

# *Le discipline Olistiche* *per prendersi cura* *delle Persone fragili*



**Viviana Pelucchi**  
**Insegnante di Yoga**

**Lina Rossini**  
**Suonoterapeuta**

**Sabato 19 Febbraio 2022**  
**15° corso assistenti familiari**  
**Cascina Brandezzata**  
**Fondazione LU.V.I Milano**

# OLOS – Totalità

## Corpo Mente Spirito

Le discipline olistiche hanno lo scopo di aiutare la persona a ripristinare un sano equilibrio psicofisico orientando la ricerca della salute all'individuo nel suo insieme, stimolandolo ad un naturale processo di autoguarigione.

L'approccio olistico è molto efficace nella prevenzione ed è utile a tutti perché tutti abbiamo bisogno di rilassarci, chiunque desidera stare bene fisicamente ed interiormente.



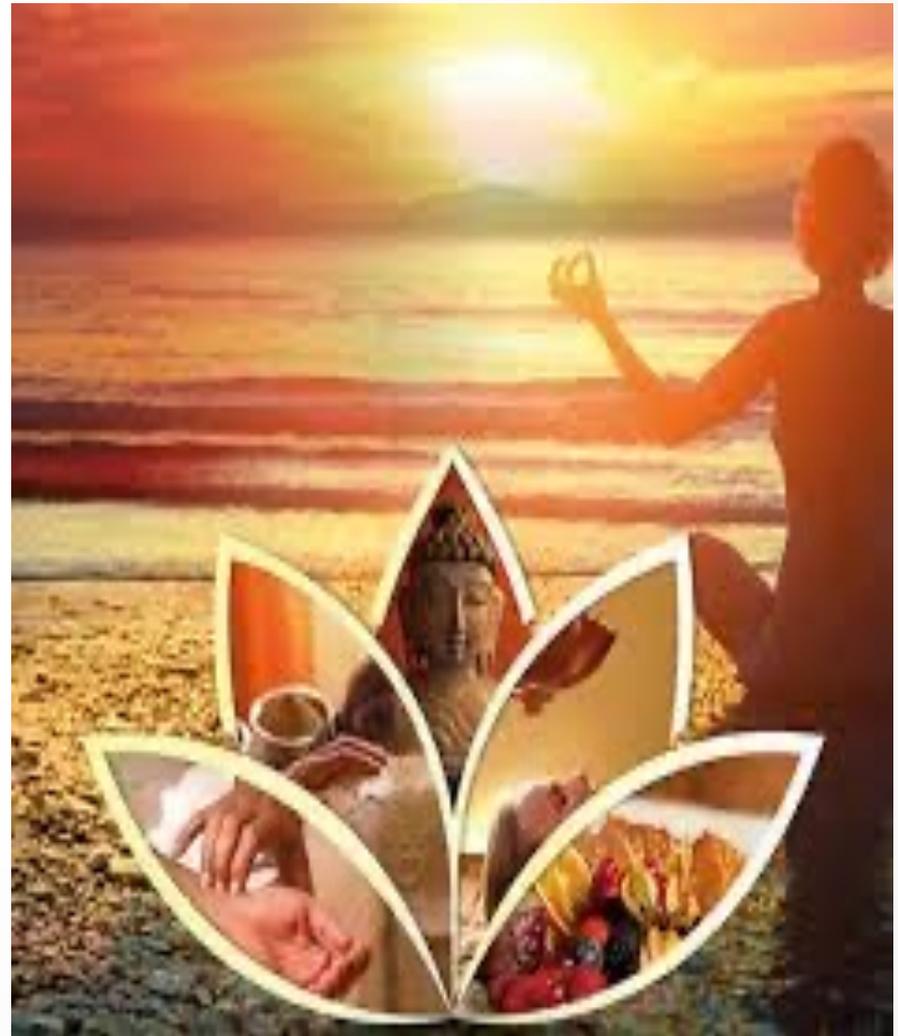


## Comitato Tecnico Scientifico delle Discipline Bio Naturali della Regione Lombardia (Legge R. 2/2005)

- **Con il termine Discipline Bio Naturali si indicano quelle discipline che puntano a far ritrovare il benessere fisico, mentale, emotivo ed energetico.**
- **Non si sostituiscono alla Medicina Ufficiale ma la integrano. Inoltre possono essere complementari ad essa, rafforzando i risultati.**
- **Non hanno fini terapeutici né estetici.**
- **Si promuove il benessere psico-fisico.**

# Molte professioni un unico obiettivo

**Biodanza, Kinesiologia,  
Naturopatia, Yoga,  
Shiatzu, Reiki, Tecniche  
Manuali Ayurvediche,  
Massaggio  
Olistico, Riflessologia,  
Tecniche Osteopatiche  
Olistiche, Tai Chi, Qi  
Gong, Rebirthing,  
Naturopatia  
Tecniche Suono  
Vibrazionali ecc. ecc...**



# Obiettivi e Finalità

- **Infondere quiete e rilassamento.**
- **Migliorare la qualità della vita.**
- **Migliorare il benessere psico-fisico generale.**
- **Rendere più serena la relazione con sé stessi e gli altri.**
- **Ridurre la tensione e la rigidità muscolare .**
- **Diminuire lo stress e l'ansia.**
- **Migliorare le difese immunitarie.**
- **Attivare ed accrescere la capacità di attenzione e ascolto.**
- **Stimolare attivamente la sensibilità percettiva e multi-sensoriale.**
- **Rafforzare la consapevolezza e l'energia interiore.**
- **Migliorare l'inclusività.**

# Chi sono le persone fragili?

**Quando si parla di soggetti fragili si intendono pazienti spesso affetti da malattie croniche complesse, spesso multiple, con presenza di comorbidità, instabilità clinica, politerapia e con ridotta autosufficienza.**

**A volte a queste difficoltà mediche si possono aggiungere problematiche sociali e familiari che rendono ancor più complesso il trattamento di questi soggetti.**



# ma anche:

**quei soggetti che a causa di una situazione “precaria” si trovano in una condizione di aumentata vulnerabilità.**

**Per esempio i portatori di disabilità come non udenti, non vedenti, gravi disabili motori, gravi disabili neuropsichici oltre ai bambini da 0 a 12 anni e alle donne in gravidanza.**



# I laboratori in Cascina Brandezzata

Meditazione e Rilassamento  
con Suoni Ancestrali



# Danza Movimento Terapia



# YOGA

## Yoga e Connessioni



## Yoga e Gratitude



# Laboratorio Artistico



# La medicina integrata prende in considerazione:

Tutti i fattori che coinvolgono la salute il benessere e la malattia, incluse le dimensioni psicologiche e spirituali della vita di una persona. In sostanza, la medicina integrata mette insieme i moderni esami diagnostici e trattamenti convenzionali o allopatrici con un'attenta selezione di altre terapie provenienti dalla medicina orientale, dalla fitoterapia, l'omeopatia il massaggio o altro.

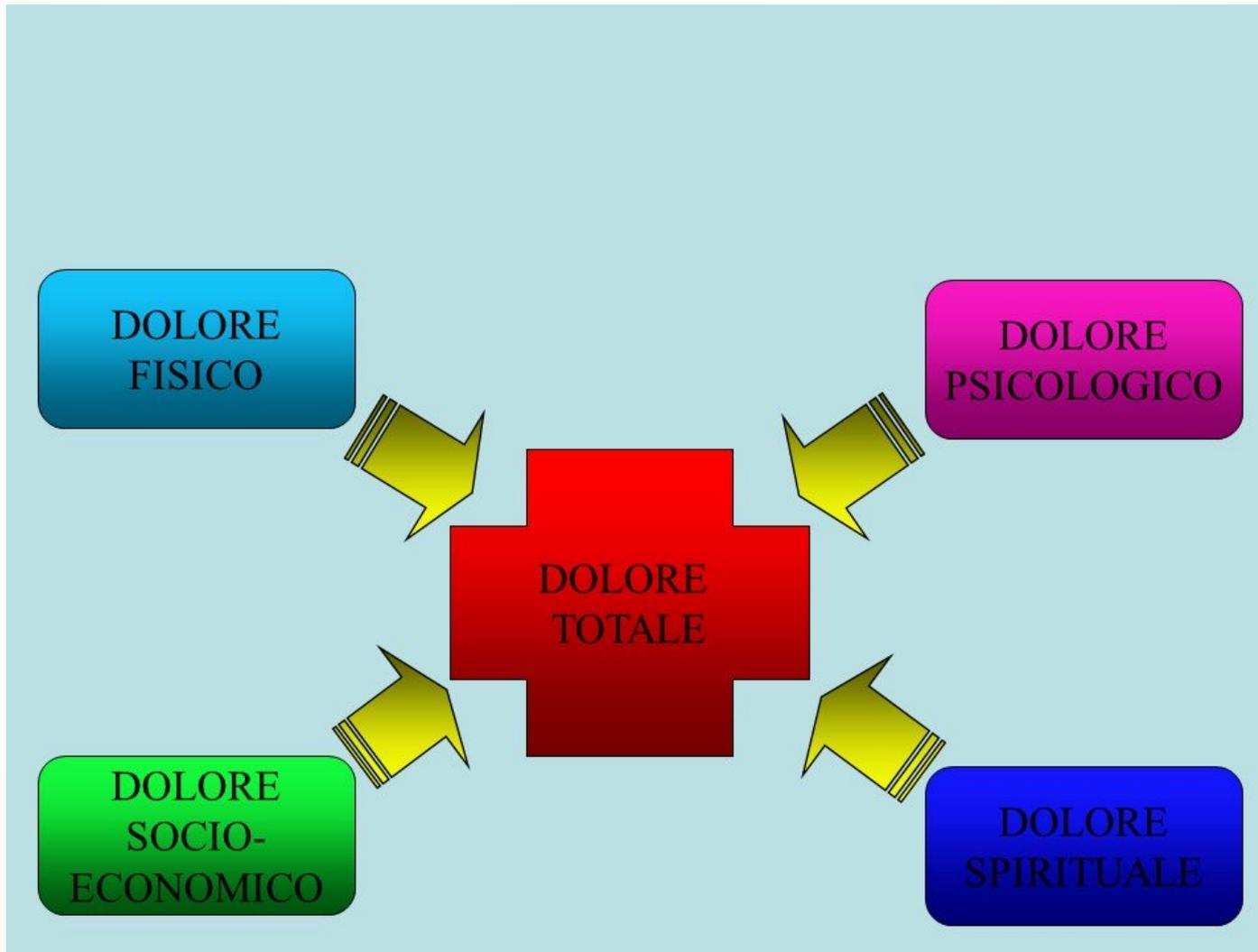


# *Suoni del Benessere*

## *Hospice S. Maria delle Grazie Monza*



# Il dolore non è solo fisico



*Il dolore comprende diverse dimensioni  
Le Tecniche Olistiche possono operare  
sulla parte emotiva energetica e spirituale:*

"Sentirsi rilassati aiuta a stare meglio".

"Questo trattamento mi distende e mi toglie il dolore e alla fine mi sento tranquilla e diversa".

"All'inizio mi sentivo rigido stanco stressato e nervoso, poi alla fine calmo placido pacifico".

"Avverto quasi subito un senso di rilassamento verso la fine avverto un senso di rilassamento e di pace".

"Una sensazione meravigliosa lungo tutto il corpo quasi inspiegabile, suggerisco di dedicare più tempo per i pazienti in questo tipo di attività (più ore a settimana)".

# Grazie



Quando curi una malattia puoi vincere o perdere.  
Quando ti prendi cura di una persona vinci sempre.

~ Patch Adams

