

# NOUVEAUTES

Vous êtes une entreprise innovante et vous souhaitez transmettre ces valeurs à votre équipe ?

Une solution : LA « TEAM BUILDING » !

## Qu'est-ce-que c'est ?

C'est une formation, un séminaire pour vous et vos collaborateurs, vos managers, vos salarié(e)s sur une ou plusieurs journées.

Une partie théorie et une partie activité ou mise en pratique, le tout accompagné d'un repas si vous le souhaitez.

## Pourquoi une « team building » pour votre entreprise ?

Pour une meilleure cohésion d'équipe, renforcer ces équipes de travail, motiver, dynamiser, éviter des burn-out ou des arrêts maladie, déstresser, décompresser, passer de la pression négative à la pression positive mais surtout valoriser et encourager vos équipiers et ainsi donner une image positive et dynamique de votre entreprise !

En un mot c'est vous qui décidez !

# TEAM BUILDING

## TEAM BUILDING

à titre d'exemples

Théorie + activités au choix

- **Gestion du stress :** activités au choix (respiration, yoga, massage, chant, jeu de rôle, golf, ...)
- **Cohésion d'équipe :** activités au choix (jeu de rôle, rallye photo, football en salle, pétanque, karting, quizz, cuisine en groupe, haka d'entreprise, bowling, chasse aux trésors,...)
- **Gestion des conflits :** activité au choix (jeu de rôle, quizz en groupe, ...)
- **Communication verbale :** activité au choix (création d'un chant d'entreprise, haka d'entreprise, jeu de rôle, ...)
- **Eviter les arrêts maladie en prévenant aux Troubles Musculo-Squelettiques :** activité au choix (gym douce, réveil musculaire, randonnée, vélo, yoga, ...)
- **Gestes et postures :** activité au choix (gym douce, yoga, zumba, step,
- **Etre éco-responsable en entreprise :** activité au choix (tri des déchets en entreprise, ramassage de déchets dans la nature,...)
- **Création d'une vidéo d'entreprise (image de marque d'une entreprise dynamique) :** création de la vidéo avec participation de vos salarié(e)s
- **Mieux manger en peu de temps :** activités au choix (cuisine, alimentation équilibrée, jus et smoothie, bien être et relaxation...)

Accompagné ou non d'un repas tous ensemble (le midi ou le soir) du pique-nique au repas gastronomique.

Et pleins d'autres idées à convenir avec vous selon vos envies...

N'hésitez plus, contactez-nous afin de programmer votre team building qui correspond le mieux à vos besoins au sein de votre entreprise et pourquoi pas essayer de la faire financer tout ou en partie par l'OPCA auquel vous cotisez chaque année pour vous (chef d'entreprise) et pour vos salariés...

### **Nous contacter :**

Centre de formation FC2D  
11 avenue Jean Cocteau  
87410 Le Palais sur Vienne  
☎ 06.09.51.10.40

✉ fc2dlimoges@gmail.com

