



SEPTIEMBRE 2024

NEWSLETTER #2

Escucha antes de actuar

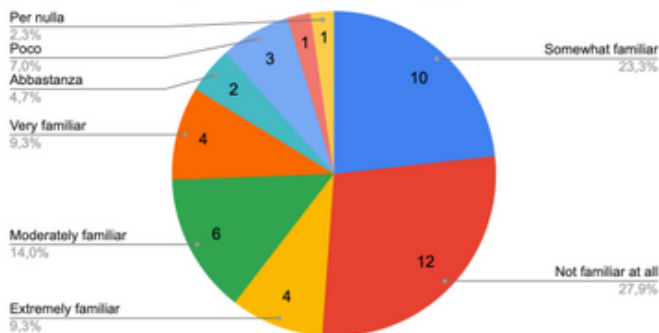
¿Qué sabe la Comunidad Sorda sobre el Kundalini Yoga?

La encuesta realizada en Madrid

Antes de crear caminos inclusivos, es fundamental comprender las necesidades reales de las personas a las que queremos servir. De esta convicción nace la encuesta realizada por el Colegio Gaudem en Madrid, dedicada a explorar el nivel de conocimiento e interés en el Kundalini Yoga dentro de la comunidad sorda.

Question 1: How familiar are you with the practice of yoga?"

Question 1
How familiar are you with the practice of yoga?

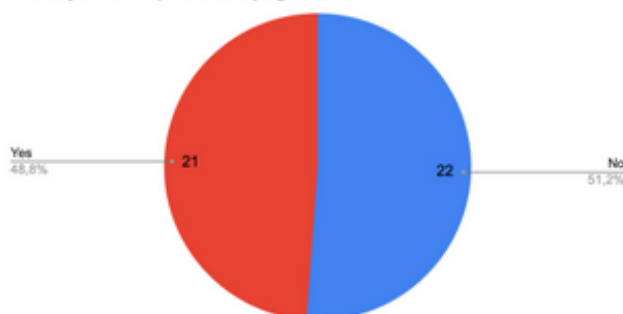


UNA ENCUESTA, MUCHAS VOCES

A través de la administración de un cuestionario accesible en lengua de signos, el colegio involucró a una amplia muestra de personas sordas de diferentes edades y perfiles. Las preguntas abordaban una variedad de temas: el conocimiento sobre el yoga, la percepción del bienestar físico y mental, las barreras encontradas en contextos educativos y deportivos, y el interés por nuevas experiencias de crecimiento personal.

Question 2: Have you ever practiced yoga before?"

Question 2
Have you ever practiced yoga before?



SEPTIEMBRE 2024

Comprendiendo el interés y las necesidades de la comunidad sorda hacia el yoga

LOS RESULTADOS: INTERÉS Y DESEO DE PARTICIPAR

La encuesta reveló un hallazgo claro: la mayoría de las personas sordas participantes nunca han tenido la oportunidad de practicar Kundalini Yoga, principalmente debido a la falta de profesorado accesible o clases adaptadas. Sin embargo, el interés por esta práctica es muy alto, especialmente por sus beneficios sobre el bienestar mental y espiritual.

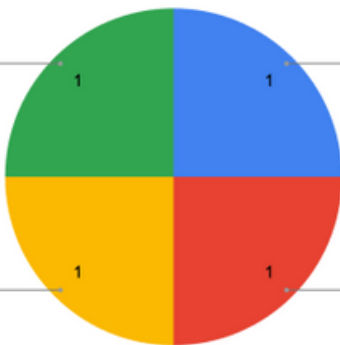
Muchas personas expresaron su deseo de explorar la meditación, la respiración y el movimiento consciente, siempre que estas prácticas estén guiadas por docentes formados y sensibles a sus necesidades comunicativas.

**KUNDALINI YOGA**
and **ACCESSIBILITY**

"Question 5 *: Why wouldn't you take part in a yoga class? "

Question 5 *

Why wouldn't you take part in a yoga class?

Non sono interessato
25,0%I'm not capable
25,0%I'm unable to do it
25,0%I'm not capable. I'm no...
25,0%

UN PASO VALIOSO PARA CONSTRUIR EL PROYECTO

Los resultados de la encuesta guiarán todas las actividades posteriores: desde el diseño de materiales accesibles, hasta la organización de las clases y la redacción de pautas para el profesorado. Escuchar a la comunidad sorda no es solo un paso inicial, sino una piedra angular de nuestro enfoque inclusivo.

En el próximo boletín, os llevaremos a Lituania, donde tendrá lugar la primera práctica accesible de Kundalini Yoga con participantes sordos.

Siguiente Paso

PRIMERA PRACTICA DE
KUNDALINI YOGA