



SINDACATO AUTONOMO DI POLIZIA  
SEGRETERIA REGIONALE LIGURIA  
SEGRETERIA PROVINCIALE DI GENOVA  
Via A. Diaz n.2, 16121 GENOVA  
Tel.0105366461- 356  
[liguria@sap-nazionale.org](mailto:liguria@sap-nazionale.org)  
[genova@sap-nazionale.org](mailto:genova@sap-nazionale.org)  
[www.sap-liguria.org](http://www.sap-liguria.org)

## RINNOVO CONVENZIONE ISCRITTI S.A.P.

### CON LA SCUOLA ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO

Queste Segreterie S.A.P. Regionale e Provinciale, hanno rinnovato la convenzione stipulata tramite un nostro quadro sindacale con la Scuola Accademia Italiana Shiatsu Do, in favore degli iscritti al nostro sindacato.

**E' da precisare che i trattamenti avverranno con l'Allievo in convenzione.**

L'accademia Italiana Shiatsu Do è attualmente la scuola italiana maggiormente diffusa sul territorio.

L'operatore shiatsu, attraverso l'antica pratica giapponese di digitopressione e stimolazione della circolazione energetica nei meridiani, aiuta il recupero e il mantenimento del benessere fisico.

Nello shiatsu **non c'è forza**. L'operatore shiatsu usa il **peso rilassato di tutto il corpo**.

Accade che un operatore Shiatsu prima della sessione rilasci un **modulo di consenso informato** da compilare nei suoi campi. Oltre ai campi che il ricevente compila, ci sono informazioni relative all'operatore (ad esempio Allievo dell'Accademia Shiatsu Do ...). Nel modulo si specifica la **natura energetica del trattamento** volto al recupero e al mantenimento del benessere fisico.

**I benefici dello Shiatsu, se ben praticato, sono innumerevoli ed essendo una tecnica atta a riequilibrare, esercita la sua azione in maniera olistica, sia a livello fisico sia a livello mentale.**

Quali sono i benefici dello shiatsu a livello mentale e fisico?

I massaggi shiatsu sono trattamenti efficaci contro ogni genere di disturbo a livello mentale e fisico. La pressione ricevuta, stimola il corpo a reagire, a ritrovare l'equilibrio e il benessere.

**Lo shiatsu consente di riattivare i muscoli, i tendini e le articolazioni frutto di stress e tensione accumulati. Con la stimolazione delle dita, i vasi sanguigni riescono a lavorare meglio, favorendo il flusso del sangue in tutti i vasi sanguigni.**

**In breve, il massaggio shiatsu apporta tanti benefici.**

**Ecco quelli più importanti:**

- **Rafforza il sistema immunitario**
- **Cura i dolori muscolari, cervicali, lombari e vertebrali**
- **Allontana i problemi all'apparato digerente**
- **Ha un effetto distensivo per il sistema nervoso**
- **Tonifica e rallenta l'invecchiamento**
- **Ha un effetto rilassante**
- **Allontana lo stress e favorisce il sonno**



*Nella Nostra Autonomia la Vostra Libertà*

SINDACATO AUTONOMO DI POLIZIA  
SEGRETERIA REGIONALE LIGURIA  
SEGRETERIA PROVINCIALE DI GENOVA  
Via A. Diaz n.2, 16121 GENOVA  
Tel.0105366461- 356  
liguria@sap-nazionale.org  
[genova@sap-nazionale.org](mailto:genova@sap-nazionale.org)  
[www.sap-liguria.org](http://www.sap-liguria.org)

La **schiena** è la parte posteriore dell'organismo umano, responsabile del **sostegno** e del **movimento**.

Può essere interessata da diverse patologie, sia a livello **muscolare** che **osseo**.

Il trattamento Shiatsu, come già detto è una tecnica manuale di origine giapponese ed è utile a persone di qualunque età e condizione fisica per una generale rigenerazione vitale.

## **I DISTURBI PIÙ DIFFUSI**

Le persone che svolgono un'attività sedute alla scrivania sviluppano, in particolare, tensione al collo, alle spalle, alla schiena (soprattutto nella parte bassa), mal di testa ecc. Quindi, nella maggioranza dei casi nella parte alta del corpo, in quanto l'energia della mente va verso l'alto.

Di fronte a tutte queste problematiche, lo Shiatsu può dare immediato sollievo e riattiva la mobilità delle zone interessate, sbloccando le tensioni. Anche un trattamento relativamente breve è sufficiente per rilassare i muscoli contratti e dare freschezza al corpo e alla mente.

Dal punto di vista pratico, va anche considerato che un trattamento Shiatsu, richiedendo solo un abbigliamento comodo senza alcun uso di oli o creme, fa risparmiare tempo a chi lo riceve, in quanto non deve spogliarsi e non ha poi bisogno di fare la doccia. Comunque, necessita per uno svolgimento ottimale, di uno spazio dove ci sia tranquillità e sia salvaguardata la privacy.

Facilita il corretto atteggiamento posturale e la gestione costruttiva dello stress, ri-svegliando il buonumore e incrementando il mantenimento di un ambiente lavorativo favorevole.

Molto spesso le persone tendono a sviluppare un cattivo rapporto con la propria attività per diversi motivi: un luogo poco confortevole, troppo stress provocato dai ritmi intensi, un disagio fisico dovuto alla postazione non ergonomica... Tutto ciò genera uno stato di sofferenza che si ripercuote anche al di fuori dell'ambiente di lavoro, con esiti negativi in famiglia e nella vita sociale.



*Nella Nostra Autonomia la Vostra Libertà*

SINDACATO AUTONOMO DI POLIZIA  
SEGRETERIA REGIONALE LIGURIA  
SEGRETERIA PROVINCIALE DI GENOVA  
Via A. Diaz n.2, 16121 GENOVA  
Tel.0105366461- 356  
liguria@sap-nazionale.org  
[genova@sap-nazionale.org](mailto:genova@sap-nazionale.org)  
[www.sap-liguria.org](http://www.sap-liguria.org)

## **CONVENZIONE PER LA PRATICA DELLO SHIATSU A TITOLO GRATUITO**

In considerazione che questa Organizzazione Sindacale è priva di struttura idonea per la pratica in argomento, rende noto che la stessa, **previa iscrizione da parte dei soggetti interessati, quale socio ordinario e pagamento di relativa quota associativa che è di euro 25 (venticinque) annuale da pagare in loco alla Segreteria dell'Accademia, potrà essere effettuata presso la struttura Accademia Shiatsu Do sita in Via Cipro 4/4.**

Per gli appuntamenti gli interessati potranno scrivere all'indirizzo di posta elettronica che per l'occorrenza sarà "[cqs.sapgenova@gmail.com](mailto:cqs.sapgenova@gmail.com)."  
e successivamente mediante iscrizione al gruppo WhatsApp con l'allievo operatore shiatsu .

Si rappresenta che i trattamenti, in linea di massima, saranno svolti in maniera bisettimanale e in orari che oscilleranno dalle ore 15,30 alle 19,30.

Vestiaro consigliato: Tuta, maglietta, calzini, ciabatte, asciugamano.

Genova, 28 Giugno 2018.

LA SEGRETERIA REGIONALE – LA SEGRETERIA PROVINCIALE