



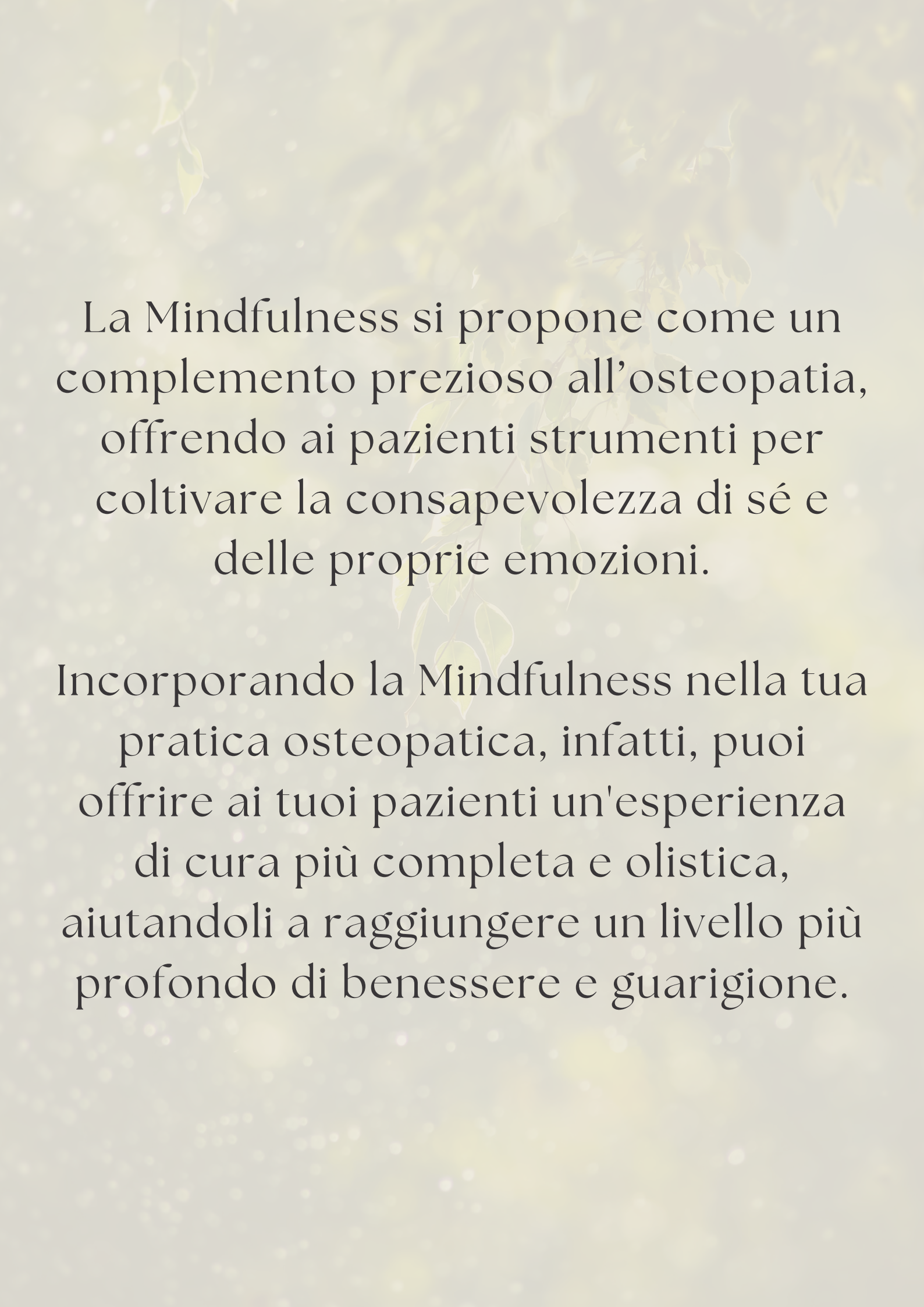
PERSONAL SUSTAINABILITY INSTITUTE

MINDFULNESS E OSTEOPATIA: UN PERCORSO INTEGRATO PER IL BENESSERE DEI TUOI PAZIENTI





Aiuta i tuoi pazienti
*a coltivare il loro benessere e la loro
sostenibilità personale.*



La Mindfulness si propone come un
complemento prezioso all'osteopatia,
offrendo ai pazienti strumenti per
coltivare la consapevolezza di sé e
delle proprie emozioni.

Incorporando la Mindfulness nella tua
pratica osteopatica, infatti, puoi
offrire ai tuoi pazienti un'esperienza
di cura più completa e olistica,
aiutandoli a raggiungere un livello più
profondo di benessere e guarigione.

I BENEFICI DELLA MINDFULNESS:

- **Riduzione del dolore e della tensione muscolare:** La Mindfulness aiuta a gestire il dolore cronico e acuto, favorendo una maggiore capacità di rilassamento e una migliore gestione delle sensazioni fisiche.
- **Aumento della consapevolezza corporea:** La pratica della Mindfulness migliora la percezione del proprio corpo, facilitando l'identificazione delle zone di tensione e favorendo un processo di guarigione più profondo.
- **Migliore gestione dello stress:** La Mindfulness aiuta a ridurre lo stress, che può essere un fattore scatenante o aggravante di molti dolori e disfunzioni.
- **Potenziamento del processo di guarigione:** La consapevolezza di sé e del proprio corpo favorisce un approccio più attivo al processo di guarigione, aumentando la collaborazione del paziente con l'osteopata.
- **Riduzione dello stress e dell'ansia:** la Mindfulness aiuta a gestire le emozioni negative, favorendo una maggiore calma interiore e una migliore gestione delle situazioni difficili.
- **Migliore gestione delle ricadute:** la consapevolezza dei propri trigger e schemi mentali facilita la prevenzione delle ricadute e la gestione dei sintomi.
- **Aumento della self-compassion:** la Mindfulness aiuta a sviluppare un atteggiamento di gentilezza e compassione verso sé stessi, favorendo l'accettazione di sé e delle proprie difficoltà.
- **Migliore comunicazione con l'osteopata:** la capacità di osservare e descrivere le proprie esperienze facilita una comunicazione accogliente, empatica e assertiva.

QUALI SONO I VANTAGGI PER TE?

- **Strumento complementare e di supporto:** la Mindfulness offre un complemento prezioso all'osteopatia, favorendo il raggiungimento degli obiettivi terapeutici e migliorando i risultati dei pazienti.
- **Migliore comunicazione con i pazienti:** la pratica della Mindfulness facilita la comunicazione con i pazienti e la comprensione delle loro esperienze.
- **Potenziamento del lavoro osteopatico:** La Mindfulness può contribuire al raggiungimento degli obiettivi delle sedute osteopatiche necessarie e a migliorare la qualità della vita dei pazienti nel lungo termine.

QUALI SONO I VANTAGGI PER I TUOI PAZIENTI?

- Percorso integrato: La Mindfulness si integra perfettamente con il trattamento osteopatico in corso, offrendo ai pazienti nuovi strumenti per migliorare il proprio benessere e la propria guarigione.
- Accompagnamento a una pratica quotidiana, intenzionale e su misura di benessere e conseguente consolidamento del lavoro osteopatico.
- Prezzo agevolato: un'occasione accessibile per sperimentare i benefici della Mindfulness pari al 50% per tutto il periodo della terapia e con uno sconto del 20% a terapia conclusa.
- Supporto personalizzato: Incontri individuali per un supporto personalizzato e un adattamento della pratica alle esigenze specifiche del paziente.

CONVENZIONI E AGEVOLAZIONI PER I TUOI PAZIENTI

Offriamo percorsi di Mindfulness a prezzo agevolato per i tuoi pazienti.

Il percorso è strutturato in modo da integrarsi con la terapia osteopatica in corso e comprende:

- Ciclo di incontri di gruppo online: Incontri settimanali condotti da professionisti qualificati, per introdurre alla Mindfulness e apprendere le principali tecniche di meditazione.
- Sessioni individuali: Incontri individuali con un professionista qualificato per approfondire la pratica e adattarla alle esigenze specifiche del paziente.
- Sessioni di pratica online: incontri di condivisione gruppo facilitati con l'obiettivo di condividere l'esperienza di avvicinamento alla pratica in un contesto protetto e non giudicante.
- Materiale didattico: Forniture di materiale didattico per la pratica autonoma.

COS'È IL PERSONAL SUSTAINABILITY INSTITUTE?

Il Personal Sustainability Institute è il side project dedicato allo sviluppo di una Pratica personale di Benessere di DLM Partners, studio associato di psicologi-psicoterapeuti specializzato in Psicologia del lavoro che affianca persone e professionisti nell'esprimere appieno il proprio potenziale e fare la differenza per se stessi, la comunità e l'ambiente.

Il Personal Sustainability Institute è un'Istituto, ma anche e soprattutto una comunità di Pratica trasversale e multimediale che ha come obiettivo quello di aiutare le Persone a sviluppare una Pratica adatta ai propri bisogni, alla propria individualità e alla proprio quotidianità.

Fondandosi sulla convinzione che non esiste una Pratica giusta o sbagliata, ma solo quella che fa più al caso nostro, i nostri professionisti, specializzati e certificati nell'ambito di psicologia-psicoterapia, yoga e mindfulness, contribuiscono con i loro diversi background a supportare ciascun individuo nella creazione della propria versione di vita benefica, ricca di valore e felice.

www.personalsustainabilityinstitute.org

psi.infopoint@gmail.com

Whatsapp: 3403768144 / 338 762 3308 /
3395952859