

MÓN SANT BENET



MÓN  
ST  
BENET

# ACTIVIDADES PARA EMPRESAS

# Índice

## Visitas guiadas

- Experiencia medieval y modernista en el monasterio
- Experiencia Fundación Alícia
- Historias de vino

Pág. 4  
Pág. 5  
Pág. 6

## Team building

- Geocaching en el monasterio
- El misterio de Sant Benet
- El libro prohibido
- Món Sant Benet Express
- Boomba
- Performance by Goal Alienation
- Olimpiadas
- Authentic Haka Experience
- Salvation escape room
- Barco Vikingo
- Drum Circle & Boomwhackers

Pág. 8  
Pág. 9  
Pág. 10  
Pág. 11  
Pág. 12  
Pág. 13  
Pág. 14  
Pág. 15  
Pág. 16  
Pág. 16  
Pág. 17

## Realidad virtual

- Desactiva la bomba / Descubre la realidad virtual
- El sable laser / Salto al vacío

Pág. 19  
Pág. 20

## Responsabilidad social corporativa

- RSC ambiental en Món Sant Benet

Pág. 22

## Consciencia, yoga y bienestar

- Yoga estándar / Yoga con arpa
- Mindfulness / Baño de bosque / Land art

Pág. 24  
Pág. 25

## Actividades gastronómicas

- Taller participativo de cocina creativa con cena
- Taller participativo de paellas
- Taller participativo: aperitivos
- Taller Top Chef

Pág. 27  
Pág. 28  
Pág. 29  
Pág. 30

- Cata de vinos
- Cata de vinos y quesos
- Cata de vinos con maridaje
- Cata de cervezas Guineu con maridaje de aperitivos
- Taller de coctelería
- Cata de whiskys / Cata de vermouths
- Creación de vinos

Pág. 31  
Pág. 32  
Pág. 33  
Pág. 34  
Pág. 35  
Pág. 36  
Pág. 37

# Visitas Guiadas



# EXPERIENCIA MEDIEVAL Y MODERNISTA EN EL MONASTERIO

Un fascinante viaje multi sensorial por diez siglos de historia a través del Monasterio

Revivir mil años de historia y al mismo tiempo sumergirse en una experiencia multi sensorial con proyecciones de gran formato, música, luz... La visita a Món Sant Benet permite descubrir los espacios más monumentales del monasterio, donde se han recreado las atmósferas más sugerentes de la mano de espectaculares tecnologías audiovisuales. Un regalo para los sentidos.

El monasterio de Sant Benet de Bages fue fundado en el siglo X.

Sus muros contienen más de mil años de historia, y sus estancias se han levantado y reformado en consonancia con el gusto artístico de cada momento. La visita al monasterio sumerge al visitante con rincones emblemáticos como el claustro, la iglesia o las estancias modernistas de Ramon Cases, y al mismo tiempo permite disfrutar de uno de los montajes museográficos más espectaculares del país.

Sonido, luz, colores, olores, personajes del pasado... Todo esto en un entorno mágico. Un retorno a los orígenes de nuestra historia para vivir una experiencia única.

El grupo irá acompañado por un guía que hará las explicaciones.



**Duración: 1h**

Horarios: de 10:00 a 17:00h | Fuera de horario: a partir de las 17:00h

Es posible adaptar la duración y el recorrido de las visitas a las preferencias de cada cliente.

Actividad en catalán, castellano e inglés.



# EXPERIENCIA FUNDACIÓN ALÍCIA

A la búsqueda del homo alimentarius

## “Homo Alimentarius!”

Individuo predispuesto a alimentarse de manera más saludable.



¿Quién son los Homo Alimentarius? ¿Dónde los podemos encontrar?

El equipo de Món Sant Benet os invita a jugar e investigar en una experiencia original donde a través de algunas pruebas y dinámicas resolveremos esta y otras incógnitas a medida que vayamos descubriendo y conociendo qué es y qué trabajo hace la Fundación Alícia (Alimentación y Ciencia), un centro dedicado a la investigación en la cocina que promueve la buena alimentación y que trabaja para que todos comamos mejor.

Grupos especializados pueden visitar el interior de las cocinas previa confirmación con la Fundación Alícia.



**Duración: 1,5h**

Horarios: de 10:00 a 17:00h

Fuera de horario: a partir de las 17:00h

Actividad en catalán y castellano.



# HISTORIAS DE VINO

Descubre el entorno de Sant Benet y degusta vinos autóctonos

¿Sabíais que el monasterio de Sant Benet fue un gran productor de vino? Durante siglos, los monjes elaboraron una gran diversidad de vinos, algunos de ellos en grandes cantidades. Os proponemos acompañarnos en un itinerario para redescubrir el monasterio a través de esta apreciada bebida.

El vino ha estado en el espíritu del monasterio durante siglos y ha conformado el paisaje, pero también la arquitectura, la economía y evidentemente la espiritualidad. Os queremos explicar esta y otras curiosidades en el entorno del magnífico monasterio y su pasado vitivinícola.

La visita incluye una cata de vinos de la D.O. Pla de Bages



**Duración: 1,5h**

Horarios: de 10:00 a 17:00h

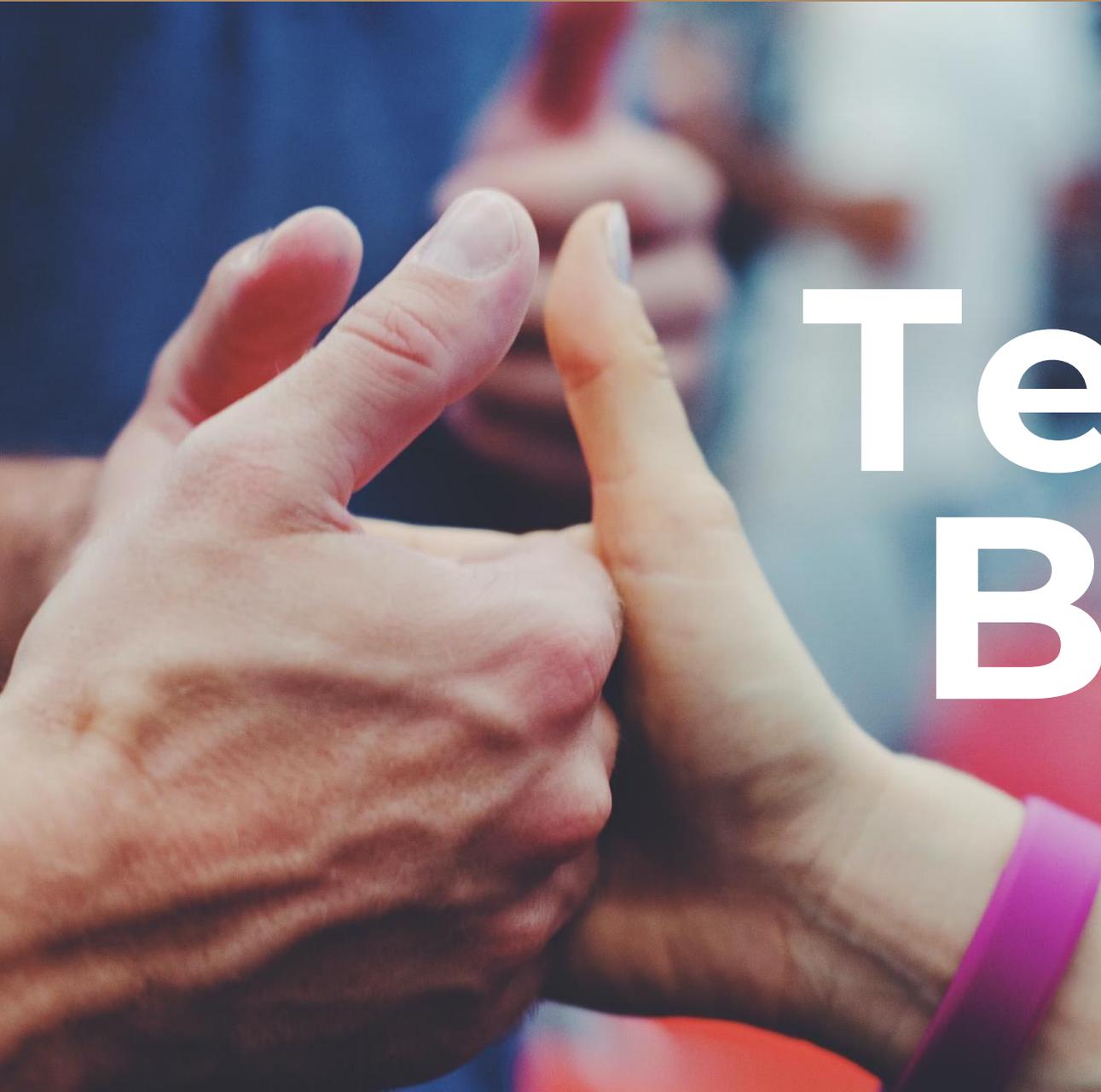
Fuera de horario: a partir de las 17:00h



**Mínimo 20 participantes**  
**Máximo 80 participantes**

Actividad en catalán y castellano.





# Team Building

# GEOCACHING EN EL MONASTERIO

Un juego de orientación apasionado por los espacios milenarios de Món Sant Benet



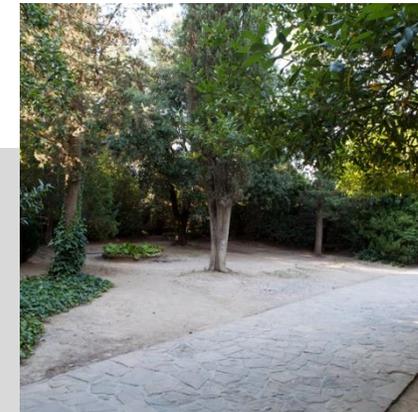
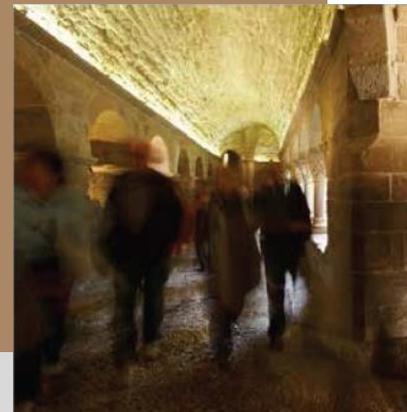
**Duración: 1,5h**

Horarios: actividad de tarde.



**Mínimo 10 participantes**  
**Máximo 40 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.



Los participantes se dividen en grupos. Con la ayuda de un mapa del monasterio, cada grupo debe ser capaz de localizar unos marcadores digitales escondidos en diferentes rincones del monasterio y mediante un chip, dejar constancia de su paso.

Se visitan algunos de los principales espacios del conjunto: Claustro, Refectorio, Campanario, Pati de la Creu, Jardines de Montserrat, Fachada de la Iglesia y Cementerio.

Cada grupo debe realizar su recorrido en un orden concreto. Antes de iniciar la búsqueda, los grupos deben resolver diferentes enigmas relacionados con los capiteles del claustro para obtener el orden en el cual deberán recorrer las estancias.

Los equipos también recibirán el encargo de inmortalizar su periplo con cuatro imágenes que recrean cuatro momentos históricos en diferentes puntos del monasterio.

Para esto dispondrán de una cámara. **¡Todo esto sin olvidarse del tiempo!**

**¡EL EQUIPO QUE SEA CAPAZ DE ADMINISTRAR MEJOR EL TIEMPO SERÁ EL GANADOR!**



# EL MISTERIO DE SANT BENET

El cautivador reto de investigar un crimen misterioso en el Monasterio

Unas cajas aparecidas recientemente en el monasterio son los testigos mudos de un antiguo crimen que tuvo lugar entre estas paredes milenarias.

Aprovechando las sombras del crepúsculo te proponemos vivir una experiencia misteriosa dentro de los antiguos espacios del monasterio de Sant Benet, un lugar singular cargado de leyendas y historias con ganas de ser explicadas.

Ven a resolver “El misterio de Sant Benet” y agudiza tu ingenio y tu habilidad para descubrir las claves de un asesinato que tuvo lugar en el monasterio hace ya muchos años.



**Duración: 1,5h**

Horarios: actividad de tarde.



**Mínimo 10 participantes**  
**Máximo 50 participantes**

Actividad en catalán y castellano.





# El libro prohibido

Un escape room colectivo



**Duración: 1h 30m.**

Actividad diurna de tarde.



**Mínimo 20 participantes**  
**Máximo 150 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.

Un extraño y peligroso libro, una caja de alta seguridad y una cuenta atrás de 90 minutos. ¿Quién será capaz de abrir la caja antes de que el libro se destruya? Un juego de cooperación ambientado en un monasterio milenario; ¡lleno de retos e intrigas por resolver!

Muy pocos saben de la existencia de este libro. Durante la última restauración del monasterio, se descubrió que el pintor Ramon Cases escondía un libro extraño y peligroso que había pertenecido a la antigua biblioteca de los monjes.

Debido a su contenido, no se incorporó al inventario oficial, y quedó depositado en una caja fuerte construida expresamente para custodiarlo. La caja fuerte del monasterio ha cumplido 10 años y se ha activado una cuenta atrás. Los participantes tienen 90 minutos para abrirla. Después de este tiempo un ácido caerá sobre el libro y lo destruirá para siempre...

En equipos de 5 personas, desde una de las salas del monasterio habilitada como centro de operaciones, los participantes deberán encontrar diferentes pistas escondidas en el archivo del pintor Ramon Cases. Estas pistas los llevarán a recorrer los espacios más singulares del monasterio:

- Claustro
- Pati de la Creu
- Campanario y Galería de Montserrat
- Fachada de la iglesia

En cada una de estas ubicaciones deberán resolver diferentes enigmas a base de juegos visuales, códigos numéricos, etc. Pero al final, solo la cooperación entre los equipos conseguirá resolver el rompecabezas que permitirá salvar el libro prohibido.

# MÓN SANT BENET EXPRESS

¡Un escape game a la carrera!

Inspirado en el ya mítico concurso de TV Pequín express os proponemos descubrir el fantástico entorno de Món St. Benet de una forma trepidante mediante un juego de escape.

El objetivo de la actividad es conseguir abrir una mochila que esconde un sustancioso y misterioso premio final y que durante toda la actividad está custodiada por el "game master" que guía el juego.

Con tal de conseguir este premio los participantes deberán seguir las etapas de un recorrido que los llevará por diferentes puntos del entorno del monasterio, desde los Huertos hasta los Jardines de la Casa del Amo, sin olvidar la entrada del imponente monasterio románico de Sant Benet.



## FUNCIONAMIENTO

- Organizados por equipos de 4 o 5 personas en cada etapa deberán resolver diferentes pruebas y enigmas ocultos relacionados con el espacio donde se encontrarán situados.
- Para conseguirlo les hará falta trabajar en equipo, compartir conocimientos e información y aprender a comunicarse de la forma más eficiente.



**Duración: 1,5h**  
Horario diurno.



**Mínimo 20 participantes**  
**Máximo 100 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.



# BOOMBA

Una prueba de ingenio para fomentar el trabajo en equipos

Una extraña maleta hace tic-tac. Tres cerrojos nos impiden ver su interior.

¡Es una boomba! ¿Podréis desactivarla? Deberéis resolver enigmas y misterios para llegar hasta el interior de la maleta. ¿Seréis capaces? No os preocupéis, nuestro especialista artificiero de Cocolisto estará con vosotros al principio del camino, aunque más adelante estaréis solos. **¿Amarillo? ¿Rojo? ¿Gris? ¿Verde? ¿Qué cable debéis cortar?**

Boomba es un juego grupal basado en el concepto de juegos de escape room para empresas, perfecto para grandes grupos de trabajo. Es un descompresor ideal para una jornada formativa o un día de reuniones. Además, está indicado especialmente para la selección de personal.

Las capacidades que se ponen de manifiesto durante el juego pueden dar muchas pistas al departamento de recursos humanos, pues durante el juego en equipo cada candidato acaba adoptando un rol en consonancia a sus capacidades, tanto intelectuales como de personalidad. Algunas de las competencias que se ponen de manifiesto durante esta actividad son el análisis del comportamiento individual, decisiones por consenso, organización de tareas, control del estrés, pensamiento creativo, resolución de conflictos, toma de decisiones...



**Durada: 1,5h**

Horario: indiferente.



**Mínimo 20 participantes**

**Máximo 200 participantes**

Actividad en castellano.

# P.G.A. PERFORMANCE BY GOAL ALIENATION

Ironías: Conferencia Leadership 3.0

Un prestigioso consultor norteamericano presenta un nuevo y revolucionario paradigma organizacional que está marcando nuevas formas de liderar entre las compañías. Según este modelo, las organizaciones que utilizan la competitividad individual y el conflicto abierto como motores para crear el caos conseguirán mejor competitividad.

La conferencia utiliza la ironía para dejar que sea el público que, por oposición al discurso, construya mensajes de liderazgo constructivo basado en la colaboración, comunicación entre departamentos, compromiso e integridad.



**Duración: 1h**  
Horario: diurno.



**Mínimo 20 participantes**

Actividad en castellano. Se debe contratar pantalla, proyector y megafonía en la sala donde se haga la actividad.



# OLIMPIADAS

## Clásico multi reto de trabajo en equipo

Basado en unas olimpiadas de trabajo en equipo, proponemos una secuencia de diferentes retos cortos para entrenar las competencias básicas de un equipo de alto rendimiento. A parte de descubrir las habilidades necesarias para contribuir eficientemente en un equipo de trabajo, la diversión también estará presente en todo momento.

\* Puede tener un final cooperativo.

### FUNCIONAMIENTO

- Los asistentes se tendrán que organizar por equipos para enfrentarse a las diferentes actividades propuestas.
- Necesitarán trabajar conjuntamente desde el primer momento, compitiendo con el resto de los equipos, con tal de lograr los retos que se les presentarán de la manera más eficiente posible.



**Duración: 1-1,5h**  
Horario: diürno.

Actividad en catalán, castellano e inglés.



**Mínimo 20 participantes**



# AUTHENTIC HAKA EXPERIENCE

Introducción a la danza antigua maorí

Haka es una antigua danza de los maoríes de Nueva Zelanda y tradicionalmente se usaba para prepararse para la guerra, se realizaba antes de la batalla con el enemigo.

El taller Introduction Experience está dirigido por neozelandeses, procedentes de una mezcla maorí y polinesia. El Haka les enseñó la importancia de la autoconfianza, el trabajo en equipo y el respeto, y con este taller os enseñaremos la influencia positiva y divertida que puede tener en vuestro espíritu de equipo en general.



**Duración: 1h aprox.**  
Horario: L. a V.



**Mínimo 25 participantes**  
**Máximo 250 participantes**

Actividad en inglés (consultar precios otros idiomas). No incluye alquiler de espacio, equipo de sonido y micrófonos (recomendados a partir de 75 personas) ni tarima o proyección (a partir de 150 personas).



# BARCO VIKINGO

Construid un barco de más de 800 piezas de madera

Los participantes necesitaran sobreponerse a retos de cambio de estrategia, administración del tiempo y técnicas de liderage tal como se vive en el día a día de la empresa.

El resultado de su esfuerzo y trabajo en equipo será la construcción de un sorprendente Barco Vikingo de 14 m de largo, 6 m de altura y más de 1.500 quilos de peso.

En una empresa todos vamos en el mismo barco, si alguien no hace su tarea afecta a toda la organización y el barco se hunde.



**Duración: 2,5h**  
Horari: Dill. a Div.



**Mínimo 25 participantes**  
**Máximo 400 participantes**

Actividad en castellano e inglés. No incluye alquilar del espacio. Incluye equipo de sonido y micrófono.

# SALVATION

Un escape room para salvar a la humanidad!

Un mensaje del futuro nos da las pistas necesarias para encontrar una energía que canviará el mundo, un derivado del litio podría ser la solución energética que necesitamos para poder frenar el sobrecalentamiento del planeta que en un futuro próximo acabará con la humanidad.

Como siempre, hay organizaciones interesadas en que esta energia no vea la luz, y tu deber es encontrarla antes de que la hagan desaparecer. Encontrareis bjetos que tendréis que desbloquear para avanzar en el juego e ir descifrando los enigmas que os guiarán hasta conseguir vuestro objetivo.



**Duración: 1h-1,5h**  
Horari: Dill. a Div.



**Mínimo 20 participantes**  
**Máximo 350 participantes**

Actividad en catalán, castellano, inglés y francés. No incluye alquiler del espacio, pantalla, proyector ni equipo de sonido (en el caso de no querer el material audiovisual, los participantes deberán tener móvil y conexión a internet). Actividad en interior o exterior. Es necesario reservar varios espacios para la actividad.

# DRUM CIRCLE

## Percusión grupal

Los participantes tocan diferentes instrumentos de percusión guiados por un facilitador. Se colocan en círculo y se convierten, des del primer minuto, en los músicos de un grupo de percusión único e irrepetible.

No se necesitan conocimientos musicales previos y la propia actividad incluye todos los instrumentos necesarios.

El Drum Circle es una experiencia vivencial que contiene implícitos valores de escucha y comunicación, empatía, diversión y diversidad.



**Duración: 1h**  
Horari: Dill. a Div.



**Máximo 750 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés. No incluye alquiler de espacio, equipo de sonido ni micrófono.

# BOOMWHACKERS

## Ejercicio de escucha, comunicación, sincronía y creatividad

Los boomwhackers son unos tubos de color de diferente longitud, afinados según su color y su tamaño. Mediante una metodología basada en la práctica podreis explorar los ritmos, melodías y armonías que pueden crearse con estos instrumentos tan particulares, de manera que, en seguida, podremos interpretar canciones conocidas de forma colectiva.



**Duración: 1h**  
Horari: Dill. a Div.



**Mínimo 8 participantes**  
**Máximo 4.000 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés. No incluye alquiler de espacio, equipo de sonido y micrófono o tarima para grupos de más de 100 personas (necesaria 2m x 2m).

# Realidad Virtual



# Realidad Virtual

## ¡Desactiva la bomba!

Una experiencia explosiva a través de la realidad virtual. Tienes una bomba delante con la cuenta atrás activada pero solo tú ves la bomba. A tu alrededor están tus compañeros con el manual de desactivación. ¿Seréis capaces de comunicaros y coordinaros para desactivarla?

Una actividad donde el trabajo en equipo, la gestión del estrés y la buena comunicación se convierten en elementos clave. Toda una experiencia de película. ¿Qué cable escoges? ¿El verde o el rojo?



**Duración: 1h**



**Máximo 20 participantes  
4 grupos de 5 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés. Los manuales están disponibles en más idiomas (consultar según nacionalidad del grupo). No incluye sala ni montaje.

## Descubre la realidad virtual

¿Tenéis ganas de desconectar? Os proponemos una pequeña cata de actividades de realidad virtual. Comenzaremos rompiendo el hielo con una sesión de beat saber apta para todas las habilidades que nos hará sentir como unos verdaderos samuráis. A continuación, pondremos a prueba nuestra capacidad de trabajo en equipo para evitar que la bomba nos explote en las manos y para acabar os reservamos una actividad de altura... ¿Habéis sentido alguna vez el vacío bajo vuestros pies?



**Duración: 2h**



**Máximo 20 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés. Los manuales están disponibles en más idiomas (consultar según nacionalidad del grupo). No incluye sala ni montaje.

# Realidad Virtual

## El sable laser (beat saber)

Uno de los juegos estrella de la realidad virtual. Ideal para amenizar un almuerzo o una pausa. Es una experiencia apta para todo tipo de público independientemente de las habilidades que tengan, que genera confianza y es especialmente gratificante a la vez que permite vivir una experiencia muy especial en el mundo virtual mediante una simulación con espadas láser.



**Duración máxima: 4 h.**



**Grupos grandes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.

## Salto al vacío (Richie's plank)

Una experiencia espectacular. Se abre la puerta del ascensor desde el punto más alto del edificio y no tienes nada debajo, tan solo un tablón de madera y el vacío. ¿Te atreves a saltar?



**Duración máxima: 4 h**



**Grupos grandes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.

# Actividades de responsabilidad social corporativa



# RSC AMBIENTAL EN MÓN SANT BENET

Món Sant Benet forma parte de la Fundació Catalunya La Pedrera, una fundación humanista, privada, independiente y sin ánimo de lucro, que trabaja para las personas. Impulsamos programas de envejecimiento digno, ocupación inclusiva, sostenibilidad y naturaleza, alimentación saludable e impulso a las vocaciones científicas y artísticas. Es nuestra manera de dar respuestas efectivas a los grandes retos globales: acciones directas con incidencia real y positiva en la vida de las personas.

La Responsabilidad Social de las Empresas enlaza con la misión y los valores de la Fundació Catalunya La Pedrera ya que comparte una misma finalidad: mejorar la sociedad de la cual formamos parte.

Hacer RSC en Món Sant Benet garantiza un doble impacto positivo: el que genera directamente vuestra acción y el que se deriva de la contribución a los diferentes programas que impulsamos desde Fundació.

Món Sant Benet cuenta con un espacio natural singular que incluye desde una zona de ribera alrededor del Llobregat con una alta biodiversidad a una zona de huerto de cultivo ecológico. Esta combinación nos permite llevar a cabo diversas acciones ambientales que revierten en la mejora y preservación de este espacio único.

## ACCIONES RSC SEGUN EL INTERÉS DE LA EMPRESA O EL NÚMERO DE PARTICIPANTES

- Construcción e instalación de refugios de fauna salvaje.
- Eliminación de especies invasoras.
- Plantaciones.
- Huerto ecológico, alimentación y cultivo sostenible.



**Duración: Entre 2 y 3 horas**

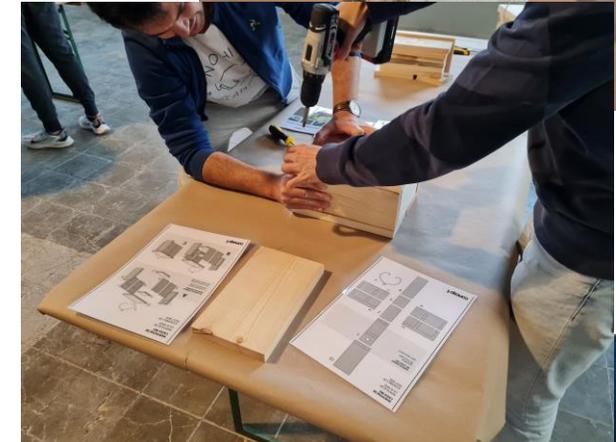
Horario: diurno.



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 200 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés. Actividad sujeta a condiciones meteorológicas.

Para grupos mayores de 25 personas cabe la posibilidad de trabajar actividades a medida que incluyan otras propuestas de intervención más complejas.



# Conciencia

A group of approximately ten people are practicing yoga in a grassy park. They are arranged in a line, each on their own mat. They are all in a similar pose, with legs apart and arms raised. The background features a large tree on the left, a line of trees in the middle, and a clear blue sky. The overall atmosphere is peaceful and natural.

# Yoga

# Bienestar



# Yoga

## Sesión de yoga estandar

Una sesión de hâtha yoga donde a través de las posturas y la respiración nos abrimos a la conciencia del cuerpo para despertarle la fuerza, flexibilizarlo y calmar el mundo interno. Disfrutaremos así del bienestar de un cuerpo y una respiración sin tensiones, y una mente silenciosa que nos permitirá mirar hacia nosotros mismo y hacia el mundo con una mirada más pacífica y ecuánime.

## Sesión de yoga con arpa

Para acompañar la sesión con música de arpa en directo, creando un ambiente más introspectivo, evocador e inspirador, dejando que el lenguaje de la música nos lleve a lugares difícilmente accesibles de uno mismo.



**Duración: Entre 1 y 1,5 horas.**



**Mínimo 20 participantes  
Màximo 70 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.

# Mindfulness

## Plena consciencia (Mindfulness)

Una hora en la que, mediante el despertar de los sentidos con diferentes propuestas, aumentaremos la conciencia del momento presente, de cómo lo vivimos e interpretamos, con la oportunidad de descubrir visiones alternativas y positivas a la vivencia.

## Baño de bosque

Actividad a través de la cual entraremos en el bosque con todos los sentidos y nos dejaremos envolver por la naturaleza que nos rodea. En un recorrido de unos 3 kilómetros máximo y sin desnivel que haremos caminando de manera lenta y en silencio, mediante diferentes propuestas sensitivas, despertaremos nuestra conciencia de ser y, a su vez, de estar conectados con la Naturaleza, de ser parte de la Naturaleza.

## Land art

Una actividad en la naturaleza donde se conecta con el espacio que nos rodea y nuestra visión interna. A partir de una propuesta y a través de lo que sentimos, damos libertad a nuestra creatividad y elaboramos una obra de arte con elementos naturales. La mayoría de las veces es un arte efímero: su duración es la duración que tendrán los elementos naturales.



**Duración: Entre 1 y 1,5 horas.**



**Mínimo 20 participantes  
Máximo 70 participantes**



# Actividades Gastronómicas

# TALLER PARTICIPATIVO DE COCINA CREATIVA

Descubrir los secretos de la cocina creativa de la mano de un chef con su posterior degustación

Un chef imparte un taller participativo, que permite a los participantes aprender técnicas de alta cocina de manera práctica y amena, así como crear texturas y sabores innovadores y sorprendentes. La actividad se completa con un almuerzo-degustación de los platos que se han trabajado durante el taller. ¡Para chuparse los dedos!

Las técnicas de cocina de alto nivel no están solo al alcance de los cocineros de los grandes restaurantes. El taller favorece la posibilidad de aprender los secretos de los fogones e iniciarse en la gastronomía creativa. El almuerzo final permitirá degustar los platos que se han preparado, y se complementará con varios aperitivos al inicio y pre postres, todo esto elaborado por el chef.

Se realiza en un espacio privado y exclusivo con un show cooking preparado.

## EL TALLER INCLUYE

- Menú completo compuesto de:
- Aperitivos, dos platos principales, pre postres, postres, vino, refrescos, agua, pan y cafés.
- Agua y vino blanco/tinto disponibles durante la actividad.
- Delantales, recetario y bolígrafos.



**Duración: 4h**

Horarios: 11:30 a 15:30 h | 18:00 a 22:00h



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 50 participantes**

Actividad en catalán y castellano.

# TALLER PARTICIPATIVO DE PAELLA

El excitante reto de aprender cómo hacer una paella para chuparse los dedos (incluye almuerzo o cena)

Aprender los trucos para hacer la mejor paella de arroz y después comérsela. Así de simple y a la vez tentadora es esta actividad. Un taller participativo impartido por uno de nuestros chefs en que los participantes pueden adquirir técnicas de cocina y al mismo tiempo poner a prueba su capacidad de trabajo en equipo.

Un taller ameno y participativo para aprender y para degustar. Se inicia con la demostración de cómo se elabora el arroz y se continua con la elaboración de la paella, por equipos, siempre con la supervisión del chef. La última parte es la que más apetece: el almuerzo o la cena, con la paella como plato principal, y un menú completo para acompañarla.

## EL TALLER INCLUYE

- Agua y vino blanco/tinto disponibles durante la actividad.
- Delantales, recetario y bolígrafos.
- Menú completo compuesto de:
- Aperitivo, paella, postres, vino, refrescos, agua, pan y cafés.



**Duración: 4h**

Horarios: 11:30 a 15:30 h y 18:00 a 22:00h



**Mínimo 10 participantes**  
**Máximo 60 participantes**

Actividad en catalán y castellano.



# TALLER PARTICIPATIVO: APERITIVOS

Saber hacer los aperitivos más creativos y “trendy” y ser la envidia de tus amigos

No todo el mundo sabe hacer un capuchino de setas, un coulant de chocolate, o una piruleta de codorniz. Aprender a preparar algunas de estas delicias es lo que ofrece esta actividad que permite descubrir los secretos de los aperitivos propios de los locales más selectos. El taller será impartido por un chef experto. Fomenta el trabajo cooperativo y la competitividad sana entre equipos. En un par de horas se puede aprender a hacer aperitivos que se pueden servir para sorprender a los amigos o la familia en cualquier comida. Los aperitivos se hacen en grupo y el taller finaliza con una degustación.

APERITIVOS QUE SE PUEDEN ELABORAR (hay que escoger 4):

- Esférico de aceituna verde / Hostia nitro / Piruleta de codorniz / Crepe caviar
- Langostino vietnamita con coco / Falso tomate
- Tataki de atún con cremoso de aguacate / Capuchino de setas de temporada
- Pan con aceite y chocolate / Esférico de yogur con frutos rojos / Coulant de chocolate

EL TALLER INCLOU

- Agua y vino blanco/tinto disponibles durante la actividad.
- Delantales, recetario y bolígrafos.



**Duración: 2h**

Horarios: Mediodías de 12:00 a 14:00 o tardes de 18:30 a 20:30



**Mínimo 10 participantes**

**Máximo 80 participantes**



# TALLER TOP CHEF

Sentirse un auténtico Top Chef gracias al trabajo en equipo

El chef de Sant Benet le enseñará a convertirse en unos auténticos profesionales a través de este taller donde se fomenta el trabajo en equipo acompañado por una exquisita presentación y cata de los platos. Esta es una oportunidad de competir de forma sana y didáctica entre todos los participantes siguiendo las recomendaciones necesarias para conseguir la mejor técnica culinaria. Los platos se realizan en grupo y el taller finaliza con una degustación.

## OBSEJTIVOS QUE SE VALORARAN

- Trabajo en equipo
- Liderazgo
- Gusto
- Presentación
- Pulcritud

## EL TALLER INCLUYE

- Agua y vino blanco/tinto disponibles durante la actividad.
- Delantales, recetario y bolígrafos.



**Durada: 2h + degustación**

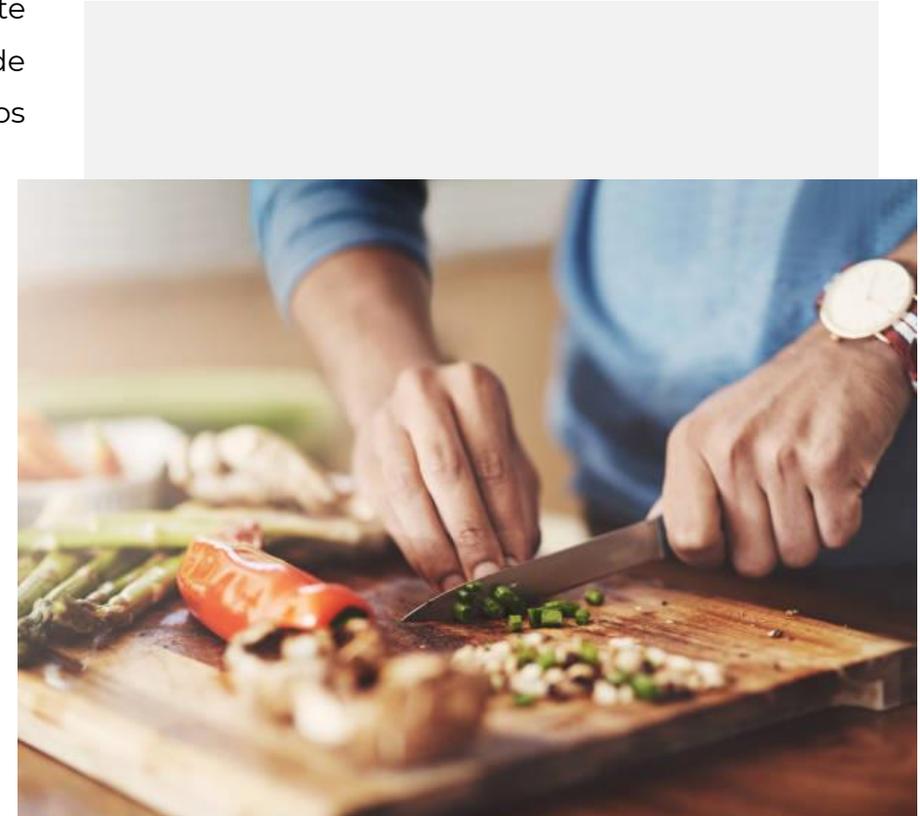
Horarios: Mediodías de 12:00 a 14:00 o tardes de 18:30 a 20:30

Actividad en catalán i castellano.



**Mínimo 20 participantes**

**Máximo 80 participantes**



# CATA DE VINOS

Una deliciosa experiencia sensorial para aprender a conocer los diferentes tipos de vinos

El entorno de Món Sant Benet es una tierra fértil para la viña.

El mejor lugar para realizar una actividad para aprender a conocer los diferentes tipos de vinos, aproximarse al glosario de enología y descubrir el proceso de producción del vino y sus posibles maridajes. Una experiencia agradable y placentera para todos los sentidos. El fruto de la viña es uno de los productos de nuestra tierra. Conocer y saber diferenciar los vinos es una forma de cultura y también uno de los mayores placeres para los sentidos.

El taller es adaptable a varios niveles en función de los participantes. Asesorado por un sommelier, los participantes probarán cuatro vinos de la D.O. Pla de Bages muy diferentes entre ellos y harán una cata "a ciegas". Para hacerlo, hará falta que se dejen guiar por los sentidos: la vista, el olfato y el gusto tendrán un papel primordial.



**Duración: 1:30h**  
Horarios: de 9:00 a 20:00h



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 80 participantes**

Actividad en catalán y castellano.

# CATA DE CERVEZAS GUINEU CON MARIDAGE DE APERITIVOS

Cata divulgativa y amena para aprender a conocer varios tipos de cerveza

La cerveza artesana ha sido capaz de atraer a mucha gente que antes no habían sido consumidores de cerveza, y que se han sentido cautivados por la diversidad de nuevos sabores que esta ofrece.

La cerveza idónea para abrir boca y acompañar aperitivos, la que marida perfectamente con un primero o un segundo y las especiales para acompañar un buen postre.

Con los compañeros de Guineu, profesionales locales del mundo de la cerveza, os mostraremos una variedad de cervezas que ofrecen el maridaje perfecto para resaltar vuestras elaboraciones culinarias. Descubriréis que pueden resultar una excelente alternativa al vino o al cava para hacer de acompañamiento durante el recorrido de una buena comida. En esta cata, maridaremos las cervezas con aperitivos de primer nivel elaborados por nuestros chefs, y aprenderéis también la técnica adecuada para servir una cerveza como toca.

Podéis escoger entre la modalidad de cata de 3 cervezas (1h-1,15h) o de 5 cervezas (1,30h-1,45h.)



**Duración: 1:00-1,45h**  
Horario: de 9:00 a 20:00h



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 150 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.

CRAFT  BEER  
**GUINEU**



# CATA DE VINOS Y QUESOS

El placer de saborear el exquisito maridaje entre el vino y el queso

Un sommelier experimentado invita a los participantes a conocer diferentes vinos y quesos y sus posibles combinaciones, en una propuesta deliciosa dirigida a los mejores paladares en la cual es posible saborear desde quesos cremosos hasta los más típicos de cabra catalanas, regados con los mejores vinos: tintos jóvenes, blancos afrutados, etc.

Probar el queso cremoso de oveja o el queso de cabra catalán artesano... Y cada uno con el tipo de vino con el que marida mejor, es lo que ofrece un taller que hace las delicias de los amantes de los productos artesano de calidad.

El sommelier presenta el surtido de quesos y también el maridaje correspondiente, poniendo en contexto cada vino con sus características y peculiaridades.



**Duración: 1:30h**  
Horarios: de 9:00 a 20:00h



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 80 participantes**

Actividad en catalán y castellano.



# CATA DE APERITIVOS CON MARIDAJE

Aprender a sorprender al paladar con maridajes selectos de los mejores aperitivos

La combinación de foie, anchoas o chocolate con vinos blancos dulces o tintos es uno de los maridajes más selectos que se pueden encontrar en el ámbito de los aperitivos. El taller que se ofrece propone conocer, de la mano de un sommelier experto, algunas de estas perlas de la gastronomía, todo con el objetivo de abrir la puerta a una nueva dimensión de sabores.

Este taller sirve para conocer deliciosos aperitivos, pero sobre todo para saber armonizarlos con un vino adecuado. Un sommelier especialista que selecciona un maridaje que acompaña y armoniza la degustación de aperitivos.



**Duración: 1:30h**

Horarios: de 9:00 a 20:00h



**Mínimo 15 participantes**  
**Máximo 80 participantes**

Actividad en catalán y castellano.



# TALLER DE COCTELERÍA

Mucho más que agitar: los trucos esenciales para conseguir los mejores cócteles

Este taller es una oportunidad para disfrutar y vivir la esencia de la coctelería, conocer las herramientas utilizadas, los ingredientes, y aprender a usarlos con tres recetas sencillas. ¡Además, las podréis replicar en vuestra casa! Un taller para vivir una experiencia de lo más original y divertida.

## PARA GRUPOS GRANDES

¿Qué equipo hará el coctel ganador?

Esta actividad es ideal para fomentar la cohesión y el trabajo en equipo. Dividiremos a los participantes en grupos, les daremos ingredientes y herramientas con una pequeña introducción y una explicación para que realicen conjuntamente un coctel delicioso. Finalmente, probaremos todos los cócteles y votaremos qué grupo ha conseguido crear la receta ganadora.



**Duración: 2:00h**  
Horarios: de 9:00 a 20:00h



**Taller coctelería: Mínimo 10 participantes / Máximo 30 participantes**  
**Grupos grandes: Mínimo 31 participantes / Máximo 100 participants**

Actividades en catalán y castellano.

# CATA DE WHISKYS

Adéntrate en el maravilloso mundo del whisky

Conoce su producción, los tipos de cereales utilizados y las grandes zonas de producción. Cataremos 6 whiskys diferentes y descubriréis cual es el estilo que más va con vosotros. ¡Si queréis saber más sobre este destilado, no os lo podéis perder!

# CATA DE VERMUTS

¿Sabes qué es el vermut? ¿Blanc o negro?

Conoce qué es realmente el vermut, cuál es su procedencia y cuál es el futuro de esta bebida de moda. En esta actividad cataremos entre 5 y 6 vermutos diferentes y disfrutaremos de la hora del vermut de la mejor manera.

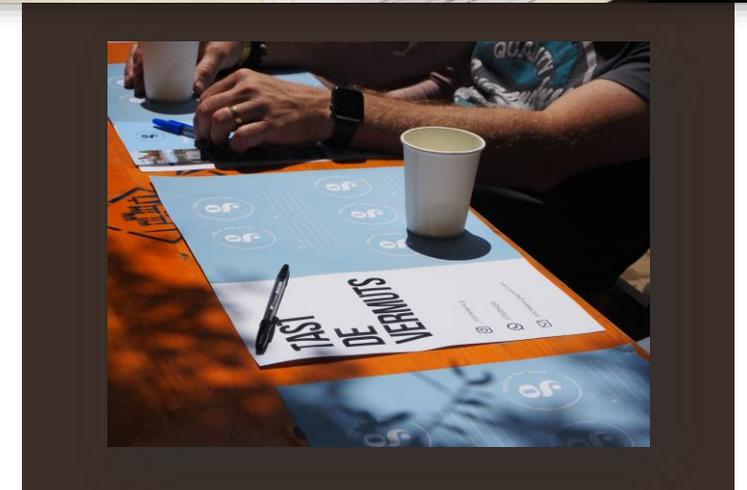


**Duración: 2:00h**  
Horarios: de 9:00 a 20:00h



**Mínimo 10 participantes**  
**Máximo 60 participantes**

Actividades en catalán y castellano.



# CREACIÓ DE VINOS

Convertirse en enólogo y hacerse el propio vino



El objetivo es elaborar un vino que represente los objetivos de la reunión de manera conjunta. Para conseguirlo cataremos diferentes vinos mono varietales con tal de identificar sus propiedades y hacer un símil con los puntos trabajados durante las presentes jornadas.

Ayudados por un equipo técnico especializado, cada equipo preparara su mezcla teniendo en cuenta cuales son las variedades que quieren destacar del conjunto de la reunión y que por lo tanto dominaran los aromas y gustos del vino que elaboren. A continuación, habrá que taparlo, diseñar una etiqueta e imprimirla, para acabar la actividad reproduciendo una botella por persona.



**Duración: 2h**  
Horario: diurno.



**Mínimo 20 participantes**

Actividad en catalán, castellano e inglés.



## DIRECCIÓN

Camí de Sant Benet, S/N, 08272  
Sant Fruitós de Bages (Barcelona)



## EMAIL

congressos@monsantbenet.com



## TELÉFONO

93 875 94 08



**M  
SB**

**MÓN  
ST  
BENET**