



## CUATRO EXPERIENCIAS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE



**ADAPTABILIDAD** 4/5  
**ACCESIBILIDAD** 4/5

Física 5/5  
Sensorial 5/5  
Mental 5/5  
Intelectual 5/5

En el Restaurante, con su equipo de expertos formadores nos acercarán al mundo de la cocina, la alimentación y la tradición gastronómica mediante tres talleres temáticos que, de forma simultánea y en pequeños grupos intercambiables, resultan una experiencia divertida y muy comprensible de lo es una cocina y alimentación saludable y equilibrada. Todo ello con un final sentados a la mesa para disfrutar de una buena comida de restaurante.

### Taller de Tiro al Arco

Con el apoyo de una pirámide alimentaria y comparando sus segmentos con los colores de una diana se puntuará los aciertos del tiro al arco comprobando si se consigue una dieta equilibrada. Gana el equipo más "equilibrado".

### Taller Sensaciones Gastronómicas

Taller práctico donde se incluye la proyección de un vídeo-reflexión sobre la comida equilibrado, una cata de agua salada, azucarada, con limón ácida y la tónica amarga y con té verde que produce el sabor umami, y finalmente unas pruebas de olfato a ojos cerrados / ciegos.

C/ Sant Isidre, 76, 1er.  
08912 Badalona  
Telf. 93.384.29.06  
[www.vavava.org](http://www.vavava.org)



### Taller de Cocina

Elaboraremos un menú equilibrado adecuado a la edad y lo cocinaremos descubriendo que las verduras y las frutas pueden ser divertidas. También elaboraremos una coca de recapte (o pizza) y un postre auténticos y fáciles donde se incorporan las frutas. Con la ayuda de un cocinero quemaremos un carpaccio de naranja con azúcar y le añadiremos helado de vainilla.

### Comida en el Restaurante

Con productos frescos del mercado, pescado de lonja y los mejores platos hechos en casa, ¡no te dejarán indiferente!

## PACK BÁSCIO VAVAVA / 1 día / 14 € PAX

**INCLUYE:** participación en los tres talleres descritos, que se realizarán forma simultánea en grupos intercambiables, para que cada grupo pueda disfrutar de todos los talleres. Seguro. IVA.

**NO INCLUYE:** Transporte (presupuesto a medida, en función del lugar de procedencia).

## ACTIVIDAD A LA CARTA. ¿Hablamos?

Podemos diseñar tu programa de actividades a medida  
Solicita presupuesto sin compromiso

[hola@vavava.org](mailto:hola@vavava.org)

Fecha actualización: 09/03/2015

C/ Sant Isidre, 76, 1er.  
08912 Badalona  
Telf. 93.384.29.06  
[www.vavava.org](http://www.vavava.org)