



CONVIVENCIAS DE AUTOCRECIMIENTO EN ARCADIA  
2010 -2011

# COMUNIDAD Y SOCIEDAD GLOBAL SOSTENIBLE



# COMUNIDAD Y SOCIEDAD GLOBAL SOSTENIBLE

12 TALLERES DE FIN DE SEMANA PARA DESARROLLAR LA VISIÓN Y LA  
MISIÓN PERSONAL Y COLECTIVA SOSTENIBLE

## CONVIVENCIAS DE AUTOCRECIMIENTO EN ARCADIA 2010 -2011

Las convivencias de Arcadia se componen de una serie de talleres independientes pero relacionados entre sí. El seguimiento de todos ellos proporciona una visión completa de la experiencia de una comunidad y una sociedad sostenible.





# COMUNIDAD Y SOCIEDAD GLOBAL SOSTENIBLE

**DUODÉCIMO TALLER DEL 11 AL 13 DE MARZO**

# TECNOLOGÍA RESPETUOSA

# PROGRAMA



## PROGRAMA DEL DUODÉCIMO TALLER

- 1) **CÍRCULO DE DIÁLOGO Y REFLEXIÓN**  
ENCUENTRO PARA LA VISIÓN Y LA ACTIVACIÓN CONSCIENTE DEL PANORAMA PERSONAL Y SOCIAL
- 2) **TALLER EXPERIENCIAL**  
ESPACIO DE PRÁCTICAS TRANSPERSONALES PARA LA EVOLUCIÓN ACTIVA
- 3) **EL SERVICIO EN ACCIÓN**  
APRENDER LA PARTICIPACIÓN ACTIVA EN EL SERVICIO
- 4) **MOMENTOS CULTURALES Y LÚDICOS**  
ESPACIO PARA CONFRATERNIZAR Y PARA EL GOZO
- 5) **EL DESPERTAR ACTIVO**  
TÉCNICAS CORPORALES Y MENTALES DE AUTOCRECIMIENTO
- 6) **ALIMENTANDO AL CORAZÓN**  
ALIMENTACIÓN DESDE LA INTENCIÓN CONSCIENTE
- 7) **SORPRESAS DE REGALO**  
ALICIENTES IMPREVISTOS
- 8) **... Y MÁS**  
TODOS LOS ADITIVOS PARA UNA EXPERIENCIA ALTAMENTE GRATIFICANTE

## ÍNDICE DEL CÍRCULO DE DIÁLOGO Y REFLEXIÓN LA DIMENSIÓN ECOLÓGICA

**TECNOLOGÍA RESPETUOSA (módulo 12)**  
**Del 11 al 13 de marzo**

**CONCEPTOS BÁSICOS Y PAUTAS DEL TALLER**  
**TRANSMISIÓN DE LA COMUNIDAD DE ARCADIA**

TECNOLOGÍAS RESPETUOSAS DIRECTAS E INDIRECTAS

LA ENERGÍA COMO PUNTO CLAVE

COMPRAS Y CONSUMO RESPONSABLE

MANTENIMIENTO Y REPARACIONES

REPARACIONES EN LA NATURALEZA

DISEÑO INTEGRADO EN ECOALDEAS

SISTEMAS DE APOYO Y TRANSICIÓN

PROGRAMA



## **PARTES Y ADITIVOS DEL PROGRAMA**

RELACIÓN CON LA NATURALEZA  
EXPERIENCIA DEL COMPARTIR EN CONVIVENCIA  
EL SERVICIO COMO AMOR HACIA LA VIDA  
JUEGOS CONSCIENTES  
MEDITACIONES Y DIÁLOGOS  
VIDA SANA

## **PREMISAS PARA LA ACCIÓN**

- Un fin de semana lleno de estrategias y aditivos para aprender la experiencia comunitaria.
- La mayoría de objetivos que deseamos en la vida pueden obtenerse con la comprensión adecuada y el diseño del plano mental que nos permitirá no perdernos en el camino.
- Un fin de semana donde el compartir forma parte de la estrategia para adquirir el dominio de tus intenciones.
- Una manera de analizar los autoengaños y superarlos.
- Un trabajo concienzudo pero amable y gratificante.
- Una oportunidad de crecer y compartir la forma de vida de la comunidad de Arcadia.
- Un fin de semana lleno de gratas sorpresas en un hermoso valle.

**PROGRAMA**



# HORARIO BÁSICO DE LOS PROGRAMAS

## VIERNES

19.30h RECEPCIÓN Y HOSPEDAJE

## DOMINGO

18.00h DESPEDIDA Y CIERRE DEL CURSO



# PROGRAMA



## CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

- A) Para participar se requiere una entrevista breve de presentación y contacto.
- B) El coste de todo el fin de semana es de 150€ por persona.
- C) Se ofrecen descuentos a grupos, mínimo 3 personas.
- D) Las habitaciones son compartidas entre cuatro personas.
- E) Se deberán traer todos los complementos necesarios para la cómoda actividad en la naturaleza: ropa de abrigo e impermeable, neceser de higiene, linterna, zapatillas para la casa, papel y útiles de escribir y dibujar...
- F) Se deberá avisar con antelación de cualquier eventualidad que requiera ser tratada personalmente: alimentación especial, condiciones de intolerancia, etc.
- G) Solicitar información de transporte en el caso de no acceder con vehículo propio. Procuramos organizarnos para aliviar los costes económicos y ecológicos de los vehículos.



## LA SEDE DE LAS CONVIVENCIAS

- A) La sede de los encuentros es Arcadia, ecoaldea de la comunidad de Arcadia.
- B) Arcadia inició su actividad como hogar rural de la comunidad en 1999 y desde entonces ha acogido a miles de visitantes en cursos, estancias y celebraciones.
- C) Arcadia es una finca de 15 hectáreas dentro del hermoso y boscoso valle de Biert, con unas vistas magníficas y con una naturaleza esplendorosa y salvaje.
- D) Arcadia está diseñada para ser modelo de asentamiento humano en la naturaleza en total respeto con ella y creando un programa de sostenibilidad amplio y comprometido.
- E) Arcadia será, en un futuro próximo, la sede de la Universidad Holística.
- F) Rogamos el total respeto por el ambiente, las instalaciones y los animales y plantas de nuestro entorno.



# ÍNDICE GENERAL ANUAL DE CONVIVENCIAS

2010 -2011



El programa está estructurado en cuatro áreas, todas ellas imprescindibles para la creación de una comunidad y una sociedad verdaderamente sostenibles.

## DIMENSIÓN ESPIRITUAL

### ESPIRITUALIDAD PERSONAL (módulo 1) 9, 10 y 11 de abril 2010

El Karma y el Dharma  
El Libre Albedrío  
El Despertar y la Transformación de la Consciencia  
Ser Protagonista de la Propia Vida  
La Inspiración y la Fidelización  
Ser Parte de la Solución  
La Unidad como Objetivo

### ESPIRITUALIDAD SOCIAL (módulo 2) 14, 15 y 16 de mayo 2010

Escuchar y Reconectar con la Naturaleza  
La Contribución Consciente  
La Cooperación Consciente  
Unidad y Diversidad  
Bien Personal y Bien Colectivo  
El Mayor Bien para el Máximo de Participantes  
La Espiritualidad Socialmente Comprometida

### ESPIRITUALIDAD UNIVERSAL (módulo 3) 11, 12 y 13 de junio 2010

La Visión y Comprensión Holística del Mundo  
El Plan y la Determinación de Participación  
La Plenitud; Unidad entre Espíritu y Materia  
La Plenitud como Integración entre Opuestos  
Celebrar la Vida; Creatividad y Arte  
El Gozo de la Experiencia Espiritual  
El Olvido del yo para Encontrar el YO

## DIMENSIÓN SOCIAL

### COMUNIDAD Y DIVERSIDAD (módulo 4) 23, 24 y 25 de julio 2010

Crear Comunidad y Abrazar la Diversidad  
La Comunidad como Modelo de Integración  
Organización y Estructuras de Gestión  
Dar la Oportunidad al que se la Merece  
Salud y Sanación  
El Sistema Sanitario Sostenible  
Técnicas Sanitarias Ancestrales y de Innovación

### HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN (módulo 5) 13, 14 y 15 de agosto 2010

Reuniones, Asambleas e Información  
El Empoderamiento Personal y el Liderazgo  
Responsabilidad y Autoridad  
Poder y Fuerza en el Mando  
La Claridad y la Confusión  
Conflicto, Facilitación y Toma de Decisiones  
Jerarquía y Sinergias

### EXPANSIÓN Y ALCANCE (módulo 6) 17, 18 y 19 de septiembre 2010

Visión Global, Acción Local  
Cada Uno un Nodo de Comunicación  
La Comunicación como Principio de Relación  
Proyección, Intercambio y Sinergias  
Creación de Redes y Estrategias de Apoyo  
Alcance Local Biorregional y Global  
Relaciones Internacionales y Política Global

## DIMENSIÓN ECONÓMICA

### LA ECONOMÍA SOSTENIBLE (módulo 7) 15, 16 y 17 de octubre 2010

La Economía Global hacia la Sostenibilidad  
La Comunidad como Motor Económico  
La Oportunidad Autocreada  
Procesos de Adaptación y Ajuste Personales y Comunitarios  
Sustento Personal y Colectivo Justo

### EMPRESAS SOCIALES (módulo 8) 12, 13 y 14 de noviembre 2010

La Economía Convencional y los Efectos Colaterales  
La Economía Local Independiente  
De la no Colaboración a los Sistemas Depredadores  
La Triple Cuenta de Resultados  
Transparencia en la Gestión  
Transparencia en los Resultados  
Las Monedas Alternativas y la Financiación Social

### LEGALIZACIÓN Y ÉTICA SOCIAL (módulo 9) 10, 11 y 12 de diciembre 2010

La Declaración de Intenciones  
El Servicio como Intención Básica  
Análisis de las Responsabilidades que Asumimos  
Legalización, Ética y Responsabilidad Social  
Afrontar las Situaciones Legalmente  
La Ética y la ley de Causa y Efecto  
Asumir los errores

## DIMENSIÓN ECOLÓGICA

### CONSTRUCCIÓN ECOLÓGICA (módulo 10) 14, 15 y 16 de enero 2011

Sistemas de Construcción y Renovación Ecológicos  
Consumo; Energía 0  
Estudio de Energías del Terreno o Local: geopatías, electromagnetismo...  
La Pisada Ecológica  
Geometría Sagrada  
Suministros energéticos; Agua, Gas y Electricidad  
Desechos, Reciclados y Residuos

### ALIMENTACIÓN ECOLÓGICA (módulo 11) 11, 12 y 13 de febrero 2011

Austeridad y Aprovechamiento  
Alimentos Locales y Foráneos  
Los Transgénicos y las Dependencias  
Producción Ecológica  
El Huerto y la Granja Ecológica  
Los Preparados Caseros; Pan, Mermeladas, Conservas, Encurtidos  
Bancos de Semillas Autóctonas

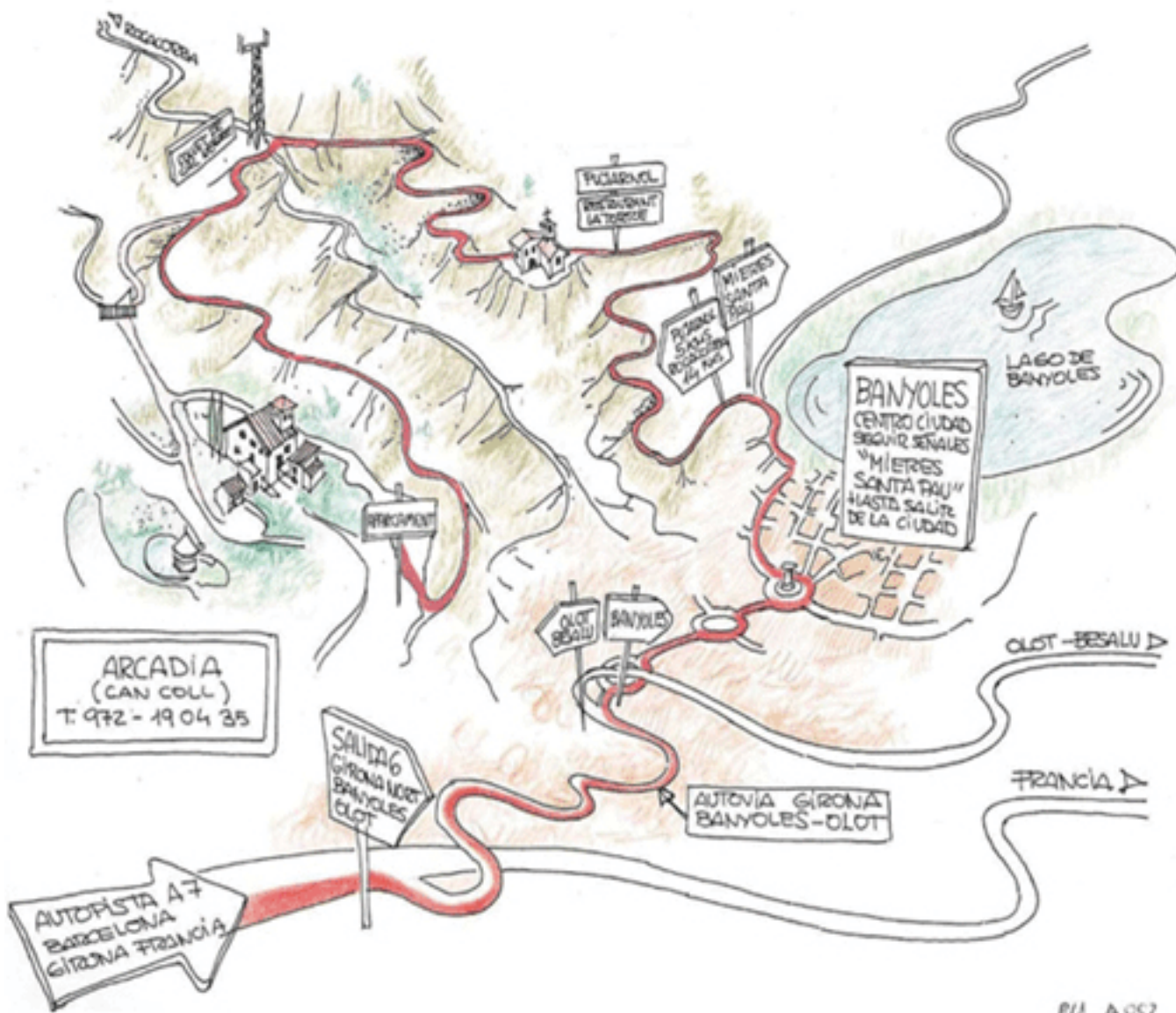
### TECNOLOGÍA RESPETUOSA (módulo 12) 11, 12 y 13 de marzo 2011

Tecnologías Respetuosas Directas e Indirectas  
La Energía como Punto Clave  
Compras y Consumo Responsable  
Mantenimiento y Reparaciones  
Reparaciones en la Naturaleza  
Diseño Integrado de Ecoaldeas  
Sistemas de Apoyo y Transición





# PLANO DE ACCESO





## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Llamando a Arcadia al 972 190 435 y preguntando por Susanna o por correo electrónico a [info@arcadia.cat](mailto:info@arcadia.cat)  
Plazas limitadas.



[www.arcadia.cat](http://www.arcadia.cat)