



## *Síntesis de la Organización*

1. *Nombre de la organización:* Líder Eleonora Zuleta Patiño.
2. *Dirección de la organización:* sector Los Ojitos, calle C, casa N° 3. San Joaquín, estado Carabobo, Venezuela.
3. *Figura Jurídica:* Natural.
4. *Fecha de creación de la Organización:* 8 de agosto de 2011.
5. *Fecha de constitución legal de la organización:* No aplica.
6. *Representante legal:* Eleonora Zuleta Patiño.
7. *Misión de la organización:*
  - **Misión:** “Reír es Vivir” es el resultado de la unión de un equipo de profesionales quienes creemos que la alegría y el bienestar es un estado al cual tiene acceso cualquier persona en cualquier lugar y en cualquier momento, para ello ofrecemos herramientas, metodologías y filosofías sencillas y prácticas para su aplicación en el ámbito laboral, personal, familiar y social. Somos un ejemplo de calidad de vida y de bienestar pleno.
  - **Visión:** Ser referente en el mundo hispanoparlante como una demostración que la alegría se puede elegir y que a partir de ello se pueden lograr los objetivos y metas planteadas. Ser reconocidos como expertos en el tema de la alegría y el bienestar en todas las áreas del quehacer humano.
  - **Valores:** Nosotros creemos: en Dios; en la alegría; en la amistad; en la honestidad; en la creatividad; en la cooperación; en el respeto; en la solidaridad; en la reciprocidad; en el coraje / valentía; en la innovación; en la coherencia; en la confianza.
8. *N° de fundadores de la organización:* Somos 3 personas: Eleonora Zuleta Patiño (Fundadora), Dolly Patiño (Co-Fundadora) y Pedro Luis Salazar (Co-Fundador).
9. *N° actual de participantes en la organización:* Somos un staff de 4 personas: Eleonora Zuleta Patiño, Dolly Patiño, Pedro Luis Salazar y Ronexy Baudewyn.
10. *Estructura organizacional:* Nuestra estructura es horizontal.
11. *Características del entorno donde se encuentra la experiencia:* Nuestro entorno es urbano, con aproximadamente 2.000 familias. Algunos de los lugares que rodean al sector son el Centro Comercial Plaza del Sol, Ambulatorio de San Joaquín



(Medicatura), Casa de la Cultura de Los Pastores, Policía Municipal y la Clínica Pineda. El sector posee un consejo comunal activo. La comunidad posee escuelas cercanas, más no pertenecientes al sector. En líneas generales, el sector cuenta con todos los servicios públicos.

**12. Proyectos o actividades en los que su organización está o han trabajado:**

- Desarrollo de la Universidad Virtual de la Risa.
- Traducción de material de Bienestar y Alegría del inglés al español – latino.
- Participación en el Congreso de Espiritualidad y Salud por tres ediciones consecutivas (2013/2014/2015)
- Participantes activos en la Red Actívate y Construye de Fundación empresas Polar.
- Sesiones terapéuticas semanales.
- Talleres de Bienestar y Alegría empresarial.
- Formaciones de líderes de yoga de la risa.
- Formación de instructores de bienestar y alegría.
- Participación en congresos: médicos, docentes, entre otros.
- Participación en medios de comunicación y redes sociales: radio, televisión y twitter.
- Participante en el programa Sin Reproches de la sección Bienestar y Alegría para la vida, por Copacabana Stereo de Guarenas – Guatire.
- Creación y actualización del blog: [sireiresvivir.blogspot.com](http://sireiresvivir.blogspot.com)
- Proyecto Yoga de la Risa en el aula.
- Proyecto de Bienestar y Alegría en la escuela moderna.

**13. Alianzas de la organización con otros grupos, públicos o privados**

- Laughter Online University. Miembro experto consejero y traductor
- Contacto Empresarial P·& L, C.A. Alianza como proveedor de servicios.
- Sesiones con Asodiabetes del estado Carabobo, el primer domingo de cada mes.

**14. Procedencia de los recursos financieros:** Los recursos provienen a través de:

- Formaciones de Líderes en Yoga de la Risa y de instructores de Bienestar y Alegría, con valor internacional.
- Talleres, terapias, cursos, charlas a empresas e instituciones, dentro y fuera del país.



## *Síntesis de la Experiencia*

1. *Nombre de la experiencia: “Reír es Vivir” Bienestar, Alegría y Yoga de la Risa.*
2. *Ámbito temático: Salud.*
3. *Breve descripción de la experiencia o proyecto:* Esta actividad se sustenta en el Método de Bienestar y Alegría creada por el terapeuta estadounidense Sebastien Gendry en 2010, el cual amplía y soporta al Yoga de la Risa creada en 1995 por el médico de la India, Dr. Madan Kataria; así como algunos recursos del Rainbow Kids Yoga, desarrollado por Gopala Amir Yaffe en 2007. Cada sesión se realiza por medio de aplausos, risas, respiración, canciones y ejercicios que activan la actitud juguetona entre los asistentes así como el contacto visual con los demás. Se trata de una rutina de ejercicios única, sin chistes, humor o comedia; incluye ejercicios de respiración profunda del Yoga. El vínculo entre esta actividad y nuestra vida cotidiana es el reforzamiento de los valores como el respeto, la alegría y la comunicación. Facilitamos el proceso de comprensión del desarrollo del niño interior y la alegría en las personas a fin que se logre la obtención de su bienestar y el de su entorno inmediato. Demostramos que el aprendizaje puede ser divertido y que las personas pueden aprender y ser productivos el doble o el triple en pocas horas cuando están relajadas. Creemos que toda persona es capaz de desarrollarse y mejorar su calidad de vida por medio de la utilización de la risa sin razón, la actitud positiva, la inteligencia emocional, las relaciones sociales positivas y el bienestar interior.
4. *Lugar de ejecución de la experiencia o proyecto:* Apoyados en los conocimientos adquiridos, se realizan sesiones totalmente gratuitas en comunidades organizadas, espacios deportivos, escuelas públicas y/o instituciones que así lo soliciten (previo estudio del caso):
  - En San Joaquín: calle Santa teresa, casa 2-50 al lado de la cauchera La Moderna, San Joaquín, estado Carabobo, Venezuela. Casa de la señora María Bazán. Todos los viernes de 8:00 am – 10:00 am.
  - En Valencia: Parque Negra Hipólita, cerca de los piñateros. Avenida Paseo Cabriales, Valencia, estado Carabobo, Venezuela. Todos los sábados de 9:00 am - 10:15 am, con sesiones de Bienestar, Alegría, Yoga y Risas. Miércoles de 4:30 pm - 5:45 pm, sesiones de Mupsicoalegría y Danzalegría.
  - En algunas escuelas, hospitales según las necesidades del mismo.
  - Empresas: con el objetivo de desarrollar el capital humano, ofrecemos talleres, cursos, charlas donde se tocan temas inherentes al quehacer empresarial como la comunicación, trabajo en equipo, liderazgo, establecimiento de metas, planificación estratégica personal pero de manera sencilla, divertida y



altamente enriquecedora. También ofrecemos la opción de dar su aporte a la sociedad con el Programa de Responsabilidad Social Empresarial.

5. *Necesidades identificadas que dieron origen a la experiencia o proyecto:*
  - Poco desarrollo del ser humano interior, a raíz de las actividades cotidianas de las personas.
  - El sedentarismo en algunos sectores del municipio San Joaquín del estado Carabobo, Venezuela.
  - Falta de alegría o poco contacto humano.
  - El compartir los conocimientos adquiridos.
  
6. *Beneficiarios directos e indirectos de la experiencia o proyecto:* Todas las personas que participan en las sesiones terapéuticas se ven beneficiada física, mental y emocionalmente. Igualmente, sus familiares cercanos notan y viven los beneficios indirectamente al cabo de seis semanas. Esta actividad es indicada para todo público, de todas las edades y condiciones físicas.
  - Cuando las sesiones son ejecutadas en San Joaquín, el promedio de asistencia por sesión es de diez (10) personas y cuando se realizan en Valencia, varía entre cuarenta (40) a cuarenta y cinco (45) personas.
  - En congresos cuando somos ponentes, se benefician directamente entre cien a (100) a quinientas (500) personas.
  - En los talleres empresariales unas cuarentas (40) personas por grupo aproximadamente.
  
7. *Procedencia de los recursos financieros y materiales empleados en la ejecución de esta experiencia o proyecto:* se ofrecen sesiones gratuitas en San Joaquín y en Valencia. Los recursos financieros se obtienen a través de:
  - Formación de líderes en Yoga de la Risa y de instructores de Bienestar y Alegría, con valor internacional.
  - Talleres, terapias, cursos, charlas a empresas e instituciones, dentro y fuera del país.
  
8. *Logros alcanzados en el proyecto o experiencia:*
  - Ser reconocidos por Fundación Empresas Polar como una experiencia exitosa.
  - Formar parte de la Universidad Virtual de la Risa como miembro experto.
  - Ser reconocidos internacionalmente como una iniciativa que lleva el bienestar a otros.
  - Contar con el apoyo y reconocimiento de médicos de diversas especializaciones quienes remiten pacientes a las terapias, tanto en Valencia como en San Joaquín.
  - Contar con un grupo de líderes e instructores en las técnicas, quienes se encuentran difundiendo la actividad en diversos estados del país.
  - Calidad de vida que recuperan los participantes a través de la risa.



- Relaciones y vínculos que se logran con otras personas y organizaciones.
- El rescate de valores.
- Los logros están más asociados a cambios internos, pues está demostrado que la risa mejora la salud. Hoy podemos decir que los reidores de los clubes gratuitos son más saludables.

**9. Obstáculos o dificultades encontradas en la ejecución del proyecto o experiencia:**

- No poseer un registro como organización o empresa.
- Falta de asesoramiento legal y contable con experiencia en este tipo de iniciativas comunitarias.

**10. Enseñanzas y aprendizajes obtenidos en la ejecución del proyecto o experiencia:**

- Los integrantes nos hemos ocupado en ampliar los conocimientos en diversas técnicas del bienestar, entre ellas: Yoga de la Risa; Bienestar y Alegría; Técnica de Clown Humanitario; Musicoterapia No Verbal; Risoterapia; Yoga para Niños y Familias; Manejo de Grupos; Técnicas de Dinámicas de aprendizaje acelerado para adultos; Tropicalización o Adaptación de las técnicas a las necesidades e idiosincrasia latinoamericana.

**11. Contactos:**

- Eleonora Zuleta Patiño. Teléfono: 0416-6416184.
- e-mail: yogadelarisaesvivir@gmail.com
- Ronexy Baudewyn. Teléfono: 0426-6429091