

INTEGRATIVE HEALTHY COOKING

PEC-H • Postgrado especialista en
Integrative Healthy Cooking





Manifiesto CIB

Ferran Fisas, Pep Nogué y Josep Gala. Fundadores del Culinary Institute of Barcelona

Nacemos de un cambio y seguimos cambiando sin cesar. Quien no cambia no evoluciona y la docencia ha de servir para eso: para enseñar a evolucionar.

La sociedad en general tiene una obsesiva tendencia a sobrevalorar el conocimiento e insiste hasta la frustración presionando a los jóvenes en sus estudios sin cultivar sus valores, sus habilidades y sus posibilidades. Y ese es un gran error.


El éxito está precisamente en aquello que somos capaces de hacer cuando conocimientos, habilidades, actitudes y posibilidades convergen.

En la mayoría de los centros educativos no se valora a nuestros jóvenes en aquello en lo que son realmente buenos sino en aquello que esperamos que sepan. Se penalizan habilidades tales como la imaginación, la creatividad, la elocuencia y hasta la inteligencia (el que duda). No son motivados ni son formados hacia la innovación, sino que los formamos desde el pasado para el pasado y no para el futuro.

Debemos enseñar a mejorar, a cuestionar, a imaginar, a buscar y a encontrar nuevas posibilidades haciendo uso de nuestro intelecto que no es precisamente muy racional sino absolutamente emocional.

En las escuelas tradicionales se les enseña a saber cosas y no a hacer cosas. No se les enseña a amar ni a sobrevivir, sino a aceptar lo establecido, aunque sepamos que lo establecido es efímero y hasta incorrecto. En CIB no caemos en ese error y por eso le damos tanta importancia a las actitudes y es por eso que dotamos al alumno de un conjunto de habilidades laterales que le permitan desarrollarlas.

Nuestra obsesión es mejorar en nuestros procedimientos de enseñanza para que nuestros jóvenes sean capaces de superar los escenarios de cambio, los hagan suyos y sepan adaptarse a las nuevas circunstancias con absoluta naturalidad. Debemos enseñarles a fijar, perseguir y cumplir objetivos, a no tener miedo a equivocarse porque sólo los que están dispuestos a equivocarse son capaces de hacer cosas realmente maravillosas.



¿Por qué en el CIB?
Imagina una escuela donde
lo imposible es posible.

Durante los próximos años el mundo cambiará radicalmente y se precisará una nueva generación de profesionales capaces de liderar este cambio. Nosotros los preparamos para ello.

Porque el Culinary Institute of Barcelona ya se ha ganado un puesto entre las mejores escuelas de cocina y *management* de restaurantes del mundo desde su primer año de funcionamiento, porque es una escuela diferente con metodologías diferentes, contenidos diferentes y alumnos diferentes.

Porque amamos la diferencia desde todas las perspectivas, porque nuestra misión es crear una nueva generación de profesionales que sepan encontrar solución a los problemas del mundo desde la gastronomía.

Porque los cambios de paradigma social, económico, cultural, político, de salud y ecológicos precisan gente capaz de asumir riesgos diferentes, otras ambiciones y otros valores.

Y nosotros nacimos para hacerlo.



Imagina

Imagina una escuela donde en vez de aulas hay amplios escenarios diseñados para el aprendizaje.

Imagina una escuela donde puedes encontrar a Bill Gates o a Frida Kahlo en el baño.

Imagina una escuela donde nunca te dicen “esto está mal” sino “esto se ajusta o no se ajusta al objetivo que marcamos”.

Imagina una escuela donde puedes pensar diferente y eso te hace mejor.

Imagina una escuela donde los días de evaluación son los más interesantes y divertidos y al terminar pides más y más.

Imagina una escuela donde los alumnos se sientan en círculo junto al profesor y en vez de discursos hay diálogos.

Imagina una escuela donde tan importante es imaginar como hacer.

Imagina una escuela donde el primer día es una fiesta.

Imagina una escuela donde los alumnos llegan desde todas las partes del mundo y aprenden, trabajan, se entienden y se divierten juntos.

Imagina una escuela de cocina donde no enseñan recetas porque eso sería como enseñarte a copiar y en vez de eso te enseñan a crear lo que nunca nadie hizo antes.

Imagina una escuela donde puedes crear tu propio currículo de forma modular.

Ahora imagínate a ti en ella. **Imagínate en el CIB.**



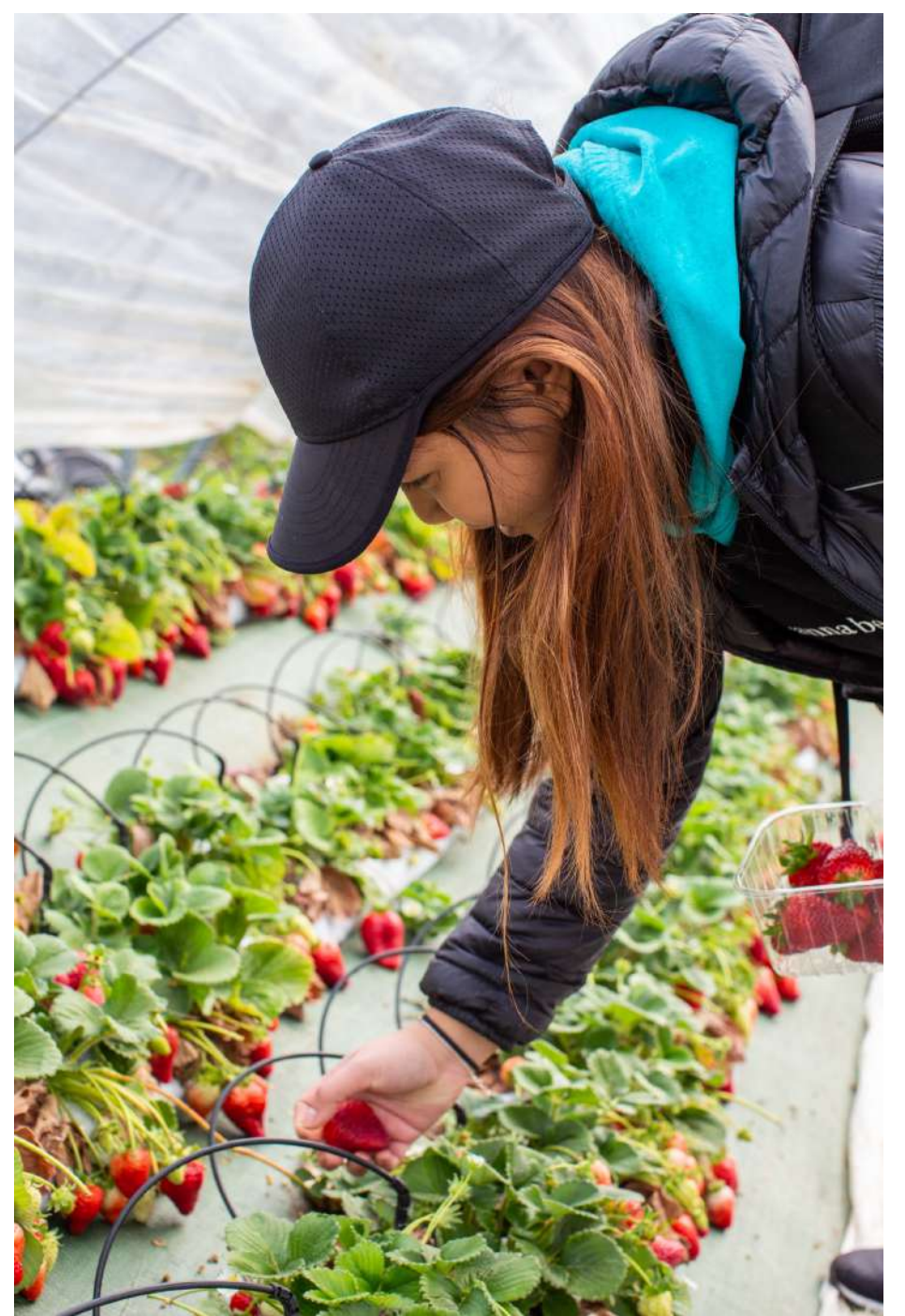
I wanna be CIBer

El primer día, al llegar al CIB, vestirás la camisa “I wanna be CIBer” que te distingue como estudiante del CIB. El último día, en el momento de tu despedida, recibirás otra igual pero esta vez reza “I'm CIBer”. Así llamamos en el CIB a aquellas personas que estudian con nosotros.

En el mundo laboral ser CIBer es sinónimo de garantía, de creatividad, de innovación, de respeto, de potencia, de disposición, de liderazgo, de saber hacer y estar.

Nuestra obsesión es transmitirte no solo conocimientos sino ayudarte a conseguir tus objetivos, tus sueños y lo hacemos mostrándote el camino a través de las actitudes. Por eso los CIBer son apreciados y respetados en todo el mundo profesional, porque actitudinalmente son siempre el ejemplo a seguir.

Su actitud es lo que les une, y su hecho diferencial y único es lo que les permite impactar en el futuro y transformar su entorno.



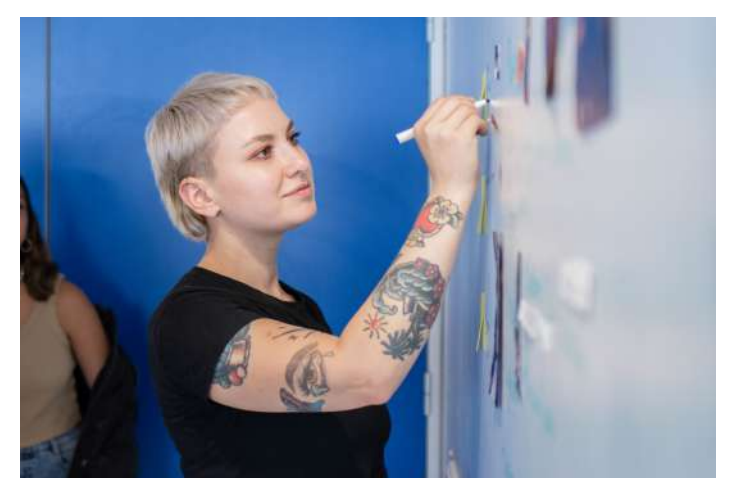
PEC-H

INTEGRATIVE HEALTHY COOKING

El PEC-H es el postgrado diseñado para chefs o profesionales del ámbito nutricional que quieren integrar la salud en la gastronomía del siglo XXI.

Con tres meses de duración permite a los estudiantes con o sin experiencia previa en las cocinas profesionales crear, innovar, experimentar y desarrollar propuestas gastronómicas saludables para la necesidad de cada consumidor.

Los alumnos y alumnas del PEC-H llegan al CIB desde todos los rincones del mundo, tienen un perfil emprendedor y amante de la creatividad y la innovación.





PEC-H

Postgrado Integrative Healthy Cooking


DURACIÓN	HORAS	SESIONES	HORARIO	ALUMNOS	CONVOCATORIAS
+3 meses	246 Horas lectivas	+100 Sesiones con objetivos propios con especialistas en activo para cada materia.	6 Horas diarias de lunes a miércoles de 8:00 a 14.00	16 Alumnos por convocatoria	3 Convocatorias anuales Enero, Mayo y Septiembre

La cocina saludable es presente y futuro. Aquí te enseñamos a innovar, compartir, crear y liderar la cocina saludable del siglo XXI.

El Postgrado en cocina saludable Integrative Healthy Cooking tiene una duración de tres meses lectivos con un horario de 6 horas diarias tres días por semana y está dirigido a todas aquellas personas con o sin experiencia previa en la cocina profesional que quieren integrar la salud en la gastronomía para sus clientes.

El PEC-H te prepara para controlar y manejar el equilibrio nutricional, a adaptar la cocina healthy para cada consumidor con conocimiento organoléptico y su aplicación culinaria más científica. Te empodera para dominar las técnicas y habilidades de la cocina saludable profesional a partir de las distintas corrientes culinarias actuales y esto te permite poder crear, ajustar y planificar la alimentación para las diferentes etapas fisiológicas, enfermedades y necesidades nutricionales para cada persona.

Como en todos los programas CIB, los alumnos de este programa tienen espíritu emprendedor y provienen de los cinco continentes.



Más allá de la cocina healthy.
Lo nuestro es formar a
las personas del siglo XXI

CREATIVIDAD E INNOVACIÓN + TEAM
MANAGEMENT

10%

Del contenidos para el desarrollo de
habilidades laterales aplicadas a la C+
I y el trabajo en equipo

VIVENCIAS

3

Sesiones siendo testigo
de invitados especiales

CIB SPECIALS

8

Sesiones para alinear tus
actitudes con tus
habilidades hacia el
Siglo XXI

WORKSHOPS

3

Workshops para
desafiarte

CHALLENGE

48

Horas de retos que
evalúan
transversalmente todo
lo aprendido

Por muchos conocimientos que adquieras lo que conseguirá distinguirte de los demás son tus habilidades y tus actitudes.

Estar preparado para el siglo XXI que acaba de empezar imponiendo nuevas reglas ha de hacerse con nuevas metodologías de enseñanza y de aprendizaje.

Nuestra metodología participativa es un claro ejemplo de ello, sin discursos ni monólogos sino participando activamente en el aula. Por eso nos sentamos en círculo y por eso todos estamos en la primera fila, sintiéndonos protagonistas e iguales.

No nos limitamos a formar en conocimiento, sino que desarrollamos nuevas habilidades para enfrentarnos a los cambios de paradigma que nos depara el siglo XXI y potenciamos las actitudes que son necesarias para obtener más y mejores posibilidades de éxito, para ser auténticos motores del cambio.



¿Por qué creatividad e innovación?

26%

El 26% de la carga lectiva de este programa está dedicada a la creatividad, la innovación y a la potenciación de actitudes del siglo XXI

Para resolver antes y mejor los problemas y para ir por delante de los demás, de tus competidores.

El Culinary Institute of Barcelona destaca y es referencia mundial en los ámbitos de la formación en creatividad e innovación. Por eso universidades y empresas de todo el mundo utilizan nuestra metodología en el CIB.

Al contrario de lo que piensa la mayoría, la creatividad no es una habilidad sino una actitud y una forma de hacer las cosas. La creatividad es la herramienta que te permite resolver problemas, encontrar soluciones antes y mejor que los demás y es el primer paso hacia la innovación.

La innovación es la única forma posible de que seas tú quien va delante en vez de ir persiguiendo a los que son capaces de innovar.

Por eso, en el CIB, le damos tanta importancia a ambos aspectos de nuestra metodología y son el eje de nuestro sistema de aprendizaje.

Cuando termines tus estudios, además de el aprendizaje y la experiencia, te llevarás contigo a un montón de nuevos contactos, casi todos ellos emprendedores, repartidos por todo el mundo.



■ Vienen del sector saludable

■ Son Chefs

¿Con quién estaré estudiando? Cómo son los alumnos del CIB

INTERNACIONAL	EDAD	EXPERIENCIA PROFESIONAL	EMPRENDEDORES	CULINARY BACKGROUND
75%	28.7	9.8	70%	60%
Son estudiantes llegados de otros países	Años es la edad promedio de los alumnos del CIB	Años de experiencia en el sector de restauración, cocina profesional o nutrición	Perfiles heterogéneos que ya han o desean emprender	Proviene de una carrera profesional gastronómica

El siglo XXI exige una actitud diferente frente a los alimentos y a las personas que los cocinan y los consumen. Por eso se precisan nuevos agentes de cambio que lo hagan posible.

Mucho más que una escuela, el Culinary Institute of Barcelona es un lugar de intercambio internacional donde convergen personas de todas las culturas existentes, pero con una pasión y un objetivo común.

Nuestros estudiantes son personas con un marcado carácter y espíritu emprendedor e inconformista. Son agentes del cambio y quieren protagonizar los nuevos paradigmas del siglo XXI.

Más de 60 países están presentes en nuestras aulas y el lenguaje común es siempre la gastronomía, el buen humor y el respeto a las nuevas y viejas ideas.



¿Cómo son las instalaciones del CIB? 1.600m² de escenarios formativos

AULA ANFITEATRO	AULA COCINA	AULA ACTIVA	AULA DINÁMICA	WORKROOM	ATRIO	VESTUARIOS
2	4	120	4	4	1	76
Aulas demostrativas completamente equipadas para hasta 24 alumnos cada una.	Cocinas para 16 alumnos y 32 puntos de fuego cada una, (una de ellas es obrador)	Metros cuadrados ocupa nuestra Aula Activa para nuestros Workshops,	Aulas Dinámicas para las sesiones participativas.	Salas para uso de los alumnos, completamente equipadas	Espacio central para la socialización y la conectividad	Metros cuadrados de espacio para tu intimidad, higiene y respeto

Todo lo que está en el CIB está diseñado y dispuesto para el alumno: la mejor tecnología y las mejores instalaciones.

Nunca una escuela de cocina había dispuesto tantos y tan buenos recursos para sus alumnos. Pero esto no es lo que más te va a sorprender.

Nuestra metodología no solo comprende e incluye excelentes escenarios de aprendizaje, sino que los usamos como recurso compartido con el alumno porque lo hace suyo desde el primer día. Toda nuestra tecnología está a tu servicio y podrás usarla como si fuera tuya para tus pruebas y trabajos de investigación.



CHALLENGE

Nuestra forma de evaluar es tu mayor reto

CHALLENGE

3

Son los retos en los que vas a participar durante este programa

HORAS

48

Horas invertidas en Challenge para que apliques todo lo aprendido

La única escuela del mundo en la que el día de evaluación es como una fiesta y los alumnos piden más

Nuestra metodología es única y está orientada a enseñarte a definir, diseñar, medir y cumplir los objetivos.

Evaluamos de forma transversal todos los conocimientos adquiridos mediante retos, llamados CHALLENGE, en los que participarás periódicamente y donde, además de divertirte, sentirás el aprendizaje como nunca lo sentiste. Te darás cuenta de lo que aprendes en cada uno de ellos y, sobre todo, conocerás tus límites como nunca antes los habías conocido.

Y recuerda, aquí un 5 no es suficiente.

CIB[®]

PEC-H
Integrative &
Healthy Cooking



PROGRAMA START

Para que nadie se quede atrás, un programa voluntario de refuerzo

SESIONES

16

Sesiones para ponerte al día

HORAS

32

Horas adicionales de práctica culinaria

COSTE

550 €

Se recomienda para todo profesional que no disponga de bases en la cocina profesional

16 sesiones optativas para que te pongas al día y practiques en nuestras cocinas todo lo aprendido.

START es el programa de refuerzo para los estudiantes del CIB que requieren de una ayuda adicional.

Te ayuda a mejorar y a perfeccionar las bases culinarias. Dos días por semana durante nueve semanas tendrás la oportunidad, de ampliar tu horario lectivo en la cocina y, así, cocinar y practicar las técnicas aprendidas en las sesiones formativas.

CIB

PEC-H
Integrative &
Healthy Cooking



PEDAGOGÍA CIB®

Lo más importante es asegurarnos de que el alumno aprenda

Somos una escuela y por tanto nuestro producto es el aprendizaje y por eso nos tomamos muy en serio nuestra misión pedagógica y académica.

Sabemos que todo el que viene al CIB lo hace para aprender y todo lo que hacemos está encaminado a asegurarnos de que eso es cierto.

Nuestra metodología incluye la definición taxonómica de cada uno de los objetivos de cada materia y sus correspondientes rúbricas que son evaluadas en los retos (Challenge) de forma transversal

Nuestros docentes reciben formación continua sobre nuestra metodología y los resultados del análisis de la misma que periódicamente realizamos para autoevaluarnos y exigimos un alto rendimiento de las prestaciones didácticas.

Somos exigentes con nuestros alumnos porque saben que, para obtener el diploma final, deben esforzarse y cumplir constantemente con horarios, actitudes y superar todas las evaluaciones en forma de retos que vivirán entre nosotros.

Disponemos de un departamento que genera documentos originales con un marcado estilo CIB que sirven de soporte de estudio para los alumnos de nuestro centro.

Para nosotros, garantizar el aprendizaje es lo primero.



44%



Formato Demostrativo

Son sesiones, generalmente en las aulas anfiteatro, donde un experto ejecuta una clase magistral demostrativa. Los alumnos pueden visualizar presencialmente la sesión y a través de los monitores que hay en la sala con primeros planos de la ejecución.

7%



Formato Participativo

Son sesiones, normalmente en las aulas dinámicas, donde los alumnos, sentados en círculo junto al docente asisten a una clase donde el diálogo es más importante que el monólogo.

17%



Formato Workshop

Sesiones que, a través de un ejercicio práctico en equipo, se adquiere un aprendizaje. Suelen hacerse en el Aula Activa y, a veces, en el exterior del CIB.

8%



Formato Experiencial

Sesiones, fuera del CIB, donde los alumnos asisten a sesiones didácticas a través de una vivencia real en granjas, huertos, etc.

24%



Formato Práctico

Sesiones donde el alumno ejecuta ejercicios prácticos en la cocina u obrador.



METODOLOGÍA CIB®

Vivir el aprendizaje con todos los sentidos



DEMOSTRATIVA:

Hechos, no solo palabras

Son sesiones, generalmente en las aulas anfiteatro, donde un experto ejecuta una clase magistral demostrativa. Los alumnos pueden visualizar presencialmente la sesión y a través de los monitores que hay en la sala con primeros planos de la ejecución.

El programa PEC-H incluye sesiones con de más de 30 profesionales de todas las especialidades que, mediante este formato, ponen a tu disposición todas sus habilidades y conocimientos.

Los dos anfiteatros son, normalmente, el escenario perfecto para este tipo de sesiones, aunque en ocasiones éstas se hacen en las cocinas o en la sala fría como en el caso de los despieces, cortes y otras actividades que lo aconsejan.





PARTICIPATIVA:

Nunca una clase teórica fue tan divertida y de tan alto nivel de aprendizaje.

Huimos de las aulas tradicionales, de la estructura rígida y vertical del monólogo del docente hablándole a los alumnos. En el Culinary Institute of Barcelona, las aulas dinámicas tienen sillas con ruedas, autónomas para que pueda configurarse cada sesión según conviene.

Sentados en círculo conseguimos que todos estemos en la primera fila, sin posibilidad de esconderse y sintiéndote siempre en el centro. El lenguaje cambia automáticamente haciéndose sincrónico entre alumnos y docentes, con una libertad para la expresión que nunca antes habrás sentido. La espontaneidad se hace presente a los pocos días de práctica y el nivel de las preguntas y del aprendizaje aumenta exponencialmente. Por eso a estas aulas las llamamos dinámicas y al formato participativo.





METODOLOGÍA CIB®

Vivir el aprendizaje con todos los sentidos



WORKSHOP:

Aunque sea la razón la que te enseñe, se aprende desde la emoción. Aquello que vives en primera persona y consigue despertar tus emociones se retiene para siempre.

En el PEC vivirás 3 talleres de creatividad, innovación, futuro, de desarrollo de habilidades y para potenciar actitudes.

Cuando termines tu formación habrás recibido el impacto de una formación multicultural y multidisciplinar que te va a permitir abordar los cambios y avatares del futuro con mucha más preparación que los demás. Nuestros Workshops son practicados, en estas mismas instalaciones, por universidades tan prestigiosas como Stanford y RMIT de Melbourne, empresas, entidades deportivas e instituciones adoptan nuestra metodología en el CIB y tú tendrás el privilegio de protagonizarlas todas.





METODOLOGÍA CIB®

Vivir el aprendizaje con todos los sentidos

E

EXPERIENCIAL:

Para potenciar las actitudes de respeto que te permitan afrontar el consumo y la transformación del producto de forma responsable y sostenible necesitas amar la materia prima.

Los estudiantes del CIB aprenden que el agricultor, el ganadero, el pescador y el productor son **el primer cocinero**, que de ellos depende todo lo demás, del amor y la sabiduría que aplican en el producto.

En el CIB vivirás numerosas experiencias que jamás olvidarás y entre ellas estarán aquellos trabajos de campo que, para el resto de tu vida, sentirás vivos en tu memoria y en tus sentidos.

Lo hacemos porque para que adquieras el conocimiento adecuado sobre los distintos productos, precisas amarlos, sentirlos, notarlos. Necesitas adquirir esta experiencia para potenciar las actitudes de respeto que te permitan afrontar el consumo y la transformación de la materia prima de forma responsable y sostenible.

El mundo de la cría animal, la pesca de altura, de roca y de playa, la agricultura, la búsqueda de setas y trufas, de hierbas aromáticas y medicinales, el procesado de alimentos más y menos sofisticados, la investigación y tecnología aplicada a la gastronomía y por supuesto la visita y el encuentro íntimo y familiar en El Celler de Can Roca.

Esos días vestirás tu camisa “I wanna be CIBer” y sentirás con extremo orgullo el ser miembro privilegiado del CIB, de los que conocen el producto de primera mano, que lo aman con pasión.

CIB®

PEC-H
Integrative &
Healthy Cooking



METODOLOGÍA CIB®

Vivir el aprendizaje con todos los sentidos

R

PRÁCTICA:

Donde más vas a disfrutar es la cocina, lo sabemos y por eso tienes tres cocinas de fuego y un obrador a tu disposición, pero te añadimos un componente nuevo en una escuela: Permiso para equivocarte

Presumimos de no enseñar recetas sino a desarrollar la creatividad y la innovación desde la cocina. Y en las cocinas del CIB te sentirás libre y seguro porque en los procesos de creación el error es un componente más y muy importante.

Cada cocina puede acoger hasta a 16 alumnos por lo que te sentirás con espacio más que suficiente y ponemos a tu disposición todo tipo de maquinaria y dispositivos de última generación además de un almacén lleno de género de primera calidad. Todo es para ti.



CIB®

PEC-H
Integrative &
Healthy Cooking

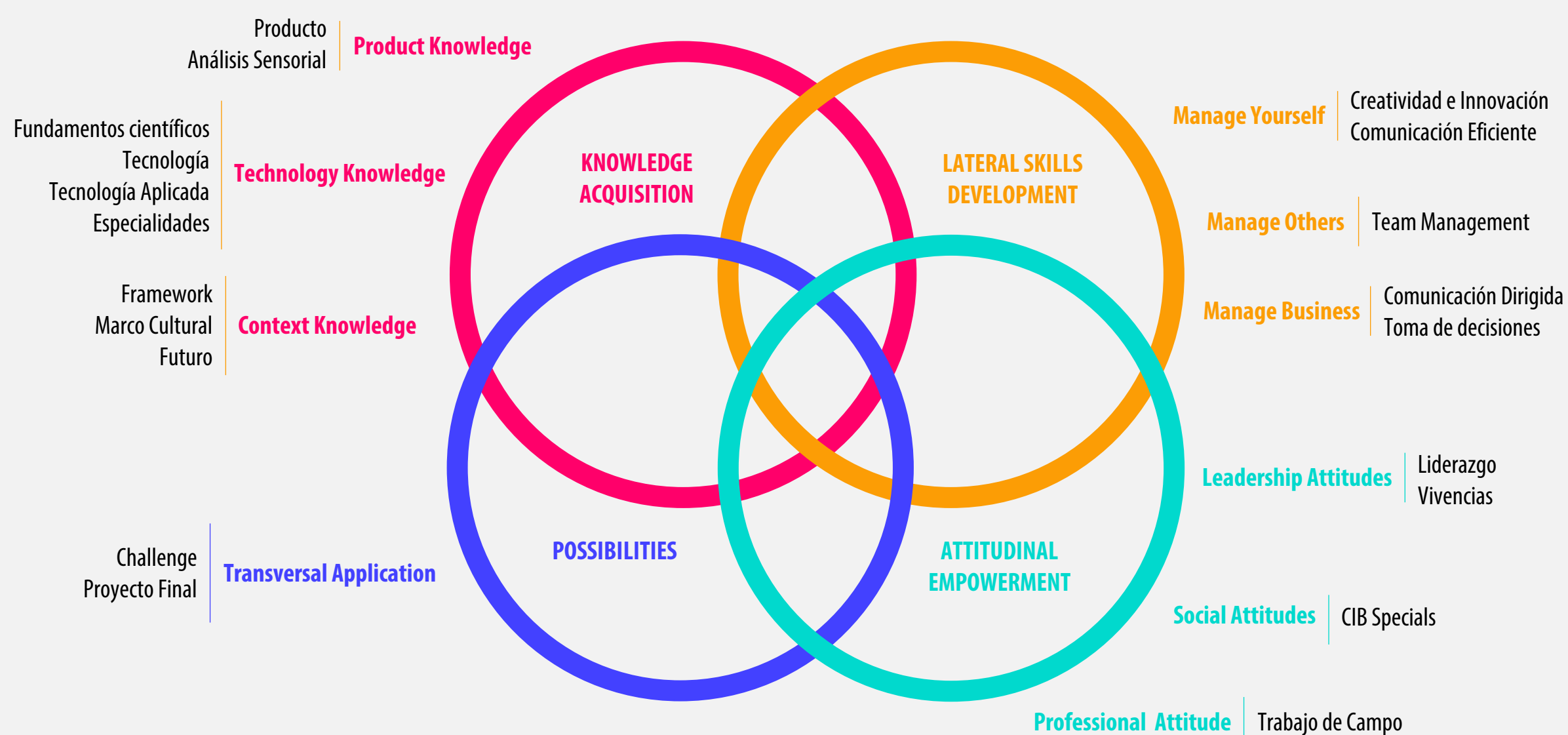
METODOLOGÍA CIB®

Mucho más que adquirir conocimientos

Por muchos conocimientos que adquieras, en la vida laboral quien más éxito obtiene no es quien sabe más sino quien mejor aplica lo que sabe, quien mejor hace uso de sus habilidades. Pero no es suficiente, se precisan ciertas actitudes para conseguir tus metas y un alto grado de autoconocimiento y reconocimiento del entorno para aumentar las posibilidades de éxito.

Por eso damos tanta importancia al desarrollo de habilidades, a la potenciación de actitudes y a las posibilidades como a los conocimientos.

Sabemos que, en el Siglo XXI van a ser necesarias estas habilidades y actitudes para superar los numerosos cambios de paradigma que, como un sinfín de tsunamis, irán apareciendo en los próximos años.



Es por esto que quienes cursan sus estudios en el CIB destacan enseguida entre los demás, porque, además de haber incorporado unos conocimientos de forma más profunda, han sido entrenados tanto en habilidades como en actitudes y evaluados para medir sus posibilidades.



PENSUM PEC-H

Integrative Healthy Cooking

Ámbito	Área	Materia	Horas	
<p>Ámbito de CONOCIMIENTOS:</p> <p>Se refiere a todas aquellas materias en las que se adquiere un aprendizaje intelectual (desde la razón) tomando conciencia de los aspectos referidos al Por qué, el Cómo y el Qué del ámbito sujeto de estudio.</p> <p>En el CIB dividimos este ámbito en tres áreas de la adquisición del conocimiento: Producto (Qué hacemos, Tecnología (Cómo lo hacemos) y Contexto (Por qué lo hacemos)</p>	PRODUCT	<p>PRODUCTO Materias primas y elaborados</p>	20	No puedes elaborar ni transformar en la cocina sin el conocimiento de cada uno de los productos implicados. Sus propiedades, origen, tratamiento, y alcance de su transformación son algunos de los aprendizajes que adquirirás en esta materia.
	TECHNOLOGY	<p>FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS Física y Química de los alimentos</p>	108	La cocina es transformación a través de la física y la química y debes conocer por qué ocurren las cosas cuando trabajas con productos biológicos como son los alimentos. Te ayudará a comprender y a mejorar cualquier proceso culinario.
		<p>TECNOLOGÍA Técnicas culinarias</p>		Conocer los procesos, la maquinaria y las distintas técnicas de elaboración y cocción, para que puedas elegir cuál de ellas es la más adecuada según el producto y el contexto.
		<p>TECNOLOGÍA APLICADA Práctica culinaria</p>		Poner en práctica todo lo aprendido se convertirá a en tu materia favorita. Disponer de todas las herramientas para ejecutar tus propuestas harán que esperes estos momentos todas las semanas. Afortunadamente esta es la materia con más horas programadas.
		<p>CORRIENTES CULINARIAS Nuevas tendencias globales</p>		Son sesiones donde obtendrás una visión global de las tendencias en cocina saludable de la mano de sus creadores y desarrolladores.
	CONTEXT	<p>MARCO CULTURAL Antropología</p>	10	En esta materia entenderás la gastronomía como un hecho social vinculado a la cultura y a la historia de las sociedades humanas.
		<p>FRAMEWORK Seguridad alimentaria</p>		La materia Framework recoge todos los aspectos que tienen que ver con el marco de tu trabajo vinculados a la seguridad alimentaria, la manipulación de alimentos, la contaminación cruzada y la higiene laboral.
		<p>FUTURO Miradas al Siglo XXI</p>		Son ventanas de visualización de futuros posibles de la mano de invitados expertos ya sea desde el punto de vista tecnológico, de producto o contexto. Te darán una gran ventaja competitiva frente a los demás.



PENSUM PEC-H

Integrative Healthy Cooking

Ámbito	Área	Materia	Horas
Ámbito de HABILIDADES: Sin duda, no podemos alcanzar objetivos trascendentes sin contar con las habilidades personales que nos ayuden a impulsar a nuestros equipos en la misma dirección. Por eso damos importancia al desarrollo de habilidades laterales que clasificamos así: Manejo de uno mismo, manejo de otras personas y manejo de negocios.	LATERAL SKILLS DEVELOPMENT	CREATIVIDAD E INNOVACIÓN Desarrollo del pensamiento lateral	18
	MANAGE YOURSELF	TEAM MANAGEMENT Trabajo en equipo	6
Ámbito de ACTITUDES: El comportamiento que emplea cada persona para hacer sus tareas condiciona el resultado y el de los que le acompañan. Es muy importante que aprendamos que cada actitud es fruto de una decisión, que uno decide qué actitud tomar ante cada reto o situación. Dividimos el ámbito actitudinal en tres áreas: Actitudes de liderazgo, sociales y profesionales.	ATTITUDINAL EMPOWERMENT	VIVENCIAS Testimonio de invitados	6
	LEADERSHIP ATTITUDES	CIB SPECIALS Hola Day + Rendezvous + DSMN	12
	SOCIAL ATTITUDES	TRABAJO DE CAMPO Salidas experienciales formativas	18
PROFESSIONAL ATTITUDES	CHALLENGE Retos	48	
Ámbito de POSIBILIDADES: Llamamos ámbito de posibilidades a la capacidad de conocerse así mismo (autoconocimiento) y de reconocimiento del entorno. En el CIB tratamos este ámbito de forma transversal y la ponemos en práctica a través de los Challenge (Retos de evaluación transversal)	POSSIBILITIES		

Son aquellas sesiones donde se enseña y ejercitan habilidades relacionadas directamente con la creatividad y la innovación.



Las cocinas profesionales de hoy requieren de personas que sepan coordinarse y respetarse porque nunca antes el trabajo en equipo fue tan importante. En estas sesiones entenderás como funcionan los equipos y cómo manejarlos eficientemente.

Son sesiones donde se muestran ejemplos de liderazgo hacia uno mismo o a los demás a través del relato en primera persona de recorridos vitales ejemplares y extraordinarios.

Sesiones que se han diseñado para empoderar al alumno en la pérdida del miedo escénico, la relación con los demás y la toma de conciencia y la disposición favorable a los cambios de paradigma futuros. Son sesiones sorpresa cuando menos te lo esperas.

Son las sesiones experienciales, generalmente fuera del CIB, donde los alumnos viven en primera persona lo que otros han sido capaces de construir, hacer o diseñar de forma que los aspectos tratados durante el postgrado.

Nuestra excepcional forma de evaluar. Los alumnos deben superar retos que los fuerzan a conocer sus límites y los de su equipo, a investigar su entorno y a presentar soluciones usando todo el conocimiento, habilidades y actitudes aprendidas.

KNOWLEDGE ACQUISITION	KNOWLEDGE ACQUISITION
PRODUCT KNOWLEDGE	TECHNOLOGY KNOWLEDGE
	
PRODUCTO Materias primas y elaborados	TECNOLOGÍA Técnicas culinarias

Aprenderás a diferenciar, tratar y aplicar cada ingrediente por su valor nutricional y a identificar su potencial para elaboraciones gastronómicas saludables. Verás desde cereales antiguos o grasas saludables hasta alternativas a los lácteos, especias o bebidas saludables.

Conocer las técnicas de elaboración y cocción que hacen que los platos sean nutricionalmente balanceados y saludables. Aprenderás todo lo que necesitas saber sobre la cocina a baja temperatura, la fermentación, la cocina energética, o la alimentación crudivegana.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
20	2	D

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
26	3	D

KNOWLEDGE ACQUISITION	KNOWLEDGE ACQUISITION
TECHNOLOGY KNOWLEDGE	TECHNOLOGY KNOWLEDGE
	
FUNDAMENTOS CIENTÍFICOS Física y Química de los alimentos	TECNOLOGÍA APLICADA Práctica culinaria

Conocerás las diferencias entre alimentación y nutrición. Conocerás el funcionamiento de los nutrientes y los alimentos que los contienen. Comprenderás el impacto de la microbiota intestinal en tu alimentación y aprenderás a adaptar la dieta a cambios hormonales o metabólicos.

Profundizarás en los conocimientos teóricos mediante la práctica aprendiendo sobre cocina saludable a través de la experiencia de la baja temperatura, la fermentación y aprendiendo los principios que sustentan la cocina crudivegana, la nutrición ayurveda o la dieta cetogénica.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
32	3	D

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
30	3	P

KNOWLEDGE ACQUISITION
TECHNOLOGY KNOWLEDGE



CORRIENTES CULINARIAS
Nuevas tendencias globales

Conocerás diversas corrientes y filosofías alimentarias que han tenido más impacto en la alimentación saludable como la alimentación vegetariana y vegana en la alta gastronomía, el ayuno, la medicina ayurveda, la dieta mediterránea o la cocina energética.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
20	3	D

KNOWLEDGE ACQUISITION
CONTEXT KNOWLEDGE



FUTURO
Miradas al Siglo XXI

Son ventanas de visualización de futuros posibles de la mano de invitados expertos ya sea desde el punto de vista tecnológico, de producto o contexto. Te darán una gran ventaja competitiva frente a los demás.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
6	1	P

KNOWLEDGE ACQUISITION
CONTEXT KNOWLEDGE



MARCO CULTURAL
Antropología de la salud

A partir de la antropología de la alimentación obtendrás una perspectiva sociocultural de la construcción de la gastronomía saludable. Comprenderás como esta noción se ha transformado a través de la historia y sus problemáticas actuales.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
2	1	P

KNOWLEDGE ACQUISITION
CONTEXT KNOWLEDGE



FRAMEWORK
Seguridad alimentaria

Se te aportarán los conocimientos y valores necesarios para trabajar en una cocina profesional, tomarás consciencia de las medidas de higiene y manipulación de alimentos necesarias para evitar la contaminación cruzada de alimentos y así evitar fuentes ocultas de alérgenos.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
2	1	P

LATERAL SKILLS DEVELOPMENT

MANAGE OTHERS



TEAM MANAGEMENT
Trabajo en equipo

LATERAL SKILLS DEVELOPMENT

MANAGE YOURSELF



CREATIVIDAD E INNOVACIÓN
Desarrollo del pensamiento lateral

Las cocinas profesionales de hoy requieren de personas que sepan coordinarse y respetarse porque nunca el trabajo en equipo fue tan importante. En estas sesiones entenderás cómo funcionan los equipos y cómo manejarlos eficientemente.


Son aquellas sesiones donde se enseña y ejercitan habilidades relacionadas directamente con la creatividad y la innovación. Se hace especial atención a la adquisición de metodologías creativas y al desarrollo del pensamiento lateral

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
6	1	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="background-color: #003366; color: white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-bottom: 5px;">P</div> <div style="background-color: #003366; color: white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">W</div> </div>

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
18	3	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="background-color: #003366; color: white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">W</div> </div>

POSSIBILITIES

TRANSVERSAL APPLICATIONS



CHALLENGE
Retos

Nuestra excepcional forma de evaluar. Los alumnos deben superar retos que los fuerzan a conocer sus límites y los de su equipo, a investigar su entorno y a presentar soluciones usando todo el conocimiento, habilidades y actitudes aprendidas.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
48	4	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="background-color: #92d050; color: white; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">R</div> </div>

ATTITUDINAL EMPOWERMENT

SOCIAL ATTITUDES



CIB SPECIALS

Hola Day + Rendezvous + DSMN

Sesiones que se han diseñado para empoderar al alumno en la pérdida del miedo escénico, la relación con los demás y la toma de conciencia y la disposición favorable a los cambios de paradigma futuros. Son sesiones sorpresa cuando menos te lo esperas.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
12	1	W

ATTITUDINAL EMPOWERMENT

PROFESSIONAL ATTITUDES



TRABAJO DE CAMPO

Salidas experienciales formativas

Son las sesiones experienciales, generalmente fuera del CIB, donde los alumnos viven en primera persona lo que otros han sido capaces de construir, hacer o diseñar productos vinculados a la gastronomía saludable.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
18	3	E

ATTITUDINAL EMPOWERMENT

LEADERSHIP ATTITUDES



VIVENCIAS

Testimonio de invitados

Son sesiones donde se muestran ejemplos de liderazgo hacia uno mismo o a los demás a través del relato en primera persona de recorridos vitales ejemplares y extraordinarios.

HORAS	CRÉDITOS	Metodología
6	1	P



¿Quién dirige este programa?

Anna Paré

Licenciada en Farmacia por la Universidad de Barcelona, graduada en Nutrición Humana y Dietética, Máster en Nutrición y Alimentación, Postgrado en Nutrición, Dietética y Dietoterapia y especialista en Nutrición Deportiva.

Es gerente de Nutresalut, donde desarrolla actividades de formación y divulgación sobre nutrición y dietética para empresas y universidades.

Actualmente trabaja como dietista-nutricionista en su consulta en Nutresalut, es profesora colaboradora del Máster Alimentación en Actividad Física y Deporte de la Universitat Oberta de Catalunya.

Entiende la alimentación como la base para vivir con un buen estado de salud. Comer de forma saludable ayuda a prevenir enfermedades crónicas y degenerativas, es fundamental para una buena salud mental y contribuye a envejecer con mejor calidad de vida.

ADMISIONES

Diploma Chef Ejecutivo

1
CONTACTAR
CON EL CIB

Si te ha parecido interesante y crees que puedes acceder a este programa ponte en contacto con nosotros de inmediato. Entra a la web <https://cib.education/matricula-admision> y rellena una solicitud de admisión.

2
ENTREVISTA CON
ADVISOR

Un Advisor te llamará antes de lo que crees y se pondrá en contacto contigo. Resolverá tus dudas y te orientará sobre la mejor forma de que completes este con éxito.

3
SOLICITUD DE
ADMISIÓN

Nuestros Advisors te harán llegar toda la documentación que precises y si te parece bien y cumples los requisitos, te facilitarán el formulario de admisión que deberás cumplimentar lo mejor que puedas. De él depende mucho si vas a continuar o no en el proceso.

4
ENTREVISTA DE
EVALUACIÓN

Si todo está correcto, agendarás una entrevista telemática con alguien del comité de evaluación con quien mantendrás una conversación de unos 30 minutos.

5
RESERVA TU PLAZA

Si el resultado es óptimo el Comité de Aceptación considerará tu candidatura dos lunes después de la entrevista de evaluación y recibirás en tu correo el resultado de su decisión. Si es positiva encontrarás en ese mismo documento las instrucciones para matricularte.

En el proceso de selección de nuestros alumnos medimos y evaluamos, principalmente, tus habilidades cognitivas y tus actitudes hacia los procesos de cambio, así como tu visión de futuro.

Para ser admitido en este programa superar el dictamen del Comité de evaluación.

TODOS LOS PROGRAMAS CIB®

Hay un Programa CIB® para cada necesidad y pueden combinarse unos con otros hasta componer todo tu recorrido curricular.

Todos los programas se reinician periódicamente por lo que puedes enlazarlos según tu disponibilidad.

PROGRAMAS CULINARIOS

PROGRAMAS MIXTOS

Para los que quieren ser chef



+



Para los que ya son chefs



+

Para los que quieren liderar como chefs



Gran Diploma Chef:

PCAC
+
PEC
+
ECD



Diploma Chef Especialista:

PCAC
+
PEC

Para los que lo quieren todo

GDC

GRAN DIPLOMA CHEF

El GRAN DIPLOMA CHEF es el programa combinado del Culinary Institute of Barcelona más popular.

Con casi dos años de duración en tres fases lectivas más seis meses de práctica internacional proporciona una capacitación extraordinaria a quien lo completa. Además de cursar nuestro prestigioso Programa de Alta Cocina (PCAC) podrás optar por cualquiera de las cuatro especialidades culinarias y el Postgrado de Chef Ejecutivo que te capacita para dirigir cualquier cocina en todo el mundo.

Se completa con seis meses de prácticas en cualquiera de los muchos restaurantes de todo el mundo con los que el CIB tiene un acuerdo.

Los cuatro cuatrimestres lectivos te permitirán adquirir más conocimientos culinarios y de gestión, así como más sesiones de desarrollo de habilidades y de potenciación de actitudes. Asistirás a no menos de quince challenge que pondrán a prueba todo lo aprendido generando, en ti, más y mayores satisfacciones.

Finalmente, otra ventaja del Gran Diploma Chef es que te permite conocer más y mejor a tus compañeros y compañeros llegados de todas partes del mundo, casi todos ellos emprendedores, creando una red de contactos privilegiada que perdurará en el tiempo mucho más allá de la finalización de tus estudios y la entrega de tus cuatro diplomas.

GDC

GRAN DIPLOMA CHEF

PCAC

PROGRAMA CHEF DE ALTA COCINA

PEC

PROGRAMA DE ESPECIALIZACIÓN CULINARIA

ECD

DIPLOMA CHEF EJECUTIVO

STAGE

PROGRAMA DE PRÁCTICA LABORAL INTERNACIONAL

8 MESES

3 MESES

1,5 MESES

6 MESES

PCAC

Para los que quieren ser chef

El Gran Diploma Chef de CIB es, seguramente, el más reclamado por los alumnos y alumnas más exigentes. Se compone del combinado Diploma Chef, una Especialización Culinaria de entre las 6 disponibles, así como la especialización de Chef Ejecutivo.

Este Diploma es la mejor prueba de que el alumno se ha preparado y ha superado más de mil doscientas horas lectivas en el mejor entorno académico disponible y que, por tanto, es prueba de que está altamente cualificado para ejercer de Chef o Chef Ejecutivo en cualquier cocina de su especialización o especializaciones elegidas.

Una vez terminado el programa los alumnos acceden al programa de prácticas del CIB que les permite poner en valor sus aprendizajes y adquirir aún más conocimiento en los *stage* tutelados de 6 meses en cualquiera de los más de 100 restaurantes con los que hay acuerdo de colaboración.

PEC

Para los que quieren especializarse

Nuestros cuatro **Programas de Especialización Culinaria CIB** son programas de tres meses de duración donde solo se puede acceder siendo profesional o habiendo cursado el PCAC con anterioridad.

Existen 4 especialidades:

PEC-D1

[Especialización en Pastelería y Repostería Profesional](#)

PEC-H

[Especialización en Integrative & Healthy Cooking](#)

PEC-T

[Especialización en Técnicas Culinarias Avanzadas](#)

Cada una de estas cuatro especialidades está dirigida a la capacitación de profesionales hasta el grado de especialista.

ECD

Para los que quieren liderar como chefs

[El Diploma Chef Ejecutivo](#) está diseñado para aquellos chefs que dirigen o van a dirigir una o varias cocinas de restaurante.

Se centra en aquellos aspectos del día a día y proporciona las herramientas, metodologías y la visión para el perfecto desarrollo operativo de un establecimiento de este tipo.

Paralelamente, en el apartado de Habilidades, nos centramos en desarrollar tus habilidades creativas aportándote metodología, ayudándote tus habilidades cognitivas mejorando tus dotes de comunicación tanto para dirigirte a tus clientes, tus proveedores, sus trabajadores y a la sociedad en general. Mejorar la capacidad del trabajo en equipo y asentar tu liderazgo.

CIB

PEC-H

Integrative &
Healthy Cooking



BARCELONA

La ciudad que es de todos

Barcelona es la ciudad mediterránea por excelencia, construida durante más de 2.000 años en constante evolución.

Vivir en Barcelona te aporta una experiencia vital inigualable. Pocos lugares en el mundo son más cosmopolitas que esta ciudad, pero eso es solo una parte, lo que más destaca de Barcelona es su energía vital, su emprendimiento económico, social y cultural sin límites que la ponen por delante en casi cualquier disciplina.

Eso se debe al carácter de sus gentes que, mezclados desde hace miles de años, han ido integrando lo mejor de cada uno haciéndolo suyo y poniéndolo en valor común.

Son muchas las Barcelonas, la **verde** con más de 300 Km de carril bici, hacen de la ciudad el lugar perfecto para moverse sin humos. La **moderna**, abierta, cambiante, *early adopter*, e internacional. La capital catalana tiene un sustrato social, cultural y tecnológico que apuesta firmemente por lo contemporáneo. La Barcelona **empresadora**, sede de las mejores escuelas de negocio de Europa u tercera ciudad empresadora europea, Barcelona es ciudad de acogida para startups y centros de cocreación internacional. La **cultural**, Momias egipcias y obras de arte contemporáneo, exposiciones fotográficas, interactivas y de arte conceptual, teatros, galerías de arte. De todo hay en la ciudad. La Barcelona **deportiva**. Barcelona no solo es Messi y fútbol. Desde las Olimpiadas del 92, la ciudad celebra cada año las principales competiciones deportivas del mundo en F1, básquetbol, atletismo, rugby, hockey, tenis, hípica...

Todas ellas conviven con la Barcelona **histórica**, de pequeña ciudad romana a metrópoli internacional con una arquitectura que ha dejado huella durante más de dos mil años. La Barcelona **gastronómica**, es todo un referente internacional en innovación culinaria hasta convertirse en el epicentro mundial y el destino de los mejores gourmets. La Barcelona **musical** luce con sus festivales internacionales como el Primavera Sound o el Sónar que hacen de esta ciudad uno de los destinos favoritos de los *music lovers*, La Barcelona **vanguardista**, innovación y vanguardia van de la mano de la cuarta ciudad más creativa del mundo y número uno en diseño, ilustración, moda y artes culinarias. Y por último la Barcelona **emblemática** con la Boquería, el mercat del Ninot, el de Santa Catalina. Barcelona es una de las ciudades del mundo que puede presumir de tener un mercado en, prácticamente, cada barrio,

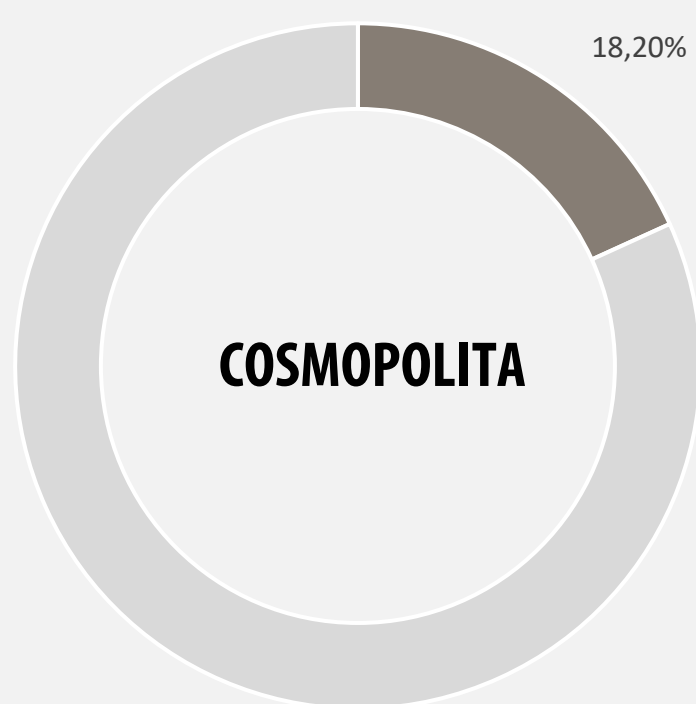


BARCELONA

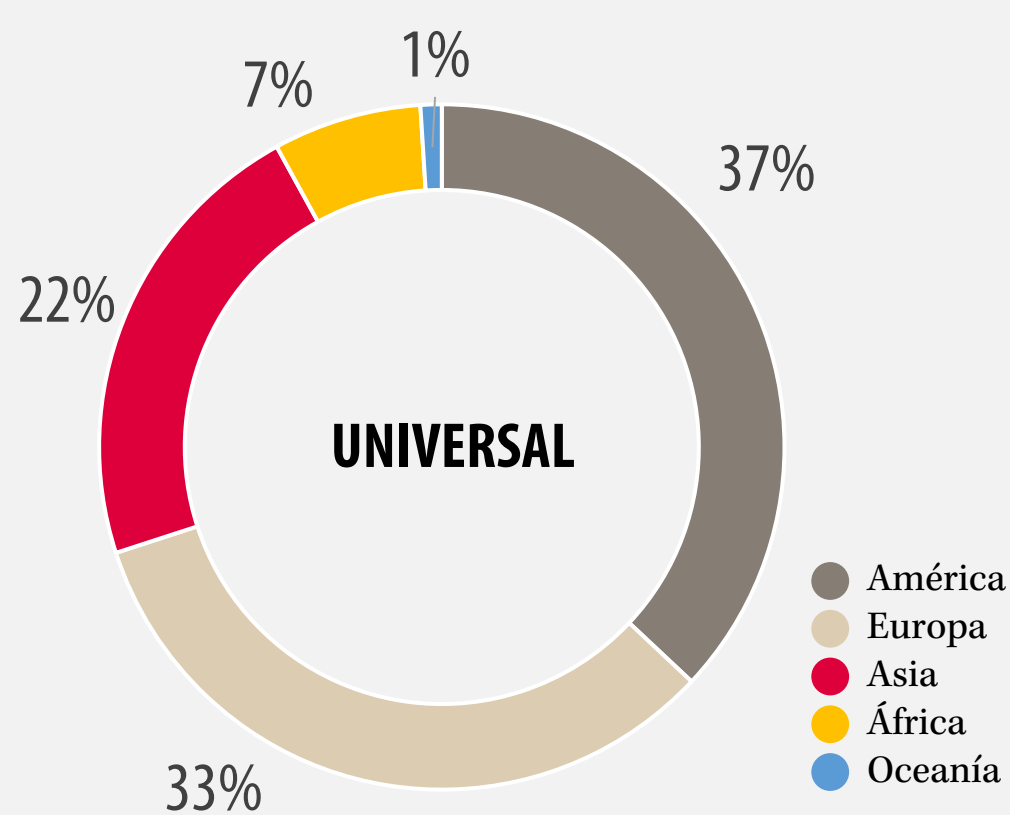
La ciudad que es de todos

Barcelona es ese lugar donde convergen gentes de todo el mundo para estudiar, trabajar o simplemente observar.

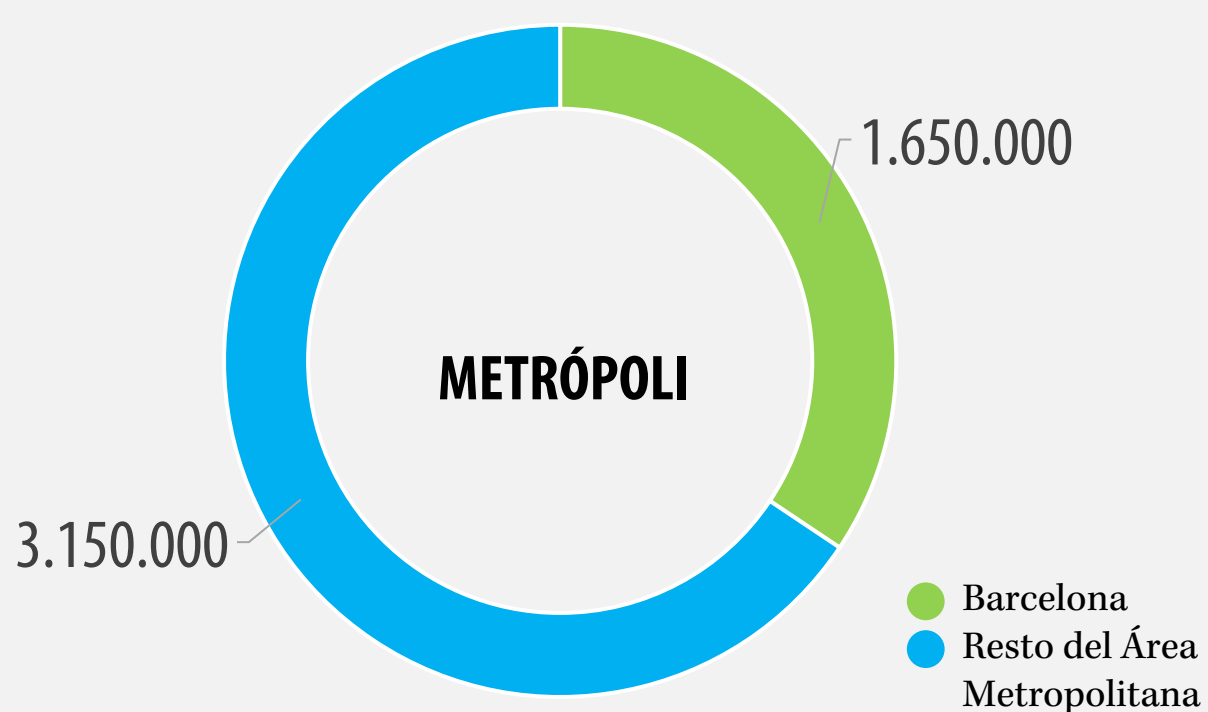
Residentes extranjeros en Barcelona



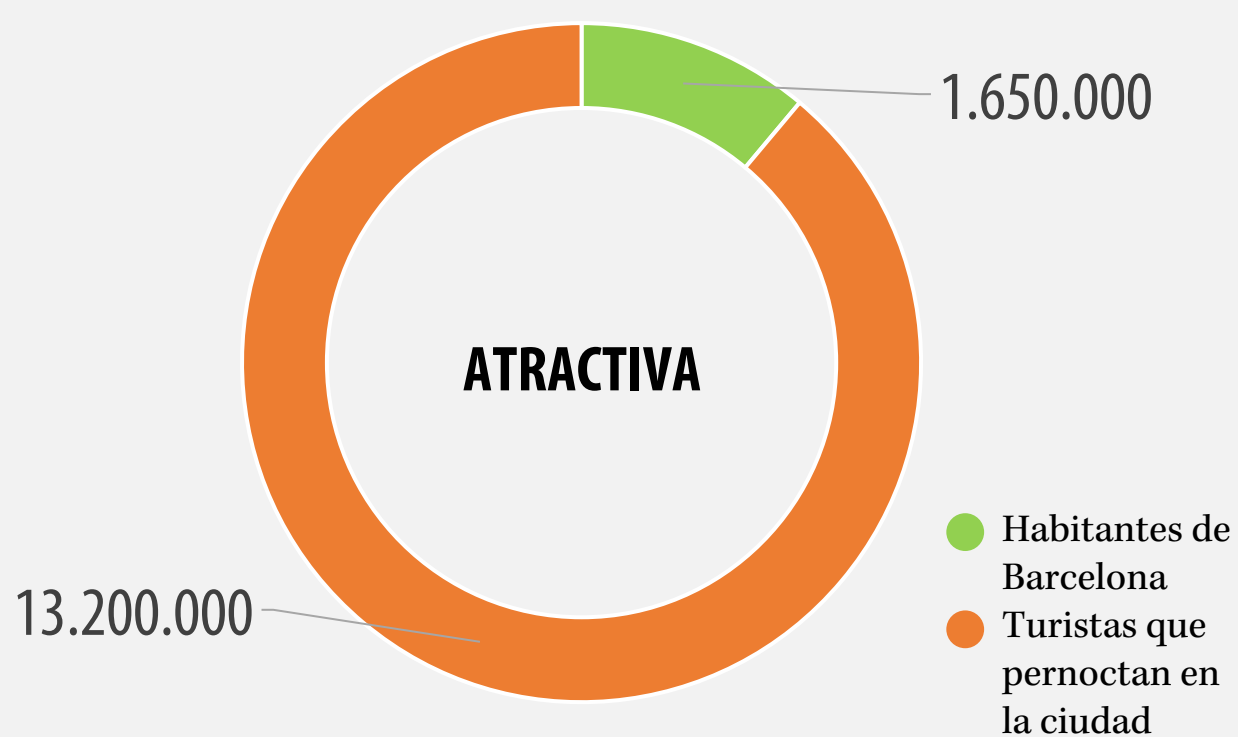
Origen de los Residentes extranjeros en Barcelona



Habitantes del Área Metropolitana de Barcelona



Visitantes con pernoctación en Barcelona





Culinary Institute of Barcelona

www.cib.education

Calle Santander 49-51 | 08020 Barcelona

© Culinary Institute of Barcelona 2020

Este folleto tiene una función informativa y su contenido puede cambiar en función de la convocatoria.