

TEAM BUILDING



Nom de l'entité/entreprise



Votre prénom/nom



Votre téléphone



Nombre de personnes



Date



NOS PRESTATIONS

EXEMPLE DE PROGRAMME TYPE

- 08:45 : Arrivée (à partir de) - Petit déjeuner pour prendre des forces.
- 09:00 : Présentation du programme.
- 09:50 : Sélection des équipes.
- 10:00 : Activité # 1 (1:00).
- 11:00 : Activité # 2 (1:00).
- 12:00 : Photo de groupe.
- 12:30 : À TABLE : l'air de la campagne, ça creuse.
- 14:00 : Jeux Animations
 - Activité # 3 (1:30).
 - Activité # 4 (1:00).
 - Activité # 5 (0:30).
- 17:00 : Fin des activités - Débriefing



Sur la base de l'exemple ci-dessus, vous avez la possibilité de personnaliser ce programme en choisissant vous-même les activités (liste pages suivantes).

1. ANIMATIONS / JEUX (1/2)

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
BRISE GLACE ICEBRACKER	<i>Choisir une carte pour créer une atmosphère détendue et encourager les interactions entre participants et la présentation de chaque personne.</i>	0H30	
CREATION D'UN DRAPEAU EN EQUIPE	<i>Ce jeu d'équipe favorise la créativité, la communication et la coopération entre participants. Il permet également de mieux se connaître en découvrant les choix artistiques et symboliques des autres.</i>	0H30	
CORNHOLE	<i>Jeu de plein air. Consiste à lancer des sacs remplis de sable sur une planche en bois inclinée et perforée placée à une certaine distance, le but du jeu étant de marquer des points pour atteindre un score prédéterminé pour remporter la partie.</i>	0H30	
LANCER DU BALLON	<i>Les participants se tiennent en cercle et doivent se lancer un ballon sans le laisser tomber, musique en rythme et vitesse.</i>	0H30	
COURAGE	<i>Défi, la dégustation d'insectes comestibles peut être considérée comme un test de courage pour certains, mais elle offre également une nouvelle perspective sur la durabilité alimentaire et la diversité culinaire. Si vous êtes prêt à franchir le pas, n'hésitez pas à essayer cette expérience unique et à découvrir de nouvelles saveurs.</i>	0H30	
FORMULE 1	<i>Course de plateau avec des cubes de bois sur un petit circuit : stratégie, concentration, dynamisme, compétitifs pour tous niveaux de joueurs.</i>	0H30	
SENSORIEL	<i>Des odeurs : préparez votre nez en découvrant des odeurs de parfums épicés, fruités, etc., les participants devant sentir et trouver les arômes les yeux bandés.</i>	0H30	
TIR AU BUT EN 3D	<i>Jeu amusant où les joueurs portent des lunettes spéciales, l'intérêt du jeu étant de marquer des buts en lançant le ballon dans un filet ce qui est intéressant car il rend l'expérience différente.</i>	0H30	

1. ANIMATIONS / JEUX (2/2)

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
TIR A L'ARC	<i>Même pour les amateurs, le tir à l'arc nécessite de la précision, de la concentration et de la maîtrise de soi-même.</i>	0H30	
QUILLE	<i>Main dans la main, en équilibre, c'est un jeu de stratégie, de force et de détermination, « attrape-la si tu y arrives ».</i>	0H30	
CHASSE AU TRESOR	<i>Imagination, énigme, personne physique, explorer un domaine dense à la recherche du trésor du légendaire pirate.</i>	1H30	
BALLON UP & DOWN	<i>Il aide à développer la coordination main et œil, la concentration et la réactivité des joueurs.</i>	0H30	
BINGO	<i>Alignez 5 jetons sur votre planche de jeu soit à la verticale, soit à l'horizontale ou en diagonale. Le premier qui réussit crie BINGO gagne la partie. En cadeau, nous vous offrons une bouteille de vin.</i>	1H00	

2. ATELIERS

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
BOUGIE	<i>Sélection de matériel, découverte des ingrédients : cire de soja et huile essentielles, fleurs séchées, bouton de rose lavande, le plaisir de faire sa propre bougie et de repartir avec, pour soi ou pour offrir.</i>	2H00	
CERAMIQUE	<i>La céramique offre la possibilité de s'évader, de se reconnecter à soi-même et de s'épanouir dans la création. C'est un moment de plaisir, de détente, de connexion à l'art. Ambiance conviviale.</i>	3H00	
FLEURS	<i>Confectionner selon vos goûts et vos couleurs votre jolie couronne ou mini bouquet pour décorer votre intérieur.</i>	2H00	
YOGA dans les vignes	<i>Chaque mouvement est initié par la respiration. Sur le plan mental, la pratique du yoga dans les vignes favorise la relaxation, réduit le stress et l'anxiété, et permet de se ressourcer en se connectant à la nature. Elle permet également d'affiner sa conscience sensorielle, en portant une attention particulière aux sensations du corps, aux odeurs des vignes et aux bruits de la nature environnante. La pratique du yoga dans les vignes est une expérience unique qui combine harmonieusement la détente du yoga avec la beauté naturelle d'un vignoble. Cela peut être une occasion idéale de se connecter à la nature, de se recentrer et de se relaxer tout en découvrant les plaisirs de l'œnologie. Les vignes offre de nombreux bienfaits, tant sur le plan physique que mental. Sur le plan physique, elle permet de s'étirer, de renforcer les muscles et d'améliorer la posture. Elle aide également à libérer les tensions et à stimuler la circulation sanguine. Le yoga dans les vignes est une belle occasion de se relaxer, de se connecter à la nature et de découvrir les plaisirs du yoga et de l'œnologie. Vivre une expérience unique en équipe peut apporter de nombreux bienfaits tant sur le plan physique que mental.</i>	1H30	
PAN BAGNAT	<i>Préparer votre meilleur PAN BAGNAT avec les produits de saison. À déguster sans modération.</i>	2H00	


2. ATELIERS

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

<i>Activité</i>	<i>Description</i>	<i>Durée</i>	
ART CREATIF	<i>En cours de finalisation</i>	2H00	
PERLES PIERRE	<i>En cours de finalisation</i>	2H00	
SAVON	<i>En cours de finalisation</i>	2H00	

3. EXTRAS

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
MAGICIEN	Coup de cœur. 	1H00	<input type="checkbox"/>
PHOTOGRAPHE/VIDEASTE	Pour immortaliser votre journée (devis indépendant).	2H00	<input type="checkbox"/>

4. COACHING

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
COACHING DE VIE	<i>Renforcez la cohésion de votre équipe afin d'accroître le bien-être, la motivation et l'engagement de nos collaborateurs.</i>		
COACHING DES PEURS	<i>Apprendre à détecter les peurs au quotidien pour les comprendre et les dépasser.</i>	1H30	
IMMERSION SOPHROLOGIE	<i>Confiance, estime de soi, gestion du stress, des émotions, favorise la capacité de relâchement des tensions.</i>	0H30	
MEDITATION/ DECOMPRESSION	<i>En cours de finalisation</i>		
PRISE DE PAROLE CREER DES LIENS	<i>Autour d'une table, parler librement de vos envies ou projets, ou bien libre choix : nous sommes là pour vous écouter.</i>		

5. À TABLE (1/2)

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
POUR VOS PAPILLES	<i>N'hésitez pas à prendre le temps de manger : c'est important pour ...votre 2^{ème} cerveau.</i>		
COLLATION DE BIENVENUE	<i>Thé, café, jus de fruit, viennoiseries disponible à partir de 9h00, toute la matinée à votre disposition.</i>		
PLATEAU DE CHARCUTERIE	<i>Apéritif ou repas, le plateau est convivial, jambon cuit et cru, saucisson, pâté de campagne, coppa, cornichons, olives et une sélection de pain.</i>	1H00	
PLATEAU DE FROMAGE	<i>Apéritif ou repas, le plateau est un assortiment de Comté 24 mois, Saint-Nectaire, fromage de chèvre frais, miel et pain.</i>	1H00	
DEGUSTATIONS DE 7 VINS	<i>Un véritable plaisir pour les amateurs de vin, avec l'œnologue ou le vigneron (s'il est disponible) pour vous faire partager la passion de son métier. Il est important de noter que la dégustation de vin est un processus subjectif, et chaque personne peut ressentir et apprécier différemment les arômes et les saveurs de vin. Il est également recommandé de boire avec modération, l'abus d'alcool est dangereux pour la santé. Bonne dégustation !!!!</i>	1H30	
BBQ	<i>Brasero : côte de boeuf, perugines, poulets, ribs, maïs, légumes grillés, pommes de terre braisées, sauce blanche et ciboulette, camembert chaud, pain et fruits rotis ou flambés, glace vanille et café.</i>	2H00	
TRAITEUR NICOIS MENU 1	<i>Pissaladière, farcis niçois, barbabouan, pan bagnat revisité et 3 petites mignardises par personne.</i>	1H30	

5. À TABLE (2/2)

Sélectionnez les activités en cochant les cases ci-dessous 

Activité	Description	Durée	
TRAITEUR NICOIS MENU 2	<i>Pissaladière, farcis nicois, barbajuans, pan bagnat revisité, socca, omelette de blettes, beignets de fleurs de courgette, gnocchi à la truffe, raviolis niçois, et 3 mignardises par personne.</i>	2H00	
TRAITEUR NICOIS MENU 3	<i>Même chose mais service à table plus 8 pièces en plus en fonction de la saison.</i>	2H00	
PAELLA PARTY	<i>Paëlla royale, plateau de fromage, gâteau au chocolat, glace vanille et café.</i>	2H00	
PAN BAGNAT	<i>Cebette, fevettes, basilic, tomate cœur de bœuf, radis, thon, oeuf, artichaut violet en saison, pain, plateau de fromage, glace.</i>	1H30	
PIQUE NIQUE	<i>Plateau de charcuterie et de fromage, vin, eau, pain, dessert.</i>	3H00	
VIN DE TABLE	<i>Une sélection de vin pour accompagner vos repas.</i>		
GATEAU POUR ANNIVERSAIRE D'ENTREPRISE			
EAU	<i>Option (payante) pour ceux qui souhaitent avoir une eau filtrée et potable. Nous encourageons nos clients à consommer l'eau du Domaine pour réduire et éviter le gaspillage de plastique. Une action écoresponsable.</i>		