

## **COSTE DE LA FORMACIÓN**

- *Días 6, 7 y 8 de septiembre de 2018*  
Formación - 300€

Alojamiento + manutención (desayuno, comida y cena vegana realizada por nuestro propio chef) - 80€

- *Día 9 de septiembre de 2018*  
Te invitamos a quedarte el cuarto día para asistir al tema del Yoga Postnatal

Formación Yoga posnatal - 80€

Alojamiento + manutención ((desayuno, comida y cena vegana realizada por nuestro propio chef) - 20€

No se incluye el desplazamiento a León en ninguna de las opciones.

## **CERTIFICADO DE LA FORMACION**

Para que recibas tu certificado de doula posnatal es necesario:

- ∞ Realizar un voluntariado de 40 horas, atendiendo las necesidades de una madre, su bebé y familia. Este voluntariado puede hacerse en el lugar que tu elijas.
- ∞ Abonar los derechos de asociada (25€) a la Red de Apoyo Posnatal

Para obtener información más detallada e inscripciones, contacta con nuestra Coordinadora española del Programa de Apoyo Postnatal: Naamhari Kaur a través de: [www.namanand.com](http://www.namanand.com)  
[asociacionnamleon@gmail.com](mailto:asociacionnamleon@gmail.com)



# FORMACIÓN DE APOYO POSTNATAL MATERNALIZANDO A LA MADRE

Del 6 al 9 de SEPTIEMBRE  
2018 - LEON



Curso basado en la sabiduría de todos los tiempos que te dará los conocimientos y habilidades prácticas para apoyar a la madre y su familia después del nacimiento del bebé

El Parto es el evento más impactante en nuestra vida. Para hacer esta transición, la madre y la familia deben ser atendidas en las primeras 4 a 6 semanas de su nueva vida juntas. Un comienzo sin estrés le dará a cada madre, pareja y su bebé la oportunidad de comenzar una vida verdaderamente armoniosa. Impactará en el bienestar futuro de las personas, las relaciones familiares y, en última instancia, contribuirá a la paz y el equilibrio en la sociedad y la humanidad.

### **CONTENIDO DE LA FORMACIÓN**

Las razones del apoyo postnatal y la duración de 40 días

Fisiología y necesidades emocionales y cuidado

Cocina curativa y recetas

Técnicas posparto, como el cierre energético del vientre, rituales postnatales, compartir la cama, masajes y envoltura del bebé

Actitud de servicio y habilidades de comunicación

### **¿PARA QUIEN?**

La capacitación está diseñada para cualquier persona (hombre o mujer) que esté interesada en este proyecto de atención como personal sanitario, doulas, maestros/as de yoga, miembros de la familia de una futura madre, parteras.

### **FORMADORA**



Satya Kaur nació en Lisboa pero ha vivido la mayor parte de su vida en Londres en el corazón de la comunidad Sikh.

Es cofundadora y directora de la International Karam Kriya School (Reino Unido), del Ashram Quinta do Rajo (Portugal), de The Mothers Journey Project y Post Natal Support Network\*

Fue matrona durante 9 años y actualmente comparte sus conocimientos de yoga y maternidad

a través de The Mother's Journey.

Ha estado enseñando Kundalini Yoga, como lo enseñó Yogi Bhajan, durante 30 años y actualmente capacita a maestros/as en los niveles I y II.

Es autora del manual de yoga en lengua portuguesa "Yoga, Kundalini & Eu", 2011.

Practicante de Myth-a-Drama y Tienda Roja, que enseña por toda Europa

### **\*Acerca de la Post Natal Support Network (Red de Apoyo Posnatal)**

La Red de apoyo postnatal (PSN) aborda la importancia de un período posnatal bien preparado y relajante. Es una organización internacional con una red no médica y social, que informa a las futuras familias acerca de este momento especial y delicado después del nacimiento. PSN coordina la demanda y la respuesta del soporte capacitado a través de un servicio basado en la web. Proporciona capacitación para aquellas personas interesadas en convertirse en "ayudantes" posnatales: cuidadoras que pueden brindar apoyo holístico durante el período posnatal.