

jueves 5 de junio de 2025

La Laguna impulsa un taller de escritura creativa para fomentar el bienestar emocional y la expresión personal

“Escribo Para Entenderme” ofrece una experiencia transformadora a través de la palabra, el autoconocimiento y la conexión grupal



El Ayuntamiento de La Laguna, a través del área de Drogodependencia, impulsa el proyecto “Escribo Para Entenderme”, un taller de escritura creativa dirigido a la ciudadanía del municipio, con el objetivo de promover el desarrollo personal, la salud emocional y el empoderamiento comunitario.

El proyecto propone una experiencia transformadora compuesta por cuatro sesiones independientes en dos ediciones que se realizan en junio y la otra en septiembre. En ellas, durante cuatro días consecutivos se desarrollarán dinámicas adaptadas que combinan escritura libre, expresión emocional, gratitud y reflexión temporal.

“Este taller nace del compromiso con la salud emocional de nuestra ciudadanía, ofreciendo un espacio seguro

donde las palabras se convierten en herramientas de crecimiento personal y colectivo”, señaló el concejal responsable del área de Drogodependencia, Sergio Eiroa. “Desde el Ayuntamiento apostamos por proyectos innovadores que sitúan el bienestar de las personas en el centro de nuestras políticas públicas”.

El concejal de Participación Ciudadana, Fran Hernández, puso en valor que este tipo de iniciativas se desarrollen en los centros ciudadanos del municipio: “Son espacios clave para la cohesión social y la construcción de comunidad. Actividades como esta acercan la cultura, el cuidado y la reflexión a los barrios, haciendo que cada vecina y vecino se sienta parte activa del tejido municipal”.

Por su parte, el concejal de Sanidad, Domingo Galván, destacó la importancia de cuidar de la salud mental desde una perspectiva integral y cercana: “Fomentar espacios donde las personas puedan expresar sus emociones y trabajar su bienestar emocional de forma creativa es esencial para prevenir situaciones de vulnerabilidad. Este taller es un claro ejemplo de cómo la salud no solo se cuida en los centros sanitarios, sino también en iniciativas

comunitarias como esta”. Escribo Para Entenderme se presenta como una propuesta abierta, accesible y flexible, orientada a toda persona interesada en explorar su mundo interior a través de la escritura. Las actividades incluyen improvisación verbal, monólogos interiores, ejercicios de gratitud y cartas dirigidas al yo del pasado o del futuro, permitiendo que cada participante elija su propio camino dentro del proceso creativo.

“La escritura es una poderosa herramienta de autoconocimiento. Este taller facilita que las personas puedan identificar sus fortalezas, visualizar metas y fortalecer la empatía grupal”, añadió Eiroa, destacando el impacto social de estas iniciativas.

El contenido de cada sesión es autónomo y permite a los asistentes elegir los días que mejor se adaptan a sus necesidades, fomentando la participación diversa y eliminando barreras de acceso.