

Terapista Shiatsu Angela Paduano

Via Brunelleschi 30/C, Trezzano sul Naviglio, 20090 (MI)

333.45.79.550 shiatsu.ap@gmail.com

Nata ad Abbiategrasso, MI - 11/07/1976



Trattamenti Shiatsu – Angela Paduano

Formazione professionale

Seminario Shiatsu *Trattare le Ernie Discali* - novembre 2017

Centro Shiatsu Daniele Giorcelli – Vigellio (Biella)

Docente Dott. Daniele Giorcelli

Seminario *Moxa in Ostetricia* – livello base - novembre 2016

(tecniche di moxibustione per la donna in gravidanza)

Scuola Shiatsu e Moxa Hakusha (MI)

Docente Dott. Paurizio Parini

- *come alternativa alla digitopressione, la Moxa utilizza il calore per stimolare punti dell'agopuntura con lo scopo di risolvere in maniera più incisiva alcune problematiche legate al periodo della gravidanza (nausee, reflusso gastrico, vomito) interviene con buone probabilità di successo in casi di presentazione podalica del feto, può indurre il parto in maniera naturale in caso di ritardo e stimola le contrazioni nel travaglio.*

Seminario *Shiatsu e Menopausa* - maggio 2016

Scuola Shiatsu e Moxa Hakusha (MI)

Docente Dott. Maurizio Parini

Seminario *Shiatsu e i Disturbi del Collo* - marzo 2016

Scuola Shiatsu e Moxa Hakusha (MI)

Docente Dott. Maurizio Parini

Corso di Medicina Tradizionale Cinese (I fondamenti MTC) – marzo/aprile 2016

Scuola Zen di Shiatsu Il Cerchio (MI)

Docente Dott. Marco Maiola

Seminario *Shiatsu e Mal di testa* - febbraio 2016

Scuola Shiatsu e Moxa Hakusha (MI)

Docente Dott. Maurizio Parini

Seminario *Shiatsu sul lettino per persone con difficoltà motoria*– novembre 2015

Scuola Shiatsu e Moxa Hakusha (CO)

Docente Dott. Maurizio Parini

Master Specializzazione *Shiatsu per la donna* – 2014 / 2017

Scuola Polaris Shiatsu (RM)

Docente Suzanne Yates e Alexandra Gelnj, Well Mother, Bristol-UK

• **Gravidanza - marzo 2014**

Incoraggiare il legame tra madre e feto stimolando la loro energia, stimolare energeticamente ed emotivamente la donna all'attenzione dei propri bisogni, praticare tecniche shiatsu per rafforzare l'energia della gestante e sostenere nei momenti di disagio tipici della progressione della gravidanza (nausea, problemi digestivi, ansia, mal di schiena, tensione muscolare, stanchezza, ritenzione idrica e altri disagi del momento), preparare la donna al parto attraverso esercizi per migliorare e mantenere la mobilità articolare del bacino e delle anche e stimolare l'elasticità del perineo.

• **Travaglio e Parto - novembre 2014**

Conoscere il processo del parto da un punto di vista orientale e occidentale, fisiologico e anatomico. Affrontare le prime fasi del travaglio attraverso il respiro e l'utilizzo di posizioni corrette volte ad agevolare,

stimolare e velocizzare il parto. Praticare tecniche Shiatsu di riduzione del dolore e per direzionare l'energia correttamente. Preparare la coppia ad affrontare in maniera pratica il travaglio assieme grazie alla partecipazione attiva del compagno che sarà così in grado di sostenere la donna con tecniche di rilassamento, distensione muscolare, semplici coccole e massaggi per stimolare gli ormoni delle contrazioni e ridurre ansia, agitazione e paura.

- **Post-Parto e Puerperio - marzo 2015**

Conoscere i cambiamenti anatomici, fisiologici e gli aspetti energetici del dopo parto e intervenire per sostenere la madre nel recuperare e rafforzare l'energia perduta, la tonicità addominale, accompagnare l'organismo durante il riassetto fisiologico di organi e visceri, conoscere e supportare disagi emozionali, stimolare e risolvere problematiche legate all'allattamento, assistere il beb  dalla nascita fino al 6° mese di vita per risolvere disagi come le coliche, la stitichezza e la diarrea.

- **Fertilit  e ciclo Mestruale - aprile 2016**

Conoscere i meridiani straordinari e la loro enorme influenza sullo stato di salute della donna, conoscere le fasi del ciclo mestruale, le sue energie e come lavorare per risolvere problemi del ciclo, sostenere la fertilit  in maniera naturale, supportare nei momenti di difficolt  quali crisi emotive, ansiet , minacce d'aborto e aborto, la preparazione fisica e mentale alla fecondazione artificiale, esercizi di rilassamento, di visualizzazione e di respirazione per lavorare in maniera autonoma sulla propria energia.

- **Beb  nel primo anno di vita – aprile 2018**

*I movimenti che stimolano l'energia vitale e i tocchi delicati e avvolgenti che aiutano il bambino appena nato nel suo processo di adattamento al nuovo mondo.
Insegnare ai genitori come trattare con il neonato e come comprendere i suoi bisogni per stimolare la coppia a creare un rapporto di fiducia, ascolto e infondere sicurezza.
Risolvere piccoli fastidi tipici dei primi mesi come la stipsi e le coliche ma anche per calmare e rassicurare il beb  anche in caso di parto traumatico.*

Corso Oil Massage per la donna in Gravidanza - agosto 2014

International Thai Massage School - Chang Mai, Thailandia

- Corso intensivo di 5 giorni dedicato al massaggio con olio, rilassante, drenante e decontratturante per le donne in gravidanza

Formazione Professionale triennale di Operatore Shiatsu - 2011 / 2013

Scuola Zen Shiatsu Il Cerchio (MI)

- Percorso triennale di 800 ore comprendenti pratica, teoria, elementi Medicina Tradizionale Cinese, Anatomia e Fisiologia e Master di specializzazione post-formazione.