**PROGRAMA DÍA MUNDIAL DE LA FELICIDAD**

**(20 Marzo 2017)**

**SÁBADO 18 DE MARZO**

**(Para los adelantados en la celebración!!!)**

**ANTOFAGASTA:**

**11:00 a 12.00 Evento comunitario de Yoga de la risa**

El club “Templo de la risa” celebrará con este evento gratuito especialmente dirigido a personas discapacitadas y con autismo junto a sus familiares, pero donde cualquier persona puede sumarse también a participar !! Lugar: Playa Las Almejas.

**DOMINGO 19 DE MARZO**

**SANTIAGO:**

**1) Escuela Dhatri** abre sus puertas con la realización de un programa de actividades abiertos y gratuitos en pro de la felicidad. Ejército 198 (pisos 2 y 3), esquina Sazie, Metro Los Héroes. Cupos limitados. Entrada libre por orden de llegada (posibilidad de asegurar cupo de una o varias actividades inscribiéndose en contacto@dhatri.cl):

**14:00 a 16.00 Arte, Yoga y bienestar.** Luego de una ceremonia inicial, comenzará una sesión de yoga donde realizaremos 108 saludos al sol (secuencia de movimientos altamente beneficiosa para nuestro cuerpo y espíritu).

**16:15 a 17.15 Charla sobre Ayurveda (Medicina Tradicional de la India)**

**17:00 -17:30 Clase de Yoga en familia**

**17:30 - 18:00 Presentación documental “Las felicidades del Mundo”**

Ainara Aparici nos presentará su documental en rodaje “Las felicidades del Mundo”, donde combina las posibilidades que ofrecen el cine, Internet y la interacción física y virtual del público para la realización de un nuevo tipo de contenido audiovisual enfocado en lo que es usualmente olvidado por los medios y documentales: “la parte positiva y feliz del mundo”. <https://www.lasfelicidadesdelmundo.com/>

**18:20 - 18:35 Espectáculo de Danza Clásica de la India (**Usha Vikas)

**19:15 - 20:15 Concierto de Música Clásica de la India (**Krishna Sambandha)

 <https://www.facebook.com/krishnasambandha.live>

**VIÑA Y QUILLOTA**

**1)** La Escuela de surf “Soul Surf” nos invita a aprender y disfrutar de este entretenido deporte. Incluye: derecho a participar de todas las actividades, equipamiento (traje y tabla p/p), espacio habilitado (con vista al mar) para descansar, comer, guardar pertenencias, acceso a duchas y baños. Hay un cupo de 15 personas y las inscripciones son en stgosurf@gmail.com. Avenida Borgoño 24790. Playa la boca Concon. A las 11:00 hrs

**2)** Mirta Paredes nos ofreceráestas actividades a realizarse en **“El Nido de Quillota“** Casa Viejas de Rautén (pasado el cruce el manzanar). Cupos Limitados. Inscripciones en: mirtaparedeshuerta@gmail.com

**10:00 a 11:30 Biodanza para adulto mayor (25 cupos)**

**12:00 a 13:30 Biodanza adultos** (30 cupos)

**15:00 a 17:30 Coaching familia (**Máximo 5 familias, 5 a 6 personas máx. en c/u).

**18:00 a 20:00 Cuenta cuentos** (30 cupos)

**3)** En Hotel O´Higgins el **Movimiento “Fluye”** por la Felicidad organizó de forma gratuita y en colaboración con la **Fundación por el Bienestar y la Felicidad** estas conferencias:

**16:00 a 17.30 Concierto: “Batman y el viaje del héroe”**

 Roberto Bravo nos interpretará este concierto en vivo.

**17:30 a 18.30 Charla: “El mayor desafío es detenerse”**

El Doctor en Psicología: Claudio Araya nos hablará de los beneficios del Mindfulness y la compasión para el cultivo de una vida buena.

**Valparaíso**

**16:00 a 18:00**  **Cuenta cuentos: El delfín chileno y la ballena azul**

**Greenpeace Chile** nos invita a compartir esta instancia de cuenta cuentos. Se encontrará a cargo de la profesora de danza Marcela Contreras Arancibia y tiene por objeto explicar a los niños asistentes la importancia de proteger los mares del fin del mundo, ubicados en la Patagonia chilena. Posteriormente los niños podrán disfrutar de actividades de esparcimiento, donde podrán plasmar en dibujos, lo aprendido en la instancia de cuenta cuentos. Plaza Victoria de Valparaíso.

El correo de inscripción es ealquinta@voluntariosgreenpeace.cl. a nombre de Ana Karina Figueroa. Disponemos de 15 cupos.

**Ancud**

**16:00 Zumba Masiva**

La municipalidad de Ancud invita a conmemorar el mes de la mujer y el día de la felicidad con una zumba masiva a cargo de Susan Sáez y María Paz Manzilla. Sector costanera de Ancud. Llevar botella con agua!

**LUNES 20 DE MARZO**

**(Hoy celebramos con el mundo entero!!!)**

**Santiago:**

**8.30 a 18.00 Seminario: “Creatividad y Emprendimiento Positivo”**

Organiza: Fundación por el Bienestar y la Felicidad.

Lugar: DUOC UC (Antonio Varas 666, Providencia).

Costo: Aporte Voluntario (Si te animas, estaremos recibiendo libros o juguetes en buen estado para donarlos en Campaña de Día del Libro y Campaña Navidad). 120 cupos.

Inscripciones en: info@fundacionbienestar.cl

- Charla ***“Mindfulness para reuniones con otros”.***

Mónica López H. (Directora Instituto del Bienestar)

- Charla ***“Jugar o Morir”***

Roberto Bravo (Consultora Lúdica)

***-*** Charla ***“Emprender Post Maternidad: una oportunidad para seguir Creando”.***

Claudia Rondón Castillo (comoencontrartrabajo.cl y Factor Q Chile)

***-*** Charla ***“Inclusión real”***

Mónica Osbén (Abogada, Voluntaria en Espacio Mandela - Penitenciaría)

***-*** Charla ***“Emprender con Felicidad”***

Ariel Pérez (Fundador de The Toy Factory y pibox.cl)

***-*** Charla ***¡Todos podemos emprender!***

Juan Andujar Lobos (C.O.O. Bloomers! Chile)

- Charla **"*Pedaleando hacia ciudades más felices: como la bicicleta puede aumentar la felicidad de una ciudad"***

Iván Páez (Fundador y CEO de [www.kappo.bike](http://www.kappo.bike/))

***- Presentación documental “Las felicidades del Mundo”* (**Ainara Aparici)

- Charla ***“***“***Reinvéntate y dedícate a lo que realmente te gusta”***

Roberto Puentes (Fundador de Belab: Centro de Liderazgo Inspiracional)

***-*** Charla ***“Cómo convertir tu propósito en un emprendimiento”***

Nerea de Ugarte (Fundadora Buildlove)

***-*** Charla ***"El poder social de la diversidad de miradas".***

Fabián Schiaffino (Director Fundación Mapocho, Organizador TEDxLaPincoya y TEDxUTFSM).

***-*** Charla ***"El propósito como propuesta de valor"***

Nicolás Morales (Gerente General “Pegas con Sentido”)

***-*** Charla ***"El optimismo como una herramienta de cambio de mentalidad generacional"***

Tomás Dupouy (Director Fundación panal)

**17.00 a 19.30 Crea tu Felicidad**

Fundación Quillagua (en lengua mapuche significa “Ayuda Mutua”) quiere generar un espacio de encuentro con música, globos y regalo de libretas para personalizar y plasmar emociones. Lugar: Villavicencio con José Victorino Lastarria, Providencia.

**18.30 a 20.30 Taller: “El hábito de ser feliz”.**

Centro MIP. Chapultepec 5536, Vitacura. Máximo 30 cupos. Inscripciones en francisca.olivares@centromip.cl

**15:30 a 18:00 Coaching y aprendizaje con caballos**

El coaching y aprendizaje con caballos es una modalidad experiencial, donde los participantes aprenden de sí mismos y los demás interactuando con caballos en actividades especialmente diseñadas y guiadas por una pareja de facilitadores. Centro ecuestre equilibre. Cupos limitados 15 personas. Inscripciones en contacto@akuda.cl

**Valparaíso**

**19.30 a 20.30 Experiencia Motivacional: “Tú… Súper Héroe. Cómo descubrir nuestro super poder conectándonos con nuestro niño interior”**

Enzo Gnecco (Coach emocional) nos invitará a comprender cada una de nuestras emociones para así conectarnos con nuestro niño interior y vivir más plenamente, aprenderemos herramientas de regulación, mindfulness y más. Centro de Extensión Edificio Cousiño, Blanco 997. Inscripciones en: egnecco@noknok.cl

**Linares**

**11.00 a 12.30 Documental “Sonrisas de Paz”**

Este documental de Hugo Villar, protagonizado por Claudio Ortega se dará en Teatro Municipal de Linares de forma gratuita y abierta a la comunidad.

**Iquique**

**1) “Ingrávida: centro físico y terapéutico”** brindará actividades para el bienestar físico y mental, a través del pilates y gimnasia. Lugar: Arturo Pérez Canto 1047.

**9:00 Gimnasia abdominal hipopresiva y Aeropilates**

**10:30 Pilates y Gimnasia abdominal hipopresiva**

**18:30 Aeropilates**

**19:45 Gimnasia abdominal hipopresiva**

2) “**Ananda Yoga”** organizará un día de puertas abiertas donde todos pueden venir a tomar 1 clase sin costo. Cupos limitados por orden de llegada. Obispo Labbe 1589 casi esquina Manuel Rodriguez.

**10:30 a 12:00 Clase de Yoga**

**17:00 a 18:30 Taller de Masaje Infantil**

Un momento de conexión entre madres y padres con sus bebes, a través de la magia del masaje. Se entregarán técnicas que permitirán que tus hijos se relajen y concilien mejor el sueño, fortalecer los vínculos de apego, aliviar los cólicos y desarrollen mejor su sistema neurológico. Llevar manta, ropa cómoda y aceite vegetal.10 cupos. Inscripciones: maria@apegomaterno.cl o +56 9 89211731

3) Felizmente sustentable organiza una serie de actividades que promueven bienestar para este 20 de marzo. Rancagua 3524, Iquique.

**18:30-21:00** Mindfulness y meditación

 Yoga de la risa

 Círculo de tambores

 Biodanza

**Antofagasta**

**19:00 Clase Yoga de la risa**

Centro de Yoga Matsyendra invita a toda la comunidad Antofagastina a realizar ejercicios de risa , potenciando el juego de aquel niño(a) interno , relajando y vaciando nuestra la mente. Uribe 1017 of 201 Antofagasta

**TAMBIÉN CELEBRAN DÍA DE LA FELICIDAD DENTRO DE SUS ESPACIOS !!!**

Estos eventos son cerrados al Público General, pero nos demuestra la importancia de celebrar este día en distintos lugares y organizaciones!! Haz lo mismo en la tuya y cuéntanos a través del facebook: Instituto del Bienestar (IBE) o con el hashtag #diadelafelicidadchile

**12.00 a 13.00 *Charla: “Cómo vivir de tus pasiones”* (Santiago)**

Esta actividad será realizada por la Fundación por el Bienestar y la Felicidad para los Funcionarios de FAO-ONU en Chile. Nuestro voluntario, que además es Fundador de Belab: Centro de Liderazgo Inspiracional, Roberto Puentes Kamel, hablará sobre la importancia de reinventarse y ser feliz en el trabajo.

**7:30 a 16:20 Día Positivo en Netland School (Santiago)**

El Equipo de Psicología Positiva, del colegio **Netland School** en conjunto con todos los docentes y funcionarios, organizan la celebración del “Día Mundial de la Felicidad” este lunes 20 de marzo, realizando charlas para apoderados y alumnos, clases de biodanza, recreos entretenidos y muchas otras actividades.

**8:00 a 16:00 Día Positivo en Colegio Universitario Antonio Rendic (Antofagasta).** Regaladores de abrazos, yoga para alumnos y funcionarios, momentos de inspiración con mensajes y música, flash mob en los recreos y mucho más para este día especial.

¿Quieres ingresar a nuestro programa con una actividad?

Escríbenos a info@fundacionbienestar.cl

Encuentranos en:

 [www.fundacionbienestar.cl](http://www.fundacionbienestar.cl)

[www.institutodelbienestar.cl](http://www.institutodelbienestar.cl)

[www.movimientofelices.org](http://www.movimientofelices.org)

Facebook: Instituto del Bienestar (IBE)

Instagram: @institutodelbienestar

Twitter: @Bienestar\_Chile

****