

La pandemia ha afectado enormemente a nuestra sociedad y el distanciamiento social ha sido dañino para la salud mental, provocando estrés, ansiedad, enojo, frustración y tristeza. Pero, ¿sabías que tejer es muy beneficioso para nuestro bienestar? Por ello, la Municipalidad de Quillota, como una forma de ayudar al manejo de estas emociones, está ofreciendo a los vecinos y vecinas de la comuna un innovador espacio terapéutico virtual, mediante un Taller de Lanaterapia, abierto a todos quienes quieran aprender sobre los palillos y ovillos.

Según estudios, el tejido puede ser una ocupación creativa y significativa, con un impacto muy positivo en la salud y el bienestar de las personas, pues tiene un potencial terapéutico. Ayuda a disminuir los niveles de tensión y estrés, promueve la tranquilidad y el buen humor, debido a que libera la hormonas dopamina, que es antidepresiva, y serotonina, que nos ayuda a sentirnos cómodos.

El Taller de Lanaterapia es impulsado por el Programa de Bienestar Familiar de Banamor, dependiente de la Dirección de Desarrollo Comunitario (Dideco). Impartido por la monitorea Ruth Romero, en su nueva versión tendrá 38 participantes, que ayer tuvieron su primera sesión de manera remota. Sin embargo, no es excluyente para el resto de la comunidad, tanto adultos como menores. Las clases se realizarán semana por medio, los miércoles y viernes, a las 11 horas, a través de Facebook Live, en la fanpage "Bienestar Social".

Anuncio Patrocinado



La encargada de Banamor, Sylvana Sandoval, explicó que “debido a la cuarentena que mantiene la comuna de Quillota, el programa Bienestar de Banamor debió comenzar sus talleres de Lanaterapia de forma remota, y para llevarlos a cabo se creó una fanpage en Facebook, que se llama ‘Bienestar Social’. Ahí se van a transmitir diversas clases de tejido. En un principio comenzamos con las usuarias que están en intervención con nosotros, pero debido a que la comunidad también manifiesta su necesidad de poder distraerse y sacar un poco de la tensión de este tema de la pandemia, también quisimos abrir estos espacios”.

Sylvana Sandoval agregó que el taller “es un espacio de autocuidado para las personas que quieran participar en él, para ahí liberar cargas emocionales y diversas preocupaciones que tenemos todos por la pandemia. Así que los invitamos a toda la comunidad, mujeres, hombres y niños, para que puedan participar en estos talleres y aprender. Siempre es importante aprender nuevas cosas. Acá, si bien tenemos taller de tejido en base a la Lanaterapia, también iremos generando otras pequeñas iniciativas, para que también pueda ir participando la comunidad”.

WAWM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

Conversemos por WhatsApp

Cabe recordar que el taller de Lanaterapia se viene realizando hace cinco años, principalmente para beneficiarios de los programas de Dideco. Tiene una línea terapéutica pensada para las personas que hayan sufrido alguna desestabilización emocional, y otras de emprendimiento, para quienes deseen un negocio con los tejidos y así tener un ingreso

Municipalidad de Quillota invita a innovador y terapéutico taller virtual de tejido

extra.

y tú, ¿qué opinas?