



# Shiatsu in gravidanza



Lo Shiatsu affonda le sue radici nella millenaria cultura orientale è una disciplina olistica che utilizza la digitopressione, i palmi, in maniera dolce e non invasiva per rimuovere i blocchi energetici ed emotivi che si manifestano con tensioni a collo, spalle, nausea, insonnia e per creare un profondo rilassamento permettendo alla mamma di entrare in contatto con se stessa ed il bambino creando un circolo armonioso di benessere.

Aiuta ad entrare in sintonia con la gravidanza; prendersi cura di sé, dosare le proprie forze, prepararsi al travaglio

Allevia i disturbi legati alla gravidanza, sia minori che maggiori

Favorisce il contatto con il bambino

Aiuta a non avere paura del parto, ad avere coraggio

Aiuta la madre ad affrontare il dolore

Aiuta a favorire un ricovero post-natale più sereno

Favorisce un travaglio normale

Può incoraggiare un rapporto più positivo con il compagno rendendolo partecipe alla gravidanza, durante il travaglio e nel periodo post-parto

Favorisce la salute a lungo termine.

## *Benefici per il bambino:*

Lo aiuta a trovare la giusta posizione durante il travaglio (posizione fetale ottimale)

Il bambino appare più riposato dopo la nascita

Contrasta la sofferenza durante il travaglio

È un aiuto naturale per molte malattie infantili

Favorisce lo sviluppo fisico ed emotivo del bambino

Rende il bambino più propenso ad avere un rapporto profondo con i genitori

## **Professione riconosciuta dalla legge n 4/2013**

Per Info chiamare Giovanna Ferrari tel. 349.8323690

Info.ferrari.g@gmail.com dopo le 17.00

Operatore shiatsu professionista iscritta al registro Italiano operatori shiatsu Fisieo