



## **CORSO DI FORMAZIONE PER OPERATORE OLISTICO IN AYURVEDA, TECNICHE MANUALI AYURVEDICHE E TECNICHE MANUALI OLISTICHE**

**Il Corso è valido ai sensi della Legge 04/2013**

**L'Accademia Olistica Dolce Armonia è iscritta con codice 158/14 all'elenco nazionale S.I.A.F per l'inserimento dei propri studenti nei registri di attestazione professionale di operatore olistico.**

**Al termine del Corso è possibile:**

- richiedere l'Attestato di Formazione Nazionale AICS valido ai sensi della Legge 04/2013 ed è possibile iscriversi al **REGISTRO NAZIONALE DBN degli OPERATORI AICS**
- richiedere l'inserimento nei registri di attestazione professionale di **Operatore Olistico S.I.A.F.**
- richiedere l'inserimento nei Registri Regionali della Regione Lombardia (aperti agli Operatori di tutta Italia) nelle sezioni **Tecniche Manuali Ayurvediche e Tecniche Manuali Olistiche**

**Il Corso è conforme a quanto richiesto dalla Regione Lombardia per l'inserimento del futuro Operatore nel Registro Regionale della Lombardia Operatori in Discipline Bio Naturali nelle sezioni Tecniche Manuali Ayurvediche e Tecniche Manuali Olistiche - <http://www.lavoro.regione.lombardia.it/>**

### **PROGRAMMA**

Ayurveda e Trattamenti Ayurvedici: origine, definizione, cenni storici e obiettivi. Indicazioni e controindicazioni.

Ayurveda classico (Teoria): Introduzione all'Āyurveda: definizione, ruolo e scopo dell'Āyurveda. Tattva, i principi cosmici. Dai Tattva ai Panchamahabhuta (cinque elementi). Dai Panchamahabhuta ai Tridosha. Qualità, sede, funzioni dei dosha. Squilibrio dei dosha e sue cause. Subdosha di Vata, Pitta e Kapha. Agni, il fuoco digestivo. Ama, le tossine metaboliche. Dhatu, i tessuti corporei. Mala, gli escreti. Prakriti, la costituzione individuale. Swastavritta stile di vita salutare. Routine giornaliera e stagionale. Comportamento salutare. Srota, i canali del corpo. Cause di squilibrio dei dosha. Kriyakal, stadi dello squilibrio dei dosha. Lo stato di alterazione di dosha, dhatu e mala con ama e senza ama. Panchakarma, il processo di disintossicazione. Rasa, i 6 sapori. Effetto dei sapori sui dosha. Azione dei sapori. Ahara, il cibo. Qualità degli alimenti, effetti sui dosha. Guna, le qualità delle sostanze. Il Drayaguna vijnana, utilizzo del cibo e delle erbe in Ayurveda. Rimedi erboristici. Preparazione di succhi, decotti, infusi, oli medicati.

Competenze Ayurvediche propedeutiche allo svolgimento dei Trattamenti Ayurvedici per il riequilibrio naturale della persona e un per un approccio allo stile di vita sano ed integrato. Individuazione delle costituzioni ayurvediche e definizione dell'approccio adeguato per il riequilibrio delle varie costituzioni.

Trattamenti Ayurvedici: Padabhyangam, tradizionale massaggio ayurvedico dei piedi e delle gambe, Thandabhyangam, tradizionale massaggio ayurvedico della schiena, Shiroabhyangam, massaggio alla testa e alle spalle, Mukhabhyangam, massaggio al viso e al collo, Samvahanam abhyanga, tradizionale massaggio ayurvedico rilassante e riequilibrante su tutto il corpo, Marmabhyangam, massaggio di riequilibrio dei punti marma, Shirodhara, Pindasweda, Anulom, Vilom, Anulom/Vilom, tecniche di massaggio ayurvedico dei canali, Phenakam, massaggio ayurvedico drenante, Sandiabhyangam, massaggio ayurvedico articolare, Trattamenti Ayurvedici con farine, Massaggio Energetico Spirituale di S.V. Govindan. Trattamenti secondo lo squilibrio dei dosha e definizione del trattamento adeguato per il riequilibrio.

Studio punti marma (107 punti energetici): localizzazione, controllo e trattamento

Tecniche di Meditazione – Tecniche di Respirazione e Rilassamento  
Codice Deontologico, normative fiscali, legislative e assicurative del settore  
Elementi di Anatomia e Fisiologia

Massaggio Hawaiano Lomilomi e tecniche di meditazione hawaiane  
Massaggio Californiano e lettura bio energetica del corpo secondo Reich  
Aromamassaggio e studio dei principali oli essenziali  
Basi di psicosomatica  
Elementi di Alimentazione consapevole

**Frequenza:** venerdì pomeriggio e lunedì intera giornata

**Orari delle lezioni:** sabato e domenica dalle 9.30

**Monte ore totale corso:** 800 ore – lezioni frontali + pratica documentata + realizzazione elaborato finale

**Insegnanti:** Barbara Simonetti, Giovanni Fico, Genesio Di Martino

**Accesso:** E' necessario sostenere un colloquio con il Direttore della Scuola per essere ammesso all'anno accademico; in taluni casi e in possesso di determinati requisiti e Diplomi/Attestati è possibile essere inseriti con abbuoni di ore relative a materie già acquisite precedentemente.

**Titoli di Studio:** E' consigliato il Diploma di 1° Grado di scuola Media Superiore.

**Assenze:** Gli Studenti possono compiere al massimo un 15% di assenze nel valore complessivo, in caso di assenza ulteriore possono recuperare nell'anno successivo; in nessun caso è possibile sostenere la verifica finale con monte ore inferiore al 85%.

**Verifiche di fine anno:** ogni anno si conclude con una sessione di verifiche teorico/pratico.

Il Terzo Anno si conclude con una sessione di verifiche teorico e pratiche sui tre anni e con la discussione di un elaborato di minimo 70 pagine.

Al superamento positivo delle verifiche finali sarà rilasciata l'Attestazione di Operatore Olistico Tecniche Manuali Ayurvediche e Tecniche Manuali Olistiche e sarà rilasciato un documento che attesterà le competenze e le abilità acquisite.

**Quota di partecipazione annuale:** € 1.500,00 (+ Iva in caso di fattura)

La quota d'iscrizione comprende il materiale didattico, l'Attestazione finale, il documento di competenze e abilità e la tessera associativa all'Accademia Olistica Dolce Armonia.

**Modalità di pagamento:** Acconto di € 400,00 all'iscrizione sia per il primo anno che per il secondo anno.

Saldo entro aprile 2026 per il primo anno e entro aprile 2027 per il secondo anno. Se entro tale data non sarà concluso il pagamento l'Accademia sospenderà lo studente dalla partecipazione alle lezioni.

Per assicurare lo svolgimento di un lavoro qualitativo e qualificante, il numero dei partecipanti è limitato (8 partecipanti per classe). Le iscrizioni si chiuderanno a raggiungimento del n° massimo di partecipanti.