DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES

Coopération en milieu naturel & qualité de vie au travail

Une journée Land'escape Nature pour se ressourcer, coopérer et mieux travailler ensemble

DURÉE TOTALE	PARTICIPANTS	LANGUE
7 heures	4 à 10	Français
1 journée	Groupe restreint	100 % en français

Objectifs de la formation

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

Organisme certifié Qualiopi
au titre des actions de formation

Intra ou inter-entreprises
dans vos locaux ou les nôtres

Sarthe et départements voisins
Mayenne, Orne, Maine-et-Loire…

Référent handicap
adaptations étudiées sur entretien

PROGRAMME ET MODALITÉS

Coopération en milieu naturel & qualité de vie au travail · 7 heures

Programme de la journée

- **Accueil et présentation**
- **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
- **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
- **Repas « Cuisine nature, produits locaux »**
- **Escape game et balade, en deux groupes qui alternent** Groupe 1 en escape game (mode curatif), groupe 2 en balade (mode préventif) Puis les deux groupes inversent
- **Mise en commun des deux équipes** Résoudre l'énigme Land'escape : 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
- **Bilan de la journée**

En collaboration avec

Voir les prochaines sessions

Telle Pêche Telle Figue · Nature du Dehors · Bulle de Peps

Suivi et évaluation

- Feuille d'émargement
- Attestation de fin de formation

Accessibilité

- Adaptation des activités et des modalités selon le handicap, sur entretien préalable
- Référent handicap : Yoann Puech – administration@forma-py.fr

Se ressourcer ensemble pour mieux travailler ensemble

Demander un rendez-vous

Contact et inscriptions : 06 21 28 60 63 · administration@forma-py.fr

Demande de devis ou de rendez-vous : www.forma-py.fr