



M
S
B

MÓN
ST
BENET

*un món
obert als
sentits*



Activitats a Món Sant Benet

Les visites culturals

Mil anys d'història
Un dia en la vida de Ramon Casas
Descoberta del Monestir
Visita a la Fundació Alícia

Les activitats gastronòmiques

Tast de vins
Tast de vins i formatges
Maridatge d'aperitius
Els secrets de la cocteleria
Taller demostratiu de cuina creativa
Taller demostratiu de cuina. Cuiners per un dia
Tallers participatius temàtics

Les activitats al Monestir

Bandolers al Monestir
La terra i el poder
Descobrint el Monestir – *geocatching* i orientació
Descobrint els horts de Sant Benet
Vivències per al coneixement – activitats formatives
Olimpiades tradicionals
Dansa i expressió corporal

Món Sant Benet a la vostra mida

Reserves i informació



MÓN
ST
BENET

un món
obert als
sentits

Les visites culturals

Feu una pausa i descobriu la màgia de Món Sant Benet: un conjunt històric, singular i únic a Catalunya on trobareu un increïble Monestir medieval del segle X a escassos metres d'un innovador centre internacional de recerca en el sector alimentari.

Passegeu per tots els racons del Monestir acompanyats pels protagonistes de la seva història gràcies a recursos audiovisuals i tècnics al servei d'un novíssim concepte de museu, o bé entreu en el món de la investigació en alimentació i deixeu-vos sorprendre pels vostres sentits.



Mil anys d'història

Visita medieval

Feu un viatge en el temps en aquest Monestir mil·lenari. Monjos i abats que el van habitar prenen vida per fer-vos de guies gràcies a espectaculars recursos tècnics. No us perdeu l'oportunitat de conèixer una gran història de deu segles a través de les seves vivències.

Les opcions de la visita

A) Visita completa

Durada: 1:15 h.

Recorregut: església, claustre, celler i galeries de migdia amb museografia.

B) Visita a l'església i el claustre

Durada: 0:30 h.

Recorregut: església amb museografia i petit recorregut pel claustre.



Un dia en la vida de Ramon Casas

Visita modernista

Situeu-vos en un dia d'estiu de 1924 amb el pintor i la seva família al Monestir que van transformar en residència d'estiueig. Escolteu rere les portes els secrets d'aquesta família de l'alta burgesia catalana.

Les opcions de la visita

A) Visita completa

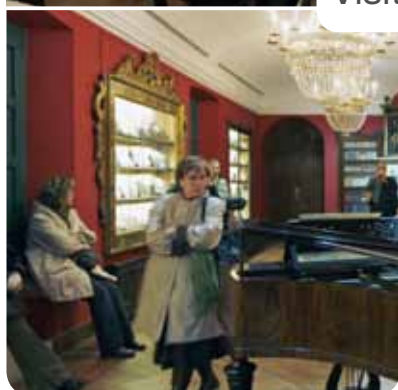
Durada: 0:45 h.

Recorregut: estances del sobreclaustre amb museografia.

B) Visita amb música

Durada: entre 15 i 40 min.

Recorregut: estances del sobreclaustre ambientades amb la partitura per a piano creada especialment per a aquest espai i projeccions.





Descoberta del Monestir

Visita medieval i modernista

Combineu els dos recorreguts, medieval i modernista, i descobriu tots els racons del Monestir. Visiteu l'església amb museografia, el claustre i feu un breu recorregut per l'espai modernista amb música. Si ho desitgeu podeu incloure el celler i les galeries de migdia en el recorregut.

Durada: entre 0:45 h i 1:30 h.

Recorregut: església amb museografia, claustre i estances modernistes del sobreclaustre. Celler i galeries de migdia sota petició.



Visita a la Fundació Alícia

Descobriu un centre internacional dedicat a la investigació en cuina i a la divulgació d'hàbits alimentaris, que compta amb Ferran Adrià i Valentí Fuster al seu consell assessor. Podreu visitar aquest espai de recerca i experimentar amb les vostres percepcions en el taller «El sentit dels sentits». Com funcionen els nostres sentits en el moment de menjar? Ens ajuden o ens enganyen? Per què mengem unes coses i no d'altres que també són comestibles?

Les opcions de la visita

A) Visita a la Fundació Alícia

Durada: entre 0:15 h i 0:30 h.

Recorregut: hall, cuina infantil i auditori Fundació Alícia.

B) Visita a la Fundació Alícia i taller participatiu «El sentit dels sentits»

Durada: entre 1 h i 1:15 h.

Recorregut: hall, cuina infantil i auditori Fundació Alícia.

C) Visita a la Fundació Alícia amb demostració final

Durada: entre 1:30 h i 2 h.

Recorregut: hall, cuina infantil i auditori Fundació Alícia. Inclou una petita demostració d'alta cuina al final del taller per part d'un cuiner experimentat.



G

Les activitats gastronòmiques

Món Sant Benet posa al vostre abast un ampli ventall d'activitats i tallers gastronòmics per complementar el vostre esdeveniment o estada. Deixeu-vos portar pels sabors i les olors i gaudiu d'un tast de vins, sorpreneu-vos amb un maridatge d'aperitius, o aprofundiu en el treball en equip a través dels tallers participatius. Món Sant Benet és un gran espai per a la gastronomia on tots els detalls són importants.



Tast de vins

Apreneu a diferenciar i a conèixer els diferents tipus de vi, aproximeu-vos al glossari de termes d'enologia, al procés de producció del vi i als possibles maridatges que aquest pugui tenir. Aquesta activitat és adaptable a diversos nivells en funció dels participants.

Durada: 1:30 h.

Les opcions de l'activitat

A) Tast de vins tradicional

B) Tast de vins «a cegues»

Assessorats per un *sommelier* haureu d'intentar identificar quatre vins negres ben diferents entre ells. Per fer-ho, caldrà que us deixeu guiar pels vostres sentits: la vista, l'olfacte i el gust jugaran un paper primordial en aquesta activitat. Aquesta activitat és adaptable a diversos nivells en funció dels participants.



Tast de vins i formatges

Un *sommelier* experimentat us convida a conèixer diversos vins i formatges i les seves possibles combinacions en una proposta en la qual podreu assaborir des del cremós formatge *Boursault* fins al

Parmesano regiano sense oblidar el formatge de cabra català artesà o la típica torta extremenya.

Tot regat amb els seus vins: negres joves, blancs, afruitats...

Durada: 1:30 h.



Maridatge d'aperitius

De la mà d'un expert *sommelier* podreu conèixer alguns dels maridatges més selectes que es poden trobar en l'àmbit dels aperitius. La combinació de *foie*, anxoves o xocolata amb vins blancs

dolços o negres us obrirà les portes a una nova dimensió de sabors. Esteu preparats per descobrir-la?

Durada: 1:30 h.



Els secrets de la cocteleria

Apropeu-vos al món de la cocteleria clàssica de la mà d'un professional, que us revelarà alguns dels trucs més ben guardats de la cocteleria. Durant el taller podreu experimentar de forma

pràctica amb alguns dels còctels més coneguts.

Durada: 1:30 h.



Taller demostratiu de cuina creativa

Un cuiner experimentat és l'encarregat de mostrar-vos les eines per desenvolupar diferents tècniques de cuina. Amb aquesta activitat podreu aprendre a organitzar-vos a la cuina i a treballar en equip, a més de tenir

cura amb els aliments i descobrir noves tècniques culinàries que incentivaran la vostra imaginació a l'hora de cuinar.

Durada: 2 h.



Taller demostratiu de cuina - Cuiners per un dia

Aquesta és una proposta d'un taller semi-demonstratiu impartit per un cuiner professional, que es completa amb un dinar o sopar degustació de tots els plats que haureu elaborat i treballat durant l'activitat. L'àpat final es

complementarà amb dos aperitius i un pre-postre elaborats pel nostre xef. Una bona forma d'aprendre tècniques d'alta cuina i tastar-ne el resultat al final.

Durada: 4 h (taller i àpat).



Tallers participatius temàtics

Poseu-vos el davantal i deixeu-vos guiar per un cuiner experimentat que us mostrarà de manera pràctica les tècniques per a elaborar diverses receptes. Podeu escollir la temàtica del taller: aperitius o paella. En el primer, aprendreu a elaborar aperitius moderns

i creatius, i en el segon, la tècnica per cuinar un bon arròs. El treball en equip, la diversió i la competitivitat seran també ingredients d'aquesta activitat.

Durada: 2 h (Taller d'aperitius).

4 h (Taller de paelles, inclou àpat).



Les activitats al Monestir

Treball en equip, emoció, diversió, esforç, superació, motivació. Món Sant Benet us ofereix una selecció d'innovadores propostes per treballar tots aquests aspectes en la vostra organització. Jocs de rol, activitats d'orientació, relaxació, gimcanes... tot en l'entorn únic i suggeridor del Monestir.



Bandolers al Monestir

Us presentem un joc de taula on cadascú de vosaltres tindrà un paper assignat en secret: monjo, bandoler o abat, entre altres. L'exercici de l'art de la persuasió per poder convèncer la resta del grup fan d'aquest joc una experiència útil, divertida i emocionant, ja que en cada ronda

tindreu l'oportunitat d'assenyalar qui creieu que són els bandolers i defensar-vos si algú us acusa. Podreu mantenir oculta la vostra identitat fins al final? Desemmascarareu els bandolers? Un joc intens en el qual la capacitat de comunicació és l'arma determinant.

Durada: 1:30 h.



La terra i el poder

La tensió pel poder i la propietat de la terra: nobles i comunitat de Sant Benet. Uns i altres enfrontareu els vostres interessos en tres proves on hauréu de demostrar la vostra perícia en situacions ben diverses, des de descobrir els enigmes que amaguen

els capitells del claustre fins a posar a prova la vostra punteria. L'organització, el treball en equip i l'assumpció de rols seran elements clau per aconseguir el vostre objectiu.

Durada: 2 h.

Descobrint el Monestir – *geocatching* i orientació

Els capitells del claustre amaguen un ordre numèric que espera ser descobert. Us proposem descobrir-lo i, a partir d'aquí, encetar un recorregut per alguns dels indrets més recòndits del Monestir. A cadascun d'aquests espais s'hi oculta un control elèctric en el qual hauréu de registrar la vostra

visita. Disposant d'un plànol i un xip de memòria, el sentit de l'orientació i capacitat de treball en equip seran les principals eines que us permetran aconseguir l'objectiu. Qui de vosaltres serà capaç de completar la visita?

Durada: 2 h.



Descobrint els Horts de Sant Benet

Gaudiu i experimenteu els Horts de Sant Benet, un aparador de l'agricultura de casa nostra on podreu descobrir les múltiples varietats d'hortalisses i fruites que cultivaven els nostres avis i que avui encara perduren. Una visita – taller en aquest hort ecològic projecte de la Fundació Àlícia on us haureu de guiar pels sentits per conèixer l'aroma

de les plantes aromàtiques, descobrir on creixen diverses hortalisses i collir i degustar alguns dels productes que s'hi cultiven. Aquesta és una activitat disponible segons temporada i subjecta a condicions meteorològiques.

Durada: 1,30 h.

Vivències per al coneixement – activitats formatives

Us proposem diverses activitats formatives que podreu dissenyar a mida segons les vostres necessitats entorn de temes com la gestió del temps, la resolució positiva de conflictes, la comunicació assertiva o la intel·ligència emocional. Tot això mitjançant una metodologia

innovadora i totalment pràctica en la qual es prioritza l'activitat i la vivència d'experiències dels participants per facilitar el procés d'aprenentatge. Activitats conduïdes per un psicòleg.

Durada: a convenir.



Olimpiades tradicionals

Us preparem diversos jocs i activitats a l'entorn del Monestir que us permetran bellugar-vos i posar en pràctica les vostres habilitats. Entreneu la punteria fent tir amb arc, descobriu qui és el més ràpid fent una cursa de sacs o poseu a prova la vostra força

jugant a arrencar cebes. Trebal·leu i interactueu amb els vostres companys i col·laboradors d'una manera distesa i diferent a l'habitual.

Durada: a convenir.



Dansa i expressió corporal

Món Sant Benet posa al vostre abast un ampli ventall d'opcions per treballar al vostre gust el cos i l'expressió corporal. Deixeu-vos endur pels ritmes de la dansa africana o la *batudance*, o bé oblideu-vos de les tensions amb una sessió de *chi kung* o automassatge. Tenim moltes més activitats i de ben

segur la que s'adiu més als vostres interessos. Els nostres professionals en gestió del cos, dansa i expressió corporal us ajudaran a escollir-la i a realitzar-la.

Durada: a convenir.



Món Sant Benet a la vostra mida

Activitats personalitzades

Si desitgeu que dissenyem una activitat a mida d'acord amb els vostres objectius o interessos, feu-nos-ho saber. Posarem l'èmfasi en l'aspecte que vulgueu: joc, habilitats interpersonals, diversió, celebració, esport...

Així mateix us podem adaptar qualsevol de les activitats del nostre catàleg segons la durada, nombre de participants, etc. que preferiu.

Amb respecte per l'entorn i la filosofia de Món Sant Benet, creem i fem a mida totes les activitats que ens proposeu mantenint sempre el nostre compromís amb l'excel·lència i la qualitat de tots els nostres serveis.

Digueu-nos què us agradaria fer a Món Sant Benet i us farem una proposta personalitzada!

Reserves i informació



93 875 94 01

info@monstbenet.com

www.monsantbenet.com

