

CORSO BIENNALE DI SPECIALIZZAZIONE IN  
NATUROPATHIA OLISTICA

*Una "Nuova Naturopatia"*

NATUROPATHIA OLISTICA + MASTER REIKI

con specializzazione in

DISCIPLINE BIOENERGETICHE A MEDIAZIONE CORPOREA PER IL BENESSERE PSICOFISICO

TERZO ANNO FACOLTATIVO

SPECIALIZZAZIONE A SCELTA TRA:

-GESTIONE E RISOLUZIONE DEI CONFLITTI INTERIORI

- IMAGE & BEAUTY CONSULTING

*Il corso consente l'iscrizione ai Registri Professionali del  
"Polo Scientifico di Ricerca ed Alta formazione" ai sensi della legge 14 gennaio 2013 n. 4.*

IL CORSO **BIENNALE** CONSENTE:

- iscrizione al **Registro Degli Esperti In Naturopatia**
- sostenere l'esame in **SIAF** (Associazione Italiana degli Armonizzatori Familiari) per ottenere l'attestato di certificazione delle competenze professionali come Operatore Olistico

IL CORSO COMPLETO **TRIENNALE** CONSENTE:

- iscrizione al **Registro Dei Naturopati**
- INDIRIZZO GESTIONE E RISOLUZIONE DEI CONFLITTI INTERIORI iscrizione a **SIAF** (Associazione Italiana Armonizzatori Familiari)
- INDIRIZZO IMAGE&BEAUTY CONSULTING iscrizione a **AICI** (Associazione Internazionale dei Consulenti di Immagine)

*"Prometto di esserMi fedele sempre,  
nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia,  
e di amarMi e onorarMi tutti i giorni della mia vita."*

(Da Medicina da mangiare, Franco Berrino)



*"Tutto è Energia, e questo è tutto quello che esiste.*

*Sintonizzati alla frequenza della realtà che desideri e non potrai fare a meno di ottenere quella realtà.*

*Non c'è altra via. Questa non è filosofia. Questa è fisica." (A.Einstein)*

## **PERCHÉ UNA “NUOVA NATUROPATHIA”**

Insegniamo un “nuovo modo integrato” di intendere la Naturopatia, in quanto:

- Abbiamo inserito la **FORMAZIONE REIKI**, offrendo ai nostri allievi una **DOPPIA SPECIALIZZAZIONE**
- Affrontiamo il **TEMA DELL’ALIMENTAZIONE** anche dal punto di vista **EMOZIONALE E** dell’**INCONSCIO**.

## **PERCHE’ IN NOSTRO CORSO E’ “DIVERSO”**

Per 6 motivi fondamentali:

### **1. TUTTI I NOSTRI CORSI SONO FLESSIBILI, INDIVIDUALI E INTENSIVI.**

I giorni e la durata delle lezioni vengono personalizzati in base alle esigenze di ogni singolo iscritto.

Il percorso di studio è suddiviso in:

- Lezioni in presenza presso accademia Alterego&CambioLook o lezioni in conferenza a distanza;
- Ore di studio/esercitazioni/laboratorio a casa;

L'allievo lavora singolarmente con la docente in accademia, ed è seguito settimanalmente con verifiche telefoniche o via mail durante i momenti di studio/esercitazioni/laboratorio a casa.

### **2. I NOSTRI ALLIEVI POSSONO INIZIARE A LAVORARE GIA’ DAL TERZO MESE CIRCA, SENZA ATTENDERE IL TERMINE DEL BIENNIO, COME OPERATORI REIKI.**

Per questo motivo iniziamo il corso con lo studio dei **Chakra** e le **Attivazioni** dei primi due livelli Reiki, in modo da permettere ai nostri allievi di intraprendere un’attività lavorativa ancora prima di avere terminato il corso.

Reiki è una disciplina a sé stante, e già dall’attivazione del secondo livello (circa tre mesi dall’inizio del corso) l'allievo può iniziare a **lavorare**, in quanto è in grado di trattare altre persone.

Ad ogni livello reiki conseguito, viene rilasciato il corrispondente attestato.

Insegniamo Reiki secondo il metodo del dr. **Usui**, padre fondatore del Reiki, e la scuola di **Anne Hubner**. Le dispense didattiche sono le originali rilasciate dalla scuola. I nostri Master Reiki, a loro volta, potranno attivare altre persone utilizzando il materiale rilasciato e indicando il metodo seguito e il nome della scuola.

## **PERCHE’ LA SCELTA DI INSERIRE LA FORMAZIONE REIKI**

Reiki, metodo naturale di guarigione, è stato fondato dal Dott. Mikao Usui in Giappone alla fine del XIX° secolo. Non è necessario soffrire di una particolare patologia per regalarci un trattamento Reiki. È un po' come andare in palestra, con la differenza che qui ci si "prende cura" della nostra componente energetica prima che di quella fisica.

È un trattamento di Autoguarigione, mirato a riportare il campo energetico in armonia. Permette di rinforzare il sistema immunitario, superare Traumi, Tensioni, Stress, Ansie e Paure. È inoltre un potente antinfiammatorio, indicato per la terapia del dolore, per la cervicale e le emicranie, per il colon irritabile e per molte altre sintomatologie. È una Terapia Olistica che viene utilizzata anche in molte importanti strutture Ospedaliere, abbinata alla medicina tradizionale. Reiki è di grande aiuto anche per le future/neo mamme fin dal primo giorno di gravidanza e per i loro bambini, fin dal primo giorno di nascita.

*NB. Chi avesse già conseguito un livello reiki presso un altro centro, dovrà dimostrare le competenze acquisite nel percorso sostenendo una prova orale, pratica e una verifica energetica.*

*La docente valuterà se sarà necessario ripetere le attivazioni.*

*In ogni caso, anche se non verranno ripetute le attivazioni, saranno fatte esercitazioni in Accademia per i 3 livelli: auto-trattamento, trattamenti su terzi, trattamenti a distanza, attivazioni Reiki per il livello Master. Sarà verificata la conoscenza dei 4 Simboli e la modalità di utilizzo.*

### **3. ABBIAMO INSERITO IL MODULO DI APPROFONDIMENTO E SPECIALIZZAZIONE IN DISTRUBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE".**

La **Naturopatia Olistica**, infatti, non si occupa solo dell'alimentazione "che ingeriamo", ma di come la **Psiche** "legge" l'alimento, di come lo "vede" e lo "riconosce" il nostro **Inconscio**, e di come la nostra **Mente** si rapporta all'alimento stesso, accettandolo o rifiutandolo.

### **4. RILASCIAMO PIU' ATTESTATI PROFESSIONALI DURANTE IL PERCORSO DI STUDIO**

Ricevere più attestati di formazione aumenta notevolmente la possibilità di trovare un'occupazione, e dà maggiore risalto alla figura professionale.

- *Polo Scientifico di Ricerca ed Alta Formazione*
- *SIAF*
- *AICI*

Il nostro corso, grazie alle differenti competenze della docente, oltre a consentire l'iscrizione ai Registri Professionali del Polo Scientifico ai sensi della legge 4/2013 come Esperti in Naturopatia o Naturopati (a seconda della durata della formazione scelta), consente infatti di richiedere l'iscrizione alle associazioni di categoria SIAF (associazione italiana che certifica le Competenze Professionali Olistiche) e AICI (associazione internazionale che certifica le competenze in Consulenza di Immagine).

**L'iscrizione ai registri e alle associazioni valorizza le competenze degli associati e garantisce il rispetto delle regole deontologiche, agevolando la scelta e la tutela degli utenti nel rispetto delle regole sulla concorrenza.**

#### **Attestati rilasciati nel biennio**

- 1° Livello Reiki
- 2° Livello Reiki
- 3° Livello Reiki Master- Maestro di Luce
- Specializzazione professionale Esperto in Naturopatia (se non si continua il triennio di specializzazione)

#### **Attestati rilasciati il terzo anno**

- Specializzazione Professionale in Naturopatia e, a seconda della specializzazione scelta:
  - Specializzazione nella Gestione e Risoluzione dei Conflitti Interiori oppure
  - Specializzazione in Image e Beauty Consulting

### **5. SIAMO CERTIFICATI PER RILASCIARE CREDITI DI FORMAZIONE CONTINUA (ECP);**

### **6. SI EFFETTUANO I CORSI ANCHE IL SABATO.**

#### **REQUISITI DI ACCESSO PER L'ISCRIZIONE AL CORSO:**

Diploma di scuola superiore o laurea

In presenza di laurea, la durata del percorso biennale può essere abbreviata.

#### **IL CORSO COMPRENDE:**

- *Materiale Didattico (Dispense Teoriche e Libri)*
- *Kit Cristalli per Cristaloterapia*
- *Penna per Cromopuntura*
- *Lampada Cromoterapia*
- *Campana Tibetana*
- *Carte per test dei Fiori di Bach*

## IL PERCORSO DI STUDIO

### Percorso Biennale obbligatorio

Il percorso intende formare esperti in Naturopatia olistica Master Reiki specializzati in trattamenti Bioenergetici, completi, competenti, seri e responsabili, che siano in grado di riconoscere le necessità, i disagi e le debolezze di chi si affida alle loro competenze, e sappiano riportare le persone in equilibrio psicofisico, senza sostituirsi alla medicina tradizionale o fare diagnosi.

L'approccio **olistico** (dal Greco olos = tutto) considera l'essere umano nella sua totalità, e si occupa di tutti i livelli da cui è composto: fisico, mentale, psicologico e spirituale.

Reiki e i trattamenti Bioenergetici sono discipline che hanno come finalità quella di mantenere o riportare in salute e in equilibrio il corpo e la mente, tenendo conto delle caratteristiche individuali di ogni persona e dello stile di vita.

**Al termine del biennio, per ricevere l'attestato di frequenza, sarà necessario:**

- Superare un test a risposta multipla;
- Sostenere un colloquio con la docente;
- Presentare una tesi su un argomento condiviso con la docente;

### Terzo anno facoltativo

Per la specializzazione del terzo anno facoltativo che permette l'iscrizione al registro dei Naturopati (per cui è necessaria una formazione triennale), l'iscritto può scegliere tra due indirizzi differenti:

- 1- Specializzazione nella Gestione e Risoluzione dei Conflitti Interiori.
- 2- Specializzazione in Image&Beauty Consulting,

Al termine del terzo anno di specializzazione sarà necessario:

- Superare un test a risposta multipla;
- Sostenere un colloquio con la docente;

### SPECIALIZZAZIONE NELLA GESTIONE DEI CONFLITTI INTERIORI

Il nostro più grande nemico è la poca fiducia che abbiamo in noi stessi e nelle nostre capacità, e lasciamo che eventi che non riusciamo a gestire ci creino tensione: lo stress, le paure, le pressioni esterne, il lavoro, i condizionamenti dell'ambiente, le aspettative nostre e di chi ci circonda, i figli, un tradimento, una delusione o un avvenimento triste e doloroso.

Le tecniche insegnate in questo corso preparano il professionista ad aiutare le persone ad imparare a conoscere e a "ri-conoscere" se stessi, ad affrontare le paure e difficoltà, e a trasformare ansia e stress in pensiero positivo ed energia costruttiva.

Non si può ignorare che l'ansia e lo stress esistano, ma si possono diminuire gli effetti negativi che provocano sul benessere psicofisico e sullo stile di vita delle persone.

Questa specializzazione consente anche :

- L'iscrizione al registro degli esperti in counseling
- Di chiedere l'iscrizione a SIAF

## SPECIALIZZAZIONE IN IMAGE&BEAUTY CONSULTING

Quando le persone si sentono meglio acquistano sicurezza e autostima e, spesso, sentono la necessità di modificare anche la loro immagine esteriore, per condividere il cambiamento interiore e perché si sentono “delle persone nuove”.

Essendosi affidati ad uno specialista in Naturopatia Olistica per il cambiamento psicofisico, diventa più facile per loro affrontare anche il percorso di cambiamento esteriore se a seguirli è lo stesso professionista che ha già conquistato la loro fiducia, che conosce i loro punti deboli e quelli di forza, e può indirizzarli e assisterli anche in questo momento delicato di cambiamento.

Per questo motivo abbiamo previsto una ulteriore specializzazione nella consulenza estetica e di immagine.

Con questa specializzazione si può esercitare anche la libera professione come **Beauty Consultant** e come **Image Consultant**, ed è possibile richiedere l'iscrizione all'AICI (Associazione Internazionale Consulenti di Immagine).

Si ha la possibilità, inoltre, di collaborare con Beauty Center, Spa e Centri che si occupano di estetica oncologica per il supporto di chi ha dovuto sostenere un percorso difficile, ed ora ha paura di riaffrontare la vita e il mondo esterno, ed ha bisogno di trasmettere sicurezza e sentirsi apprezzato.

## CURRICULUM DELLA DOCENTE

### Federica Sala

- Laureata in Economia Finanziaria al PSA di Lugano.
- Diploma di Perfezionamento Universitario in Naturopatia e Terapie Complementari dell'Università Popolare degli studi di Milano.
- Specializzata in Educazione Alimentare, disturbi dell'alimentazione e nella dieta del gruppo sanguigno.
- Iscritta al Registro dei Naturopati con codice n. EN00005, nel rispetto della legge n.4 del 14/01/2013.
- Master Reiki secondo il metodo del dott. Usui e la scuola di Anne Hubner.
- Counselor professionista, regolarmente iscritta al Registro delle Professioni e degli Esperti con codice n. CP0009.
- Operatore Olistico Trainer con certificazione delle competenze Professionali, codice SIAF n. LO1736T-OP, regolarmente iscritta al Registro Professionale.
- Life Coach, esperta in Tecniche di Regressione Emozionale, Counseling e Leadership.
- Tarologa secondo il metodo di A. Jodorowsky.
- Esperta in Cristallomanzia.
- Specializzata come Consulente di Immagine e Visagista presso la Immagine Research di Milano.
- Associata AICI (Associazione Internazionale dei Consulenti di Immagine).

### Socia dello studio Accademia Alterego&Cambiolook

Docente/direttore di corsi anche per società/piattaforme di formazione e-learning.

## **Autrice dei libri:**

- **"La Mente Visionaria".**

Collana di 6 Volumi con Tecniche di riequilibrio energetico e Visualizzazioni Mentali create per diverse finalità, suddivisa per argomenti:

**Vol. 1 Equilibrio & Benessere**

**Vol. 2 Ansia, Stress & Paure**

**Vol. 3 Leadership & Autostima**

**Vol. 4 Vincere nello Sport**

**Vol. 5 Dimagrire e Mantenere il Peso Forma**

**Vol. 6 Vinci i Tuoi Vizi (Fumo & Gioco d'Azzardo)**

- **"Storia di Oplà" - Un amico molto, molto speciale.**

Libro terapeutico-favolistico per ragazzi e adulti, che aiuta a superare mancanza di autostima, difficoltà di adattamento e altri disagi emozionali, recuperando la fiducia in stessi e negli altri.

- **"Noi Bellissime, realizza il make up perfetto e scopri i trucchi dello Zodiaco."**

Il libro professionale più aggiornato, per scoprire i segreti dei truccatori e imparare a realizzare ogni tipologia di make up. Con i Trucchi dello Zodiaco ci si può divertire a cambiare immagine e a conquistare con il make up il nostro amore!

- **"Il Consulente Finanziario perfetto!"**

Libro-manuale didattico per comprendere l'importanza dell'asset allocation, della pianificazione finanziaria e del rapporto cliente-consulente e per imparare a condurre una trattativa efficace.

- **"Il Venditore Vincente!"**

Libro-manuale didattico per comprendere l'importanza della comunicazione verbale e non verbale, per imparare le diverse tecniche di vendita in modo da ottenere un risultato positivo e raggiungere il nostro obiettivo, per imparare a condurre una trattativa efficace migliorando anche la nostra figura professionale.

## **• BIENNIO OBBLIGATORIO**

**COSTO CORSO BIENNALE INDIVIDUALE: € 8200\* IVA ESCLUSA**

**\*10 % SCONTO CON PAGAMENTO COMPLETO ALL'ISCRIZIONE**

**Possibilità di avere TERMINI DI PAGAMENTO PERSONALIZZATI**

### **PROGRAMMA 1° ANNO**

Il programma potrebbe subire variazioni di argomenti e durata a discrezione della docente.

**275 ore complessive suddivise in:**

- **43 ore di lezioni individuali intensive in studio;**
- **232 ore di studio/esercitazioni/ laboratorio a casa con verifica dei risultati e analisi delle risposte energetiche;**

### **Percorso reiki completo**

130 ore complessive suddivise in:

- 20 ore di lezioni individuali in studio;
- 110 ore di studio/esercitazioni/laboratorio a casa con verifica dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

## **Studio dei Chakra**

20 ore complessive

- 5 ore di lezioni individuali in studio;
- 15 ore di studio/esercitazioni/laboratorio a casa con verifica dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

## **Studio dei Meridiani**

### **Riflessologia sui Meridiani**

45 ore complessive

- 5 ore di lezioni individuali in studio;
- 40 ore di studio/esercitazioni/laboratorio a casa con verifica dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

## **Tecniche di Respirazione**

30 ore complessive suddivise in:

- 5 ore di lezioni individuali in studio;
- 25 ore di studio/esercitazioni a casa con verifica dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

## **Centratura e Schermatura bioenergetica**

15 ore complessive suddivise in:

- 2 ore di lezioni individuali;
- 13 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

## **Pulizia dello spazio**

5 ore complessive suddivise in:

- 1 ora di lezione individuale;
- 4 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati;

## **Musicoterapia**

10 ore complessive suddivise in:

- 3 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 7 ore esercitazione a casa con verifica dei risultati;

## **Cromoterapia & Cromopuntura**

20 ore complessive suddivise in:

- 5 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 15 ore esercitazione a casa con verifica dei risultati;

## PROGRAMMA 2° ANNO

Il programma potrebbe subire variazioni di argomenti e durata a discrezione della docente.

### **235 ore complessive suddivise in:**

- **41 ore di lezioni individuali intensive in studio;**
- **154 ore di esercitazioni/ laboratorio a casa con verifica settimanale dei risultati e analisi delle risposte energetiche;**
- **40 ore per realizzazione tesi e verifica delle bozze;**

### **Riequilibrio dei Chakra**

21 ore complessive suddivise in:

- 3 ore di lezioni individuali in studio;
- 18 ore di esercitazioni/laboratorio a casa con verifica settimanale dei risultati e analisi delle risposte energetiche;

### **Mudra & Mantra**

21 ore complessive suddivise in:

- 3 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 18 ore esercitazione a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Cristalloterapia**

42 ore complessive, suddivise in:

- 7 ore in studio in presenza (una lezione a settimana);
- 35 ore di esercitazioni a casa/distanza, con verifica settimanale dei risultati ottenuti;

### **Fiori di Bach**

20 ore complessive suddivise in

- 5 ore in studio in presenza (una lezione a settimana);
- 15 ore di esercitazioni a casa/distanza, con verifica settimanale dei risultati ottenuti;

### **P.E.P Portamento Posturale Energetico metodo dr.ssa Sala**

30 ore complessive suddivise in:

- 5 ore in studio (una lezione a settimana);
- 25 ore esercitazione a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Massaggio dell'Aura con Campane tibetane**

8 ore complessive suddivise in:

- 1 ore in studio in un'unica giornata;
- 7 ore esercitazione a casa con verifica dei risultati;

### **Visualizzazioni creative mentali**

24 ore complessive riferite ai seguenti argomenti:

- Mantenimento peso forma;
- Riequilibrio Energetico;

### **Per il mantenimento del peso forma:**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una lezione di un'ora a settimana;
- 9 ore esercitazione a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Per il Riequilibrio Energetico:**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 9 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Interazione tra alimentazione e discipline bioenergetiche**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 9 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Disturbi del comportamento alimentare**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una seduta di un'ora a settimana;
- 9 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati;

### **Test finale**

3 ore in studio (se non si supera l'80% di risposte corrette il test sarà ripetuto)

### **Presentazione della tesi**

2 ore in studio

## **• TERZO ANNO FACOLTATIVO**

### **INDIRIZZO PSICOFISICO**

## **Specializzazione nella Gestione & Risoluzione dei Conflitti Interiori**

**Costo € 3600\* iva esclusa**

**TERMINI DI PAGAMENTO PERSONALIZZATI**

### **PROGRAMMA**

Il programma potrebbe subire variazioni di argomenti e durata a discrezione della docente

### **324 ore complessive suddivise in:**

- **40 ore intensive individuali in accademia**
- **284 ore di studio/ esercitazioni con verifica dei risultati**

### **LE TECNICHE INSEGNATE**

- **TRAINING AUTOGENO**
- **ENNEAGRAMMA**
- **MENTAL COACHING- VISUALIZZARE PER REALIZZARE**

## TRAINING AUTOGENO



**VIVIAMO IN UN MONDO IN CUI TUTTI HANNO FRETTA E TUTTO VA TROPPO IN FRETTA.  
SI RINCORRONO FALSI MITI E MODELLI, NON CI SI DEDICA PIU' DEL TEMPO, SI PERDE  
L'INDIVIDUALITA'.**

Il Training Autogeno, sviluppato negli anni trenta da Johannes Heinrich Schultz, psichiatra tedesco, è una tecnica di rilassamento, utile per il controllo dello stress e per la gestione delle emozioni. E' PARTICOLARMENTE INDICATA PER AIUTARE E SUPPORTARE SPORTIVI, MANAGER, PROFESSIONISTI, MA PUO' ESSERE APPLICATA AD OGNI TIPOLOGIA DI PERSONA.

I cambiamenti avvengono in maniera spontanea e mai forzata.

Imparare a respirare correttamente è fondamentale per svolgere gli esercizi.

Una volta appresa, questa tecnica può essere utilizzata nella vita di tutti i giorni, in ambiti specifici come lo sport, e nelle situazioni che richiedono il raggiungimento di un alto livello di concentrazione.

### PROGRAMMA

Gli esercizi sono di due tipi: "**basilari**" e "**complementari**".

**I basilari sono:**

- **esercizio della pesantezza:** produce uno stato di rilassamento muscolare (rilassamento dei muscoli striati e lisci);
- **esercizio del calore:** produce una vasodilatazione periferica con conseguente aumento del flusso sanguigno.

**I complementari sono:**

- **esercizio del respiro;**
- **esercizio del plesso solare;**
- **esercizio del cuore;**
- **esercizio della fronte fresca.**

### DURATA PERCORSO DI STUDIO:

100 ore di formazione suddivise in:

18 ore intensive in accademia e esercitazioni individuali con verifica dei risultati

## L' ENNEAGRAMMA



L'utilizzo dell'**ENNEAGRAMMA** è di fondamentale supporto al professionista che si trova a lavorare con tutte le sfaccettature della personalità degli individui.

Aiutando le persone a “trovare e riconoscere” il proprio “**ENNEATIPO**”, il terapeuta le metterà in grado di lavorare su sè stessi e di intraprendere un percorso di crescita per trasformare positivamente la propria vita. Ogni **ENNEATIPO** rappresenta una particolare tipologia comportamentale, che ha le proprie relative motivazioni di fondo.

### PROGRAMMA

- Storia ell'Enneagramma
- Essenza e personalità
- Riconoscersi
  - I primi mezzi per Riconoscersi
  - La Struttura della Personalità
  - Enneatipo Uno
  - Enneatipo Due
  - Enneatipo Tre
  - Enneatipo Quattro
  - Enneatipo Cinque
  - Enneatipo Sei
  - Enneatipo Sette
  - Enneatipo Otto
  - Enneatipo Nove
- Analogie e Corrispondenze
  - Come si rapportano i diversi Enneatipi rispetto:
    - Alla stessa tematica
    - Al mondo
    - Agli altri
    - Ai problemi
- L'equilibrio degli Enneatipi:
  - Nell'azione
  - Nell'emozione
  - Nell'intelletto
- Il Dialogo Interno:
  - Le frasi tipiche degli Enneatipi
- I meccanismi di difesa degli Enneatipi
- Come “Non Usare” l'enneagramma
- Come usare l'Enneagramma

### DURATA PERCORSO DI STUDIO:

200 ore di formazione suddivise in:

- 16 ore intensive in accademia
- 184 ore per esercitazioni individuali con verifica dei risultati

## IL MENTAL COACHING- VISUALIZZARE PER REALIZZARE



**"Il vero segno dell'intelligenza non è la conoscenza ma l'immaginazione" [Einstein]**

Grazie alla tecnica del Mental Coaching, il terapeuta impara a creare per la mente una serie di immagini che possano dominare la realtà trasmettendo emozioni rassicuranti e positive, per aiutare le persone a prendersi cura del proprio futuro.

Il Naturopata-Counselor Olistico li aiuta in questo percorso affinché essi possano imparare a sincronizzare i due emisferi del cervello, quello intuitivo e quello razionale, facilitando la trasformazione dei loro progetti in realtà.

Ascoltando le Visualizzazioni raccontate dal terapeuta, le persone lasceranno emergere il proprio inconscio e usciranno dalle “Zone di Comfort-sicurezza”, per liberarsi dei limiti e delle barriere che finora hanno complicato la loro vita.

Il corsista imparerà a lavorare utilizzando le visualizzazioni create dalla dr.ssa Sala e a realizzarne di personali. Durante le lezioni verrà verificata l'efficacia delle nuove visualizzazioni.

**SI STUDIA SUI LIBRI SCRITTI DALLA DOCENTE CHE FANNO PARTE DELLA COLLANA “LA MENTE VISIONARIA”.**

**DURATA PERCORSO DI STUDIO: 24 ore complessive**

**Studio, utilizzo e creazione di Visualizzazioni mentali creative per:**

### **GESTIRE SUPERARE ANSIA, STRESS E PAURE**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una lezione da un'ora a settimana;
- 9 ore esercitazione a casa con verifica settimanale dei risultati.

### **LA LEADERSHIP E L'AUTOSTIMA**

12 ore complessive, suddivise in:

- 3 ore in studio, una lezione da un'ora a settimana;
- 9 ore di esercitazioni a casa con verifica settimanale dei risultati.

# INDIRIZZO CONSULENZA DI IMMAGINE

## Specializzazione in Image & Beauty Consulting

**Costo € 5900\* iva esclusa**

### TERMINI DI PAGAMENTO PERSONALIZZATI

#### PROGRAMMA

Il programma potrebbe subire variazioni di argomenti e durata a discrezione della docente.

**280 ore complessive suddivise in:**

- **60 ore in presenza in accademia**
- **220 ore di studio/esercitazioni/ laboratorio a casa con verifica dei lavori**

#### Primo modulo: SPECIALIZZAZIONE IN IMAGE CONSULTING

**150 ore complessive suddivise in:**

- **30 ore intensive in accademia**
- **80 ore di studio/esercitazioni/ laboratorio a casa con verifica dei lavori**
- **40 ore per realizzazione tesi e verifica delle bozze.**

Per avere l'attestato di frequenza sarà necessario:

- Realizzare una tesina con lo studio dell'immagine su due soggetti (uomo e donna) individuati insieme alla docente a inizio corso;
- Superare una prova pratica e un test a risposta multipla;

#### PROGRAMMA

15 Lezioni da 2 ore, personalizzabili secondo le disponibilità dell'iscritto.

##### LEZIONE 1 E LEZIONE 2

- Studio della figura e dello stile (le proporzioni e le forme del corpo: come valorizzarle);

##### LEZIONE 3

- Presentazione lavori svolti;

##### LEZIONE 4

- Studio dei tessuti;

##### LEZIONE 5

- Studio dell'abbigliamento (i vari stili, i tagli e i disegni, gli accessori per ogni silhouette e occasione);

##### LEZIONE 6

- Presentazione lavori;
- Esercitazioni;

##### LEZIONE 7

- Tecniche di camouflage (come nascondere un'imperfezione fisica e evidenziare i punti di forza);
- Il guardaroba efficiente (organizzare l'armadio esistente e individuare i capi-base fondamentali);

##### LEZIONE 8

- Presentazione lavori;
- Esercitazioni;

## LEZIONE 9

- Colorimetria (la teoria del colore);
- Esercitazioni;

## LEZIONE 10

- Presentazione lavori;
- Esercitazioni;

## LEZIONE 11

- Il matrimonio (studio dell'immagine coordinata);
- Ripresa argomenti precedenti;
- Dubbi e perplessità;

## LEZIONE 12

- Bon ton e galateo;

## LEZIONE 13

- Esercitazioni;

## LEZIONE 14

- Panoramica della moda dagli anni '20 agli anni 2000;
- Esercitazioni;

## LEZIONE 15

- Presentazione tesi;

## 2° modulo: SPECIALIZZAZIONE IN BEAUTY CONSULTING

130 ore complessive suddivise in:

- 30 ore di lezioni intensive in accademia
- 80 ore di studio/esercitazioni/ laboratorio a casa con verifica dei lavori
- 20 ore per realizzazione tesi e verifica delle bozze

Per avere l'attestato di frequenza sarà necessario:

- Realizzare una tesina.
- Superare una prova pratica e un test a risposta multipla.

## PROGRAMMA

15 Lezioni da 2 ore, personalizzabili secondo le disponibilità dell'iscritto.

## LEZIONE 1

- Il Beauty Consultant
- Norme igieniche e comportamentali
- La scadenza dei prodotti
- La pelle
- La colorimetria
- Pratica di make up

## LEZIONE 2

- I pennelli
- Il viso e le sue forme
- I prodotti per il make up del viso
- Il primer
- Il fondotinta
- Il blush
- La cipria
- La terra
- L'illuminante

- I glitter
- Pratica di applicazione prodotti

#### LEZIONE 3

- Le sopracciglia
- Le forme delle sopracciglia
- Come truccare le sopracciglia
- Gli occhi -Le forme degli occhi
- Pratica di make up

#### LEZIONE 4

- I prodotti per il make up degli occhi
- L'ombretto
- La matita
- L'eyeliner
- Il mascara
- Il piegaciglia
- Le ciglia finte
- Pratica di make up

#### LEZIONE 5

- La bocca
- Le forme della bocca
- I prodotti per il make up della bocca
- La matita per le labbra
- Il rossetto
- Il gloss
- Le tinte e le lacche per le labbra
- Pratica di make up

#### LEZIONE 6

- Il "nude look"
- Il trucco per la pelle matura
- Pratica di make up

#### LEZIONE 7

- Lo smokey eyes
- Pratica make up

#### LEZIONE 8

- Il trucco sposa
- Pratica make up

#### LEZIONE 9

- Richiamo e verifica comprensione argomenti precedenti
- Il make up nel mondo
- Pratica di make up

#### LEZIONE 10

- Le creme viso-corpo donna
- I prodotti struccanti
- Le creme viso-corpo uomo

## LEZIONE 11

- Presentazione tesina
- Prova pratica

## LEZIONE 12

- I Trucchi del Mestiere
- Dubbi e incertezze
- Esercitazioni

## LEZIONE 13, 14 E 15

- Tecniche di vendita
- Tecniche di comunicazione verbale e non verbale
- Simulazioni di consulenze
- Simulazioni di vendita



Dr.ssa  
**FEDERICA SALA**

Tel. 334 7898303

Esperta in Terapie a  
Mediazione Corporea,  
Analisi Bioenergetica,  
Mental Coaching & Naturopatia.  
Counselor & Life Coach  
Master Reiki (Metodo dr.Usu)  
Tarologa (Metodo Jodorowsky)  
Image Consultant &  
Make up Artist

Cambio Look sas  
di Sala Federica & C.  
P.I. e C.F. 07731980962  
Piazza Perrucchetti 36  
20062 Cassano d'Adda (MI)  
info@cambiolook.it  
info@centroalterego.it

Regolarmente iscritta  
ai registri professionali

AICI IMAGE CONSULTANTS INTERNATIONAL Member SIAF Certificato

