

1- Controllo Posturale

Prima di ogni "ciclo di trattamenti", che può variare dai **quattro ai dieci della durata di un'ora**, **eseguo un controllo posturale**, per verificare tensioni anomale della colonna vertebrale (scoliosi – cifosi – lordosi) o dei vari muscoli e articolazioni (spalle – anche – bacino – piedi).

2- TERAPIA MANUALE

Finalmente dopo 3 anni molto intensi fatti a l'ABE SCHOOL OSTEOPATHY, ho ricevuto il riconoscimento di TERAPISTA MANUALE. Significa conoscere molto bene l'anatomia di una persona, le varie posture, le varie correlazioni ad essa, vedi emozioni, visceri, il cranio ecc.....

Ma soprattutto poter intervenire su una persona con delle Tecniche Osteopatiche che non sono assolutamente dolorose, con l'obbiettivo di dare alla persona trattata tanta durata e stabilità nel tempo! Lavorando così sia sul sintomo, ma soprattutto sulle cause

3- MET Stiramenti per gambe – schiena – bacino – collo – spalle

Attraverso l'*osteopatia*, con degli stiramenti dei grandi muscoli, possiamo **correggere posturalmente** la persona sia a livello lombo-sacrale sia a livello cervicale-dorsale. NON E' DOLOROSO, ma anzi ci si sentirà molto più elastici – leggeri – e dritti!

4- Massaggio sportivo

Possiamo anche lavorare sui grandi muscoli della colonna vertebrale, o dove vi è presenza di *dolore – tensione*, con il "massaggio sportivo". Utilizzando degli oli come quello di Arnica per togliere tensione fasciale, e per stimolare una migliore circolazione sia del sangue che linfatico.

5- Cranio-Sacrale

Attraverso questa tecnica, *metodo Upledger*, possiamo aiutare le persone con disturbi: di cervicali, vertigini, celefalee, acufeni, perdita della vista e tanto altro....trattando in modo molto leggero e delicato le varie ossa che compongono "il cranio". **Per la persona NON è doloroso** ma anzi è un trattamento che dona una piacevole rilassatezza ed energia a chi lo riceve.

6- Tensioni ATM (articolazione Temporo-Mandibolare)

Sempre attraverso la terapia Cranio-Sacrale, *metodo Upledger*, possiamo trattare *tensioni* di codesta articolazione che nel corpo può causare: disfunzioni posturali, dolori e tensioni nel viso o nella testa, mal di schiena, sciatalgie, ecc.....Durante il controllo posturale, eseguo un semplice test per accertare se vi è tensione nell'ATM. In presenza di disfunzione, se la persona è d'accordo durante il ciclo di trattamenti, "lavorerò", come per il cranio, sempre in modo molto leggero e con dei piccoli movimenti. Anche in questo caso la persona NON proverà alcun dolore, ma una sensazione di maggiore vitalità nel corpo e spesso la scomparsa di alcuni dolori presenti nella schiena o nel collo da lungo tempo.

7- SHIATSU

Il trattamento SHIATSU deriva dalla conoscenza millenaria della MEDICINA TRADIZIONALE CINESE, ma è una tecnica Giapponese. Aiuta tantissimo per lo stress, insonnia, disbiosi, dolori e tanto altro.....

Facendo delle DIGITOPRESSIONI in dei punti ben specifici, si può stimolare quel "sistema AUTOCORRETTIVO" che il nostro corpo ha, generando benessere alla persona trattata, e migliorare la situazione di DISFUNZIONE presente.

8- NUTRIPUNTURA

Attraverso dei TEST MUSCOLARI = CHINESIOLOGIA APPLICATA, e l'utilizzo di OLIGOELEMENTI, possiamo dare un grandissimo aiuto in presenza di stanchezza, stress, varie disfunzioni, dolori ed aspetti emozionali....

Gli oligoelementi hanno la proprietà incredibile di cambiare immediatamente l'informazione perturbata nel corpo, ristabilendo fin da subito funzionalità e benessere alla persona.....

9- Controllo Posturale periodico

Nell'Osteopatia il Dott. STILL diceva ai suoi allievi: " tutto quello che trovi fuori posto, rimettilo al suo posto!" Dopo che ho finito il ciclo di trattamento della persona, che può variare a seconda della problematica dai 4 ai 7-10 trattamenti.

Ma dopo, con il consenso della persona preferisco rivedere nei mesi successivi la persona una volta al mese per verificare che la disfunzione sia stata risolta, o per dare 1 ora di benessere alla persona anti stress.

10- TAPING LINFONEUROMUSCOLARE

E' una terapia scoperta 20 anni fa da un Kiropratico Giapponese. E' un cerotto anallergico telato, che permette in caso di dolori, contratture, infiammazioni tendinee o di altro genere, cellulite, problemi linfatici, o di pancie gonfie, di TOGLIERE quasi da subito, DOLORE ED INFIAMMAZIONE! Grazie alle maglie telate da cui è costituito, che permettono una volta applicato da l'Operatore, di scollare gli strati Epiteliali più superficiali, in modo da far scorrere fin da subito meglio il sangue ed il linfatico, e cambiare l'informazione cellulare di algia che viene inviato al cervello con conseguente sintomatologia.