

## ***Tirocinio di Tuina e Viaggio in Cina***

***In Collaborazione con China Università TCM di Tianjin***

***International Acupuncture Training Center***

**Dal 8 Luglio a 3 Agosto 2017**

Anche quest'anno ASIMTC organizza per l'XI anno il tirocinio di Tuina in Cina.

L'ASIMTC-Xinglin Fu (Associazione studi internazionale della MTC) è sorta con lo scopo di diffondere e sviluppare la cultura cinese e soprattutto di fare apprendere l'essenza della MTC ed il Tuina. Da circa dieci anni, presso la sua sede di viale Tunisia 37 a Milano, organizza corsi per operatori professionali di MTC e Tuina, seminari di Master a tema di MTC e mette a disposizione degli studenti ambulatori di pratica clinica di Tuina.

La responsabile è Tian Hong, medico laureato in medicina presso l'università a Beijing, che da circa diciassette anni si occupa di diffondere il Tuina in Italia. Ella è docente, consulente e supervisore di FISTQ, insegna pratica di Tuina e medicina tradizionale cinese presso la scuola di Milano, Lecco, Verona, Biella e Trieste.

La dott.ssa Tian Hong da sempre mantiene una stretta collaborazione con le più antiche e prestigiose **Università TCM ed International Acupuncture Training Center in Cina** sorte per l'insegnamento della Medicina Tradizionale Cinese agli studenti stranieri, quali "China Beijing International Acupuncture Training Center", "Università TCM di Shandong", "Università TCM di Shanghai", "Università TCM di Nanjing" e "Università TCM di Tianjin" e ogni anno organizza in Cina presso una di esse il tirocinio di Tuina.

Tutte le Università scelte sono riconosciute dalla Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO) o dalla Amministrazione statale della medicina tradizionale cinese (SATCM) e collaborano da anni con l'Italia per la diffusione della antica arte cinese e medicina tradizionale cinese.

Dall'anno scorso il tirocinio si svolge in collaborazione con **l'Università TCM di Tianjin** che, fondata nel 1958, è il primo 'International College della TCM' in Cina, ha un corpo docente distinto di Accademici, tutor di dottorato, tutor master e professionisti. In essa si studiano 2 Discipline nazionali: Agopuntura-moxibustione e Tuina, TCM Medicina Interna occupandosi in particolare della ricerca clinica di TCM e dello studio delle malattie incurabili.

Essa ha stabilito interventi di cooperazione e di scambio con 77 università, ospedali e istituti di ricerca di 56 paesi e regioni. È frequentata da più di 2.000 studenti stranieri, tra cui 1.200 iscritti ai corsi di laurea. L'offerta formativa prevede oltre ai corsi di laurea, corsi di specializzazione quali master, dottorati e studi concertazione a breve e lungo termine.

## **Moduli di lavoro:**

### **Dipartimento di Tuina del primo ospedale**

Durante le settimane trascorse in Cina, frequenteremo per il secondo anno il Dipartimento di Tuina del primo ospedale cinese che funge anche da sede universitaria e che è diventato, negli anni, una base di ricerca clinica a livello nazionale. Il presidio ospedaliero ha 220 posti letto ed un totale di 140.000 accessi annui a livello ambulatoriale

All'interno del presidio ospedaliero l'attività svolta pone le sue basi sulla ricerca scientifica e lo studio dei libri antichi applicati alla ricerca e sperimentazione clinica.

I trattamenti proposti si basano su un unico principio anche se si espletano su due tecniche di trattamento: Trattamento di terapia esterna, come il tuina e Trattamento di terapia interna come la fitoterapia e l'agopuntura.

Frequentare i momenti didattici di questo importante polo di ricerca, ci permetterà di procedere, partendo dalle basi teoriche della medicina cinese integrate con la visione della medicina occidentale, per applicare la varietà di tecniche disponibili e la combinazione di terapie e renderci capaci di ottenere risultati soddisfacenti nei trattamenti clinici.

### **Particolari terapie proposte dall'università TCM di Tianjin :**

#### **1. *Terapia di combinazione e differenziazione della sindrome e differenziazione:***

Lo studio e l'osservazione di alcune manifestazioni legate a patologie quali ernia lombare, ernia cervicale, spondilolistesi lombare e altre malattie ha permesso di identificare 3 periodi di sviluppo: un periodo di stasi assimilabile alla fase acuta, il periodo dei meridiani identificabile con la remissione e il periodo di restauro nella fase del recupero. Si basa sullo studio del quadro patologico, le reazioni locali, l'osservazione dinamica dei cambiamenti, l'analisi dell'equilibrio /disequilibrio di yin e yang. Seconda delle diverse fasi, le tecniche di Tuina diversi.

Premendo i punti specifici, utilizzando manovre di Bo fa sui tendini e restituendo il giusto posizione dell'articolazione, sviluppando il concetto di trattamento completo

#### **2. *Jingu Zangfu Tuina' - Terapia di Tuina addominale con la forza interna:***

Protocollo indicato allo scopo di regolare il Chongmai e liberare i meridiani.

Il medico che lavora con la tecnica del Tuina addominale è in grado di utilizzare le proprie competenza e tecniche usando la forza ritrovabile in cinque livelli: addome, pelle, sangue, i meridiani, i reni-lombare e la ossa.

Un approccio globale che permette di regolare la dimensione della forza e l'effetto di livelli di profondità e che regola la funzione del qi e sangue, dei meridiani e degli organi interni, a scopo sia preventivo che di controllo della malattia;

Indicazioni del massaggio Tuina addominale utilizzabile sia a scopo preventivo che curativo: tensione mal di testa, sindrome del colon irritabile, insonnia,

sindrome da stanchezza cronica e un certo numero di malattie ginecologiche

3. **Tuina per alcune situazioni di acuzie quali distorsioni di caviglia e polso, ginocchia , schiena**
4. ***Terapia dei Esercizi Guidati Operativi: per rilassare il tensione del tendine e liberare il movimento dell'osso***

Esercizio Guida Operativa è essenzialmente un'idea guida per rilassarsi.

Si tratta di una terapia di auto-massaggio che ha sia azione preventiva che curativa per ernia o discopatie a livello cervicale e lombare, spondilite anchilosante. Si combinano gli esercizi tradizionali "forma", "Qi", "Senso" con l'anatomia della colonna vertebrale umana e dei principi biomeccanici, la preparazione dei due esercizi guidati operativi della colonna vertebrale cervicale e della colonna vertebrale lombare adatti per i pazienti convalescenti e per le persone sane. Due esercizi guidati che favoriscono allenamento funzionale dei muscoli del collo, spalla, schiena, addominali e degli arti inferiori.

**Programma corsi:** I corsi si terranno dal lunedì al venerdì

**Nel corso della mattinata**, presso i reparti di degenza e gli ambulatori dell'Ospedale Universitario dove le lezioni saranno di carattere pratico.

La prima settimana, nei reparti di degenza si impareranno e ci si eserciterà sulle manovre e le tecniche di trattamento – la seconda si farà pratica sui protocolli di trattamento. L'ultima settimana si visiteranno i reparti ambulatoriali

Gli studenti verranno suddivisi in gruppi di tre quattro persone. Tutte le lezioni verranno tradotte dal cinese all'italiano o inglese.

**Nel corso del pomeriggio** si analizzeranno e si approfondiranno le tematiche viste nella mattina. I professori specializzati nelle varie branche della MTC e nelle tecniche del Tuina saranno a disposizione degli studenti. Ciò permetterà di raggiungere un ottimo livello di conoscenza nelle varie tecniche del tuina. A tutte le lezioni sarà presente un interprete cinese – italiano.

**Alla sera** con la dott. Tianhong si discuteranno e si approfondiranno i casi clinici presentati nella giornata.

## **ATTESTATO**

Al termine del corso verrà rilasciato un '**ATTESTATO DI FREQUENZA** rilasciato dall'Università TCM di Tianjin

## **Partecipanti**

**Studenti** : Possono partecipare ai corsi : gli operatori di Tuina e DBN, gli studenti della scuola di Tuina che abbiano superato il secondo anno. Per gli agopuntori: verrà organizzato un tirocinio speciale nel dipartimento dell'agopuntura. La traduzione avverrà dal cinese all'inglese.

**Accompagnatori** Accogliamo con piacere anche coloro che sono interessati ad aderire come accompagnatori a scopo solo turistico.

## **Soggiorno**

I partecipanti alloggeranno presso un albergo nella città di Tianjin con sistemazione in camera singola o doppia o tripla. Tutte le camere sono dotate di servizi, aria condizionata e rete ADSL gratuita (Si prega di portare router wireless se è necessario).  
L'alloggio prevede inclusa la prima colazione mentre i pasti sono esclusi e avranno un costo medio di 5-10 euro.

## **Visto**

Per ottenere il visto di soggiorno è necessario che il passaporto abbia una validità di sei mesi oltre la data del ritorno.

La scuola si occupa di ottenere il visto per tutti, a tale scopo i passaporti devono essere recapitati presso la sede della scuola ASIMTC – Tian Hong, Viale Tunisia 37 MILANO, **personalmente e consegnati** alla dott.ssa Tian Hong **o spediti a mezzo posta solo ed esclusivamente con raccomandata con ricevuta di ritorno**.

Per il visto sono **necessarie 4 fototessere ed è inoltre indispensabile indicare un indirizzo presso il quale ci sia sempre qualcuno per recapitare il passaporto con il visto** - necessario l'indirizzo corretto

## **Costi**

Il costo per l'intero tirocinio/soggiorno-studio in Cina per circa 4 settimane (27 giorni), è di **3450 euro** con un minimo di 8 persone. Il costo comprende il corso di studi presso l'università TCM Tianjin, i biglietti aerei ed i treni, i trasporti, l'alloggio con prima colazione, l'organizzazione del viaggio, l'accompagnatore e l'assistenza da parte di un docente FISTQ, il visto di ingresso in Cina, l'assicurazione malattia, l'assicurazione viaggio.

**E' escluso la visita a Xian prevista facoltativa al costo di 450 euro** (coloro che non partecipano rimarranno c/o l'albergo di Tianjin). La camera singola richiede un supplemento di **50 – 100 euro**.

Sono esclusi i pasti e le visite individuali. Il costo di un pasto, varia dai 5 ai 10 euro.

Le quote indicate potrebbero subire leggere oscillazioni in relazione al cambio della valuta.

## **Modalità di pagamento:**

**Acconto:** All'iscrizione da effettuare **entro il 15 maggio** versamento di 1500 euro

**Saldo** euro 1950/2400 (se si partecipi alla gita a Xian) **entro e non oltre il 6 giugno 2017**. la fattura verrà rilasciata direttamente dall'ASIMTC.

Per qualsiasi informazione contattare:

La dott.ssa. Tianhongcell: 349-0762699 ( Meglio via SMS o telefono dopo alle 21:00)

E-mail [tasimtc@gmail.com](mailto:tasimtc@gmail.com)

Segreteria: Paola Rossi +39 333.3104382 E-mail: [rossiepaola@libero.it](mailto:rossiepaola@libero.it)

### **Programma turistico:**

ASIMTC organizza oltre al tirocinio didattico un percorso turistico e prevede la visita a: **Pechino, Tianjin, Xian, Chengde**

La visita alla città di Xian è facoltativa e prevede un costo aggiuntivo di 450 euro. Coloro che non parteciperanno alla visita potranno restare a Tianjin e alloggiare presso l'albergo già assegnato.

**Pechino: (Beijing)**, Capitale della Repubblica Popolare Cinese, è il centro politico, culturale e di scambio internazionale del paese. È famosa nel mondo per la sua cultura e la sua lunga storia. Vanta numerosi siti di interesse storico: la Città Proibita, il più grande complesso di edifici del suo genere al mondo; la Grande Muraglia, nota per essere una delle otto meraviglie del mondo; **il Tempio del Cielo**, il più grande tempio per onorare il Cielo; **Il Tempio dei Lama**, il più grande tempio del buddismo tibetano a Pechino, **il Palazzo d'Estate** ed il **Hutong**, vie e vicoli nei quali si svolge la vita di Pechino.

### **Tianjin:**

In Cina, c'è un proverbio famoso che recita: "Si visita Xi'an per capire la storia cinese millenaria, si visita Tianjin per capire la storia cinese centenaria". Si visita Strade e quartieri di culture antiche, il quartiere italiano, il Palazzo di porcellana.

Yang LiuQing, nei pressi della città di Tianjin con i suoi incantevoli paesaggi e la sua storia millenaria porta il soprannome di "Paradiso del Nord", famoso per i dipinti tradizionali. "Occhio del Tianjin, enorme ruota panoramica sul fiume Haihe. La notte l'immagine è spettacolare!

### **Xian: (Visita facoltativa prevista nel secondo weekend al costo supplementare dei 450 euro).**

Coloro che non parteciperanno alla visita potranno restare a Tianjin e alloggiare presso l'albergo già assegnato.

**Xi'an è la prima delle grandi Quattro Antiche Capitali della Cina. Ha attrazioni antiche, religiose, culturali e naturali a livello mondiale, incluse: i Guerrieri e i Cavalli di Terracotta** formato da 6000-8000 guerrieri in terracotta, vestiti con corazza in pietra e dotati di armi. Queste statue erano di "guardia" alla tomba del primo imperatore cinese Qin Shi Huang-260 a.C-210 a. C) **l'Antico Muro della Città, la Grande pagoda dell'Oca selvatica, la Piccola Pagoda dell'Oca selvatica**, (due dei simboli più importanti della città, le **Sorgenti Calde di Huaqing** (sorgenti termali), residenza invernale dell'imperatore

## **Chengde:**

Dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO, **Chengde** sorge in una magnifica valle, circa 250 KM a nord-est di Pechino, residenza estiva dell'imperatore Qing.

**'Mountain Resort'** - montagna Villa per evitare il caldo - che e' un enorme giardino. All'interno, ci sono palazzi residenziale e l'ufficio dell'imperatore, sette laghi otto piccoli isole, è stato costruito a imitazione dei famosi padiglioni cinesi. Vicino alla villa, così come impostare i templi culturali mongoli e tibetani.

**'Putuo Zongcheng Tempio'**- costruito dall'imperatore Qianlong (il quinto imperatore della Dinastia dei Qing) per celebrare l'ottantesimo compleanno di sua madre ed il sessantesimo di se stesso. Si è chiamato anche 'il Tempio di Piccolo Potala' perché fu costruito la somiglianza con Potala tibetano.

**'Puning Tempio'** - si chiama anche 'Tempio della Pace Universale'. Governo Qing spera Frontier Nazione come così: 'Contenuti con la sua famiglia, disposti ad asciugare la sua carriera. In questo modo, il mondo intero sarà pacifica per sempre.' Il 'Puning Tempio' e' ancora facendo l'attività buddista.

## **Nota:**

Per gli accompagnatori: verrà organizzato un programma turistico complementare Durante le ore di lezioni verranno affiancati a gruppi turistici e visiteranno:

**La città di Beijing (Pechino):** capitale della Repubblica Popolare Cinese, è famosa nel mondo per la sua cultura e la sua lunga storia.

Questa Capitale d'Oriente vanta numerosi siti di interesse storico: la Città Proibita, il più grande complesso di edifici del suo genere al mondo; la Grande Muraglia, nota per essere una delle otto meraviglie del mondo; il Tempio del Cielo, il più grande tempio per onorare il Cielo; le tombe Ming, il più compatto gruppo tombale imperiale della Cina; il Palazzo d'Estate, ecc. Come stelle del firmamento questi monumenti sono i simboli dell'antica cultura cinese e dei sentimenti della Nazione, costituendo allo stesso tempo fondamentali fonti di interesse turistico a Pechino.

Inoltre con lo sviluppo di Pechino, i luoghi culturali e per il tempo libero sono aumentati come germogli di bambù dopo una pioggia primaverile, come i parchi di divertimenti, gli zoo, i giardini botanici, le piazze urbane e i parchi che arricchiscono di fascino e bellezza rendendola al contempo una città storica e moderna.

Si visita la Grande Muraglia, La Città Proibita, Il tempio di Lama, il Tempio del Cielo, il Palazzo Estate ed il Hutong ( La vita dei cittadini di Pechino)

## **La città di Tianjin**

Tianjin è una delle quattro municipalità della Repubblica Popolare Cinese, uno dei cuori economici della Cina del nord, una metropoli di tredici milioni di abitanti. A soli 100 chilometri dalla capitale Pechino. Una città che testimonia la modernità e la storia cinese.

Essendo la più importante città portuale del nord del paese, Tianjin era insieme: un grande centro commerciale, una grande fonte di sviluppo ed una buona fusione culturale. Per questi motivi, come era stato prima per Shanghai, Tianjin fu una delle prime città dove sorse quello che i cinesi chiamano il "lifestyle moderno cinese". A Tianjin nacque la prima università. Anche il primo ufficio postale, la prima zecca, il primo cinema, la prima linea del tram e il primo ufficio di polizia... tutti i primi luoghi della modernità cinese sono nati a Tianjin.

La città si segnala per l'eccezionale attrattiva che costituiscono in particolare i quartieri italiano, francese, austro-ungarico che ne fanno un mosaico di stili architettonici assolutamente inusuale in tutte le altre città cinesi. Qui infatti si vada dal tipico ponte dorato in stile impero del quartiere francese al campanile tirolese del quartiere austriaco e agli edifici ispirati alla Versilia del quartiere italiano, il tutto in piena atmosfera cinese.

## **La città di Xian**

Una città cinese che è stata la capitale di 13 dinastie e ha una storia di oltre 3100 anni, conosciuta nel passato con il nome di Chang'an. Raggiunse il suo massimo splendore nel periodo Tang, quando arrivò ad avere un milione di abitanti, costituendo probabilmente il centro più popoloso del mondo. La città seguiva un modello topografico a scacchiera, aveva un commercio fiorente ed era un punto d'incrocio per gli scambi culturali con paesi stranieri. Da qui partiva la famosa Via della seta (6400 Km), che si dirigeva verso est raggiungendo la costa orientale del Mediterraneo, passando attraverso il Shaanxi, il Gansu e il Xinjiang, l'altopiano del Pamir, l'Asia Centrale e Occidentale. Fu soprattutto una strada commerciale che collegando Cina e Occidente permise lo scambio di merci e di conoscenze tra due grandi civiltà: la cinese e la romana. Sebbene dopo la fine della dinastia Tang abbia cominciato un lungo periodo di declino, Xi'an rimase comunque un punto di passaggio per i trasporti est-ovest e il centro più importante della Cina nord-occidentale.

### **da non perdere:**

L'esercito di terracotta: Il Museo dell'esercito di guerrieri e cavalli di terracotta dell'imperatore QinShihuang della dinastia Qin, è chiamato in Cina "Ottava meraviglia del mondo", ed è stato inserito nella lista dei patrimoni culturali mondiali dell'UNESCO.

Le antiche mura di cinta: Perfettamente conservate, è possibile, anzi consigliabile, noleggiare una bicicletta e fare il giro delle mura.

Il Tempio Daci'en e la Pagoda della Grande e piccole Oca Selvatica: sono due dei simboli più importanti di Xi'an,

La speciale "cultura alimentare" locale, come la zuppa di pane con carne di montone, i panini di carne suina affumicata, e le fettuccine fredde. Xi'an ha una cucina che ha assorbito caratteristiche multi-regionali, multi-etniche e multi-culturali, per cui, gustando le specialità di Xi'an, si gusta la storia e la cultura della città.

### **La città di Chengde –**

Dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO, **Chengde** sorge in una magnifica valle, circa 250 KM a nord-est di Pechino, residenza estiva dell'imperatore Qing.

**'Mountain Resort'** - montagna Villa per evitare il caldo - che è un enorme giardino. All'interno, ci sono palazzi residenziale e l'ufficio dell'imperatore, sette laghi otto piccoli isole, è stato costruito a imitazione dei famosi padiglioni cinesi. Vicino alla villa, così come impostare i templi culturali mongoli e tibetani.

**'Putuo Zongcheng Tempio'**- costruito dall'imperatore Qianlong (il quinto imperatore della Dinastia dei Qing) per celebrare l'ottantesimo compleanno di sua madre ed il sessantesimo di se stesso. Si è chiamato anche 'il Tempio di Piccolo Potala' perché fu costruito la somiglianza con Potala tibetano.

**'Puning Tempio'** - si chiama anche 'Tempio della Pace Universale'. Governo Qing spera Frontier Nazione come così: 'Contenuti con la sua famiglia, disposti ad asciugare la sua carriera. In questo modo, il mondo intero sarà pacifica per sempre.' Il 'Puning Tempio' è ancora facendo l'attività buddista.