



**green
events**

www.greeneventsbarcelona.com

@greeneventsbcn

EXPERIÈNCIES TEAM BUILDING AMB VALOR SOCIAL I AMBIETAL: POSA EN PRÀCTICA LA RSC

Índex

1. Cuinem paella, tapes o receptes del món.
2. Gimcaminada sostenible i visita a granja eco de gallines.
3. Benestar: ioga, moviment i massatge interactiu.
4. De l'hort a la taula: paella o calçots.
5. Què podem aprendre del món cooperatiu de les abelles?
6. Activitats nàutiques + Restaurant ecològic.
7. Visita vinya i tast de vins al parc de Collserola a Barcelona
8. Tours a Barcelona

1. Cuinem paella, tapes o receptes del món



Els cuiners són professionals nouvinguts que hi eren en situació de vulnerabilitat i ara hi són en procés d'inserció sociolaboral.

Experiència que contribueix la cooperació, cohesió de grup, millora la comunicació, gestió del temps, millora la confiança, entre els treballadors, interculturalitat, diversió i motivació.

Descripció

Prepara amb els teus col·legues una paella, tapes o receptes del món. Prepara't per a aquesta autèntica experiència gastronòmica acompanyada de vins locals i ecològics. Pots escollir cuinar una paella, tapes o fer cuina peruana, xilena, japonesa, marroquina, siriana, afganesa, grega, brasilera, mexicana, nepalès, italiana, senegalesa, xinesa o vegetariana.

Localització:	<ul style="list-style-type: none">- A cuines a Barcelona, Badalona-amb vistes al mar- i al Maresme (Mataró i Caldes d'Estrac-amb vistes al mar-).- A les masies de les nostres experiències: hort abelles, i vinya.- Portem cuina itinerant al vostre espai.
Grups:	mín.-màx: 10-25 pers. a les nostres cuines a Barcelona, a Badalona, a Mataró i a Caldes d'Estrac. mín.-màx: 10-50 pers. a les nostres experiències vinya i hort.

	mín.-màx: 10-200 pers. a la nostra experiència abelles.
Calendari:	tot l'any
Durada:	entre 4 i 7h
Idiomes:	Català, castellà, anglès, francès, italià i portuguès (depenent de la recepta que s'esculli). Altres idiomes són possibles amb traductor però hi haurà un sobrecàrrec.
Accessibilitat:	Accessibilitat a cuines de Barcelona, Badalona i Caldes d'Estrac. A la cuina de Mataró solament s'accedeix per escales.
Preu pers. sense iva:	Des de 49€ a cuina a Barcelona, Badalona i al Maresme (Mataró i Caldes d'Estrac) Des de 69€ a les experiències de l'hort a la taula, el món cooperatiu de les abelles i visita vinya. Preu inclou: pica-pica mentre es cuina, ingredients recepta, beguda, i recepta. Preu no inclou transport. En cas que necessiteu transport, us ho podem organitzar.
Altres opcions:	- L'experiència es pot complementar amb un taller de 3h sobre reflexió organitzacional, resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers. - Taller de maridatge: 39€ per pers. -Serveis complementaris d'organització d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de gasos d'efecte hivernacle

Sostenibilitat: valor social i ambiental

- Els ingredients són, sempre que es pugui, productes ecològics i de proximitat.
- Comparteix amb cuiners professionals, persones nouvingudes que hi eren en situació de vulnerabilitat i ara hi són en procés d'inserció sociolaboral, A aprèn sobre les seves experiències i costums des del menjar. Quan cuines paella i tapes, comparteix amb autèntics catalans i persones de l'Estat Espanyol i coneix de les seves costums mitjançant la cuina..
- La cuina de Barcelona i Badalona són gestionades per projectes d'inserció socio-laboral de nouvinguts en situació de vulnerabilitat. Les cuines del Maresme (Mataró i Caldes d'Estrac) són gestionades per projectes culturals.

Incentiva el teu equip amb experiències team building solidàries i sostenibles: contacta'ns!

2. Gimcaminada sostenible i visita a granja eco de gallines



Experiència que contribueix a la cooperació, millora de la comunicació, gestió del temps, gestió de recursos, millora de la confiança i cohesió del grup, planificació, lideratge, creativitat, solidaritat, sostenibilitat, salut i benestar, diversió i motivació.

Descripció

Caminada-Gimcana de 2.15h des de l'estació de tren de Mataró fins a una granja de gallines sostenible i d'inserció sociolaboral de persones amb diversitat funcional psíquica. Durant la caminada passarem per tres ecosistemes: platja, una àrea d'hort i el bosc mediterrani i farem 3 activitats divertides per aprendre sobre estalvi d'energia, agroecologia, i reciclatge. A la granja prendrem un refrigeri mentre aprenem sobre la producció d'ous ecològics i la inserció socio-laboral de persones amb diversitat

funcional psíquica. Després tornarem caminant a l'estació de tren: 1.30h. Al final del camí, dinarem en un restaurant ecològic i sostenible a la platja.

La Gimcana es pot oferir per a altres espais.

Punt de trobada:	Estació de tren de Mataró, Maresme, Costa de Barcelona.
Grups:	Entre setmana: mín-màx 15-40 pers. Caps de setmana: mín-màx 15-25 pers.
Durada:	6.30h.: 4.30h de caminada-gimcana-visita granja gallines i aperitiu, i 2h dinar.
Dificultat de la caminada:	mitjana.
Calendari:	Tot l'any.
Idiomes:	català, castellà, i anglès
Accessibilitat:	Les persones amb diversitat funcional poden accedir a la granja i al restaurant.
Preu per persona sense IVA:	De dilluns a divendres: Des de 79€ per pers. Dissabte, diumenge i festius: Des de 89€ per pers. En cas que ploqui, es programarà l'experiència per a un altre dia o es tornarà els diners. Preu no inclou transport. En cas que ho voleu, podem organitzar el transport privat amb un cost addicional.
Altres opcions:	-Complementar l'experiència amb un taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers. En aquest cas, les 3 activitats de la gimcana es fan a l'àrea

	<p>de la platja (1h) i el taller i dinar al restaurant (5h).</p> <p>-La gimcana (1h) es pot oferir per a fer a altres espais.</p> <p>-Serveis complementaris d'organització d'esdeveniments: foto i vídeo Reportatge de l'experiència, càlcul i compensació de GEH.</p>
--	---

Sostenibilitat: valor social i ambiental d'aquesta experiència

- Experiència que fomenta el coneixement d'aspectes sobre la sostenibilitat com la gestió dels residus, l'estalvi energètic i l'agroecologia.
- Experiència on vivències tres ecosistemes mediterranis: platja, zona d'hort i bosc mediterrani.
- Aprèn sobre la inserció socio-laboral de persones amb diversitat funcional psíquica. La granja ecològica de gallines és un projecte d'inserció socio laboral de persones amb diversitat funcional psíquica.
- El dinar és a un restaurant ecològic, gestionat sota els criteris de l'economia social i solidària, amb arquitectura bioclimàtica i producció d'energia renovable.

Incentiva el teu equip amb experiències team building sostenibles i solidàries, contacta'ns!

3. Benestar: ioga, moviment i massatge interactiu



Experiència que contribueix a la confiança del grup, responsabilitat, cura i connexió amb l'altre, creativitat, salut i benestar, cohesió de grup, diversió i motivació, millora de la comunicació.

Descripció

Amb aquesta experiència sentirem com es relacionen els nostres cossos a través del llenguatge corporal. Ioga, moviment i massatge interactiu ajuden a una millor postura, promouen la salut i el benestar, aprendràs a fer un massatge tailandès bàsic.

Experiència coordinada per professionals del moviment i el massatge que practiquen i promouen l'economia social i solidària.

Catalina González, artista, professora de ioga i terapeuta de massatges certificada a New York, Tailàndia i Barcelona amb més de 10 anys d'experiència al món del ioga i el massatge.

Luz Monsalve a més de ser la coordinadora de Greenevents, ha estat vinculada amb el món de la dansa des de fa 20 anys, practicant la dansa contemporània, moderna, jazz, ballet clàssic, flamenc i africanes. En els últims 11 anys s'ha especialitzat en aquesta última dansa i és professora en diferents centres a Barcelona i al Maresme.

Localització:	Al Maresme (sala al centre de Mataró o a Vilassar de Mar), o al teu espai.
Grup:	mín-màx: 10-50 pers.
Durada:	3 hores.
Calendari:	tot l'any.
Idiomes:	català, castellà, i anglès.
Accessibilitat:	L'experiència es pot adaptar per a persones amb diversitat funcional física.

Preu per pers. Iva no inclòs:	39€. Preu no inclou transport. En cas que necessiteu transport privat, us ho podem organitzar.
Altres opcions:	<ul style="list-style-type: none"> ● Complementar amb taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers. ● Dinar amb paella vegetariana. ● Serveis complementaris d'organització d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de gasos d'efecte hivernacle. ● Regal d'olis i cremes.

Valor social i ambiental:

L'espai on s'ofereix l'experiència a Mataró és un centre que fomenta la cultura i és gestionat sota els principis de l'economia social.

L'espai on s'ofereix l'experiència a Vilassar de Mar fa part d'un projecte d'agroecologia.

Experiència coordinada per professionals que practiquen i promouen l'economia social i solidària.

Incentiva al teu equip amb experiències team building saludables i de benestar: contacta'ns!

4. De l'hort a la taula: paella o calçots



Experiència que contribueix a la cohesió de grup, cooperació, millora la confiança entre el grup, millorar la comunicació, gestió del temps, gestió de recursos, lideratge, aprenentatge, solidaritat, sostenibilitat, diversió i motivació.

Descripció

Visita un hort ecològic i descobreix un projecte sostenible a pocs quilòmetres de Barcelona. Aprèn, mitjançant jocs i proves, sobre la importància del treball de la pagesia, l'estacionalitat dels cultius, quines són les principals plagues, com combatre-les des de l'agroecologia, coneixeu algunes plantes mediterrànies, i experimenta en l'hort. Tindreu l'oportunitat de prendre els teus propis vegetals per cuinar en grup un dinar de productes de temporada com una paella de vegetals o calçots -de gener a abril-, i menjar una autèntica recepta catalana.

Grup:	mín-màx: 10-50 pers.
Durada:	de 4 a 7h.
Calendari:	Tot l'any. Temporada dels calçots: de gener a abril.
Idiomes:	català, castellà, i anglès. Altres idiomes són possibles amb traductor però hi haurà un sobrecàrrec.
Accessibilitat:	L'hort és accessible per a persones amb diversitat funcional física i psíquica.
Preu per pers sense IVA:	Des de 69€ per pers. En cas que plougui, es programarà l'experiència per a un altre

	<p>día. En cas que no es pugui fer un altre dia, es tornarà els diners.</p> <p>Preu no inclou transport. En cas que ho voleu, podem organitzar el transport privat amb un cost addicional.</p>
Altres opcions:	<p>-L'experiència es pot complementar amb un taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers.</p> <p>- Taller de maridatge: 39€ per pers.</p> <p>- Serveis complementaris d'organització d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de GEH, entreteniment.</p>

Sostenibilitat: valor social i ambiental

- Experiència que fomenta el coneixement i respecte al medi ambient.
- Un dels horts és un projecte d'inserció socio-laboral per a persones nouvingudes que hi eren en situació de vulnerabilitat.
- Els horts són gestionats per entitats que treballen sota els principis de l'economia social i solidària: utilitzen banca ètica, ús eficient dels recursos, organització el treball participativa, transparent, i permeten la conciliació personal.
- Els productes de la paella o calçots són ecològics i/o de Km 0.

Incentiva el teu equip amb experiències team building sostenibles: contacta'ns!

5. Què podem aprendre del món cooperatiu de les abelles?



Reflexiona sobre com s'organitzen les abelles: hi ha molt per aprendre

Amb aquesta experiència treballem la comunicació, cooperació, cohesió de grup, millora la confiança entre l'equip, gestió de recursos, millora la gestió del temps, lideratge, creativitat, compromís amb la natura, sensibilitzar sobre la diversitat funcional, diversió i motivació.

Descripció

A una masia a 45 min. de Barcelona amb vistes al mar:

- Reflexiona sobre la forma d'organització cooperativa de les abelles.
- Coneix la biologia de les abelles, valora la seva funció pol·linitzadora per mantenir la biodiversitat, aprèn com fan la mel, el pol·len, la cera, i el pròpolis i quines són les seves propietats.
- Coneix la història de l'apicultura.
- Extreu mel dels ruscs.
- Identifica la diversitat de la flora autòctona.
- Elabora hotels d'insectes o espelmes a partir de la cera.
- Comparteix amb persones amb diversitat funcional psíquica.

Grup:	mín-màx: 10-200 pers.
Durada:	entre 5h i 7h
Calendari:	Tot l'any, excepte agost, nadal (del 22 de desembre al 6 de gener) i Setmana Santa. De nov. a feb. es pot fer l'experiència però no hi ha contacte amb les abelles.

Idiomes:	català, castellà, i anglès. Altres idiomes són possibles amb traductor i sobrecàrrec.
Preu per pers. IVA no inclòs:	<p>Des de 69€ per pers.</p> <p>Preu inclou:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Experiència team building món cooperatiu de les abelles, 3h. • dinar: paella vegetariana (opció de cuinar la paella en grup). <p>Preu no inclou: transport. En cas que ho necessiteu transport privat, us ho podem oferir.</p> <p>En cas que ploqui, es programarà l'experiència per a un altre dia. En cas que no es pugui fer un altre dia, es tornarà els diners.</p>
Altres opcions:	<p>-L'experiència es pot complementar amb un taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers.</p> <p>- Taller de maridatge: 39€ per pers.</p> <p>- Serveis complementaris d'organització d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de GEH, entreteniment.</p> <p>-Dinar: en lloc de la paella vegetariana, es pot oferir paella de terra o mar, o cuinem receptes del món, experiència dirigida per immigrants en procés d'inserció sociolaboral. Preu addicional per pers: 19€.</p>

Sostenibilitat: valor social i ambiental

- Experiència que fomenta el coneixement i respecte al medi ambient.
- Comparteix i aprèn de persones amb diversitat funcional psíquica. La masia és un projecte d'inserció socio-laboral per a persones amb diversitat funcional psíquica on treballen en l'apicultura i l'organització de les visites.

- La masia es gestionada sota els principis de l'economia social i solidària: fan servir banca ètica, ús eficient dels recursos, organització el treball participativa, transparent i es permet la conciliació personal.
 - El dinar és fet amb productes ecològics i de proximitat.
-

Incentiva el teu equip amb experiències team building solidàries i sostenibles: contacta'ns!

6. Activitats nàutiques+Restaurant ecològic



Vela, caiac, paddle surf, big paddle surf i rem. *Experiència que fomenta la cohesió de grup, cooperació, millora la comunicació, confiança entre l'equip, salut i benestar, diversió, motivació, i sostenibilitat.*

Descripció

A pocs minuts de Barcelona, gaudiu un dia amb el teu grup gaudint del mar mediterrani i fent vela, caiac, paddle surf, big paddle surf i rem. Es fomenta reptes d'equip on cada persona ha d'aportar per arribar a bon port. Les activitats nàutiques també es poden oferir amb la sortida o posta de sol i en les nits de lluna plena. Després farem una reflexió sobre l'aportació d'aquestes activitats a l'equip i dinarem a la platja.

Grup:	mín.-màx: 10-40 pers.
Calendari:	Del 15 d'abril al 20 d'octubre hi ha bon clima per a fer aquestes activitats. La resta de l'any es poden facilitar neoprens.
Durada:	4h: 1:30h activitats nàutiques, 30 min. per a la reflexió sobre aportació d'aquestes activitats a l'equip i 2 hores pel dinar.
Idiomes:	català, castellà, anglès i francès.
Accessibilitat:	Les activitats nàutiques es poden fer per a persones amb diversitat funcional física i psíquica.
Preu per pers. IVA no Inclòs	<p>De dilluns a divendres: Des de 69€ per pers.</p> <p>Dissabte, diumenge i festius: Des de 79€ per pers.</p> <p>Preu no inclou transport. En cas que necessiteu transport, us ho podem organitzar.</p> <p>En cas que plogui, es programarà l'experiència per a un altre dia. En cas que no es pugui fer un altre dia, es tornarà els diners.</p>
Altres opcions:	<p>- L'experiència es pot complementar amb un taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers.</p> <p>-Serveis complementaris d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de gasos d'efecte hivernacle, entreteniment.</p> <p>-Pack de 4 dies d'activitats de mar + activitats muntanya (trekking, BTT, ruta pel casc antic d'un poble Mediterrani) màx. 15 pers. Demanar pressupost.</p>

Sostenibilitat: Valor social i ambiental

- Experiència que permet acostar-se al mar amb esports nàutics sostenibles, que no usen gasolina, sinó que es mouen pel vent o per l'activitat física de les persones.
 - Les escoles nàutiques són associacions sense ànim de lucre que busquen potenciar les activitats relacionades amb el mar, les platges i la cultura marinera; i treballen sota els principis de l'economia social i solidària com per exemple la inserció sociolaboral de persones amb diversitat funcional psíquica i de joves en risc d'exclusió social o una gestió ecològica fent un mínim ús de la gasolina o recuperant el patrimoni marítim en desús com contenidors, vaixells i velas.
 - Activitats adaptades per a persones amb diversitat funcional física i psíquica.
 - Una de les opcions per a dinar és a un restaurant ecològic a la platja, construït amb arquitectura bioclimàtica i producció d'energia renovable. L'altra opció és dinar a la platja, a la mateixa escola nàutica.
-

Incentiva al teu equip amb experiències de benestar, solidàries i sostenibles, contacta'ns!

7. Visita vinya i tast de vins al parc de Collserola a Barcelona



La vinya és un projecte d'inserció socio-laboral per a persones amb diversitat funcional psíquica. A més, coneixeràs dades generals del parc de Collserola.

Experiència que contribueix a la cohesió del grup, motivació, diversió, cultura, solidaritat i sostenibilitat.

Descripció

Visita un dels vinyers més sorprenents de Catalunya gestionat per una cooperativa i situat al bell parc de Collserola, a només 30 mín. del centre de Barcelona; coneix el seu celler i la seva autèntica masia. Fes un tast amb els fantàstics vins marca Barcelona, vins utilitzats per als esdeveniments de la ciutat i comprats per l'Ajuntament de Barcelona. T'explicarem sobre la importància del parc de Collserola, pulmó de Barcelona i coneixeràs de primera mà un projecte d'inserció sociolaboral de persones amb diversitat funcional psíquica, els qui ajuden en l'organització de les visites. El tast es pot fer amb un pica pica o amb un menjar.

Grup:	mín.- màx.: 10-50 pers.
Calendari:	tot l'any, excepte l'última setmana de juliol i agost.
Durada:	de 3 a 7h.
Idiomes:	català, castellà, i anglès.
Accessibilitat:	La visita es pot fer per a persones amb diversitat funcional psíquica i física.
Preu per pers. IVA no inclòs	Des de 59€. Preu no inclou transport. En cas que necessiteu transport, us ho podem organitzar. En cas que plougui, es programarà l'experiència per a un altre dia. En cas que no es pugui fer un altre dia, es tornarà els diners.
Altres opcions:	- L'experiència es pot complementar amb un taller de 3h sobre reflexió estratègica-organitzacional, o resolució de

	<p>conflictes, o la RSC a la vostra empresa. Preu: 590€. A partir de 20 pers. hi haurà un sobrecàrrec de 15€ per pers.</p> <p>- Lloguer de sala polivalent per a treballar: màx 20 pers.</p> <p>- Gimcaminada pel Parc de Collserola per a arribar a la vinya. Preu addicional: 29€ per pers.</p> <p>- Verema al setembre.</p> <p>-Serveis complementaris d'esdeveniments: foto-vídeo reportatge, càlcul i compensació de gasos d'efecte hivernacle, entreteniment.</p>
--	---

Sostenibilitat: Valor social i ambiental

- La vinya és un projecte d'inserció socio-laboral per a persones amb diversitat funcional psíquica en situacions socials desfavorides on viuen i treballen en el cultiu de la vinya, el celler, i l'organització de les visites. Explicarem sobre la inserció sociolaboral de persones en risc d'exclusió social.
- La vinya és gestionada per una cooperativa que treballa sota els principis de l'economia social i solidària.
- Si feu la gimcaminada coneixereu el parc de Collserola, el parc més gran de Barcelona, coneixereu dades generals sobre aquest parc i fareu una caminada pel bosc mediterrani.
- Els productes del pica-pica o dinar són ecològics i de proximitat.

Incentiva al teu equip amb experiències Team Building sostenibles i solidàries: contacta'ns!

8. Tours a Barcelona



(1) Barris del Born i del Raval dirigits per persones que vivien al carrer (2) Arquitectura sostenible (3) horts comunitaris (4) Innovació en l'economia social.

Oferim diferents Tours a la ciutat de Barcelona:

1. Visita barri del Born i del Raval a Barcelona guiats per persones que van viure al carrer i ara hi són en procés d'inserció sociolaboral com a guies; coneixerem els serveis socials que ofereix la ciutat per a les persones en situació de vulnerabilitat. Acabem fent un pica pica a un menjador social.

2. Arquitectura sostenible: visitem edificis que hi eren en desús i han sigut recuperats per a nous usos, edificis amb certificacions LEED i BREEAM, i infraestructura pels serveis d'aigua, energia i gestió de residus.

3. Horts comunitaris: visitem horts comunitaris a Barcelona i aprenem sobre l'activisme de base i els esforços per a crear espais comunitaris a la ciutat al llarg de la història.

4. Centres d'impuls i entitats exemplars de l'economia social i solidària: Catalunya és innovadora en la inserció sociolaboral de persones en situació de vulnerabilitat socio-econòmica i de persones amb diversitat funcional psíquica i física. Coneix bones pràctiques d'empreses en aquest àmbit i com transformen la vida de persones amb necessitats especials i les de les seves famílies. El tour es pot complementar coneixent de primera mà les polítiques del sector públic i associacions per impulsar l'economia social i solidària.

Grup:	mín-màx: 10-25 pers. Podem organitzar grups més grans.
Durada:	Des de 2h fins 3 dies. Adaptem l'itinerari a les vostres necessitats.
Calendari:	Tot l'any. Pel tour de l'economia social es recomana fer-lo el penúltim cap de setmana d'octubre per a coincidir amb la Fira d'economia social i solidària de Catalunya.
Idiomes:	Català, castellà i anglès.
Accessibilitat:	Els tours es poden fer persones amb diversitat funcional física.
Preu:	Pressupost a mida.
Altres opcions:	La mobilitat del tour la intentem fer en transport públic i caminant. Els tours poden incloure dinar a un restaurant amb valor social i ambiental.

Sostenibilitat: valor social i ambiental

- El tour barris pels barris del Raval i el Born a Barcelona és projecte d'inserció socio laboral de persones que vivien al carrer. S'explica els serveis socials que ofereix Barcelona per a les persones en situació de vulnerabilitat.
- Tour arquitectura sostenible: transferència de bones pràctiques d'arquitectura sostenible.
- Tour horts comunitaris: transferència de bones pràctiques de gestió comunitària.
- Tour innovació en l'economia social i solidària: transferència de bones pràctiques pel foment i la gestió de l'economia social i solidària.