

La Asociación de Kundalini Yoga Provence

ESCUELA DE YOGA DOULAS

***Encuentro abierto
a todo el mundo***

Estamos Encantados de invitarte al

**Segundo Encuentro Anual de YOGA
DOULAS**

Del 1 al 3 de Diciembre 2017

***Del Viernes 1 Diciembre a las 16H00
Al Domingo 3 Diciembre a las 17H00***

En Espace MA

120, avenida Gambetta, 75020 Paris

<http://espacema.com/acces/>

Nuestras metas: Conocernos y Crear Puentes

Desde que se empezó la formación de Yoga Doula en 2007, el número de yoga doulas al servicio de madres ha aumentado en Francia y en varios países. Nuestro contacto con profesionales del entorno del embarazo y parto se han expandido.

Nuestra intención:

- ♋ **Expandir nuestra red**, conocernos y compartir con otras colegas informaciones para inspirarnos y expandir conocimiento.
- ♋ **Trazar un Puente** entre los soportes no-médicos de las madres (yoga doulas, ayudantes, familiares, amigos)
- Y los profesionales médicos (comadronas, obstetras, médicos de cabecera, psicólogos, fisioterapeutas, osteópatas, etc.)

Nuestro objetivo: Unidad – para el bienestar de las madres

Antes, Durante y después del Parto, la mujer y sus familias nos necesitan, vamos a crear el puente para dar un soporte global a todos los futuros padres/madres

:: Programa :: Eventos destacados ::
Encuentro de yoga doulas ::
Encuentro con la comadrona Ophélie Simon
y otros profesionales del parto ::
descubriendo formas de evitar y cerrar la Diastasis
de rectos

:: Disfrutaremos de Shakti dance :: Conferencia ::
:: Ejercicios Prenatales y para el parto en el balón::
:: Citas individuales con el especialista en medicina
ayurvédica B.A.M.S Narendra Das ::



Château Anand, European Centro de Kundalini Yoga, Francia

Viernes tarde:

16:00 Merienda de bienvenida

17:00 Apertura guiada por Gurujagat Kaur

Fundadora de la escuela KUNDALINI YOGA DOULA SCHOOL (KYDS)

Presentación de la escuela y de la asociación de soporte maternal francesa

: **RESEAU NE-SENS**, red de soporte Postnatal.

- Círculo de presentación; abrir espacio para compartir experiencias, preguntas y necesidades

- Meditación

19:00 Cena en restaurante reservas aquí <https://doodle.com/poll/d9ps6fyvqsdrhg92>

21:00 Descanso

Sabado:

6:30 Sadhana de yoga & meditación (Opcional/gratuita)

9:30 Té de bienvenida

10:00 Meditación de Apertura

10:30 Mesa Redonda “Colaboración entre Comadronas y Doulas, respetando el lugar y espacio de cada una”

con Ophélie Simon, comadrona y Gurujagat kaur, escuela de Yoga Doulas

12:30 – 14:00 Descanso para comer reservas aquí <https://doodle.com/poll/d9ps6fyvqsdrhg92>

14:00 NUEVO!!

Taller práctico “Cerrando la Diastasis de Rectos”

con YOLA GARBER, Alemania

Yola es bailarina y madre de un niño de 4 años. Ella experimentó el problema de la Diastasis de rectos, después del parto de su hijo, cuándo los músculos rectos abdominales no volvieron a su sitio. Esta “apertura” causa dificultades físicas y pérdidas energéticas. Yola nos compartirá su experiencia durante su proceso de búsqueda y encuentro de la solución.

Nos mostrará una técnica manual con una manipulación sencilla que cualquiera puede aprender. La teoría y práctica se basan en los trabajos de una comadrona alemana, su libro estará disponible en Alemán para referencia.

16:00 Descanso merienda

17:00 Shakti Dance con Amrit Erica

18:00 – 19:00 Merienda, Snacks & “hora cacahuete”

Encuentro cálido y espontáneo para compartir.

reservas aquí <https://doodle.com/poll/d9ps6fyvqsdrhg92>

La cena compartida será el momento para conocernos, socializar, comentar y disfrutar.

Seguidamente, será la Conferencia con Narendra Das, especialista en Ayurveda.

Será en Francés con traducción al Inglés.

19:30 Bienvenida a los participantes a la conferencia/ pagos/ acomodamiento

20:00 – 22:00 conferencia / preguntas y respuestas

“Prasuti Tantra: de la concepción al Parto según el Ayurveda”

Domingo:

6:30 Sadhana (opcional, gratis)

9:30 Té & Bienvenida

10:00 Meditación Apertura

10:30 Taller :

“ Posturas para prevenir la Diastasis de rectos durante el embarazo,
Posturas que ayudan a sanar la Diastasis de Rectos después del parto”.

Taller teórico-práctico ofrecido por una fisioterapeuta y profesora de Kundalini yoga
Raj Inder - Jean Pierre Vanderydt.

12:30 Pausa para comer reservas aquí <https://doodle.com/poll/d9ps6fyvqsdrhg92>

14:00 Ejercicios con el Balon con Har Atma Kaur

15:00 Visión de Futuro de las Yoga Doulas y Conclusiones

16:00 Meditación de Cierre

Información práctica:

Coste Global del encuentro es 108 € para todo el fin de semana – incluyendo la cuota de socia y la conferencia del sábado noche.

La comida y cena no están incluidas en el precio

Si participas a partes del encuentro:

Cuota de socia/por persona/por fin de semana- 5€

Viernes tarde – 10€

Sábado mañana - 20€

Sábado tarde – 25€

Sábado noche Conferencia: 25€+ 5€ cuota socia

Precio pareja: 40€

Domingo mañana – 25€

Domingo tarde – 20€

Cómo reservar:

Id a <http://www.yoga-doula.eu/en/2cd-annual-meeting/>

1- Descarga, rellena y envía tu formulario a info@yoga-doula.eu

2- Procede con el pago a través de paypal

También es posible registrarse una vez aquí

RESERVA TU COMIDA ANTES DE NOVIEMBRE 26 aquí <https://doodle.com/poll/d9ps6fyvqsdrhg92>

viernes: restaurant
reserva tu cena !

SABADO

comida: 12€ (entrada, plato, postre)

cena : 10€ (sopa, postre)

DOMINGO

comida : 12€

SADHANA :

Porta algo da comer y compartir para el desayuno

Tener en cuenta otros gastos:

- transporte a Paris y en la ciudad (taxi compartido, bus, RER/metro)
- desayuno (compartir gastos)
- tu comida y cena
- dormer RBNB o en casa de alguna estudiante de yoga (pregúntanos)

Narendra Das (B.A.M.S) recibirá consultas individuales el Sabado y Domingo

Precio del Domingo: 80€/primera sesión, 50€/otra sesión. Plazas limitadas.

Para reservas: ayurvedpalm@gmail.com

+ Más información sobre Narendra Das [aquí](#)

Esperamos recibir noticias pronto, conocernos y compartir con todas y cada una de vosotras!

Un abrazo cálido lleno de Luz!
Gurujagat Kaur y Equipo

