

COOPÉRATION EN MILIEU NATUREL & QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL



DURÉE TOTAL
7 Heures



PARTICIPANTS
7 À 16
GROUPE RESTREINT



LANGUE
Français
100% EN FRANÇAIS

OBJECTIFS

- Renforcer la cohésion d'équipe
- Réfléchir à son approche au digital
- Sensibiliser aux bienfaits de la nature
- Se ressourcer et lâcher prise
- Encourager l'entraide
- Révéler ses compétences et sa créativité

PROGRAMME

9h – Présentation

9h30/10h30 - Atelier 1 « Bienfaits de la Nature »

- Découvrir les bienfaits psychologiques et physiques de la nature.
- Identifier les liens entre environnement naturel et réduction du stress.

10h45/11h45 - Atelier 2 « Les Fondamentaux de la Communication »

- Expérimenter une communication authentique et bienveillante dans un environnement non conventionnel.
- Pratiquer l'écoute active et le feedback constructif.

12h – Repas « Cuisine Nature Produits locaux »

13h30 /14h30 - Répartition en 2 groupes :

Groupe 1 (escape en mode curatif) et groupe 2 (balade en mode préventif)

14h30/15h30 - Répartition en 2 groupes

Groupe 2 (escape en mode curatif) et groupe 1 (balade en mode préventif)

15h45 - Mise en commun des deux équipes

- Résoudre énigme Landscape/ jeu coopératif.
- Élaborer des pistes concrètes pour intégrer les acquis de la formation dans la vie professionnelle.
- Construire un plan d'action collectif pour améliorer la qualité et les conditions de vie au travail.

16h30/17h - Bilan

SUIVIE ET ÉVALUATION

- Feuille d'émargement
- Attestation de fin de formation

CONTACT / INSCRIPTIONS

06 21 28 60 63

administration@forma-py.fr



EN COLLABORATION



Improvisation théâtrale pétillante