

# TEAMBUILDING

A group of people are gathered around a table, clinking wine glasses in a toast. The background is dark and out of focus, showing a smiling man with glasses. The overall atmosphere is warm and social.

---

ACTIVITATS 2024

---

LA  
GASTRONÒMICA



La Gastronòmica és una empresa amb 5 anys d'experiència en la producció d'experiències, *teambuildings* i activitats de persones per a persones i equips.

La Gastronòmica va de vi, de cuina, de salut, de col·laborar i d'activar els sentits. Cada servei té un alt grau d'implicació, en què el detall i la interacció amb les persones són els eixos vertebradors de la vivència.

La nostra sensibilitat envers el territori, la cultura i la sostenibilitat es fa visible a cadascuna de les nostres accions.

LA GASTRONÒMICA





---

## IDIOMES

---

- Español
- Català
- English
- Français





**Aquest catàleg proposa diferents activitats per empreses i col·lectius.**

**La nostra missió és oferir experiències emocionants i transformadores pels equips de treball i les persones que el conformen.**

**Amb l'excusa de la gastronomia aconseguim arribar als objectius empresarials i treballar en equip d'una manera dinàmica i completament participativa.**

**Tots els participants tenen un paper important per aconseguir els reptes proposats.**

**La nostra manera de fer i de ser també inclou que siguin experiències lúdiques i divertides.**



---

# SNACK ATTACK

---

**DURADA:** 1,5H

**UBICACIÓ:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORAMENT:** ILIMITAT

---

Les tapes i els snacks formen part de l'imaginari col·lectiu.

Aquest teambuilding pretén que cada participant es posi en el rol d'un xef per aconseguir fer el millor snack amb el seu equip, en el menor temps possible.

A partir d'un producte imprescindible, triat pels cuiners de La Gastronòmica i, visitant el rebost per triar altres productes per completar la recepta serà el principi d'una competició alegre i deliciosa.

Es tracta de cuina freda, deixar volar la imaginació i presentar en el menor temps possible una tapa atractiva i ben succulenta.

Disposaran de productes, material i assessorament de xefs i coach perquè tot sigui un èxit.

---



---

# CONCURS DE PAELLES

---

**DURADA:** 2H

**UBICACIÓ:** OUTDOOR

**AFORAMENT:** ILIMITAT

---

La paella és un plat que tot i ser originari de València forma part de la cuina de festa a totes les cases.

Volem que els nostres participants aprenguin a fer un arròs i puguin gaudir-ne a la taula.

L'ingredient principal és l'arròs, però al mercat de La Gastronòmica hi trobaran molts altres ingredients per poder preparar amb el temps just una bona paella, sigui de carn, de peix o de verdures.

Treballaran per equips amb tot el material necessari per a cuinar la paella còmodament.

Aconseguiran superar el repte? Els nostres xefs i coach desvetllaran el veredict.

---



---

# MAKE YOUR WINE

---

**DURADA:** 1H

**UBICACIÓ:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORAMENT:** ILIMITAT

---

El món del vi l'acompanya una aureola de ciència i sofisticació, nosaltres volem apropar-lo, desxifrar-lo i fer-ho divertit.

Es comença amb un tast de vins monovarietals amb una sommelier perquè ens expliqui les característiques sensorials i conceptuals.

L'objectiu de l'activitat és triar el millor cupatge per assolir els objectius corporatius, calcular quantitats, tastar, fer el disseny de l'etiqueta i crear l'storytelling del vi propi.

Per últim caldrà que cada equip defensi el seu producte en directe, davant els companys i, l'equip de La Gastronòmica amb l'ajuda dels altres concursants decidirem quin és el vi amb 100 punts.

---



---

# VIVIVI

---

**DURADA: 1H**

**UBICACIÓ: INDOOR**

**AFORAMENT: ILIMITAT**

---

El Vivivi (Vi, Violí, Violoncel) esdevé una experiència memorable.

Un tast de vins amb peces musicals. Una sommelier ens embriagarà amb les històries que hi ha al darrera dels vins mentre un violí i un violoncel ens fan ballar per la història de la música. Una dansa de vins i sons que tocarà l'ànima.

Genuí, vibrant, gustós!

Aquesta activitat és pot personalitzar amb un speech inspirador i transformador per l'equip empresarial.

---

VEURE VIDEO





---

# WINEFULNESS

---

**DURADA:** 1H

**UBICACIÓ:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORAMENT:** ILIMITAT

---

Posar consciència, prestar atenció, saber perquè fem les coses **com** les fem.

A través de treballar amb tots els sentits amb el guiatge d'una psicòloga i una sommelier aconseguim arribar a indrets que no coneixiem o pensavem inexplorats.

Tastem amb l'oïda, el tacte, l'olfacte, la vista, el gust i ànima.

Winefulness és una experiència transformadora que ens permet major coneixement i connexió entre l'entorn, l'essència del vi i de la vida, i la relació amb el nostre entorn.

---

VEURE VIDEO





**TEAM BUILDING  
SENSORIAL**

---

# TALLER NAS D'OR

---

**DURADA:** DURADA TOTAL 1,5 H – 2 H  
(SEPARAT EN DUES PARTS)

**AFORAMENT:** DE 15 A 100 PERSONES

---

Diferents estacions de tast aromàtic amb més de 20 productes (fruites, espècies, herbes...) i on cada equip n'ha d'encertar el màxim.

L'activitat finalitza amb un tast de vins, podreu reconèixer alguns dels aromes previs.





---

# THE PLAYLIST

---

DURADA: 2H

UBICACIÓ: INDOOR /OUTDOOR

AFORAMENT: MÁX. 20 PERSONES

---

Un teambuilding musical, on cada participant escull una cançó que tingui algun significat especial, es crearà una playlist, i el repte estarà en descobrir qui ha escollit cada cançó.

Activitat acompanyada de tast de vins i degustació de productes gastronòmics.





A man and a woman are smiling and standing together in front of a stone building at dusk. The man is on the left, wearing a dark suit jacket over a patterned shirt. The woman is on the right, wearing a dark top and has curly hair. The background shows a stone wall with a window and a doorway, illuminated by warm light.

*Expliquem la cultura gastronòmica  
mediterrània mentre fem moure les ànimes*

*Expliquem i compartim el territori d'una  
manera propera, educativa i divertida.*



-  @\_lagastronomica
-  @\_lagastronomica
-  @\_lagastronomicaevents

# LA LA GASTRONÒMICA

**Contacte:**  
649 765 697  
685 195 519  
[info@lagastronomica.cat](mailto:info@lagastronomica.cat)