

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

PROGRAMMA DEL CORSO E OBIETTIVI

La riflessologia plantare è una tecnica di trattamento del piede che attraverso la digito-pressione di punti ben precisi agevola il riequilibrio psico-fisico della persona. Il corso è rivolto a tutti senza limiti di età ed ha lo scopo di prendere consapevolezza del valore dei nostri piedi in quanto da essi dipende il benessere dell'intera persona. Il corso si svolge attraverso l'apprendimento teorico-pratico di otto mappe, dal sistema linfatico al sistema cardio-circolatorio che trattate adeguatamente armonizzano il funzionamento di tutti gli organi interni ed in modo particolare gli organi emuntori quali i polmoni ed i reni.

MARIELLA REPELLINO



Laurea in psicologia della comunicazione e formazione in tecnica di riflessologia e shiatzu presso il "centro di riflessologia del piede" del Dott. Brianti di Torino.

Ha conseguito una formazione quadriennale in gestal-therapy e body work per il Centro di Ricerca di Ranzo (IM)

Lavora come riflessologa su patologie del piede presso un'ortopedia torinese, e svolge sedute individuali di counseling gestal-bodywork con attenzione al respiro ed esercizi di rilassamento di bioenergetica e di training autogeno presso il proprio studio torinese.

Ha tenuto per tre anni sessioni individuali di rilassamento psicorporeo attraverso il tocco, per disabili gravi, presso "Centro Socio-Terapeutico" della Circoscrizione III del Comune di Torino. Nell'ambito di un servizio appaltato alla cooperativa "Sogno di una

cosa" di Collegno (TO)

Ha svolto un laboratorio di "riflessologia plantare, visualizzazione, e rilassamento": 10 incontri per anziani in collaborazione con l'associazione C.S.A. Centro Studi Aquariani, e con il patrocinio della Circoscrizione II. Obiettivo: risocializzazione degli anziani sofferenti per solitudine e mancanze affettive.

Ha condotto tre laboratori di "rilassamento e riflessologia plantare," di 10 incontri ciascuno per anziani. Attività nel novero dell'iniziativa "Domiciliarità Leggera", in collaborazione con l'associazione "Retedonna" e con il patrocinio della Circoscrizione IV-Città di Torino.

Obiettivo: prevenzione alla perdita di autonomia psico-fisica.

Per tre anni a tenuto un "laboratorio di cura di sé", incontri settimanali di 2 ore per disabili medio-gravi, per la cooperativa "Progetto Muret".

Obiettivi: cura dei propri piedi, a partire dall'igiene, e dal tocco fino al rilassamento. Gli incontri sono avvenuti sia individualmente che in gruppo, in compresenza con un educatore.

MATERIALI FORNITI

Verranno distribuite delle fotocopie di mappe dei punti riflessi dei piedi.

COSA PORTARE

Possano essere utili, un quaderno per appunti, matite o pennarelli colorati, un asciugamano o tappetino su cui stendersi ed abbigliamento comodo.

ALTRE INFORMAZIONI

I livelli dei corsi, i giorni e gli orari verranno stabiliti in un incontro conoscitivo con l'insegnante ad inizio anno, che servirà a raccontare le proprie esperienze.