

*ATS

SALUD MENTAL Y CULTURA

sentir crear sanar



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA**

TERRADLLIBRES



DE QUÉ SE TRATA

**NO HAY
SALUD
SIN SALUD
MENTAL**

CADA VEZ
+ **PERSONAS** SE
ENFRENTAN A
DESAFÍOS
EMOCIONALES Y
PSICOLÓGICOS

DESARROLLO
ADICCIONES
MALOS
HÁBITOS

todavía
EXISTEN
ESTIGMAS,
SILENCIOS Y
BARRERAS

**HABLAR DE
SALUD MENTAL
ES UNA
NECESIDAD
URGENTE**

Es **EL MOMENTO DE
ORGANIZAR UN EVENTO**
dedicado a la salud mental, un
espacio abierto, inclusivo y
transformador

**donde converjan
DESTACADOS
PROFESIONALES**

del ámbito clínico y terapéutico y
la mirada sensible y poderosa de
ARTISTAS
de distintas disciplinas

nace

***ATS**

**TERRITORIO DE
REFLEXIÓN, DIÁLOGO
E INSPIRACIÓN,**
donde ciencia y arte
se unen

DE QUÉ SE TRATA

No hay salud sin salud mental.

Hablar de salud mental ya no es una opción, sino una **necesidad urgente**.

Nuestro mundo cambiante hace que cada vez más personas se enfrenten a desafíos emocionales y psicológicos. Sin embargo, todavía persisten estigmas, silencios y barreras que dificultan una comprensión profunda y humana de lo que significa cuidar la mente.

XATS es una iniciativa cultural y social orientada al **bienestar emocional y la prevención en salud mental**, un espacio abierto, inclusivo y transformador donde converjan el saber de **destacados profesionales del ámbito clínico y terapéutico junto a la mirada sensible y poderosa de escritores, cineastas y creadores de distintas disciplinas**.

XATS es un **territorio de reflexión, diálogo e inspiración**, donde la ciencia y el arte se entrelazan para abordar temas como el autoconocimiento, la ansiedad, la depresión, el duelo, el burnout, los trastornos mentales, las adicciones, la resiliencia y el bienestar emocional. La propuesta se fundamenta en la idea de que **la cultura es un poderoso instrumento de sensibilización y transformación social**, y que las voces de uno y otro ámbito nos ayudan a **sentir, crear y sanar**.

OBJETIVOS. TONO Y ÉTICA

- * FOMENTAR EL **CONOCIMIENTO SOBRE SALUD MENTAL EN LA POBLACIÓN**
- * FACILITAR **HERRAMIENTAS** PRÁCTICAS DE **AUTOCUIDADO EMOCIONAL**
- * SENSIBILIZAR SOBRE EL IMPACTO PSICOLÓGICO DE **CRISIS SOCIALES Y CLIMÁTICAS**
- * **PROMOVER ENTORNOS LABORALES MÁS SALUDABLES** DESDE EL PUNTO DE VISTA EMOCIONAL
- * GARANTIZAR EL **ACCESO A CONTENIDOS** A DIFERENTES COLECTIVOS
- * **REDUCIR EL ESTIGMA** ASOCIADO A LOS TRASTORNOS MENTALES

**ACEPTAR EL DOLOR Y APORTAR HERRAMIENTAS
QUE MINIMICEN EL SUFRIMIENTO
IR HACIA DELANTE >**

**CREACIÓN DE UN
ESPACIO SEGURO**



**29 SEP / 30 SEP / 01 OCT
2026**



**SALUD MENTAL
Y CULTURA**

PROGRAMA

29 SEP 2026

SALUD MENTAL EN EL **CICLO VITAL**

PROGRAMA



JOSÉ ANTONIO MARINA



MÁXIMO HUERTA

19.00 EL VIAJE DE NUESTRAS VIDAS

Un viaje por la evolución de la mente desde que nacemos hasta que envejecemos. Se abordará cómo el cerebro y las emociones se transforman, el reto de madurar, la crisis de identidad en las transiciones vitales y la aceptación del paso del tiempo y el deterioro.



MARTA MARTÍNEZ NOVOA



PACO ROCA

20.00 NADA ES PARA SIEMPRE

Cómo mutan nuestros vínculos afectivos con los años. Hablaremos del apego, de la evolución del amor romántico hacia algo más maduro, de rupturas sentimentales y cómo nos afectan, de la pérdida o mantenimiento de las amistades y del cambio de roles que los hijos experimentan al convertirse en cuidadores de sus propios padres.

ACTIVIDAD TRANSVERSAL

Taller BIBLIOTERAPIA: “Un libro para cada herida” – realizado por librerías

30 SEP 2026

SALUD MENTAL EN LAS ORGANIZACIONES

PROGRAMA



MAR CABRA

@occimorons PABLO R. COCA

19.00 MUCHO MÁS QUE TRABAJAR

Cómo construir, favorecer y mantener un buen clima laboral. Se debatirá sobre el liderazgo ético, la empatía en las oficinas, el trabajo en equipo y cómo las empresas deben ser espacios que potencien el bienestar psicológico en lugar de mermarlo.



@lapsicologajaputa LORENA GASCÓN

LAURA GARCÍA ALONSO

20.00 BURNOUT NO ES UN GRUPO MUSICAL

El reverso oscuro del entorno laboral. El punto de quiebre físico y mental: la tiranía de la hiperproductividad, el desgaste crónico, la incapacidad para desconectar y los entornos tóxicos que enferman al trabajador.

ACTIVIDAD TRANSVERSAL

Taller: “Gestionar el estrés para liderar mejor” – para profesionales - por Toya Zuriaga

1 OCT 2026

SALUD MENTAL EN CRISIS Y EMERGENCIAS

PROGRAMA



YESSICA DÍAZ
Psicólogas Sin Fronteras

MANUEL VILAS

19.00 CUANDO NO PUEDES OLVIDARLO

Focalizada en el trauma colectivo, la catástrofe y la supervivencia comunitaria (ideal para abordar la DANA). Se explicará qué son los primeros auxilios psicológicos y cómo sostener la mente de una población cuando lo ha perdido todo de un día para otro.



BELÉN COLOMINA

ALEJANDRO PALOMAS

20.00 ESTRATEGIAS CONTRA EL DESALIENTO

Una mesa orientada a la esperanza y la acción. Una vez que la crisis (duelo personal, diagnóstico o trauma) ha golpeado, ¿qué herramientas tenemos para no rompernos del todo? Se hablará de plasticidad cerebral, resiliencia y el papel del relato propio para sanar.

ACTIVIDAD TRANSVERSAL

Taller práctico: “Primeros auxilios psicológicos” – por Psicólogas Sin Fronteras



Complejo Deportivo Cultural Petxina

285 localidades

EQUIPO



Un equipo con **más de 15 años de experiencia** en la organización de eventos exitosos

VLC NEGRA (14ed) ARTILUGIO (2ed)
ALICANTE TRUE CRIME (2ed) BFEST (3ed)
TORRENT HISTÓRICA (7ed) MARCAPÀGINAS (1ed)
XABIA NEGRA (6ed) ANTONIO FERRANDIS (10ed)

Gestión de CENTROS CULTURALES (Aben al-Abbar / Orriols)



***ATS**

SALUD MENTAL Y CULTURA

**29 SEP / 30 SEP / 01 OCT
2026**