

# TEAM BUILDING OU RENFORCEMENT D'ÉQUIPES

Team Building axé sur le bien-être  
Team Building 2.0



Nous proposons un Team Building différent, écologique, solidaire et basé sur le bien-être. **Il s'agit de mettre le bien-être de ses collaborateurs au cœur du débat.**

**Nos valeurs :** La Bienveillance, la Solidarité, le partage et la gratitude

## Nos objectifs :

- Gagner en confiance, autonomie, efficacité et créativité
- Limiter le stress, éviter les burn-out
- Renforcer la cohésion d'équipe

➤ Ce Team Building est dédié à la qualité de vie au travail et donner du sens à sa vie professionnelle ➤

## Les outils proposés :

Détox du corps et de l'esprit par activités physiques, balades et Méditation de Pleine Conscience.

Petits outils anti-stress : véritables interrupteurs anti-stress.

Noble silence sur un repas, alimentation végétarienne, délicieuse, saine et respectueuse.

*Tout ceci sera proposé dans une ambiance légère et ludique dans des lieux d'exception qui seront privatisés à cette intention.*

*Cela pourra avoir lieu sur un week-end ou 2 jours en semaine et des flyers récapitulatifs seront laissés aux participants ainsi que des cadeaux.*

**C'est un mélange de théorie et d'activités bien-être pour ancrer des messages qui font du bien à soi mais aussi au collectif.**

*C'est un gage de fidélisation et de confiance.*

*Osez la différence !!*

[onlyyou-bienetre.com](http://onlyyou-bienetre.com)

