

Toma Aire

Un
Aire
de **Bienestar**

San Javier
ciudad de las
emociones

24 - 25
septiembre

Teatro de invierno
de **San Javier**



1

Un espacio para
descubrir, compartir
y sentir



2

El bienestar
como prioridad



3

Especialistas en
salud integral y
bienestar



24 de septiembre:

Apertura de puertas 18:30 hs.

19:00 hs - 20:30 hs. Charla: Albert Espinosa

Presentado por: Azucena Marín

25 de septiembre:

Apertura de puertas: 18:00 hs.

18:30 - 19:30 hs. Charla: Silvia Severino

19:30 - 20:30 hs. Charla: Edgar Barrionuevo

20:30 - 21:00 hs. Coloquio

Presentado por: Fran Sáez





Albert Espinosa I Puig

El creer y el crear están a una letra de distancia

Ingeniero industrial, guionista, actor y escritor.

Ha trabajado como guionista de cine en Planta 4ª, de Antonio Mercero (segunda película más taquillera de 2004 y que ha tenido dos remakes en Holanda y Suiza), Va a ser que nadie es Perfecto, de Joaquín Oristrell (quinta película más taquillera de 2007 y que tendrá un remake en Alemania). Tu vida en 65 minutos y Héroes.

También ha estrenado una película como director de cine, No me pidas que te bese porque te besaré. Como dramaturgo ha escrito 15 obras y ha estrenado en el Teatro Nacional de Catalunya, el Lliure y el Centro Dramático Nacional. En su faceta televisiva, ha trabajado en más de treinta producciones y destaca sobre todo la creación (idea original, guión y coproductor asociado) de la serie Polseres Vermelles (Pulseras Rojas) de la que Steven Spielberg realizó su versión.



Sílvia Severino Fanero

Falta de aire: neurociencia, vínculos y bienestar en un mundo que nos acelera

Psicóloga y educadora con amplia trayectoria en docencia reglada.

Intervención psicopedagógica y atención a la diversidad.

Experiencia profesional en contextos educativos públicos, privados e internacionales, así como en formación de profesorado.

Formación avanzada en Psicología de la Educación, regulación emocional, neurodesarrollo y pedagogía sistémica.

Actualmente doctoranda en Salud, Psicología y Psiquiatría. Perfil orientado a la docencia universitaria aplicada y a la transferencia entre teoría e intervención profesional.



Edgar Barrionuevo

La edad no empieza en el calendario: cómo nuestros hábitos determinan la longevidad y el bienestar

Doctor en Nutrición, dietista-nutricionista.

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Dos másteres en psiconeuroinmunoendocrinología y más de veinte años de práctica clínica.

Compagina docencia universitaria de posgrado y la dirección de trabajos fin de máster con la investigación, la consulta y la divulgación científica.

Su trayectoria se ha construido sobre la integración de tres campos que rara vez se cursan juntos —fisiología del ejercicio, nutrición clínica y psiconeuroinmunoendocrinología— y sobre una idea que la evidencia sostiene cada vez con más solidez: buena parte de lo que damos por inevitable con los años —el cansancio, el mal descanso, la falta de claridad mental, el ánimo bajo— no es una consecuencia obligatoria de la edad, sino el resultado acumulado de hábitos que sí podemos modificar.

Toma Aire

Un Aire de
Bienestar

24 - 25
septiembre

Teatro de invierno
de **San Javier**

**Ciudad de las
emociones**

Subvenciona



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030

DIRECCIÓN GENERAL
DE AGENDA 2030



AGENDA
2030

Organiza



AYUNTAMIENTO DE **SAN JAVIER**
CIUDAD DEL AIRE



Colabora

