

PROGRAMAS Y SERVICIOS

YASO POR UN DÍA:

En este programa la propuesta es que los colaboradores, estudiantes o profesionales de la empresa o institución vivan la experiencia de primera mano de un Payaso Humanitario compartiendo nuestra labor participando directamente en una visita al hospital infantil u hogar de ancianos, esto contribuye



directamente a sus programas o actividades de responsabilidad social y a sensibilizar a los/as participantes en varios aspectos:

- Entender que para realizar una labor voluntaria lo significativo es tener claro el objetivo de esta (Desdramatizar y humanizar el ambiente hospitalario en beneficio de los pacientes infantiles, adolescentes o envejecientes institucionalizados)
- Que todos pueden participar y que no hay limitaciones más que las que nosotros mismos nos colocamos para participar
- Que en la actividad voluntaria lo más importante es nuestra actitud, intención y el tiempo que estamos dispuesto a invertir en la misma
- Reconocer el valor de la Sonrisa y la Risa en la salud integral de todos.
- Que participar de una actividad voluntaria nos beneficia, mejora nuestras relaciones interpersonales y nos motiva a contribuir a solucionar situaciones en nuestro espacio familiar, laboral y comunidad.

Las visitas se realizan en grupos de hasta 25 participantes, para ello los participantes reciben una charla/taller de 90 o 120 minutos y reciben al llegar al hospital u hogar algunos elementos para completar su traje de payaso y una nariz. Las visitas las realizamos todo el año miércoles, sábados y domingos, pero podemos hacer arreglos para realizarlas otros días de la semana si es conveniente para los colaboradores, estudiantes o profesionales y la organización.

En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

Otra forma de participar del Programa YASO POR UN DÍA es como grupo de familiares o amigos no menor de 6 personas realizando una donación de 500.00 RD\$ por participante o si desea participar de forma individual realizando una donación del costo básico de una visita para la Fundación que es de 2,000.00 RD\$ con lo que cubrimos, tapaboca, face shield (protector facial), hidratación, vejigas, infladores, limpia manitos, material de bioseguridad y tapabocas. De estar interesado nos escribe para enviarle el calendario de visitas del mes y pueda elegir cuando nos acompañara y le daremos instrucciones sobre la visita y charla breve del propósito de esta y los beneficios que representa tanto para quien la recibe, como quien participa de la misma.

Si lo que desea es ser voluntario, le recomendamos registrarse como candidato para la entrevista y taller básico antes de hacer una visita.

YASOTEENS:

No hay mejor inversión que la que se hace pensando en el futuro. Esta actividad diseñada para abordar adolescentes y jóvenes desde los 12 hasta los 17 años (hijos de colaboradores, alumnos de la institución o miembros de la organización), el enfoque de estos y relación con la sociedad; mostrándoles que ya desde su edad es mucho lo que pueden ofrecer como voluntarios.

Se potencia la solidaridad, empatía, gratitud, trabajo en equipo, amor por el prójimo, confianza, respeto, inclusión, igualdad y colaboración.

Se realiza una charla/taller de 120 minutos y se complementa con una visita de acompañamiento, a una organización (albergue o ancianato. Los centros hospitalarios por normas de bioseguridad solo permiten acceso a menores de edad si van a recibir atención médica), donde podrán compartir entre juegos una vivencia, con otros voluntarios Payasos de Hospital, que impactará en su capacidad discernimiento y valoración de la realidad.

En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

RISO TERAPIAS:

Sin duda alguna una de las acciones más sanadora es Reír, ya científicamente demostrado su impacto en nuestro cuerpo con la liberación a nuestro organismo de hormonas que elevan nuestros niveles inmunológicos a los que se suma sus beneficios mentales y emocionales. Se libera endorfinas: estos neurotransmisores son responsables de hacernos sentir felices. Además, a medida que aumentan las endorfinas, se reduce el cortisol, hormona que se libera como respuesta al estrés. Al bajar los niveles de cortisol, podemos reducir los sentimientos negativos. Por eso para nuestro objetivo institucional no hay actividad más seria que hacer Reír. Nuestros facilitadores entrenados y certificados como Líderes de la Risa y Risoterapia imparten sesiones de 45 a 60 minutos donde disfrutando de la risa sana, aprendemos técnicas para reírnos diariamente, con ejercicios sencillos de respiración que acompañan estas sesiones. Recuperamos nuestra alegría por la vida y el reconocimiento del valor terapéutico de reírnos.

Las sesiones sólo requieren un espacio cómodo para el grupo a atender que puede conformarse desde 15 hasta por 500 personas, si el espacio lo permite el grupo puede ser más grande. Las sesiones se realizan con TEO-Ría y JE-Ejercicios amenos donde todos pueden participar. Los podemos realizar como un receso de la actividad laboral, como sesiones de apertura antes de iniciar la jornada diaria o al cierre para terminar la actividad laboral llenos de energía positiva. Igualmente los realizamos Virtualmente vía Zoom® para grupos de hasta 90 personas en sesión privada.

Estos ejercicios sencillos mejoran considerablemente nuestra disposición para enfrentar los diarios eventos, en especial a quienes trabajan con público en la prestación de servicios, ventas y promoción, en áreas para recibir quejas y reclamos, atención de personas y en la facilitación de instrucciones y procedimientos.

Efectos beneficiosos de la risa

- Las carcajadas disminuyen el insomnio.
- Previene los infartos, ya que los espasmos que se producen en el diafragma fortalecen los pulmones y el corazón.
- Rejuvenece la piel porque tiene un efecto tonificante y antiarrugas.
- Al liberarse endorfinas, tiene un efecto analgésico.

Esto contribuye directamente a sus programas o actividades de responsabilidad social a lo interno de la organización y a sensibilizar y motivar a los/as participantes. En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

YOGA DE LA RISA®:

Si deseamos recuperar nuestra productividad, que mejor forma de hacerlo, que con ALEGRÍA y con lo que mejor lo expresa, la RISA.

Vamos a darnos el permiso de REÍR y de sumar a todos nuestros colaboradores a mejorar nuestro clima organizacional y hacer más humano, productivo y feliz nuestro ambiente laboral.

La YOGA DE LA RISA® Es una combinación de ejercicios de respiración de yoga con ejercicios de risa. Es un innovador concepto desarrollado por el Dr. Madam Kataria médico de la India que inspirado por los beneficios que el reír trae consigo tanto fisiológicos, bioquímicos y psicológicos debido a la secreción de endorfinas que libera el cerebro lo empleo como terapia preventiva de salud. La denomino de esta forma puesto que incluyo el Pranayama que son ejercicios de respiración yógica que potencian los beneficios a nivel mental, emocional y físico, mejorando nuestras respuestas a los eventos que nos rodean lo que redundo directamente en nuestra productividad.

Te preguntará ¿en qué consiste? Pues surge de la premisa que todos podemos reír sin necesidad de una causa, iniciando como ejercicio grupal, de esta forma la risa se convertirá en una risa real y contagiosa por el contacto visual y/o auditivo entre los asistentes.

Las sesiones sólo requieren un espacio cómodo para el grupo a atender que puede conformarse desde 15 hasta por 500 personas, si el espacio lo permite el grupo puede sr más grande. Los podemos realizar como un receso de la actividad laboral, como sesiones de apertura antes de iniciar la jornada diaria o al cierre para terminar la actividad laboral llenos de energía positiva. Igualmente los realizamos Virtualmente vía Zoom® para grupos de hasta 90 personas en sesión privada.

Los beneficios son:

- Mejora la capacidad respiratoria y fortalece nuestro sistema inmunológico
- Favorece la producción de endorfinas
- Disminuye los niveles de ansiedad y miedo
- Ayuda a disminuir la depresión
- Favorece la relajación
- Aumenta las habilidades sociales, facilitando la comunicación entre las personas
- Promueve relaciones sanas
- Fortalece las relaciones entre los miembros del equipo
- Incrementa la energía y productividad

Esto contribuye directamente a sus programas o actividades de responsabilidad social a lo interno de la organización y a sensibilizar y motivar a los/as participantes. En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza



a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

VISITAS INSTITUCIONALES DE LOS PAYASOS DE HOSPITAL:

El valor de la visita es muy similar al que obtenemos cuando lo hacemos en el hospital

o una institución de albergue en términos de desdramatizar y humanizar el ambiente a favor de todos los que en él se encuentran, eso permite que nos veamos en nuestro ámbito laboral con otros ojos, donde se distiende la tensión laboral por unos minutos, pero en el ambiente perdura por un tiempo extendido el recuerdo grato de un momento donde la alegría, la sonrisa y la risa me invitan a darme el permiso de verme y ver mi espacio laboral con otros ojos.

Promovemos alternativas distintas de participar de una actividad voluntaria, enriquecedora y donde yo soy relevante, porque no es la entrega o donación de bienes, si no de mi propio tiempo y disposición para regalar sonrisas, alegría y participar de juegos donde todos somos protagonistas.

El descanso o receso que durante la visita se produce de la rutina laboral, enriquece el ambiente y nos invita a seguir generando espacios más agradables y placenteros en nuestro entorno, no solo laboral, sino extensible a mi familia y comunidad.

Esto contribuye directamente a sus programas o actividades de responsabilidad social a lo interno de la organización y a sensibilizar y motivar a los/as participantes. En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

CHARLAS Y CONFERENCIAS:

Sin duda algunos temas como el éxito, el logro de objetivos, el cumplimiento de metas, liderazgo o trabajo en equipo han sido el centro de miles de horas y recursos que toda organización que se precie ha invertido en sus colaboradores, con relativos resultados, que si somos sinceros decaen en el tiempo y no siempre nos permiten obtener los ambientes felices y productivos que esperamos.

Ahora que la Felicidad se reconoce como un aspecto vital, especialmente asociada al bienestar integral de nuestros colaboradores y la calidad, eficiencia y eficacia de la empresa, estamos más dispuestos a reconocer y estar conscientes que las emociones y sentimientos esenciales son un componente importante de cómo nos conducimos, que decisiones tomamos y como experimentamos nuestra dimensión humana donde nuestras habilidades cognoscitivas no tienen todas las respuestas.

Otra forma de aporte a estos procesos lo hacemos con Charlas y Conferencias donde más que respuestas, mostramos que importante son las preguntas que nos hacemos y mostramos apuntadores hacia donde explorar para obtener las respuestas que ya sabemos, pero no estamos conscientes de ello. Compartimos teorías sobre la felicidad, la paz, la plenitud y la expansión de consciencia. Descubriendo que no somos Felices porque Somos exitosos, Somos exitosos porque Somos Felices.

Nuestras Conferencias:

- Apuntadores para vivir felices
- 7 creencias que limitan mi felicidad
- Somos Perfectos, vivamos Felices
- El Héroe que hay en ti

Esto contribuye directamente a sus programas o actividades de formación y motivación, así como, a la responsabilidad social a lo interno de la organización y a sensibilizar e inspirar a los/as participantes. En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

TALLERES DE JUEGOS (GAMIFICACIÓN):

Una de las tareas más importantes de la empresa es mantener altos los niveles de motivación y creatividad en sus colaboradores, para ello tiene varias posibilidades donde el ambiente laboral las facilita: promoviendo conductas, realizando campañas de valores, promoviendo principios y realizando actividades o programas recreativos entre otras.

Nuestra propuesta desde la óptica lúdica y del Clown facilita el descubrimiento y la consciencia de que nuestras posibilidades e imaginación son infinitas, si nos damos el permiso, permiso que evidenciamos cuando estamos dispuestos a jugar.

En el juego redescubrimos que la emoción esta más asociada de lo que aceptamos a nuestras decisiones y que nuestras decisiones son las que en realidad limita nuestros pensamientos y acciones y no el entorno. El entorno está allí, pero nuestras decisiones son las que nos permiten ver soluciones y oportunidades donde otros solo están viendo problemas y limitaciones. Pues vamos a jugar y descubramos cuanto estamos dispuestos a imaginar y pensar fuera de la caja.

Esto contribuye directamente a sus programas o actividades de formación y motivación, así como, a la responsabilidad social a lo interno de la organización y a sensibilizar e inspirar a los/as participantes. En una propuesta que realizamos al recibir su solicitud les indicamos los montos de la donación que se realiza a la fundación. La misma se factura con comprobante fiscal para efectos de los beneficios previstos en la ley para el donante en términos impositivos.

TALLERES DE VOLUNTARIADO:

Ofrecemos para su organización talleres de 4, 8 y 16 horas para la formación de voluntarios y preparación de equipos para liderizar labores voluntarias, con información básica de como promovemos la actividad voluntaria, que aspectos debemos atender en un grupo de voluntarios y otros procesos esenciales en el manejo del voluntariado de la organización.

FLYERS Y SONRISAS:

Otra forma en la que pueden apoyar nuestra labor es en su difusión en forma directa con la comunidad, potenciales voluntarios y potenciales donantes.

Esto lo hacemos distribuyendo un flyer con información básica de la institución y como pueden apoyarnos o con una Sonrisa impresa y troquelada que compartimos con los niños, sus padres o representantes, personal médico-asistencial, docentes y público en general con quienes compartimos en las visitas a los hospitales, en la escuelas donde se desarrolla el proyecto SONRÍE y en nuestro stand promocional en todas las ferias y eventos donde nos invitan para promover nuestra labor, la actividad voluntaria o recaudar fondos.

Esto le permite junto con su apoyo, asociar su empresa y su marca con una institución reconocida en su nicho de actividades potenciando su imagen de responsabilidad social a lo interno de sus colaboradores, sus clientes y a lo externo con el público en general y la comunidad donde presta sus servicios y oferta sus productos.