

# Agenda Cultural fnac

L'ILLA MARÇ MARZO 2019



**Carlos Ríos**  
Creador del movimiento Realfooding

**“COME COMIDA REAL”**  
De Carlos Ríos  
Jueves 7 19:00h

En la actualidad, la mayoría de la población vive engañada con respecto a su alimentación. Utilizando la metáfora de la película Matrix, vivimos en un mundo en el que «no comemos comida real, sino productos que han puesto ante nuestros ojos». Un entorno perfectamente diseñado para el consumo de comestibles insanos: los ultraprocesados. Este entorno está controlado por el lado oscuro de la industria alimentaria, la cual mantiene a la población comprando sus productos en contra de su salud. En este libro, Carlos Ríos nos ofrece el conocimiento científico necesario para cuestionar, indagar y profundizar en nuestra alimentación y en todo lo que la rodea. Nos explica cuáles son las bases del Realfooding, un estilo de vida que persigue desterrar de nuestra dieta los productos ultraprocesados, y nos ofrece consejos prácticos, trucos y recetas para comer saludablemente de forma fácil, rápida y rica. Matrix no se puede enseñar, has de verla con tus propios ojos. ¿Te atreves a despertar?



**LOS ZIGARROS**  
“Apaga la radio”  
Sábado 9 19:00h

Tras un periodo de descanso dedicado a la composición de este nuevo trabajo discográfico, Los Zigarros preparan el lanzamiento y arranque de gira en las próximas semanas. Su nuevo álbum, “Apaga la radio”, será un tercer trabajo que los llevará a recorrer toda la geografía española. Un disco con un sonido más evolucionado, pero sin perder la esencia del Rock’N’Roll y la frescura, imagen y actitud que tanto y tan bien les caracteriza. “Apaga la radio” ha sido grabado en los estudios Riff Raff con Carlos Raya a la producción, con quien han trabajado en sus anteriores discos “A todo que sí” (2016) y el seminal “Los Zigarros”(2013). Los Zigarros es la nueva única banda de Rock por excelencia del país y su trayectoria, con mas 300 conciertos, haber alcanzado el top de las listas de ventas oficiales con anteriores lanzamientos o haber sido únicos teloneros de The Rolling Stones en la última gira española.



**MARTA TCHAI**  
“Atención peligro”

**Viernes 1 19:00h**

Marta Tchai está de vuelta, con su quinto trabajo de estudio hasta la fecha. Con un recorrido artístico multidisciplinar, que le ha llevado desde el ballet a la música, pasando por la interpretación en películas como ‘Princesas’ (Fernando León) o la serie ‘Hermanos y detectives’ (Damián Szifron), Marta Tchai es una de esas autoras que conquistan por la honestidad y el cuidado en todo lo que hace.



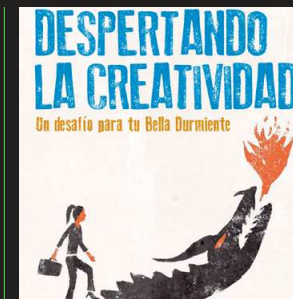
**“SER KPOPER Y NO MORIR EN EL INTENTO”**

**A cargo de Han-A.**

**Inscripción previa a han.association. catalunya@gmail.com**

**Sábado 2 19:00h**

Yami y Thaisu, especializadas en K-pop, hablarán sobre la comunidad kpopper y os darán algunos tips, para haceros la vida más fácil y apoyar a vuestros grupos. Si eres nueva/o en el kpop, si quieres conseguir buenas entradas y saber los mejores tips de supervivencia en los conciertos, si te gustaría aprender el lenguaje kpopper, saber dónde encontrar el mejor merch, estar siempre al día, diseñar tus propios banners, diademas y otras muchas curiosidades, ven a pasar una tarde llena de K-Pop con las YouTubers del canal Choco Pie.



**“POR QUÉ MÁS QUE NUNCA NECESITAS TU CREATIVIDAD?”**

**e Elba Pedrosa**

**Lunes 4 19:00h**

El libro de Elba Pedrosa es una reflexión sobre la creatividad, a través de la metáfora con la fábula de La Bella Durmiente. A todas las personas nos preocupa el futuro, cómo podemos adaptarnos mejor a los nuevos tiempos y cuáles son esas habilidades que nos darán la ventaja. Durante el acto se expondrán ideas y propuestas para el cambio y el desarrollo de la capacidad creativa de la sociedad, de las escuelas, de las empresas y de las personas.



**“CUANDO NOS VOLVAMOS A ENCONTRAR”**

**De Andrea Rodríguez**

**Miércoles 6 19:00h**

La emotiva historia de Pablo Ráez, el héroe que luchó contra la leucemia, contada por su compañera, Andrea Rodríguez. Este es el romance más real que leerás jamás. Él tenía 19 años cuando le diagnosticaron leucemia. Le plantó cara a la enfermedad, vivió cada día como si fuera el último y batió un récord al conseguir un máximo histórico de donantes de médula al movilizar a miles de personas con sus redes sociales. Él miró de frente a la muerte sacándole lo mejor a la vida. Ella era la chica que se enamoró de Pablo. Juntos vivieron unos días llenos de amor, de fuerza, de esperanza y también dolor. Ahora escribe lo que nunca le pudo contar a su novio, en unas páginas que perdurarán como lo sigue haciendo el mensaje de Pablo. ¡Siempre fuerte!



**“EL MILLOR D'ANAR ÉS TORNAR”**

**D'Albert Espinosa**

**Signatura d'exemplars**

**Limitat a les 100 primeres persones**

**Jueves 21 19:00h**

Albert Espinosa torna amb una bella història sobre els records, el perdó i l'amor que transcorre el 23 d'abril, el dia del llibre i les roses, entre la ciutat de Barcelona i les illes d'Ischia i Menorca.



**“LA CONEXIÓN. MÁS ALLÁ DE LO QUE CREE”**

**Pedro Pastor y los locos descalzos “Vulnerables”**

**Sábado 23 19:00h**

Vulnerables, el tercer disco de Pedro Pastor, es, si cabe, su disco más ecléctico, en él conviven la cumbia con el funk, el rap con la champeta, la música africana con el folklore latinoamericano sin perder la esencia de la música de autor.



**ENDER**

**“Ahora”**

**Viernes 29 19:00h**

Jóvenes músicos, cercanos, con ganas de innovar y hacer sentir. Así es ENDER, una de las propuestas más frescas y prometedoras del pop Español. Dani, Will, Aitor y Víctor son los compositores de unas letras directas y enérgicas, que presentan en su primer trabajo que les está llevando a girar por el territorio nacional.



FNAC L'illa - Avda. Diagonal, 549 - 08029 Barcelona  
HORARIOS: Lunes a sábado de 9:30h a 21:00h























Tots els actes tenen lloc en el FÒRUM DE LA FNAC. ENTRADA GRATUITA. AFORAMENT LIMITAT.  
Todos los actos tienen lugar en el FÒRUM DE LA FNAC. ENTRADA GRATUITA. AFORO LIMITADO.

Consulta NUESTRA PROGRAMACIÓN en [www.culturafnac.es](http://www.culturafnac.es)

Sigueix-nos a:



TOT PASSA A LA FNAC | FNAC.ES

DILLUNS LUNES		DIMARTS MARTES		DIMECRES MIÉRCOLES		DIJOURS JUEVES		DIVENDRES VIERNES		DISSABTE SÁBADO		DIUMENGE DOMINGO					
4		5		6		7		8		9		10					
<h1>Agenda Cultural fnac</h1> <h2>L'ILLA MARÇ MARZO 2019</h2>												<p>1</p> <p>19:00h <b>MARTA TCHAI</b> "Atención peligro". En directo.</p>  <p>「DIRECTO」</p>		<p>2</p> <p>11:00h <b>"LA ÍNSULA SE VISTE DE LILA"</b> Charla sobre la historia de la mujer y del feminismo. Coordina Alicia Martínez Rodríguez.</p> <p>19:00h <b>"SER KOPER Y NO MORIR EN EL INTENTO"</b> A cargo de Han-A. Inscripción previa a han. association.catalunya@gmail.com</p>		<p>3</p> <p><b>TANCAT CERRADO</b></p>	
<p>19:00h <b>"POR QUÉ MÁS QUE NUNCA NECESITAS TU CREATIVIDAD?"</b> De Elba Pedrosa. Presenta a la autora Alex Rovira.</p> 		<p>19:00h <b>MISS CAFFEINA</b> "Oh Long Johnson". En directo.</p>  <p>「DIRECTO」</p>		<p>19:00h <b>"CUANDO NOS VOLVAMOS A ENCONTRAR"</b> De Andrea Rodríguez. Presentación con la autora.</p> 		<p>19:00h <b>"COME COMIDA REAL"</b> De Carlos Ríos. Presentación con el autor.</p> 		<p>19:00h <b>"COL-LAGEN PER A L'ÀNIMA: LA GRATITUD"</b> De Pere Jordi Munar i Saura, Bartomeu Alzina Suredaamb, il·lustracions de Corine Smith Carreira. Presentació amb els autors, la il·lustradora i Silvia Gelices.</p> 		<p>11:00h <b>"LA ÍNSULA SE VISTE DE LILA"</b> Actividades y juegos feministas. Coordina Alicia Martínez Rodríguez.</p> <p>19:00h <b>LOS ZIGARROS</b> "Apaga la radio". En directo.</p> <p>「DIRECTO」</p>		<p><b>TANCAT CERRADO</b></p>					
<p>18:00h <b>"MILLENNIUM: LO QUE NO TE MATA TE HACE MÁS FUERTE"</b> De Fede Álvarez. Projecció.</p> 		<p>17:00h <b>"HOUSE OF CARDS"</b> Proyección de los primeros 4 capítulos de la temporada 4.</p> 		<p>19:00h <b>TALLER D'ESCRITURA CREATIVA</b> Vine a descobrir l'art de crear histories. A càrrec d'Elena Sauquet.</p> 		<p>18:00h <b>ATLASSIAN MY WAY</b> Experiencias prácticas de uso de Atlassian &amp; The new Jira begins now. La nueva era de JIRA ya está aquí</p> 		<p>19:00h <b>HOMBRES G</b> "Resurrección". En directo.</p>  <p>「DIRECTO」</p>		<p>12:30h <b>CLUB FNAC KIDS</b> Taller de contes a càrrec de Melocotón Grande. A la secció infantil.</p> 		<p><b>TANCAT CERRADO</b></p>					
<p>18:00h <b>"LAZZARO FELIZ"</b> De Alice Rohrwacher. Projecció.</p> 		<p>17:00h <b>"HOUSE OF CARDS"</b> Proyección de los últimos 4 capítulos de la temporada 4.</p> 		<p>18:00h <b>TALLERES DE LETTERING CON TOMBOW</b> Inscripciones en comunicació. barcelona@culturafnac.es</p> 		<p>19:00h <b>"EL MILLOR D'ANAR ÉS TORNAR"</b> D'Albert Espinosa. Signatura d'exemplars. Limitat a les 100 primeres persones.</p> 		<p>18:30h <b>CLASE MAGISTRAL DE INGLÉS - MÉTODO VAUGHAN</b> A cargo de Richard Vaughan.</p> 		<p>11:00h <b>"LA ÍNSULA SE VISTE DE LILA"</b> Mesa redonda: libros, mujeres y feminismo. Coordina Alicia Martínez Rodríguez.</p> <p>19:00h <b>PEDRO PASTOR Y LOS LOCOS DESCALZOS</b> "Vulnerables". En directo.</p> <p>「DIRECTO」</p>		<p><b>TANCAT CERRADO</b></p>					
<p>18:00h <b>"EXPEDIENTE 64 (LOS CASOS DEL DEPARTAMENTO Q)"</b> De Christoffer Boe. Projecció.</p> 		<p>18:00h <b>TALLER DE SCRAPBOOKING</b> A cargo de Tusquets. Inscripciones en taller@busquets.es.</p> 		<p>19:00h <b>FNAC HOME: ESPECIAL BCN NEGRE.</b> Cuinar després de llegir! Llibre a tractar "Pan de limón con semillas de amapola". De Cristina Campos. Club de lectura gastronómico a càrrec de bcncookbookclub.</p> 		<p>19:00h <b>CLUB DE LECTURA</b> Taller de lectura. Coordina Elena Sauquet. Llibre a tractar "Aloma". De Mercè Rodoreda.</p> 		<p>19:00h <b>ENDER</b> "Ahora". En directo.</p>  <p>「DIRECTO」</p>		<p>11:00h <b>"LA ÍNSULA SE VISTE DE LILA"</b> Club de lectura: Tea rooms. de Luisa Carnés. Coordina Alicia Martínez Rodríguez.</p> <p>12:30h <b>CLUB FNAC KIDS L'ILLA DELS IMPRESCINDIBLES.</b> Club de lectura a càrrec de Melocotón Grande. (A la secció infantil).</p>		<p><b>TANCAT CERRADO</b></p>					