

## ***I servizi offerti (Studio il Faro Melegnano)***

### ***Consulenza Naturopatica***

Uno dei miei compiti fondamentali, come Naturopata, è quello di aiutare le persone a ritrovare la loro integrazione tra corpo, mente, emozioni e salute. Ecco perché nelle mie consulenze mi occupo di **mantenere e promuovere il benessere in un'ottica integrata.**

I servizi offerti:

**Visita naturopatica personalizzata**

**Vega Test (Intolleranze alimentari)**

**Fiori di Bach (disequilibri emotivi )**

**Fitointegratori e micoterapici**

**Prodotti forever living per la bellezza della persona**

### ***Counseling e Counseling di Coppia***

Il **counseling professionale** è un'attività il cui obiettivo è il **miglioramento della qualità di vita** del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Il counseling offre uno spazio di **ascolto e di riflessione**, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.

Il counselor accoglie le richieste valutando in prima istanza se la domanda è affrontabile con le competenze del proprio ruolo o, se è necessario, accompagnare il cliente verso la scelta di un altro professionista.

Il colloquio di counseling affronta tematiche emergenti che **non richiedono**, per essere risolte, una **ristrutturazione profonda della personalità**. Il counselor dunque non si occupa, in prima persona, di disturbi psichici o patologie di altra natura.

### ***Coaching***

Il **coaching** è una strategia di formazione che, partendo dall'unicità dell'individuo, si propone di **operare un cambiamento**, una trasformazione che possa migliorare e amplificare le proprie potenzialità per raggiungere obiettivi personali.

### ***Consulenza in oncologia integrata***

Presso lo **Studio il Faro**, il paziente oncologico e i propri familiari possono ricevere una **PRIMA CONSULENZA INFORMATIVA** riguardo all'utilizzo delle TERAPIE INTEGRATE in ONCOLOGIA a supporto delle terapie convenzionali. La **Dott.ssa Nicoletta Merli** (naturopata non medico) indirizzerà il paziente oncologico presso i Medici Oncologi di Medicina Integrata più idonei a soddisfare i bisogni che emergeranno nel colloquio di consulenza. Il paziente, a seconda delle proprie esigenze, potrà avvalersi di **una RETE, sul territorio lombardo**, di Medici Specialisti in: omeopatia, fitoterapia, micoterapia, terapia con vischio e agopuntura e di operatori specializzati in discipline olistiche per il benessere del paziente oncologico e dei propri familiari. Tale approccio è importante per poter **ridurre la FATIGUE, rinforzare le difese immunitarie** e migliorare notevolmente la **qualità di vita**.

## *Consulenza in Alimentazione e Dietetica*

Presso lo **Studio il Faro** è attivo il servizio di **Consulenza in Regimi Alimentari**. L'obiettivo della consulenza in Regimi Alimentari è quello di predisporre insieme alla persona un **programma dietetico globale**. Ovvero una costruzione dinamica di uno **stile di vita** che, a partire da una corretta alimentazione, consenta alla persona di esprimere al meglio le sue risorse nella conduzione della vita quotidiana.

La filosofia che sta alla base di questo approccio è che l'alimentazione non è la semplice introduzione di sostanze nutritive nell'apparato gastroenterico, ma anche i **correlati emotivi, affettivi e cognitivi che ciascun individuo associa al comportamento alimentare e ai singoli alimenti**.

Presso lo **Studio il Faro** è possibile effettuare una consulenza con la Dott.ssa Silvana Becker, Farmacista Esperta in Stili di Vita e Alimentazione, per **Facili percorsi Detox** ideali per una **profonda alcalinizzazione e detossinazione** della durata personalizzabile di **9, 40 o 70 giorni**. Questi percorsi si basano principalmente sulle proprietà detossinanti ed alcalinizzanti del puro succo naturale di **Aloe Vera** e della preziosa attività anti-ossidanti e anti-radicali liberi del succo di **Melograno** e **Mangostano** ai quali si aggiungono eventuali integratori ricchi di anti-ossidanti naturali e vitamine essenziali.

## *Zen Shiatsu*

Lo **Shiatsu** può essere utilizzato come **complementare alle cure mediche** nel tentativo di dare continuità assistenziale che possa migliorare la qualità della vita; è un **trattamento preventivo e curativo** allo stesso tempo e se praticato regolarmente **rafforza il benessere** generale dell'individuo che può presentare sintomi legati a stress, ansia, disturbi alimentari, problemi alle articolazioni e ai muscoli, problemi neurologici e cardiaci.

La tecnica migliora lo **stato di rilassamento e di benessere del paziente oncologico** riducendo sintomi dolorosi e di nausea, alleviando così i disturbi psico-fisici correlati alle condizioni cliniche.

Il termine **Zen** sottolinea un aspetto fondamentale per l'individuo che riceve il trattamento, ovvero **"l'esperienza diretta"** non tanto dell'azione terapeutica quanto di **se stessi, del proprio corpo, delle emozioni che si liberano**.

## *Restorative Yoga*

Il **Restorative Yoga** è una pratica per prendersi cura di se stessi, rilassarsi, eliminare lo stress e per ristabilire un rapporto armonioso tra Anima-Mente-Corpo. Chiunque può praticare il Restorative Yoga perché **le posizioni di yoga sono supportate da comodi cuscini e calde e avvolgenti coperte**. Questo permette alle persone di beneficiare di alcune posizioni yoga senza sentire alcuna fatica fisica, ma solo un profondo rilassamento.

L'obiettivo è quello di rilassare la Mente perché quando la Mente è completamente rilassata può accogliere facilmente impressioni positive e giungere a risoluzioni propositive di problemi. Il mio obiettivo, come **Restorative Yoga Coach**, è quello di insegnare alle persone una tecnica dolce per imparare a rilassarsi. Tale tecnica potrà poi essere utilizzata per il mantenimento del proprio benessere e come utile supporto nei momenti di maggiore tensione e fatica. La pratica del Restorative Yoga sarà molto utile per mantenere o ritrovare il proprio equilibrio e dunque tranquillità e può essere adattata alle diverse esigenze personali perché accompagna la persona nelle varie fasi della propria crescita spirituale.

## *Massaggio Olistico*

Il **massaggio olistico** consiste in un approccio terapeutico volto a stemperare la tensione muscolare lavorando globalmente sulla persona. La tecnica consente di alleggerire il carico stressante che ne imbriglia la mente e che si riflette in rigidità posturali. Questa tipologia di massaggio si prefigge di perseguire il benessere della persona non già suddividendola in distretti separati, ma rivolgendosi all'insieme.

## *Osteopatia*

L'Osteopatia si occupa principalmente dei problemi strutturali e meccanici di tipo muscolo-scheletrico a cui possono però associarsi delle alterazioni funzionali degli organi e visceri e del sistema cranio sacrale. Poiché in Osteopatia si ha una visione olistica del corpo umano, è valida anche l'idea contraria: un problema funzionale organico-viscerale può provocare dei dolori di tipo muscolo-scheletrico.

L'Osteopatia, grazie proprio ai principi su cui si basa, **interviene su persone di tutte le età**, dal neonato all'anziano, alla donna in gravidanza.

Si rivela efficace in diversi disturbi che spesso affliggono l'individuo impedendogli di poter condurre una vita serena, disturbi come: cervicalgie, lombalgie, sciatalgie, artrosi, discopatie, cefalee, dolori articolari e muscolari da traumi, alterazioni dell'equilibrio, nevralgie, stanchezza cronica, affezioni congestizie come otiti, sinusiti, disturbi ginecologici e digestivi.

## *Reiki*

Presso lo **Studio il Faro** è attivo il servizio di **Reiki**. Il Reiki è un'antichissima tecnica di benessere olistico, riscoperta e perfezionata in **Giappone** nel 1922 dal **maestro Mikao Usui** e da altri maestri giapponesi dell'epoca, basato principalmente sulla **meditazione e ascolto di sé** e sulla **imposizione delle mani**, per la trasmissione dell'energia.

Il Reiki basa la sua potenza ed efficacia sull'amore e sull'energia dell'universo e trova innumerevoli utilizzi, tra cui anche quello di **supporto alla medicina tradizionale** e per questo, è entrato da anni negli ospedali italiani.

Con la massima semplicità, il Reiki viene trasmesso dall'operatore appoggiando le mani su alcuni punti del corpo della persona che percepisce una serie di diverse sensazioni, piacevoli e intense che riescono a sbloccare le tensioni e ad incanalare nell'organismo una nuova energia vivificante e universale, avviando quindi un processo di guarigione che investe il piano fisico, mentale, emozionale e spirituale.

Per avere maggiori informazioni relative ai servizi offerti, vi preghiamo di visitare il nostro sito

[www.studioilfaro.it](http://www.studioilfaro.it)

cell 331/4043016

**Studio il Faro**

**Via Gramsci 22, Melegnano**