



ISTITUTO DI
TERAPIE NATURALISTICHE

Scuola di Formazione Professionale
per Terapisti Naturopati

ISTITUTO SHIATSU
METODO NAMIKOSHI

Sezione Svizzera
della European Shiatsu Academy



ISTITUTO SHIATSU METODO NAMIKOSHI

SEZIONE SVIZZERA EUROPEAN SHIATSU ACADEMY

ASSOCIAZIONE SVIZZERA SHIATSU METODO NAMIKOSHI

FORMAZIONE PROFESSIONALE SHIATSU

2017-2019

Sede: Castione

**La formazione è conforme alle attuali direttive
NVS, SPAK, EMR
per poter esercitare come Terapista Complementare.**



autorizzato dallo Japan Shiatsu College, tramite la Namikoshi Shiatsu Europa, all'insegnamento e alla diffusione dello Shiatsu Namikoshi in Svizzera



COS'È LO SHIATSU

Definizione di Shiatsu

La parola Shiatsu significa letteralmente “pressioni con le dita”: shi=dito, atsu=pressione.

Il Ministero della Sanità giapponese così lo definisce: **“trattamento che, applicando delle pressioni con le dita ed il palmo della mano su determinati punti del corpo corregge gli squilibri, migliora e mantiene la salute, contribuisce ad alleviare diversi disturbi e attiva le capacità di auto-guarigione dell’organismo. Non ha effetti secondari.”**

Lo Shiatsu considera l’essere umano sempre nella sua integrità ed unicità e si indirizza al riequilibrio generale della persona e al suo benessere totale. La sua azione ha effetto non solo a livello fisico ma anche a livello psichico, energetico ed emozionale.

Cenni storici

Le tecniche da cui probabilmente si sviluppò lo Shiatsu (massaggio anma e do-in) sono antichissime e nacquero in Cina. Più tardi arrivarono in Giappone e divennero molto popolari al punto che l’anma fu riconosciuto dalle autorità mediche ufficiali. Un processo evolutivo tramite le varie esperienze degli operatori ha poi portato allo sviluppo dello Shiatsu all’inizio del secolo scorso. Il Maestro Tokujiro Namikoshi ne è senza dubbio uno degli artefici. Nel 1925, dopo aver studiato il massaggio anma e quello occidentale, fonda a Hokkaido l’Istituto di Shiatsu. Questa sarà la prima delle tappe che porterà la sua scuola, lo Japan Shiatsu College di Tokio, ad essere ufficialmente riconosciuto dal Ministero per la Sanità ed il Benessere nel 1964.

Lo Shiatsu, in questi cento anni, si è diffuso un po’ in tutto il mondo ed in modo particolare in Europa, dove ben presto si è qualificato anche come terapia complementare conquistando una vasta area di utenti. La sua evoluzione è stata notevole ed ha visto la nascita di stili differenti.

Specificità del metodo di Tokujiro Namikoshi

Due, in particolare sono le caratteristiche principali che distinguono il metodo Namikoshi da altri:

1. **La pressione digitale é esercitata quasi esclusivamente con il polpastrello dei pollici e solo eccezionalmente con i polpastrelli delle altre dita. Con i palmi delle mani si esercitano le pressioni, le vibrazioni ed i movimenti ondulatori.** Sono escluse pressioni con gomiti, ginocchia e piedi.

2. **Il modello culturale di riferimento è la medicina accademica occidentale.**

“La scuola Namikoshi pratica ed insegna lo Shiatsu in relazione all’azione diretta sulle articolazioni, sull’apparato osteo-muscolare, sui tendini, sui muscoli e soprattutto sul sistema nervoso periferico, sfruttando al massimo tutte le possibilità offerte dalla riflessoterapia, attivando tutte le capacità proprie dell’organismo di ricevere uno stimolo e trasmetterlo, oltre che nella zona vicina, anche in zone ed organi distanti dal punto in cui è avvenuta l’azione.”¹

Nella formazione del terapeuta, attenzione particolare è rivolta allo studio dell’anatomia, della fisiologia e delle patologie così come insegnato dalla medicina convenzionale.

Grande attenzione sarà data anche all’apprendimento di alcune nozioni di base di Medicina Tradizionale Cinese e all’approccio ad altri stili che hanno come riferimento culturale proprio la MTC.

Alcuni week-end saranno dedicati anche a discipline differenti ma che possono essere facilmente integrate nello Shiatsu. Tutto ciò perché lo scopo dell’insegnamento, oltre che formare i terapisti professionali che utilizzano il nostro Metodo, deve essere anche quello di stimolare la curiosità dell’allievo verso altre discipline o stili che possano aumentare o arricchire il “bagaglio” a sua disposizione nell’ambito professionale.

Apertura mentale e desiderio di conoscere sono due delle doti fondamentali di un buon terapeuta.

¹Da lo Shiatsu, Fabrizio Meloni, ed. Gli Abbicci



INFORMAZIONI GENERALI E REGOLAMENTO

La formazione triennale di Shiatsu metodo Namikoshi comprende:

- una durata minima di studio di 3 anni
- lezioni obbligatorie di **60 minuti per un totale di 510 ore**

Richieste aggiuntive, certificate durante il periodo di formazione:

- **170 ore** di tirocinio supervisionato dall'Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi in collaborazione con il Gruppo Volontariato Shiatsu e compilazione delle cartelle cliniche
- presentazione di 1 caso di un minimo di 10 trattamenti
- medicina accademica di 60 minuti per un totale minimo di **199 ore** e/o esame cantonale.
- dopo aver terminato la formazione il Terapista Professionale Shiatsu esercita la propria professione in strutture sia pubbliche che private oppure in proprio, nel rispetto delle vigenti norme giuridiche e deontologiche.

Esami e lavoro di Diploma:

- Gli esami sono tenuti nel seguente modo:
 - scritto (in collettivo)
 - orale (singolarmente)
 - pratico (singolarmente)
 - presentare un lavoro di diploma scritto di minimo 30 pagine A4.
- alla conclusione del lavoro di diploma l'età minima richiesta è 22 anni
- La Namikoshi Shiatsu Europa esamina a intervalli regolari la qualità della Tecnica Base.

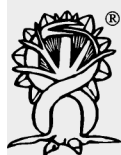
Regolamento:

La Scuola richiede all'allievo i seguenti requisiti:

- spiccate capacità tattili-sensoriali
- buona capacità manuale
- buone capacità relazionali
- buon equilibrio psico-fisico
- interesse per lo studio di materie nell'ambito medico
- interesse all'aggiornamento continuo

Condizioni d'ammissione:

- aver compiuto 18 anni d'età o previo colloquio con la direzione
- essere in possesso della licenza di scuola media
- aver frequentato il corso base presso il nostro Istituto o presso un'altra scuola certificata dall'NSE e dall'EduQua



PROGRAMMA ANNO autunno 2017-2020

1. CORSO BASE SHIATSU METODO NAMIKOSHI

Insegnante: **Loredana Ros-Pera e Mariotti-Nesurini Chiara**
Date: 2-3/23-34 settembre, 7-8/21-22 ottobre 2017,
11-12/25-26 novembre, 2-3/16-17 dicembre 2017
Orario: 09:00-12:30 13.30-18:00 (comprese due pause di 15 min.)
Durata: 120 ore Codice: 6
Tema: corso prevalentemente pratico con nozioni di anatomia topografica dei punti, nozioni elementari di anatomia e fisiologia, controindicazioni, spiegazione e dimostrazione diretta della compilazione di una cartella clinica.

Al termine del Corso Base, superato l'esame finale pratico atto a stabilire se si è acquisita la tecnica base per quanto riguarda la posizione dell'utente, del terapeuta e la qualità e perpendicolarità delle pressioni, verrà rilasciato il **Certificato Tecnica Base**.

- Per chi sceglie la formazione triennale, questa è la prima parte.
- Chi termina il Corso Base ha sempre la possibilità di iscriversi alla formazione triennale o di seguire i vari seminari.

Proseguì dei corsi per la formazione triennale

2. SEMINARIO SPECIALISTICA

Insegnante: **Ros-Pera Loredana**
Date: 20-21 gennaio 2018
Durata: 15 ore Codice: 6l
Tema: **La pressione nella tecnica Shiatsu**
Struttura: Corso teorico e pratico

3. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 3-4 febbraio 2018
Durata: 15 ore Codice: 6d
Tema: **Shiatsu la testa e il viso**
Struttura: Corso teorico e pratico

4. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Ros-Pera Loredana**
Date: 17-18 febbraio 2018
Durata: 15 ore Codice: 6a
Tema: **Esercizi per il terapeuta**
Struttura: Corso teorico e pratico

5. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 3-4 marzo 2018
Durata: 15 ore Codice: 6e
Tema: **Shiatsu per allergie**
Struttura: Corso teorico e pratico



6.SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Taverna Roberto**
Date: 24-25 marzo 2018
Durata: 15 ore Codice: 6g
Tema: **Shiatsu e cervico-dorsalgie**
Struttura: Corso teorico e pratico

7.SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 28-29 aprile 2018
Durata: 15 ore Codice: 6c
Tema: **Shiatsu e parkinson**
Struttura: Corso teorico e pratico

8.SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Ros-Pera Loredana**
Date: 5-6 maggio 2018
Durata: 15 ore Codice: 6m
Tema: **Shiatsu e arto inferiore**
Struttura: Corso teorico e pratico

9.SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 19-20 maggio 2018
Durata: 15 ore Codice: 6k
Tema: **Shiatsu e apparato respiratorio**
Struttura: Corso teorico e pratico

10. MERIDIANI E LA LEGGE DEI 5 ELEMENTI

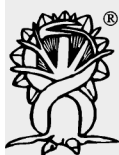
Insegnante: **Ortiz Achar Julio**
Date: 8-9/22-23 settembre 2018
Durata: 15 ore Codice: 6f
Tema: **meridiani e la legge dei 5 elementi**
Struttura: Corso teorico e pratico

11. ALIMENTAZIONE CON I 5 ELEMENTI

Insegnante: **Ceresa Vldy**
Date: 6-7 ottobre, 24-25 novembre 2018
Durata: 30 ore Codice: 6o
Tema: **Alimentazione con i 5 elementi**
Struttura: Corso teorico e pratico

12. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 20-21 ottobre 2018
Durata: 15 ore Codice: 6r
Tema: **Shiatsu e apparato urogenitale**
Struttura: Corso teorico e pratico



13. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Ortiz Achar Julio**
Date: 10-11 novembre, 8-9 dicembre 2018
Durata: 15 ore Codice: 6t
Tema: **Shiatsu, tsubo e meridiani energetici**
Struttura: Corso teorico e pratico

14. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 19-20 gennaio 2019
Durata: 15 ore Codice: 6z
Tema: **Arto superiore ed alcune sue patologie**
Struttura: Corso teorico e pratico

15. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Taverna Roberto**
Date: 2-3 febbraio 2019
Durata: 15 ore Codice: 6h
Tema: **Shiatsu, la spalla**
Struttura: Corso teorico e pratico

16. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Gianinazzi Katia**
Date: 16-17 febbraio 2019
Durata: 15 ore Codice: 6v
Tema: **Shiatsu e apparato digerente**
Struttura: Corso teorico e pratico

17. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 16-17 marzo 2019
Durata: 15 ore Codice: 6z
Tema: **Shiatsu completo in decubito laterale**
Struttura: Corso teorico e pratico

18. SEMINARIO SPECIALISTICA

Insegnante: **Frondoni Paola**
Date: 27-28 aprile 2019
Durata: 15 ore Codice: 6n
Tema: **Shiatsu, lombalgie e sciatalgie**
Struttura: Corso teorico e pratico

19. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Frondoni Paola**
Date: 18-19 maggio 2019
Durata: 15 ore Codice: 6u
Tema: **Shiatsu per la gravidanza e parto**
Struttura: Corso teorico e pratico



20. SOTHAI-HO 1°/2°/3° livello

Insegnante: **Garcia del Rio Mateo**
Date: 14-15 settembre/19-20 ottobre/16-17 novembre 2019
Durata: 45 ore Codice: SOT 1/2/3
Tema: **Sothai-Ho 1°/2°/3° livello**
Struttura: Corso teorico e pratico

21. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Frey Annemarie**
Date: 28-29 settembre 2019
Durata: 15 ore Codice: ER1
Tema: **Shiatsu tecnica di rigenerazione delle ossa**
Struttura: Corso teorico e pratico

22. SEMINARIO SPECIALISTICO

Insegnante: **Frey Annemarie**
Date: 30 novembre / 1 dicembre 2019
Durata: 15 ore Codice: ERM
Tema: **Shiatsu tecnica di rigenerazione dei meridiani**
Struttura: Corso teorico e pratico

23. SEMINARIO SPECIALISTICO

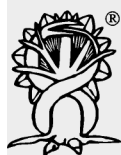
Insegnante: **Mariotti Nesurini Chiara**
Date: 11-12 gennaio 2020
Durata: 7.5 ore
Tema: **Lezione finale, ripasso della tecnica Base Shiatsu Namikoshi**
Struttura: Corso teorico e pratico

ESAME FINALE SHIATSU

In presenza della commissione d'esame

Date: 11-12 gennaio 2020
Durata: 15 ore
Tema: **Esame finale secondo regolamento:**
-Esame scritto e orale
-Presentazione teorica e pratica del lavoro di diploma

Il programma triennale può subire dei cambiamenti di tema e data.



CORPO DOCENTE DELLA SVIZZERA ASSN

Gianinazzi Katia -Svizzera

Insegnante per la Tecnica Base riconosciuta dalla European Shiatsu Academy
Terapista Shiatsu

Frey Annemarie -Svizzera

Insegnante Tecnica di Rigenerazione
Dir. Istituto Terapie Naturalistiche -Istituto Shiatsu metodo Namikoshi
Vicepresidente Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi

Mariotti-Nesurini Chiara -Svizzera

Insegnante per la Tecnica Base riconosciuta dalla European Shiatsu Academy
Terapista Shiatsu
Infermiera diplomata SSS

Ros-Pera Loredana -Svizzera

Insegnante diplomata della Namikoshi Shiatsu Europa
Terapista Shiatsu
Insegnante discipline corporee
Insegnante Tai-Chi Chuan

Vlady Ceresa -Svizzera

Terapista Shiatsu
Docente di educazione alimentare
Consulente alimentare in medicina tradizionale cinese

CORPO DOCENTE DELL'ESTERO APIS – NSE - OLANDA

Achar Ortiz Julio - Spagna

Terapeuta e Istruttore di Shiatsu, Diplomato alla Escuela Japonesa de Shiatsu
Direttore del centro KiKai

Fronconi Paola -Italia

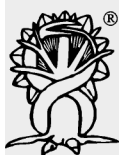
Insegnante diplomata dell'European Shiatsu Academy e della Namikoshi Shiatsu Europa
Terapista Shiatsu - Naturopata
Segretaria Associazione Italiana Professionale Shiatsu APIS

Garcia del Rio Mateo -Spagna

Presidente dell'Ass. di Sotai-Ho, Malaga
Ma. Escuela Japonesa de Shiatsu, Madrid
Dir. Escuela Japonesa de Shiatsu, Malaga

Taverna Roberto -Italia

Insegnante diplomato dell'European Shiatsu Academy e della Namikoshi Shiatsu Europa
Terapista Shiatsu – Naturopata – Dott. In fisioterapia
Dir. European Shiatsu Academy
Presidente Associazione Italiana Professionale Shiatsu APIS



CONDIZIONI PER IL RICONOSCIMENTO NEL CANTON TICINO

ITER FORMATIVO PER OTTENERE:

**il diploma Terapista Professionale Shiatsu
l'autorizzazione Cantonale quale Terapista Complementare
il riconoscimento dalle Casse malati**

- 68 giorni di formazione professionale Shiatsu	510 ore
- Tirocinio supervisionato con compilazione delle cartelle cliniche C'è l'apposito formulario d'iscrizione dell'Associazione Svizzera di Shiatsu metodo Namikoshi	170 ore
- Presentazione di 1 caso trattato almeno 10 volte	
- Esame scritto, orale e pratico e lavoro di diploma di 30 pagine A4	
- Formazione in medicina accademica*	199 ore
- Esame cantonale per Terapista Complementare*	
<hr/>	
TOTALE FORMAZIONE COMPLETA	873 ore
- Pratica professionale dopo il diploma (per richiedere il riconoscimento della SPAK e EMR)	250 ore

* *Questi costi non sono compresi nella quota totale della formazione
(vedi tagliando d'iscrizione).*

RICONOSCIMENTI

**La formazione è conforme alle attuali direttive NVS, SPAK, EMR
per poter esercitare come Terapista Complementare.**

- Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi (www.namikoshi.ch)
- Spak - CP - Schützenstr. 42 - 9101 Herisau (www.spak.ch)
- NVS - CP - Schützenstr. 42 - 9101 Herisau (www.naturaerzte.ch)
- EMR - CP 158 - 4011 Basel (www.emr.ch)

La formazione verrà aggiornata conformemente alle richieste delle varie istituzioni, associazioni e casse malati.



COSTI DELLA FORMAZIONE

Formazione in medicina accademica 199 ore

Anatomia/ Fisiologia, Patologia, farmacologia, Igiene, Diritto Sanitario, Pronto Soccorso.
Psicosomatica e Psicopatologia – anamnesi e diagnostica.
TOTALE materiale incluso * Fr. 2'650.-

* per informazioni dettagliate vedi opuscolo "Formazione in medicina accademica"

Formazione Professionale Shiatsu

- corso triennale di 510 ore (dal prezzo è escluso il costo della formazione in medicina accademica e delle 170 ore di tirocinio) Fr. 11'850.-
 - esame finale Fr. 500.-
- TOTALE FORMAZIONE TRIENNALE Fr. 12'350.-

(Quota compreso esame: annuale Fr. 4'117.-, -mensile di Fr. 343.-)

- Per il tirocinio di 170 ore c'è l'apposito formulario d'iscrizione dell'Associazione Svizzera di Shiatsu metodo Namikoshi Fr. 2'550.-

Alla conclusione dell'iter formativo triennale e superato l'esame previsto, l'Istituto Shiatsu metodo Namikoshi rilascerà il **Diploma Terapista Professionale Shiatsu**.

Esiste la possibilità di frequentare unicamente il Corso Base

- 8 week-end di 120 ore Fr. 2'600.-*

Alla fine del Corso Base, superato l'esame previsto, l'Istituto Shiatsu metodo Namikoshi rilascerà il **Certificato Tecnica Base**.

Per garantire la qualità dell'insegnamento dei corsi, il numero massimo dei partecipanti è di 12-15 persone.

Per tutti coloro ai quali dobbiamo certificare delle formazioni frequentate presso altre scuole si richiede Fr. 100.- all'ora per lavori amministrativi.

* Quota Namikoshi Shiatsu Europa (NSE)

La Namikoshi Shiatsu Europe, di cui facciamo parte, rappresenta il Japan Shiatsu College di Tokyo in Europa ed ha lo scopo di tutelare l'insegnamento della tecnica e di favorirne la sua diffusione.

Chi frequenta il corso base (120) viene automaticamente iscritto alla NSE, da cui riceverà una Guida (della tecnica base) ed un diploma finale firmato anche dal Presidente del Japan Shiatsu College Kazutami Namikoshi. Il costo è di Fr. 100.-.

L'Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi, a coloro che hanno terminato il corso base e si iscriveranno all'Associazione stessa, bonificherà la quota iniziale di iscrizione del valore di Fr. 100.- assumendosi, in pratica, il pagamento della quota della NSE.



INFORMAZIONI IMPORTANTI

L'Istituto e l'Associazione svizzera Shiatsu Metodo Namikoshi richiedono all'allievo i seguenti requisiti:

- buona capacità manuale;
- spiccate capacità tattili-sensoriali;
- buone capacità relazionali;
- buon equilibrio psico-fisico;
- interesse all'aggiornamento continuo.

Condizioni d'ammissione:

- aver compiuto 18 anni d'età o previo colloquio con la direzione;
- essere in possesso della licenza di scuola media.

Tirocinio:

Il tirocinio, supervisionato dai docenti e/o da esperti terapisti, avviene all'interno dell'Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi in collaborazione con il Gruppo Volontariato Shiatsu.

SEDE DEI CORSI

Palestra Gimnasium, Via San Bernardino a Castione
o altre sedi in funzione della specificità dei corsi.

Al ricevimento dell'iscrizione vi sarà comunicato il luogo esatto.

ABBIGLIAMENTO – MATERIALE

Abbigliamento comodo: T-shirt + pantaloni + giacchetta + pantofole

Materiale: 1 cuscino - 1 coperta - 1 asciugamano grande -
carta e penna per i vostri appunti



Centro Benessere Gimnasium
Via S. Bernardino 26 - 6532 Castione (CH)
www.gimnasium.ch

Istituto Shiatsu metodo Namikoshi
Sezione svizzera European Shiatsu Academy
CP 223 – CH 6601 Locarno
+41 91 751 17 58 fax +41 91 751 23 70

Associazione Svizzera Shiatsu metodo Namikoshi
Sezione svizzera European Shiatsu Association
Via Temporive 24 – CH 6517 Arbedo
+41 91 829 34 12

www.namikoshi.chinfo@namikoshi.ch