

# Presentación del Curso Formación Doulas Mallorca

## Objetivos:

- Entender qué es una Doula y cuál es su ámbito de actuación.
- Dotar a la Doula de herramientas de empoderamiento personal y de conocimientos que abarcan todos los aspectos de la maternidad.
- Desarrollar el arte de acompañar desde el respeto a las distintas formas de vivir la maternidad.
- Mejorar la experiencia y satisfacción personal y la de los que nos rodean, en cualquier trabajo o profesión que se relacione con mujeres y sus familias.
- Ayudar a la comprensión profunda de nuestros propios procesos relacionados con la maternidad y el sentido de nuestras intuiciones.

## Metodología:

- Para desarrollar los contenidos contaremos con la colaboración de profesionales expertos en diferentes campos relacionados con la maternidad y con el desarrollo personal.
  - Habrá una parte teórica y siempre su aplicación a la práctica de las Doulas.
  - Tutorías individualizadas: cada asistente contará con la tutoría de una doula experta y podrá consultar con ella todas las dudas que se presenten en el desarrollo curricular. Se hará a través de correo electrónico y también se podrá solicitar cita personal desde cualquiera de las dos partes.
  - Se recomendarán lecturas apropiadas que complementan la formación.
- 

## Contenido y horario de los seminarios:

**Sábados de 9'30h a 14'00h y de 16'00h a 20'00h**

### Sábados mañana:

- 9'30h- Llegada, firma de asistencia y entrega de documentación
- 9'45h- Trabajo corporal para movilizar la energía y centrar la atención
- 10'00h- **Taller sobre conocimientos teóricos para la doula**
- 11'45h- Breve descanso
- 12'00h- **Continuación del taller**
- 13'30h- **Ronda de preguntas y respuestas**
- 14'00h- Comida y descanso

### Sábados tarde:

- 16'00h- Trabajo corporal para movilizar la energía y despertar los sentidos
- 16'15h- **Herramientas para el desarrollo personal de la Doula**
- 18'15h- Breve descanso
- 18'30h- **Ejercicios y prácticas de las herramientas**
- 20'00h- Despedida

### Domingos de 9'30h a 14'00h:

- 9'30h- Trabajo corporal para movilizar la energía y centrar la atención
- 9'45h- **Compartir el trabajo de la propuesta del mes anterior**
- 10'45h- **Compartir las experiencias de prácticas de doulaje**
- 11'45h- Breve descanso
- 12'00h- **Aplicación para la doula de las herramientas y los conocimientos adquiridos. Prácticas de doulaje con Role playing**
- 13'15h- **Propuesta de trabajo para el mes**
- 14'00h- Despedida

## Lugar de la formación:

Sala para proyección y trabajo corporal, a confirmar según el número de participantes.

## Acreditación:

**Para obtener el Diploma de asistencia y aprovechamiento del curso "Formación doulas Mallorca", se necesitarán los siguientes requisitos:**

- Asistencia obligatoria como mínimo al 90% de los seminarios de fin de semana.
- Durante la formación se piden como mínimo una práctica en parto, parto y posparto.
- Desarrollar las propuestas de trabajo en la vida cotidiana dentro del propio ámbito personal y/o profesional.
- Las asistentes deben participar activamente en Asociaciones y/o grupos relacionados con la maternidad, en dos sesiones de grupos de madres y dos sesiones de lactancia.
- Lectura de al menos dos de los libros recomendados.
- Se pedirá a las asistentes que se comprometan y firmen un Código Ético para doulas.

## Formadores:

**Magda Rodríguez:** Coordinadora y ponente de la "Formación Doulas Mallorca". Doula. Asesora de lactancia. Formación socio-sanitaria. Puericultora. Dietética y Nutrición. Socia fundadora y formadora de Abam (Asociación Balear d'Allatament maternal). Socia "mares doulas". Co-fundadora de AED (Asociación Española de Doulas). Co-fundadora de DB (Asociación Doulas Baleares).

**Cristina Seguí:** Coordinadora y ponente de la "Formación Doulas Mallorca". Doula. Asesora de lactancia. Dietética y Nutrición. Drenaje linfático. Reflexóloga podal. Miembro de Abam (Asociación Balear d'Allatament maternal). Co-fundadora de AED (Asociación Española de Doulas). Co-fundadora de DB (Asociación Doulas Baleares).

**Lucía Mir:** Coordinadora y ponente de la "Formación Doulas Mallorca". Doula. Asesora de lactancia. Terapeuta de A.P.C. (acompañamiento psico-corporal). Quiromasajista y Osteópata. Socia "mares doulas". Socia de Abam (Asociación Balear d'Allatament maternal). Co-fundadora de AED (Asociación Española de Doulas). Co-fundadora de DB (Asociación Doulas Baleares).

**Mikel Mantxola:** Comadrón especialista en humanización de la asistencia al parto a domicilio. Puericultor. Homeópata. Acupuntor. Naturópata.

**Jessica Hoelscher:** Comadrón de Centro de salud público. Atención de parto a domicilio. Control del embarazo, posparto y preparación al parto. Columnista en la revista "Cinco lobitos".

**Teresa Orta:** Comadrón de Hospital público. Atención de partos a domicilio. Doula.

**Helena Corral:** Pediatra de Centro de salud público. Asesora de lactancia. Especialista en anquiloglosia.

**Pepa Manzano:** Ginecóloga de hospital privado. Asesora de lactancia. Especialista en anquiloglosia.

**Joana M<sup>a</sup> Moll:** Enfermera. Presidenta de Abam (Asociación Balear d'Allatament maternal). Consultora certificada de lactancia IBCLC. Coordinadora del curso "Lactancia materna Abam".

**Xisca Blesa:** Psicóloga especializada en infancia y familia. Mediadora familiar. Formación en duelos.

**Javier Álvarez:** Enfermero. Licenciado en Humanidades. Máster en Acompañamiento Personal. Coach ACC por ICF. Practitioner en P.N.L.

**Karina Zegers de Beijl:** Coach especializada en personas altamente sensibles. Mediadora. Autora. Presidenta Asociación de Personas Altamente Sensibles (A-PAS).

**Laura Frau:** Psicóloga y psicopedagoga. Licenciada en Medicina Tradicional China. Master en intervención infantil y familiar, de parejas y PNL. Formada en metodologías educativas respetuosas.

**Antonia Maria Betoño:** Fisioterapeuta de Ibsalut en Atención Primaria. Especializada en fisioterapia obstétrica y reeducación perineoesfinteriana. Método Periné, integración i movimiento®. Responsable de TomaConciencia.com. Terapeuta de la mujer en "esCentre".

**Inma Alcina:** Formadora en habilidades sociales, Fundadora de la "Akademia de padres"/"Serendipia", Coaching, P.N.L., coordinadora "Lanzadera Calviá", Máster en Dirección de RRHH y Doula.