



→ Vedi Tutte



Una settimana di "Shiatsu Ambiente e Salute"

L'antica pratica orientale è tra i rimedi antistress preferiti. Da oggi al 25 settembre eventi, incontri, workshop, presentazioni e prove gratuite in tutta Italia

LUNEDÌ 18 SETTEMBRE 2017 15:35

"Shiatsu Ambiente e Salute" sono questi i temi scelti per la sesta edizione della **Settimana dello Shiatsu** che **da oggi fino a lunedì 25 settembre** prevede tantissimi eventi in tutta la Penisola. L'antica pratica orientale - che prende il nome dal giapponese Shi, dito, e atsu, pressione - numeri alla mano è tra i rimedi antistress preferiti dagli italiani. A farne uso sono il 19% degli italiani (circa 6 milioni) di cui 600mila abitualmente, come riporta la **FISieo** (Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori).

Durante questa sesta edizione la FISieo, come sempre, sarà impegnata ad approfondire la conoscenza di questa disciplina tanto antica quanto benefica attraverso diverse iniziative come incontri, workshop, presentazione di corsi professionali, trattamenti gratuiti di prova (su prenotazione) e infine studi aperti e scuole aperte (sono 40 e i professionisti attestati invece 500) in tutta Italia. Lo Shiatsu è una pratica benefica che attraverso precise modalità di pressione agisce sul flusso energetico favorendo la circolazione. Solitamente la pressione si esercita con il pollice il dito nel quale si trova il maggior numero di recettori sensoriali della mano, ma in alcuni casi si usano anche il palmo della mano o addirittura il gomito. *«Lo Shiatsu è una disciplina che può dare un importante contributo all'educazione alla salute - afferma **Nadia Simonato**, responsabile dell'iniziativa - ed è in grado di stimolare un riequilibrio che interessa simultaneamente sia il corpo fisico sia gli aspetti psichici ed emozionali»*. Anche la scelta del tema della Settimana non è affatto casuale e vuole dimostrare come, nonostante si tratti di una pratica antica, lo Shiatsu *«è assolutamente al passo con i tempi»* come racconta **Dorotea Carbonara**, presidente della FISieo.

Articoli correlati