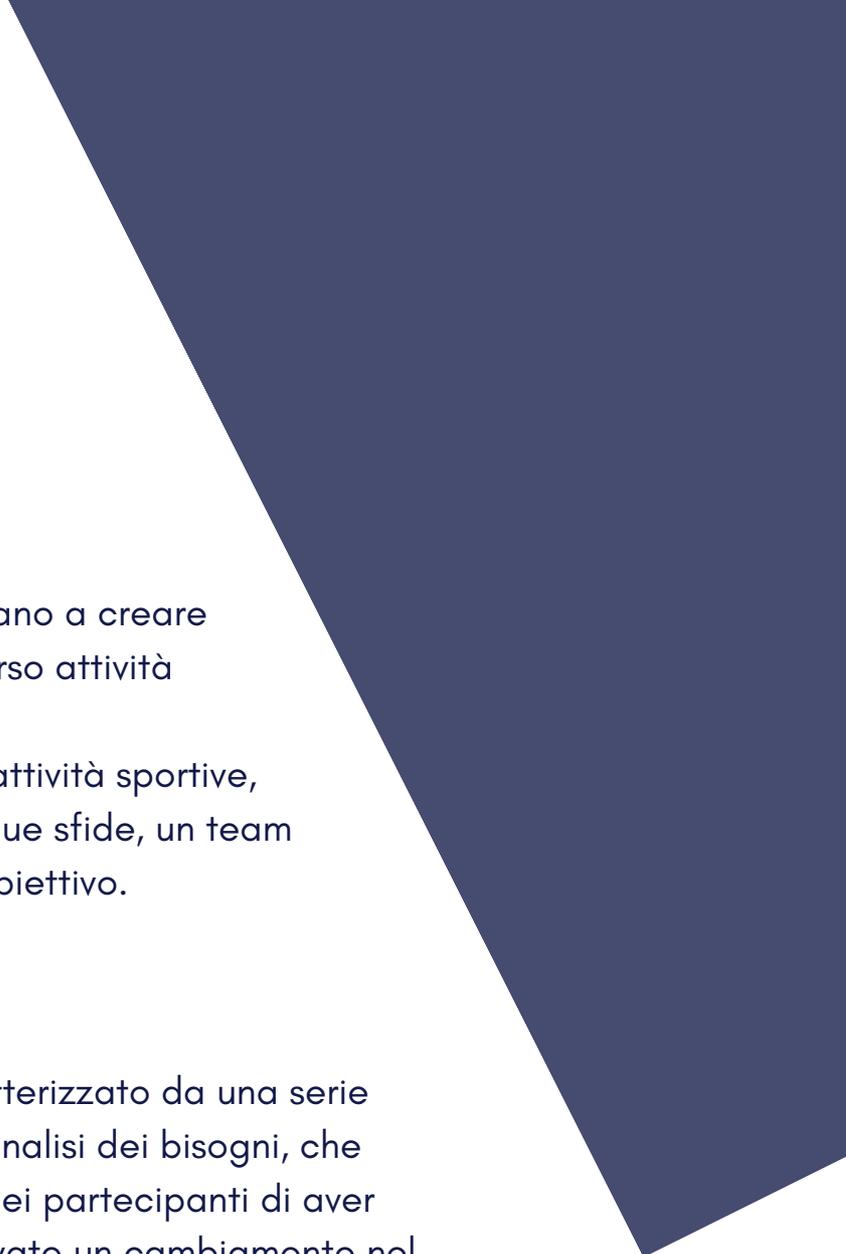


CATALOGO

# *Team Building*

[www.ilbossoformazione.com](http://www.ilbossoformazione.com)

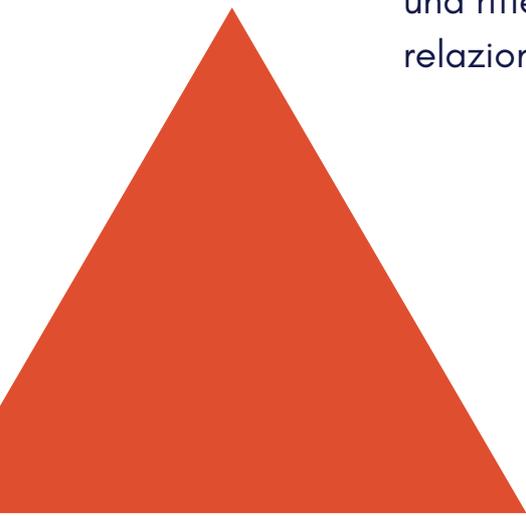


I corsi Team Building & Team Working mirano a creare gruppi di lavoro fortemente coesi attraverso attività che coinvolgono l'intera squadra.

Laboratori creativi, prove esperienziali e attività sportive, permettono di costruire, attraverso continue sfide, un team performante, ingaggiato e orientato all'obiettivo.

Il **team building formativo** è caratterizzato da una serie di attività strutturate, a seguito di analisi dei bisogni, che terminano con la consapevolezza dei partecipanti di aver raggiunto un risultato e di aver attivato un cambiamento nel proprio modo d'essere, di lavorare e di approcciare al gruppo.

Il **team building ludico** invece, o team game, si contraddistingue per tipo di esperienza. Il fine, in questo caso, è consentire ai partecipanti di sentirsi un gruppo e vivere un'esperienza divertente di coesione e appartenenza ad un team, generando, al contempo, una riflessione su quanto sia soddisfacente lavorare in contesti relazionali piacevoli.





# Outdoor Craol Mapping

L'Orienteering è uno sport che prevede, attraverso l'uso di strumenti come mappa e bussola, l'elaborazione di una strategia per raggiungere un obiettivo prefissato e i relativi obiettivi intermedi.

L'attività di orienteering attraverso la facilitazione del coach, permette di esercitare ed esplorare diverse ed importanti competenze come la leadership, sviluppando un maggior senso di appartenenza al team.

Obiettivi:

- L'Azienda come bene comune
- Il Rapporto tra il leader ed il team
- Il Team ed il lavoro di squadra
- L'obiettivo e il piano d'azione
- La gestione dello stress in situazioni di emergenza
- La competizione positiva
- La motivazione



# Outdoor Parco Avventura

Un'attività in cui ci si confronta in campo aperto con i propri limiti per cercare nuove motivazioni e consapevolezze da portare sul luogo di lavoro. Questo tipo di difficoltà concrete sviluppano affiatamento e portano alla costruzione di un legame nel team aziendale, rompendola routine e creando un'occasione di svago e fitness fuori dall'ufficio.

## *Obiettivi:*

- spirito di coesione e stimolo all'aiuto reciproco
- consapevolezza dei propri limiti personali
- ricerca di soluzioni ai problemi tramite la creatività
- sana competizione, dinamismo e leale collaborazione
- senso di appartenenza al gruppo
- stimolo alle relazioni interpersonali e al linguaggio non verbale



# Outdoor

## A passo d'Asino

Il trekking someggiato è una pratica legata al turismo lento e consiste nell'escursionismo con animali da soma, in questo caso asini, che vengono condotti dai partecipanti. La loro presenza consente di assaporare il gusto di rallentare e favorisce un nuovo rapporto fra uomini e animali, basato su conoscenza, rispetto e cura reciproca. Lavorare e camminare con l'asino è un'attività relativamente semplice ma è necessaria autorevolezza, empatia e la giusta concentrazione.

L'asino ha il suo modo di comunicare le difficoltà che incontra o il disagio per una particolare situazione. La sfida è quella di superare questi momenti insieme nel modo più empatico possibile senza ricorrere ad alcun tipo di coercizione se non "il polso fermo" lì dove necessario.



# Outdoor Wood Experience

In un bosco, dove mancano tutti i punti di riferimento e le risorse cui siamo abituati ad attingere, emergono le capacità di “despecializzazione” e di “improvvisazione”. Ogni membro del team è costretto a sfruttare le proprie caratteristiche personali per aiutare il gruppo ad affrontare le sfide. L’interazione tra le persone diventa fondamentale: le potenzialità di ciascun membro del team devono essere sfruttate appieno per creare un gruppo compatto e completo, capace di risolvere ogni tipo di problema.

La capacità di improvvisazione, la compattezza del team, la dimensione del gruppo che prevale su quella del singolo sono variabili facilmente osservabili in un contesto dove alcune emozioni sono particolarmente “stressate”.



*L'esperienza diventa così un momento di apprendimento per i singoli e per tutta la squadra.*

La capacità di improvvisazione, la compattezza del team, la dimensione del gruppo che prevale su quella del singolo sono variabili facilmente osservabili in un contesto dove alcune emozioni sono particolarmente "stressate".  
L'esperienza diventa così un momento di apprendimento per i singoli e per tutta la squadra.

Trekking

Mindfulness

Base Camp

Il Fuoco

Orienteering



# Outdoor

## Attività a tema

Scegliere un'attività della tradizione può aiutare a comprendere il duro lavoro e la passione necessari per ottenere risultati di qualità.

Divertimento e lavoro di squadra saranno alla base di una giornata vissuta all'insegna di rituali antichi e atmosfere magiche.

*Il periodo di svolgimento è legato alla specificità dell'attività scelta.*

Raccolta Uva

Raccolta Olive

Raccolta Zafferano



# Outdoor Rafting

Il Rafting è un sport di squadra nel quale è fondamentale distinguere il ruolo di ciascun partecipante e in cui ognuno deve fare la propria parte collaborando all'interno del gruppo.

Tutti i partecipanti contribuiscono attivamente alla discesa con il gommone, seguendo le indicazioni ed i comandi della guida.

Sono tante le variabili messe in gioco:

- affrontare le rapide richiede coordinamento e concentrazione
- si lotta tutti per lo stesso obiettivo, ovvero arrivare a destinazione per primi
- è necessario saper prendere decisioni in tempi brevi gestendo lo stress
- lavoro di squadra e flessibilità sono alla base.



# Outdoor Padel

Gioco di recente diffusione, il padel ha permesso negli ultimi due anni di praticare attività sportiva non esclusivamente individuale.

Il Padel è un gioco di squadra in grado di unire e motivare:

- un'ottima occasione per socializzare,
- migliorare l'affiatamento tra i membri di un team
- migliorare la performance complessiva del gruppo in vista di un obiettivo.

Il gioco del padel è divertente, molto semplice e facile da approcciare; crea coinvolgimento, sana competizione e stimola lo spirito di squadra. L'attività è modulabile dal punto di vista della durata: che sia un singolo evento o un torneo strutturato progettiamo il vostro divertimento.



# Outdoor

## Barca a vela

La barca a vela è un mezzo fondamentale per migliorare la capacità di gruppi di lavoro, cementare rapporti tra colleghi in un ambiente diverso da quello di tutti i giorni, creare nuovi legami incrementando la collaborazione e le reazioni agli eventi in contesti e situazioni diverse.

L'ambiente della barca a vela offre la possibilità di confrontarsi con vari ruoli, di capire il rispetto e la capacità della leadership, della forza del gruppo e degli obiettivi da perseguire.

Con l'alternanza delle mansioni, i partecipanti potranno riscontrare sulla propria pelle il significato e l'importanza di ogni ruolo, tramite l'esperienza diretta.



## Indoor Chef per un giorno

E' una forma di Team Building Indoor pensato per rafforzare la creatività e lo spirito di squadra in un modo che esce dagli schemi. Ogni squadra deve realizzare delle pietanze che, verranno sottoposte all'esame di una giuria.

Fondamentali, anche quando si lavora tra i fornelli, sono la coesione, la collaborazione e la leadership. Ognuno dei partecipanti risulta essenziale e deve ricoprire un ruolo ben specifico.

Ad ogni squadra viene chiesto di preparare uno dei piatti che poi verranno serviti per il pranzo o la cena aziendale.



## *Indoor Making Idea*

Fantasia, creatività, spirito di squadra, comunicazione e problem-solving sono basilari per concretizzare un modello che entusiasmi la giuria.

Individuati i ruoli per ogni componente del gruppo si passa ad assegnare le attività da svolgere: che tipo di prodotto sponsorizzare, progettare un logo, creare degli spot pubblicitari e delle strategie di marketing analizzando i potenziali acquirenti, realizzare un prototipo, ed infine, preparare un discorso finale per esporre le proprie idee ad una giuria che valuterà l'idea più originale e completa.

Quanto più sarà in grado il team di lavorare insieme più è probabile che avrà successo.



# Indoor Lego Time

L'attività consente di esplorare e fare emergere una chiara comprensione della propria e altrui funzione, dell'area di responsabilità e del potenziale unico dell'individuo nell'ambito del gruppo.

L'obiettivo finale è condurre il gruppo ad operare in funzione del successo della squadra stimolando il miglioramento continuo delle performance e la capacità di agire secondo un modello di responsabilità condivisa.

Attraverso l'utilizzo dei "mattoncini" sarà possibile coinvolgere e concedere spazio alla creatività di ciascun partecipante.



# Indoor Art Attack

Creare con il proprio team opere d'arte originali o riproduzioni di opere famose utilizzando materiali nuovi e di recupero, tecniche originali e soluzioni innovative e creative. Tanti materiali, attrezzi a disposizione, il "tavolo degli scambi" ma un obiettivo unico per tutto il team: riuscire a completare l'opera assegnata in tempo.

Quest'attività genera nel team una grande carica di energia. Applicare al lavoro la creatività sfruttata nel Team Building Creativo può cambiare del tutto l'approccio, e anche i risultati lavorativi. Non solo quindi un effetto momentaneo di divertimento e relax per il team ma anche un risultato duraturo di raggiungimento degli obiettivi aziendali!



# Indoor

## *Il riciclo suona bene*

L'attività consiste in una formazione musicale che rapidamente culmina in un'esuberante, divertente e liberatoria performance percussiva collettiva, studiata su semplici ma coinvolgenti spunti ritmici e giochi percussivi che porteranno il gruppo alla scoperta della propria coesione attraverso l'utilizzo di ritmi.

I partecipanti saranno coinvolti nella realizzazione di differenti tipologie di strumenti con materiale di riciclo, con cui poi potranno sperimentare in maniera rapida e divertente i meccanismi di un gruppo musicale, i giochi di ruolo, le dinamiche ritmiche e "umane" che portano ad una esecuzione musicale di gruppo rispettando a pieno le metafore con il mondo lavorativo.



# Mindfulness

## *Il bagno nel bosco*

La metafora del bagno nel bosco deriva da una pratica giapponese lo Shinrin You: entrare in contatto con la natura in maniera consapevole per rallentare il ritmo di vita, rinvigorire la mente e il corpo, calmare la mente e aumentare il livello di benessere.

Il percorso prevede delle fermate intermedie dove poter svolgere specifiche pratiche di Mindfulness.

Tutte le attività devono essere svolte in silenzio, tranne in momenti di condivisione e quando diversamente indicato dal trainer.

*Il percorso prevede diverse attività:*

- *Trekking*
- *Camminata consapevole*
- *Cratiche di Mindfulness.*



# Mindfulness

## Tutto Scorre

Il fiume richiama il concetto dell'impermanenza delle cose, come diceva Eraclito: "Tutto scorre". Il contatto con l'acqua, il suo rumore e gli altri suoni della natura, permettono l'immersione in una sensazione nuova, in un modo di vivere il fiume, non solo come metafora della vita, ma come simbolo di cambiamento ed evoluzione.

Il percorso prevede delle fermate intermedie dove poter svolgere specifiche pratiche di Mindfulness.

Tutte le attività devono essere svolte in silenzio, tranne in momenti di condivisione e quando diversamente indicato dal trainer.

*Il percorso prevede diverse attività:*

- Canoa
- Pratiche di Mindfulness sul fiume
- Mindful Eating



# Mindfulness

## Cena meditata

La cena è un momento di convivialità che può essere impiegato per diventare consapevoli di quello che mangiamo, del modo in cui lo mangiamo e per allenare la mente a rimanere nel "Qui ed Ora".

L'attività prevede che all'inizio di ogni portata ci sia qualche minuto di silenzio e, attraverso la guida del trainer, mangiare in maniera consapevole e attenta.

La cena si svolgerà per lo più in silenzio.

*Il percorso prevede diverse attività:*

- *Pratiche di Mindful Eating*
- *Pillole formative con un nutrizionista*
- *Spiegazioni della preparazione del cibo e di provenienza dei prodotti da parte dello chef.*



# Mindfulness

## La Consapevolezza del lupo

Ritiro di consapevolezza presso il "Rifugio del lupo" dove si svolgeranno pratiche previste dal protocollo MBSR, impiegando diversi momenti della giornata. Lo scopo è quello di ridurre il livello di stress, staccare il collegamento dal web, ed entrare in connessione con noi stessi. Dove non ci sono urgenze, non ci sono obblighi, non ci sono doveri: c'è solo consapevolezza! Il percorso prevede delle fermate intermedie dove poter svolgere specifiche pratiche di Mindfulness. Tutte le attività devono essere svolte in silenzio, tranne in momenti di condivisione e quando diversamente indicato dal trainer.

*Il percorso prevede diverse attività:*

- *Attività varie*
- *Pratiche di Mindfulness*
- *Mindful Eating*



# Sociale e cultura

Il concetto di responsabilità sociale d'impresa è sempre più centrale nella vita delle organizzazioni ma il momento in cui un'azienda lavora per raggiungere i suoi obiettivi di responsabilità sociale può essere anche divertente e utile allo sviluppo dello spirito di squadra!

Il team building sociale è in grado di fornire a chi lo svolge una fortissima motivazione al cambiamento ed al miglioramento della propria performance individuale e di gruppo.

Agire tutti insieme per generare effetti benefici sulle persone o sul proprio pianeta è un potente motore che stimola la collaborazione, la creatività e che tende tutti i partecipanti ancora più coinvolti nella attività.



Culture

# Sociale e cultura

*Alcuni spunti possibili:*

## Sostenibilità ed Ambiente

Noi Plastic Free

1% for the Planet

Pianta un albero

Abitiamo i nostri luoghi

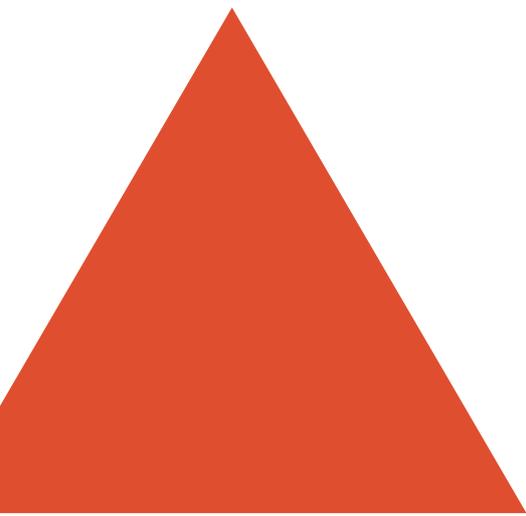
Adotta un sentiero

Un'oasi per le Api

## Cultura

25 Novembre Una cuccia per Pippo

La cura dei Paesi **JoletTiamo**



*Scegli per la tua azienda  
il team BUILDING del gruppo IL BOSSO,  
per unire la qualità delle coinvolgenti attività  
in natura proposte da IL BOSSO,  
da oltre 20 anni nel settore ambientale,  
alla formazione innovativa de IL BOSSO  
FORMAZIONE e dei suoi partner .*





Sede Operativa  
Via Capodacqua, 6 – Capestrano (AQ)

## CONTATTI

0862 196 5246 – [formazione@ilbosso.com](mailto:formazione@ilbosso.com)

Seguici su: [facebook](#) | [instagram](#) | [linkedin](#)

[www.ilbossoformazione.com](http://www.ilbossoformazione.com)