l'opportunità agli operatori di tracciare la loro formazione e renderla trasparente. Lo Sportello del Cittadino sarà un altro mezzo che il dipartimento mette a disposizione per dare tutte informazioni utili all'utente finale che vuole affidarsi ad uno degli operatori formati presso il dipartimento.



Ass. Italiana Operatori del Benessere

AIOB Associazione Italiana Operatori del Benessere iscritta nei registri S.I.A.F.

Pagina facebook: <https://www.facebook.com/NaturopatiaOperatoriDelBenessere/>

L'AIOB è una associazione di categoria per tutti coloro che operano nel campo della gioia, del benessere della prevenzione e dell'armonia individuale e planetaria.

Con patrocinio morale Reg Campania, Provincia di Caserta e in collaborazione con ASL NA2 D.S.M. e l'istituto di ricerca dei tumori di Napoli G. Pascale con progetti applicati. Comunità di ricercatori e belle persone.

Le varie discipline di studio sono: Yoga, Riflessologia, Acquaterapia, Acquasound, Danzaterapia, Musicoterapia, Qi kung, Medicina cinese, Ayurveda, Cristalloterapia, Cromoterapia, Aromaterapia, Fiori di bach, Psicologia, Iridologia, Cucina macrobiotica, Meditazione, Reiki, Shiatsu, Tuinà, PNL, Fitoterapia, Feng shui-Bioarchitettura, Alimentazione naturale, Fisica e Chimica, sciamanesimo, Giochi psico evolutivi, Numerologia, Massaggi thailandesi, massaggi emozionali,



AIFS Associazione Culturale per lo Studio delle Arti e Filosofie Orientali

Scuola di discipline del benessere

L'Associazione Siddharta, fondata nel 1980 da Guglielmo De Martino, opera per la formazione di Operatori del benessere ed insegnanti di Yoga e di Shiatsu. L'attività di formazione è rivolta anche ad operatori impegnati nel sociale e nelle relazioni d'aiuto. La nostra Scuola si ispira ai principi energetici ed ai metodi di cura, delle più antiche tradizioni orientali, integrati con i modelli scientifici occidentali. La formazione, per noi, ha l'obiettivo primario di preparare personale qualificato con possibilità occupazionali nei settori estetici, del benessere e in tutte le realtà lavorative ad essi connessi. Ai corsi si accede previo colloquio con il Direttore didattico. Sono previsti laboratori teorico pratici, tirocini didattici e test di verifica. Al termine del percorso formativo e superato l'esame finale, gli allievi conseguono, congiuntamente al diploma del Siddharta l'Attestato di qualifica nazionale della Federazione Nazionale Shiatsu AIFS.

La scuola opera in conformità ed ai sensi alla legge 14 Gennaio 2013 n.4

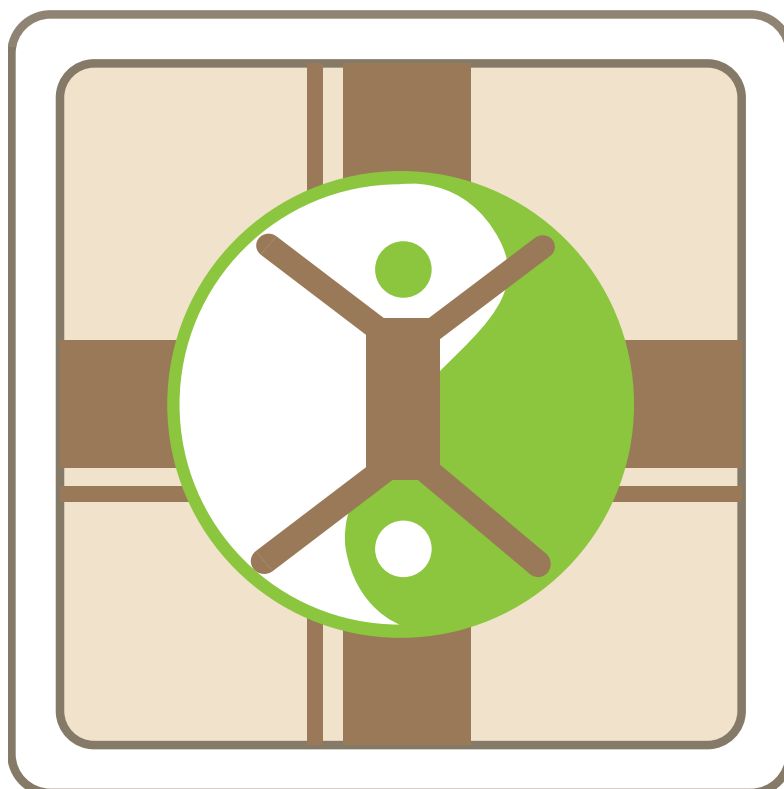


STM STUDIO TERAPIA MANUALE

Lo Studio di Terapia Manuale ti offre la possibilità di scelta tra diversi tipi di trattamenti: dalle attività posturali ai massaggi rilassanti. La Massoterapia consiste in interventi manuali sui diversi sistemi del corpo: epidermico, muscolare, circolatorio, delle fasce, dei tendini, etc. Scopo di questi interventi sono il miglioramento della mobilità e del dolore. Le manovre, non invasive, regalano piacere e sollievo. La Ginnastica Posturale secondo il metodo di Mézières normalizza i disagi articolari e muscolari, ottenendo, nel contempo, l'allungamento e l'elasticità dei muscoli. È indicato e consigliato, pertanto, per le problematiche di natura osteo-muscolo-articolari. Lavorando costantemente sull'equilibrio e la simmetria delle parti, l'effetto è garantito.

CENTRO COMMERCIALE

Il centro **STUDIO TERAPIA MANUALE** nasce per divulgare le metodiche manuali, trattamenti energetici, attività e discipline olistiche che mirano a far ritrovare il benessere e l'armonia della persona nella sua globalità. Offre tutta una serie di trattamenti manuali e attività che hanno come obiettivo quello di trovare equilibrio tra il corpo e la mente.



Le discipline proposte

Durante il campus verranno offerte consulenze e trattamenti gratuiti nelle sotto elencate discipline Olistiche

- 1** **Life Coaching**
- Introduzione alla disciplina
 - Consulenze
 - Sessioni di Coaching
 - 30 min

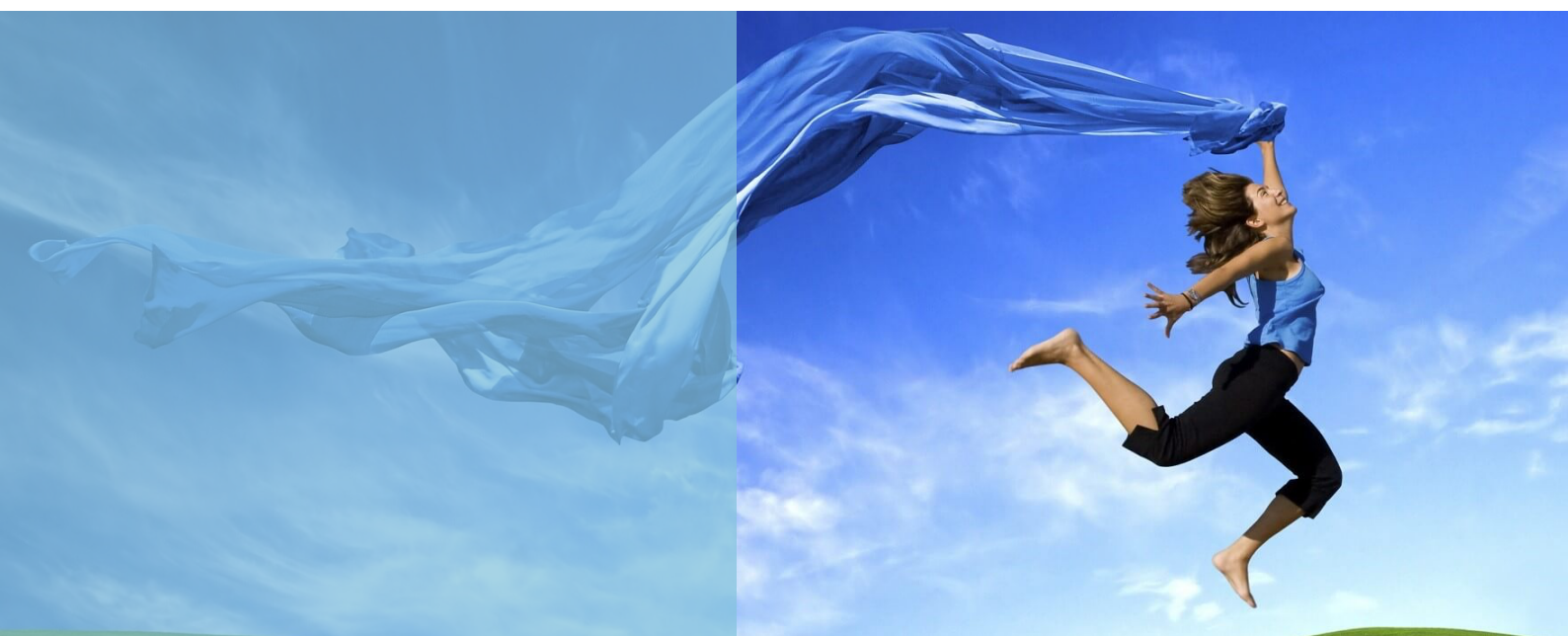
- 2** **Reiki**
- Introduzione alla disciplina
 - Consulenze
 - Sessioni di Reiki
 - 30 min

- 3** **Naturopatia**
- Introduzione alla disciplina
 - Consulenze
 - Sessioni di Naturopatia
 - 30 min

- 4** **Shiatsu**
- Introduzione alla disciplina
 - Consulenze
 - Sessioni di Shiatsu
 - 30 min

- 5** **Tecniche Manuali Olistiche**
- Introduzione alla disciplina
 - Consulenze
 - Sessioni di TMO
 - 30 min

- 6** **Associazioni**
- 1 e 2 AICS
 - 3 AIOB
 - 4 AISF
 - 5 STM



Life Coaching

Sessioni/consulenze di Life Coaching



Come lavora un Life Coach?

Il Coach è un facilitatore del potere decisionale egli non critica né giudica.

Crea le motivazioni e aiuta il coachee a prendere consapevolezza. In questo modo incentiva il cambiamento e il rinnovamento aumentando l'autostima.

Il Life Coach attraverso delle domande potenti e di qualità mette in moto un flusso di energia che spinge il coachee ad attingere alle proprie risorse e trovare le giuste strategie per raggiungere i propri obiettivi. In questo modo il Coachee avrà il

supporto del Coach per affrontare le sfide che la vita gli pone dinanzi.

Oggi grazie agli ottimi risultati raggiunti attraverso il Coaching possiamo considerarlo una delle metodiche di auto aiuto più in auge.

Dove può essere di aiuto un Coach?

1. Svago
2. Lavoro/Carriera
3. Vita sociale
4. Crescita personale
5. Fisico/Salute/Vitalità
6. Famiglia
7. Ambiente/ beni materiali
8. Emozioni
9. Finanze/Risparmi/Investimenti
10. Spirito/Missione personale/Contributo al mondo

Quando ricorrere al Coaching?

Se senti l'esigenza di voler esprimere le tue potenzialità per raggiungere e realizzare ciò che desideri nella vita. Se hai bisogno di chiarire quali sono i tuoi obiettivi oppure se devi prendere delle decisioni importanti e non sai come procedere. Se hai voglia di trasformare la tua vita per renderla piena di soddisfazioni e viverla in modo più consapevole. Se vuoi trasformare gli ostacoli in opportunità di crescita. Trovare strategie e risorse per una vita in armonia con le tue doti e talenti personali. Se vuoi migliorare le tue relazioni famigliari, private o professionali.

Reiki



REIKI è un sistema di guarigione Bio-energetico strutturato su 3 livelli. La parola Reiki è la traduzione di un ideogramma giapponese che indica l'energia vitale universale, di cui REI è l'aspetto universale e KI la sua manifestazione in ogni organismo vivente. Il Reiki dunque è un

metodo di guarigione naturale, olistico, che apporta benessere e vitalità alla persona intesa nel suo complesso formato da struttura fisica, vissuto emozionale ed essenza spirituale. Esso è basato sull'utilizzo dell'energia universale e attuato mediante una tecnica di manipolazione bioenergetica. Il trattamento Reiki arreca alla persona trattata un grande senso di tranquillità e di rilassamento, è in grado di alleviare dolori fisici e di coadiuvare la medicina tradizionale nella cura di diverse patologie. Il Reiki inoltre rappresenta un prezioso antidoto per risolvere lo stress e l'ansia, facilita le relazioni interpersonali e aiuta a comprendere e conoscere meglio se stessi e gli altri. Attraverso l'imposizione delle mani l'operatore trasmette nei punti del corpo che ritiene opportuno trattare, l'Energia secondo alcune scuole toccandoli direttamente, secondo altre scuole mantenendosi a qualche cm di distanza da essi, al livello dell'Aura (campo energetico che circonda il corpo fisico). Le sensazioni che il cliente prova possono essere sia di carattere fisico (caldo, freddo, leggerezza o pesantezza in quel determinato punto) o emotivo (emozioni, ricordi che emergono, tranquillità, sonno etc). La seduta di reiki dura mediamente tra i 60 e i 90 minuti, ma in alcuni casi sono previste sedute di riequilibrio veloci di 15 minuti.

Naturopatia



Primum non nocere: prima di tutto non far del male alle persone in nessun modo, ma fornire il sostegno più efficace con il minimo rischio;

Vis medicatrix naturae: promuovere l'auto-guarigione dell'organismo stimolando la forza vitale naturale;

Tolle causam: rimuovere le cause della malattia, piuttosto sopprimerne i sintomi.

Regole fondamentali in naturopatia sono: rispettare le leggi naturali che regolano il corpo umano; attenzione alla singola persona e non solo alla sua malattia; il riequilibrio energetico; l'alimentazione equilibrata e naturale; la disintossicazione dell'organismo dalle tossine fisiche ed emotive.

Cos'è la naturopatia: competenze

La naturopatia non entra in competizione con la medicina "ufficiale" ma anzi con essa collabora. La naturopatia non è finalizzata a fare diagnosi e terapia delle patologie specifiche ma a favorire il benessere e l'autoguarigione attraverso interventi di disintossicazione e riequilibrio. Scopo della naturopatia è educare alla salute e contribuire al ripristino del benessere globale degli individui. La naturopatia non cura la malattia ma si propone di mantenere o ripristinare la salute "secondo natura", di ricercare ed agire con interventi e rimedi naturali sulla vera origine e causa del malessere o disordine.

Shiatsu

Lo Shiatsu (指圧? da *shi* = dito e *atsu* = pressione), è una tecnica manuale basata principalmente sulle pressioni portate con i pollici, le dita, i palmi delle mani. Questo permette, contattando il suo livello energetico più profondo e quindi tutti gli aspetti della sua realtà, di risvegliare nel ricevente ("ukè" = colui che riceve con rispetto) la sua forza di autoguarigione. Nella medicina tradizionale cinese (MTC) psiche e soma non sono mai stati divisi e questo rappresenta una delle fondamentali differenze con la medicina occidentale.

Lo shiatsu consiste nel premere con il palmo delle mani, con il pollice, il gomito e a volte anche con le ginocchia, lungo le "linee di flusso dell'energia", ovvero i canali sulla superficie del corpo in cui, secondo la medicina orientale, scorre l'energia vitale. Con questo massaggio è possibile riequilibrare la "circolazione energetica" sia in superficie sia in profondità. Questa terapia è quindi indicata in presenza di dolori muscolari e articolari, disturbi digestivi, cefalee, dolori mestruali e in generale nelle patologie da stress.



Tecniche Manuali Olistiche



Il **massaggio olistico** è un tipo di trattamento che prende in considerazione la persona in modo completo, nella sua interezza, da qui il nome "olistico", che deriva dal greco "olos", "tutto intero". Questa tecnica, nata negli Stati Uniti negli anni '70, agisce a livello fisico, mentale, spirituale ed emozionale.

Benefici del massaggio olistico

Il massaggio olistico si basa sulla **comunicazione tra paziente ed operatore olistico**. L'obiettivo è il benessere psicofisico complessivo della persona. Dal punto di vista fisico sono numerosi i **benefici del massaggio olistico**: rilassa i muscoli contratti, stimola la circolazione, migliora la mobilità articolare e quindi la postura e i fasci nervosi; aspetti, questi, che migliorano sensibilmente la qualità del sonno riducendo i dolori alla schiena. I trattamenti olistici hanno anche benefici estetici: **rendono la pelle più morbida** e tonica, sciolgono gli accumuli adiposi e aiutano a combattere la cellulite. A livello emotivo e psicologico, il massaggio **migliora l'umore**, la conoscenza di se stessi e l'autostima

Come si svolge il massaggio olistico

La persona viene fatta sdraiare su un lettino comodo in un ambiente accogliente e riscaldato (se inverno)

Il trattamento inizia con degli sfioramenti, che vanno dalla testa, alle spalle e ai piedi facendo dondolare il corpo. Successivamente si alternano manovre di riflessologia, di stimolazione dei punti dei meridiani e altre manovre di drenaggio e compressione.

Questa progressione agisce sia a livello fisico drenando e decontraendo i tessuti, sia a livello energetico stimolando il flusso circolatorio dei meridiani.

Durante il massaggio, **la respirazione diventa più regolare** e rilassata, le tensioni e le contratture muscolari si sciolgono. Finito il trattamento la persona rimane sdraiata per qualche minuto, per beneficiare fin in fondo di ciò che ha ricevuto.

Contatti Operatori - Associazioni

Graziano Scarascia

Professional Coach/ Resp. Naz. AICS DSTO

Cell: 3335328139

mail: aicsdsto@gmail.com

sito web: www.Coachyou.it

www.Reikilife.it

Giuseppe Gallucci

Presidente AIOB

Cell: 3356798965

mail: profumidistelle@gmail.com

sito web: www.facebook.com/

NaturopatiaOperatoriDelBenessere/

Anna Magri

Fisioterapista

Cell: 3394409930

mail: info@centrobensserecaserta.it

sito web: www.centrobensserecaserta.it

Guglielmo De Martino

Presidente AIFS - Siddharta

Cell: 360773687 - 0817519785

mail: scuola@siddhartascuola.org

sito web: <http://www.siddhartascuola.org>

www.aifs.it

**Campus Olistico in collaborazione con AICS
Associazione Italiana Cultura e Sport**

Coordinatore Graziano Scarascia

Responsabile Nazionale AICS settore Olistico

sito web: www.aicsdisciplinebionaturali.it

www.Aics.it

Centro Commerciale Campania

Prenota il tuo Campus Gratuito presso il

BOX info in Piazza Centrale oppure chiama

Tel: 0823696037

A partire da giovedì 24 Maggio 2018



Per ulteriori info su orari e date visita il sito <https://campania.klepierre.it/News/Giovedi-Olistico>

campania
CENTRO COMMERCIALE

