

### EN QUINA SOCIETAT PAGARIA LA PENA VIURE?

Totes les activitats programades proporcionen respostes -unes més àmplies i d'altres més concretes- a aquesta pregunta bàsica que cada cop s'estan formulant més persones que (mal)vivim en els països anomenats desenvolupats o rics o moderns o avançats. A Plural-21 s'aborden temes, s'exposen investigacions, es recuperen coneixements, s'ensenyen tècniques, es comparteixen recursos, es desenvolupen capacitats, etc., que millorarien la salut-i-la-vida de la immensa majoria de la població, que significarien un estalvi enorme de dolor i, a més, de diners, que simplificarien la nostra existència diària,... **BENVINGUTS/DES!!!**

Dijous, 9 de gener. Com símbol de naixement de l'any, l'any del trentè aniversari de Plural-21 presentarem i comentarem el documental **EI PRIMER CRIT (LE PREMIER CRI (2007))** de Gilles de Maistre. Aquest film ens aproxima a les diferents maneres d'acompanyar i rebre el naixement d'un ésser humà en diferents cultures. Organitzen: Antonio Tagliati i Ester Burrel. Col·laboració: La voluntat

Viernes, 10 de enero, 19:30h. Presentación del libro **¿QUIERES VIVIR?** Basta, por favor. Nos dicen constantemente que hay que luchar contra la enfermedad. Esta obra le da la vuelta a la tortilla. No hay que luchar contra nada ni nadie, sino a favor de la vida. Ella no se equivoca nunca. Somos nosotros, los que no sabemos interpretar sus decisiones. Por el autor, **ALBERT SALVADÓ**, superó un cáncer.

**Ciclo: "EL VIAJE A LA TRADICIÓN MEDITERRÁNEA" + Adendum.** Nueve sesiones en lunes, a las 19:30h.

Presentación de todo el Ciclo por su creador, realizador y productor **MIGUEL VALLS**

Organiza **JOSÉ LUÍS RUÍZ**, ex químico, investigador independiente y terapeuta

Lunes, 13 de enero 2020, 19,30 h. **(5 de 9) ISLAM. Sólo Dios es Dios.**

Lunes, 20 de enero 2020, 19,30 h. **(6 de 9) CÁBALA. El lenguaje secreto de Dios.**

Lunes, 27 de enero 2020, 19,30 h. **(7 de 9) SUFISMO, el corazón del Islam.**

Lunes, 3 de febrero 2020, 19,30 h. **(8 de 9) IBN ARABI. El esplendor de Al Ándalus.**

Lunes, 10 de febrero 2020, 19,30 h. **(9 de 9) Adendum.**

**Colaboración\*. PÚBLICO:** sesión suelta, 4€; ciclo completo, 25€. **SOCIOS:** sesión suelta, 2€; ciclo completo, 12€. Quien compre el estuche con los ocho DVDs (59€): gratis todo el ciclo. Quien compre el libro (20€): tres sesiones gratis.

Jueves, 16 de enero, 19:30h. Presentación de la tercera edición (Editorial Kairós) del libro **QI GONG. PRÁCTICA CORPORAL Y PENSAMIENTO CHINO.** Por **ISABEL CALPE**, doctora en antropología y maestra de Qi Gong. El Qi Gong de la Verticalidad es una práctica corporal basada en la circulación del Qi o Energía vital que mueve el universo y sustenta la vida. Fundamentada en la tradición china y en la ciencia moderna, esta práctica transformadora y potente ajusta el cuerpo y activa nuestra energía interna, aportándonos un equilibrio global, físico, emocional y mental.

Evento Gratuito

Curso con **Isabel Calpe QI GONG, PRÁCTICA ENERGÉTICA DE SANACIÓN.** Ajusta tu cuerpo, Equilibra tus emociones,

Fluye con el Movimiento. 4 sessions els caps de setmana del 15-16 i 22-23 de febrer, de 10:00 a 13:00 hores,

Col·laboració: Una sessió: 33€ Dos sessions: 60€ Tres sessions: 90€ Quatre sessions: 115€. Socis de Plural-21: 20% de descompte.

Dijous, 17 19:30h. **Inauguració del trigèsim any de Plural-21. Una visió de conjunt del camí fet.** Exposa: **LLUÍS BOTINAS**, president.

Dijous, 30, 19:30h. **LYNN MARGULIS I EL RIU EBRE. L'art com a recordatori de la necessitat d'un canvi de model.** Una iniciativa que comulga amb la cita de la biòloga Lynn Margulis (1938-2011) "*La vida és una associació simbiòtica i cooperativa que permet triomfar els que s'associen.*" Projecte billet de 5 ebres. Sobre un descobriment històric de la científica al Delta de l'Ebre. Per **NÚRIA ARIAS**, artista, professora de Cultura audiovisual i Visual i Plàstica a l'IS Ramon Berenguer, d'Amposta.

### FEBRER

Viernes, 7 febrero. 19:30h Conferencia gratuita: **LOS MICROORGANISMOS SIMBIÓTICOS REGENERADORES Y SU USO EN: NUTRICIÓN, SALUD Y MEDIO AMBIENTE.** El obrador simbiótico. Trabajando codo a codo con los microorganismos.

Por **ANDER UREDERRA**, coautor de los libros Microbiótica (2014) y Nutrición simbiótica (2016), de Ediciones I. Gratuita

Sábado, 8 febrero, de 11:00 a 19:00 horas. Taller: **NUTRICIÓN SIMBIÓTICA CON MICROORGANISMOS REGENERATIVOS.** Nutrición simbiótica. Microorganismos. Bases simbióticas ricas en fibras y probióticos naturales. Conservación, aumento de nutrientes y probióticos, vitalidad y regulación digestiva. Bebidas Bioactivas. fermentación sin alcohol. El uso de los microorganismos en medio ambiente, hábitat, nutrición y salud. Por **ANDER UREDERRA**

**Aportación 65 € y socios 60€ - Incluye dossier y degustación. Comida compartida, lleva tu plato vegano preferido.**

15-16 i 22-23 de febrero. Curso con **Isabel Calpe QI GONG, PRÁCTICA ENERGÉTICA DE SANACIÓN.** Inscripciones obertes.

\* **NOTA: Que ningú deixi de venir per raons econòmiques**

**Plural-21, Associació per a tenir cura de la vida en un planeta viu**

Passatge de Gaiolà, 24, local 08013 Barcelona Entre c. Mallorca i c. València, al costat del c. Sicília. A 130 m. de la Sagrada Família

93 450 1300 info@plural-21.org www.plural-21.org

Metro: L2 i L5 Sagrada Família; L4 Verdguer

Bus: 6, 19, 33, 34, H10, D50, V19, M24