

# Team Building par des Jeux Relationnels



Intervenante

Catherine  
MEYER

Formatrice en communication et gestion des relations humaines et psychopédagogue. Comédienne improvisatrice, elle est membre fondatrice de la Troupe de théâtre d'improvisation les ZidefuZ ([www.zidefuz.com](http://www.zidefuz.com)).

Formée à la relation d'aide, à l'écoute active et à la CNV (communication non violente).

Elle intervient comme formatrice en entreprise, milieu médico-social et éducatif. Elle organise également des actions de cohésion avec les outils du théâtre d'improvisation et des jeux relationnels et coopératifs.

## Présentation de l'Action de Cohésion :

Dans un service, une entreprise, une institution, la nécessité d'une équipe fédérée est primordiale. Face au contexte difficile de certains métiers, il est indispensable que l'équipe puisse se ressourcer et vivre des moments de cohésion. Le but de cette action de cohésion est de créer plus de lien et de coopération entre les personnes pour leur permettre de travailler de manière plus efficace ensemble.

## Public visé :

Toute une équipe d'un service ou d'une entreprise y compris le manager.

## Prérequis :

Cette action est ouverte à tous. Aucun prérequis n'est nécessaire.

## Objectifs de l'action de cohésion :

- Apprendre à mieux se connaître,
- Mieux intégrer des nouveaux collaborateurs,
- Développer de la convivialité dans le groupe,
- Installer une bonne dynamique de groupe,
- Permettre à chacun de trouver sa place,
- Reconnaître l'autre et être reconnu dans sa spécificité,
- Développer plus de spontanéité et de créativité dans l'équipe,
- Se connecter à son potentiel à titre individuel et collectif.

## Modalités pratiques :

L'intervenante viendra avec tout son matériel.

Une salle de grande taille est à prévoir pour bien pouvoir se mouvoir et expérimenter les exercices. Superficie à déterminer au préalable en fonction de la taille du groupe.



Ressources & Savoir-Faire

SIRET : 527 509 368 000 17



### Programme et contenu :

**Mises en condition et échauffements** pour mobiliser le groupe : conscience corporelle, mise en action physique, disponibilité, réactivité.

**Pratiques et expérimentations** en équipe des jeux proposés par l'intervenante : des **jeux de communication et des jeux coopératifs** qui favorisent les échanges, une meilleure connaissance des autres et créent la synergie, le tout dans une ambiance très conviviale.

### Exemples de type de jeux proposés :

- Jeux « brise-glace » pour mettre chacun à l'aise
- Se découvrir les uns et les autres à travers un objet mystère
- Photo langage pour partager ses valeurs et ses motivations
- Jeux coopératifs où il faut faire équipe pour tous gagner.
- Des jeux qui favorisent l'appartenance et la convivialité

**Temps de paroles et débriefing** entre les animations pour favoriser les prises de conscience des fonctionnements de l'équipe et amorcer des changements.

### Bilan de la journée :

- Quels enseignements tirer de cette journée ?
- Quelles découvertes de comportements transposables dans l'entreprise ?
- Quelles avancées pour l'équipe : bilan et Plan d'actions

**Tarif :** Demandez un devis

### Durée :

1 journée de 6h pour toute une équipe de préférence en dehors du site.

Ou minimum une ½ journée de 3h. Cette action peut aussi s'organiser au démarrage d'un séminaire.

## Renseignements

Ressources & Savoir-Faire  
Catherine MEYER

32, rue du Maréchal Joffre - 68920 WINTZENHEIM

**Tél. 06 78 14 88 48**

[c.meyer.formations@orange.fr](mailto:c.meyer.formations@orange.fr)

[www.catherine-meyer-formations-alsace.com](http://www.catherine-meyer-formations-alsace.com)

