

MERCATO E BENESSERE

---

# **Il massaggio manuale: tecniche di massaggio antistress e tecniche antalgiche**

---

---

***Il massaggio manuale: tecniche di massaggio antistress e tecniche antalgiche***  
***Progetto n. 0004898***

---

**PROGRAMMA**

---

**Contenuti:**

- Massaggi manuali con finalità di benessere: massaggi antistress
- Lo stress: cause ed effetti
- Tecniche manuali di massaggio (sfioramento, frizione, vibrazione, impastamento, digitopressioni, stiramenti, scivolamenti, etc.)
- Distinzione tra manovre sedanti e stimolanti
- Esecuzione del massaggio su tutto il corpo: viso- mani e piedi
- Manualità complementari
- Chiusura del trattamento
- Indicazioni per il potenziamento dei risultati durante il ciclo di trattamento (prodotti, alimentazione, qualità della vita)
- Indicazioni per il mantenimento dei risultati ottenuti (autocura, qualità della vita)

**DESTINATARI**

---

**Dipendenti** assunti a tempo indeterminato o a tempo determinato (no apprendisti) **di aziende che hanno aderito al Fondartigianato (F. ART).**

Il Fondartigianato è il fondo utilizzabile per la formazione dei lavoratori, finanziato con lo 0,30% del monte salari (in precedenza sempre versato all'INPS) la cui adesione è completamente gratuita.

**DURATA**

---

32 ore + 8 di p.w.

**CALENDARIO**

---

24 e 25 febbraio 2013 dalle 9 alle 18  
10 e 11 marzo 2013 dalle 9 alle 18

**DOCENZA**

---

Franco Brunetti e Arianna Dorigo

**ATTESTATO**

---

Dichiarazione di competenze.

**SEDE DEL CORSO**

---

Ecipar Bologna  
Via di Corticella, 186  
40128 Bologna

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

---

Corso gratuito per i dipendenti delle aziende aderenti al FART.

**PER INFORMAZIONI**

---

**Rosa Tibaldi** – Area Mercato e Benessere  
Tel. 051 4199723 [r.tibaldi@bo.cna.it](mailto:r.tibaldi@bo.cna.it)

**MODULO DI ADESIONE DA INVIARE AL FAX 051 321096 o MAIL ENTRO IL 1 febbraio 2013**

**Se si supera il n° massimo di partecipanti ammissibili farà fede l'ordine cronologico di arrivo delle schede di iscrizione**  
**L'iscrizione al corso è ritenuta valida solo alla ricezione della scheda di iscrizione firmata. L'avvio del corso è garantito al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti. Ecipar Bologna si riserva di modificare le date di inizio e di termine o di annullare il corso: ogni variazione sarà comunicata ai partecipanti.**

NOME E COGNOME \_\_\_\_\_ AZIENDA \_\_\_\_\_  
VIA \_\_\_\_\_ CITTA' \_\_\_\_\_ P. IVA DELL'AZIENDA \_\_\_\_\_  
RUOLO IN AZIENDA \_\_\_\_\_ TEL. \_\_\_\_\_ FAX \_\_\_\_\_  
CELL \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_

Dichiara di ADERIRE al CORSO "Le tecniche innovative di massaggio per il trattamento della cellulite  
Progetto n. 0004896 pr 1 ed 1

Io sottoscritto, con la presente, ad ogni effetto di legge e di regolamento ed in particolare ai sensi del Decreto Legislativo n. 196 del 30/6/03 dichiaro che il mio libero, consapevole, informato, specifico ed incondizionato consenso è prestato per il trattamento dei miei dati personali per ricerche di mercato, invio di materiale pubblicitario, svolgimento di attività promozionali da parte di Ecipar Bologna scarl – P. IVA 01820051207 – titolare del trattamento dei dati.

Data \_\_\_\_\_



Firma \_\_\_\_\_