



Formation 2: « La cohésion d'équipe », les fondamentaux

Description: L'énergie humaine – La performance collective », la cohésion d'équipe les fondamentaux

Que d'énergie consommée dans les entreprises, dans les équipes opérationnelles, de projet ou les équipes Dirigeantes! Avec quel coût humain en tensions, conflits, pertes de confiance et ... réconciliations!
Pour faire évoluer une collection d'individus vers un **groupe solidaire** et ensuite vers une **équipe performante**, il faut respecter l'application de quelques **principes simples**. Votre coach partagera les recettes essentielles d'une **dream Tea et vous fera travailler sur vos équipes**

Objectifs:

- Prendre conscience des fondamentaux de l'énergie collective, de la cohésion, apports théoriques
- Mesurer la cohésion de son équipe avec des outils simples
- Utiliser des outils pour progresser
- Mettre en place un plan d'action pour faire progresser son équipe

Durée: 1 journée: 2X3h30

Lieu: en interne chez vous ou en externe dans une salle de réception.

Option: des ateliers physiques de mise en pratique comme le parcours d'orientation mise au vert.

Pour qui: dirigeants, managers de tout niveau, 15 personnes maximum



Formation 2: « La cohésion d'équipe », les fondamentaux

« L'énergie humaine – De la performance individuelle à la performance collective »

Que d'énergie consommée dans les entreprises, dans les équipes opérationnelles, de projet ou les équipes dirigeantes pour créer une dynamique collective et sortir de l'inertie active.

Les changements attendus et les résultats sont finalement atteints, mais à quel prix !

Avec quel coût humain en tensions, conflits, pertes de confiance et ... réconciliations!

Pour faire évoluer une collection d'individus vers un **groupe solidaire** et ensuite vers une **équipe performante**, il faut respecter l'application de quelques **principes simples**. Karine Baillet vous partagera les recettes essentielles d'une **dream team**.





Formation 2: « La cohésion d'équipe », les fondamentaux

Les ingrédients de la « DREAM TEAM »

Travail sur un **objectif commun** métier mais aussi émotionnel (de fierté)

Règles de fonctionnement: les définir, les communiquer et les faire vivre au quotidien, qu'est ce qui est insupportable pour nous dans notre quotidien et que nous pourrions améliorer ?

Renforcer la confiance mutuelle

Comment créer une dynamique d'équipe, de **motivation** à enthousiasme, fierté d'appartenance ?

Comment mettre les équipiers dans un rôle énergisant ? Attentes mutuelles

Talent - Comment créer le contexte adéquat pour développer le talent, les compétences ?

Exercices pratiques: *Sous forme d'ateliers en petit groupe, nous travaillerons plusieurs ingrédients de la « Dream team »: la définition des objectifs, le travail des règles, les attentes mutuelles...*

Option: mise en situation à l'aide d'un parcours d'orientation (chercher des indices à pied) pour vivre et ressentir les fondamentaux !





Challenge Bien-être: une parenthèse énergisante

(en complément de vos formations)

Rechargez vos batteries!

Evacuez stress, tensions, nervosité, ...une séance de **bien-être** et rétablissez le bon équilibre.

Des batteries rechargées, une sensation **durable** de **dynamisme** et de **vitalité**.



Objectif: retrouvez le calme intérieur



Nos options:

- Séance de réveil musculaire avant les séances de travail
- Séance de gym douce ou tonique
- Marche / marche nordique
- Séance de relaxation



Groupe: sans limitation de nombre, adaptable selon le niveau sportif du groupe



Durée: 20mn à 2H00, réalisable tout au long de l'année



Focus: possibilité d'activités indoor, outdoor, plage ou forêt





Parcours d'orientation: chasse aux trésors

(en complément de vos formations)

Après vous êtes **répartis les rôles**: lecture de carte, boussole, timing, lecture d'indices, ...partez **en équipe** dans une grande **chasse aux trésors**! Aller chercher un maximum d'indices ou balises dans votre environnement dans un temps imparti. **Rien ne sert de courir dans la mauvaise direction, mieux vaut-il marcher dans la bonne....** **Réflexion, stratégie** sont de mises.



Objectif: à chacun d'optimiser son rôle pour amener l'équipe à la réussite; la performance individuelle au service du collectif.



Nos options:

- Urbain: indices/balises sur les lieux principaux de la ville où se réalise votre activité
- En pleine forêt
- En bord de mer
- De simples balises ou des énigmes à déchiffrer



Groupe: sans limitation de nombre; adaptable selon le niveau sportif du groupe



Durée et saison: d'1H à 3H selon les options, réalisable tout au long de l'année



Nouveauté: orientation de nuit



KARINE BAILLET: MON PARCOURS

Référence mondiale en raids multisports:

Vice championne du monde de raids multisports en 2006 et 2007

Victoire sur le raid **Gauloises** en 2002: raid mythique

Vice-présidente du Groupement National des raids multisports

Auteur d'un livre sur les raids multisports de nature

Femme de défis:

1ère femme à avoir **traversé la Manche** en wakeboard, funboard, kayak et catamaran

1ère femme et seul pilote français à avoir participé en 2009 au **Quaduro et Enduropal** du Touquet, course internationale de sports mécaniques

3° **Marathon des Sables** et 30° sur 1000 en 2012

Une expertise incontournable dans l'évènementiel:

Plus de 15 ans d'expériences en **organisation d'évènements** : Le Touquet Raid Pas de Calais, plus gros raid de France ; Touquet Bike&Run, Touquet raid amazones et Trail des 2 baies

Conférencière sur les thématiques de la dynamique d'équipes, de la performance individuelle et collective

Personne publique reconnue et appréciée:

Invitée sur différentes émissions TV, radio: sports, débats, Culture...« Marraine » de plusieurs courses, concours...

