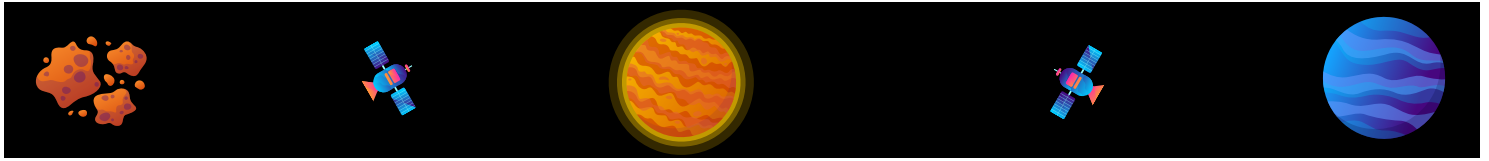




# Atelier Être-bien

## Découvrez un nouvel univers de travail



### Bien-être / être bien quelle différence ?

**Le bien-être est la satisfaction d'un besoin individuel.**

Nous définirions l'être bien comme la contribution collective à faire de l'environnement de travail un espace où les conditions d'exercice répondent aux besoins de tous, où chacun trouve satisfaction et grâce auquel on peut s'épanouir. Les éléments repris dans cet atelier sont issus de la réglementation, de recommandations ou d'études sur le sujet.

ÉCOUTE ACTIVE

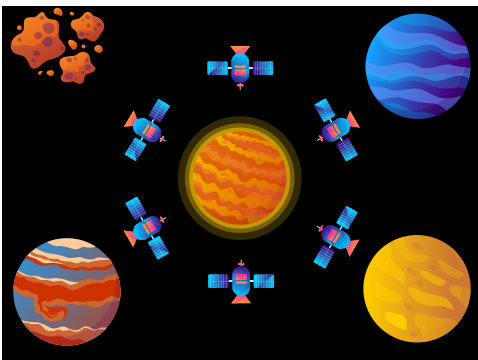


### Un atelier pour quoi faire?

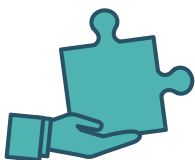
**Les entreprises ont pour objectifs entre autres de contribuer au bien-être collaborateurs.**

Cette mission, sous la responsabilité de l'employeur, peut être réalisée collectivement. L'atelier capitalise sur l'intelligence collective pour aider à mettre en œuvre l'être bien au travail qui est l'étape préalable au bien-être.

Il s'agit d'un atelier simple et ludique, permettant de découvrir ou redécouvrir les fondamentaux de l'être bien. Un vrai outil de team building.



### Que faut-il pour animer un atelier Être Bien ?



**Un kit composé d'un support et de cartes**



**Une équipe de 5 à 10 joueurs**



**Un facilitateur, animateur, expert**



**3h de temps d'équipe**

Les joueurs sont en équipe et disposent de cartes représentant les différentes composantes de l'être bien au travail à positionner selon leurs échanges dans le système solaire.

Un facilitateur encadre une ou plusieurs équipes afin de les guider durant l'atelier, assurer une bonne communication entre les membres et donner des explications supplémentaires.

# L'animation de l'atelier : les grandes phases

1

## Découverte

25 min

Le système solaire  
Les 1ères cartes  
Les 1ers échanges

2

## Approfondissement

2 x 20min

Plus de cartes  
Plus de temps  
Recherche de la logique

3

4

## Confirmation

25 min

Validation  
Compléments  
Ressentis

5

## Engagement

1h30

Brainstorming  
Plan d'actions  
Charte



## L'intelligence collective, pourquoi faire:

**L'intelligence collective au service de l'individu et réciproquement.**

Lorsqu'on traite un sujet aussi important que l'être bien au travail, il est primordial de réfléchir ensemble aux éléments externes qui influent sur notre propre condition et de voir comment nous avons le pouvoir de contribuer en retour au collectif.

De plus travailler ensemble contribue à la cohésion de l'équipe.

## Quand réaliser un atelier être bien ?

**N'attendons pas que l'équipe aille mal pour prendre soin d'elle.**

Vous souhaitez vous engager dans une démarche RSE, vous souhaitez sensibiliser vos équipes sur le sujet ou simplement passer un bon moment de team building cet atelier est fait pour vous.

Les échanges sont toujours riches et les retours engageants.



## Vous souhaitez réaliser un atelier dans votre entreprise ou vous avez des questions:

**Contactez Christophe Fleury**  
**06 13 15 57 56 - cfleury@polyrisk.fr**