

# NEWSLETTER N° 13 – APRILE 2009

## DELL'ASSOCIAZIONE ARCI CENTRO DEL BENESSERE

Cominciamo con gli auguri di buona Pasqua da parte di tutto lo staff.....



e andiamo a scoprire che sorprese ci sono nell'uovo.....

### LE PROSSIME FIERE

Purtroppo quest'anno non abbiamo partecipato a "Fà la cosa giusta" per motivi organizzativi ma non mancheremo di sicuro i due prossimi appuntamenti "classici" di primavera al Castello di Belgioioso. Tutti i nostri amici che vorranno venire a godersi un po' di sole (speriamo!) e un po' di verde potranno passare a trovarci.

### Officinalia - Tai chi festival dal 1° al 3 maggio

Nel bellissimo giardino del castello avremo il nostro gazebo dove proporremo tanti trattamenti all'aria aperta! All'interno della manifestazione ci saranno le dimostrazioni dei maestri di Tai Chi e allievi di alcune scuole oltre a tante bancarelle alimentari e non...

### Armonia - dal 30 maggio al 2 giugno

Saremo presenti sia all'interno, nell'ambito dello stand dello shiatsu insieme alle altre scuole Shiatsu più importanti, che nel parco con un nostro gazebo. Anche in questa occasione proporremo a tutti gli interessati i nostri trattamenti.

### LE SERATE APERTE

Già lo scorso autunno abbiamo cominciato a proporre ai nostri soci delle serate a tema gratuite e abbiamo visto che sono arrivati in tanti e tutti molto interessati. Purtroppo abbiamo dovuto dire anche qualche "no" viste le tante richieste ricevute così abbiamo pensato fare cosa gradita, soprattutto a chi non è riuscito a partecipare alle precedenti, organizzando la "giornata del massaggio" per venerdì 17 aprile. Dal primo pomeriggio i nostri operatori e gli allievi più "volenterosi" saranno a vostra disposizione per farvi conoscere lo shiatsu, la riflessologia plantare e il linfodrenaggio.

Cerchiamo volontari tra i nostri allievi, operatori ed ex-allievi per aiutarci a rilassare e a far felici i nostri soci e i loro amici

A breve riceverete un'email con tutti i dettagli della giornata.

A maggio proporremo invece una serata di psicologia con il dott. Tiziano Benazzi, il nostro psicologo.

### ASSEMBLEA ORDINARIA

Come ogni anno ci sarà l'assemblea dei soci per approvare il rendiconto economico-finanziario e illustrare la situazione dell'associazione. Presentazione e organizzazione delle manifestazioni di primavera e dei nuovi corsi per l'autunno. Si terrà in seconda convocazione presso i locali dell'associazione lunedì 27 aprile ore 19.

Quest'anno in concomitanza con l'assemblea ci saranno anche le votazioni per l'elezione del consiglio. *Intervenite numerosi!*

### I CORSI DI PRIMAVERA

#### Training autogeno

Da mercoledì 15 aprile dalle 19.30 alle 20.30 (10 incontri)

#### Massaggio thai corso avanzato

Da mercoledì 15 aprile dalle 19.30 alle 22.30 (7 incontri)

#### Massaggio olistico

Da martedì 21 aprile dalle 19.30 alle 22.30 (8 incontri)

#### Shiatsu base

Da lunedì 4 maggio dalle 19.30 alle 22.30 (8 incontri)

#### Linfodrenaggio I modulo

Da mercoledì 6 maggio dalle 19.30 alle 22.30 (8 incontri)

#### Linfodrenaggio II modulo

Da sabato 9 maggio dalle 10 alle 13 (6 incontri)

Facoltativo e solo per chi ha già frequentato il I modulo

#### Riflessologia plantare corso base

Da sabato 9 maggio dalle 14 alle 19.30 (5 incontri)

#### Per la forma e l'armonia

Proseguono i corsi di YOGA, TAI CHI CHUAN e PILATES... nei corsi di yoga e pilates è ancora disponibile qualche posticino (proprio pochi!). I corsi termineranno a fine giugno.

Sono ancora previsti due incontri di MEDITAZIONE con Cristina Motta domenica 19 aprile e domenica 17 maggio

### TRATTAMENTI PER I SOCI

Vi ricordiamo che i nostri insegnanti sono a disposizione anche per effettuare trattamenti: Roberto, Roberta ed Elena sono a disposizione per lo shiatsu, Annamaria per riflessologia plantare, Roberta per thai foot massage e massaggio thailandese, Roberto per tui-na.

Da quest'anno abbiamo una new-entry, Cristina Marinelli, che oltre a essere l'insegnante del corso di

**massaggio olistico** propone ai nostri soci anche i suoi trattamenti..... una piacevole novità da provare!

Per gli allievi dei corsi trattamenti scontati.

Inoltre proponiamo consulenze di **naturopatia** e **iridologia** con Cristina e **colloqui psicologici** e sedute di **training autogeno individuale** con il nostro psicologo Tiziano.



spazio shiatsu

### TRATTAMENTI ALLIEVI

Ricordiamo agli allievi di ricevere i trattamenti obbligatori dagli insegnanti della scuola, due al 1° anno, quattro al 2° anno, sei al 3° anno.

Inoltre invitiamo gli allievi del terzo anno a trattare Roberto o Roberta entro il mese di aprile, così c'è eventualmente il tempo per migliorarne la qualità!!

### TIROCINIO AL SAN PAOLO



Abbiamo completato il nostro corso ECM al San Paolo e ringraziamo Marta, Franco, Delfino, Dario, Pier, Luciano che hanno partecipato trattando il personale infermieristico e le solite Mariella e Rosi come sempre splendide.

Per quanto riguarda il tirocinio purtroppo Mariella ha qualche problema con gli spazi e sta lottando come al solito per avere un locale adatto per ora stanno terminando il tirocinio Dario, Valeria e Franco. Quelli che hanno partecipato all'incontro e si sono prenotati per il tirocinio abbiano fede.

Se volete partecipare facendo trattamenti su personale infermieristico dell'ospedale S.Paolo vi aspettiamo il 4 novembre.

### NUOVO CORSO ECM AL BESTA

Grazie alla nostra socia Elena è iniziato un altro corso per il personale infermieristico all'Istituto Besta nelle giornate di martedì 12 e mercoledì 20 maggio. Vi aspettiamo il pomeriggio per fare trattamenti sul personale infermieristico.

### QIGONG - LAVIA DELLA QUIETE

Franca Bedin propone un corso biennale in due moduli di 3 weekend di Qigong per riacquistare e mantenere equilibrio e benessere. Ecco il calendario del primo modulo:

**7-8 novembre:** "Il corpo di giada" (attivazione dello yang e "Le 1000 mani del Buddha" (Qigong meditativo buddhista)

**30-31 gennaio 2010:** "La fata di giada" (attivazione dello yin) e "Le 1000 mani del Buddha"

**16-17 maggio 2010:** "Huigong del Cuore" (armonizzazione dello Shen) e "Le 1000 mani del Buddha"

**Il costo per i 3 weekend e di 450€**

### IL TRATTAMENTO SHIATSU PER PROBLEMI PSICOLOGICI

dal 22 al 25 ottobre 2009

relatore **Wilfried Rappenecker**

Seminario riservato ad operatori e allievi che hanno terminato la formazione triennale.

In questo seminario i partecipanti impareranno a utilizzare il potenziale dello Shiatsu per trattare problemi psicologici. In particolare si analizzerà come effettuare un trattamento su riceventi con disagi emotivi e come affrontare una crisi psicologica che può emergere nel corso di un trattamento.

**Il costo verrà stabilito a fine Aprile**

Gli interessati possono prenotarsi in segreteria



Wilfried Rappenecker è medico e cofondatore della German Shiatsu Society. Direttore della Scuola Shiatsu di Amburgo e della Scuola ISS di Kiental, Svizzera. Autore dei libri "Shiatsuterapia Yu sen" e "I cinque elementi e i dodici meridiani"

### KI DELLE 9 STELLE

Stiamo organizzando un weekend con Enrico Urbani autore del libro "L'orologio della qualità del tempo" (manuale del Ki delle 9 stelle).

Ci sembra interessante, cosa ne pensate? Se aderite lo facciamo, anche perché molte signore sentono la mancanza dell'astrologia del Feng-Shui.

Per informazioni: tel. 02 26681272

Siamo in Via Pacini 46 (MM2 Lambrate)

Orari: dal Lunedì al Venerdì 9,30 - 13/ 14,30- 18

[www.centrodelsenessere.it](http://www.centrodelsenessere.it) - [www.shiatsumilano.it](http://www.shiatsumilano.it)

TUTELA PRIVACY : Ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. 196/2003, Si informa che i dati personali, custoditi presso la nostra associazione, sono trattati in conformità al Decr. Leg. n. 196 del 30 giugno 2003. L'interessato dei dati personali potrà esercitare tutti i diritti di cui all'art.7 del D.L. 196/2003, tra cui i diritti d'accesso, rettifica, aggiornamento, d'opposizione al trattamento dei dati e di cancellazione inviando un messaggio e-mail all'indirizzo [centrodelsenessere@tiscalinet.it](mailto:centrodelsenessere@tiscalinet.it)