A cura della A. Manzoni & C. Pubblicità

Rubrica a cura dell'ufficio stampa Farmacia Paini

L'educazione alimentare che fa bene al corpo e alla mente

L'alimentazione è fondamentale perché il corpo e la mente possano lavorare in armonia

Essere consapevoli di ciò che mettiamo nel piatto non significa fare una dieta dimagrante; infatti la parola dieta si traduce dal greco come "modo di vivere", per indicare un regime alimentare che non deve essere necessariamente restrittivo. Il campo della nutrizione è molto complesso, e il percorso del "rimettersi in forma" va ben oltre la necessità di prescrizione del medico o il calcolo delle calorie.

L'efficacia del risultato dipende in gran parte dal professionista a cui ci si affida; la cui bravura si basa sull'esperienza e la passione per il proprio lavoro, sull'aggiornamento costante, sulla capacità empatica e comunicativa, sull'abilità a motivare lungo il suo percorso.

L'alimentazione è prioritaria perché il corpo e la mente possano lavorare in armonia. È necessario ritrovare un buon equilibrio nutrizionale adottando un nuovo stile di vita che parta da una riorganizzazione dei pasti nella giornata e dalle giuste combinazioni alimentari.

Inoltre fondamentale è intervenire con i rimedi della tradizione naturopatica per aiutare l'organismo nel percorso depurativo più adatto.

La Farmacia Paini è altamente specializzata in questo ambito e offre un ventaglio di professionisti molto competenti, oltre al fatto che alcuni Farmacisti interni alla struttura hanno una specializzazione apposita sui temi della nutrizione al progetto "Pharmavegana": una consulenza competente e continuativa da parte del personale farmacista sui diversi stili alimentari e sulle culture vegana, vegetariana, biofunzionale e salutare.

Ulteriore supporto sono i servizi che la Farmacia dedica in tema di esami: autoanalisi dei principali valori ematici; gamma completa di test "Natrix" per scoprire intolleranze; "Dysbio check" esame della disbiosi intestinale; "Biotricotest" (valutazione degli alimenti che potrebbero interferire con i nostri disturbi quotidiani) e "Slimtest" (valutazione degli alimenti che potrebbero interferire con il nostro metabolismo e appensantirci lentamente senza che ce ne accorgiamo).

I consulenti esterni che ruotano mensilmente su appuntamento sono:

Vladimiro Colombi, Nutrizionista Naturopata e Iridologo, esperto di dieta Gift, combina da sempre nelle sue visite indagine bioenergetica, campi di disturbo alimentare e riequilibrio bionutrizionale con Vega Test e analisi Iridologica. Valuta la impedenziometria (massa grassa e muscolo, grasso viscerale e peso) e lo stato infiammatorio generale della persona seguito da test di sensibilità alimentari (con telesegmentometria: una macchina che rileva e misura il campo magnetico della persona in base allo stesso principio della risonanza magnetica) e infine iridologia (che occupa uno spazio marginale e veloce al termine della visita per valutare la struttura dell'iride e la costituzione della persona, utile per capire quali sono i punti deboli della persona).

Roberta Di Claudio, Naturopata esperta in Bio Nutrizione, si occupa di indagine bioenergetica, campi di disturbo alimentare e cronoalimentazione, per individuare al meglio come e cosa mangiare e acquistare e mantenere il "wellbeing". Il programma di incontri che viene consigliato è di 3 appuntamenti:

Il primo consulto di 60 min per una analisi approfondita, dove verranno valutati gli eventuali sovraccarichi metabolici e le carenze dell'organismo attraverso il Vega Test, dove verrà data l'impostazione del programma di riequilibrio alimentare e il programma di drenaggio biologico più indicato.

Il secondo consulto di 30 min avviene dopo 30/40 giorni dal primo incontro per un controllo e la verifica dell'andamento in generale o l'implementazione di un ulteriore programma in affiancamento.

Il terzo consulto di 60 min per una nuova valutazione generale con la prosecuzione in autonomia del programma di mantenimento.

Paola Di Raffaele, Biologa Nutrizionista, propone visite per la valutazione dello stato nutrizionale, la rieducazione alimentare, l'elaborazione di piani alimentari personalizzati.

La capacità di individuare come e cosa mangiare è determinante per riacquistare l'equilibrio fisico e mentale e riappropriarci della vita che vogliamo in benessere e serenità, soprattutto dopo le abbuffate natalizie.

Per info e prenotazioni: 0376 302073

METODO FELDENKRAIS

Il corso avrà inizio sabato 28 gennaio 2017
con lezioni collettive
Mattino
10-11 e 11.30-12.30
Pomeriggio
14-15 e 15.30-16.30

Possibilità di fare anche lezioni individuali
Per info e iscrizioni 0376 302073

NOVITÀ ASSOLUTA 2017

Apertura del centro medico specialistico

A un anno dalla nuova apertura della Farmacia Paini in Strada Ostigliese si inaugurerà al piano superiore della struttura un nuovo Centro Medico Specialistico, che affiancherà il Polo Pediatrico, già avviato nel mese di novembre, costituito da quattro Pediatri di base della città di Mantova.

L'idea nasce dall'esigenza di fornire ai clienti un servizio completo a 360 gradi in cui la salute, il benessere, l'educazione alimentare e la cosmesi si possano fondere per dare risposte integrate e soluzioni concrete a ogni tipo di problema o esigenza.

Nel nuovo Studio Medico Specialistico saranno presenti preparati professionisti in queste discipline:

ORTOPEDIA
FISIATRIA
DERMATOLOGIA
OTORINOLARINGOIATRIA
GERIATRIA
OMEOPATIA
NEUROPSICHIATRIA
MEDICINA ESTETICA
AGOPUNTURA

ITINERARI PER IL TUO BENESSERE

Gli eventi dal 14 al 21 gennaio in Farmacia

FARMACIA PAINI
Strada Ostigliese - Loc.Valdaro - Mantova
Tel/Fax +39 0376 302073

lunedì - sabato orario continuato
dalle 8.30 alle 20.00

info@farmaciapaini.it
farmaciapaini.it

14 gennaio_ **OPEN DAY GRATUITO** presso la sala eventi della Farmacia con la Chinesiologa Veronica Valeschi: ore 9 ginnastica dolce - ore 10 ginnastica vertebrale - ore 11 total body. Prenotazioni 0376 302073.

16 gennaio_ **OPEN DAY OSTEOPOROSI** dalle 9 alle 18.45 test non invasivi di densitometria ossea con macchinario SONOST 2000 su appuntamento ogni 15 minuti. Prenotazioni 0376 302073.

17 gennaio_ **SERATA PHARMAVEGANA** alle ore 20.30 presso la Farmacia la dott.ssa Ludovica Amaglio parlerà dell'apparato gastro-intestinale. Ingresso libero. Per info 0376 302073.

21 gennaio_ **OPEN DAY BIOPRANOTERAPIA** dalle 14 alle 19 sedute gratuite su appuntamento della durata di 30 minuti ciascuna a cura della biopranoterapeuta Graziella Crisci, utili in caso di dolore di ogni natura, ansia, stanchezza, depressione, insonnia, nervosismo, stress. Prenotazioni 0376 302073.