



9 offres de TEAM BUILDING

RENFORCEZ VOTRE ÉQUIPE AU MARAIS

Activités, ateliers et conférences pour accroître votre cohésion d'équipe!

OFFRE 1 – ATELIER

Cohésion d'équipe et bien-être

Objectif : favoriser la cohésion d'équipe ainsi que le bien-être individuel et collectif, tout en offrant des outils concrets pour mieux gérer l'énergie, le stress et la qualité du sommeil.

Description : ateliers, activités et capsules, pleine conscience, communication et mouvement, rythme circadien, sommeil et respiration.

Animation : Jean-Christophe Poirier de *Santé Intégrative 360*

Durée : demi-journée

Nombre de participants : de 20 à 30 personnes

Coût : 4 000 \$ + taxes



OFFRE 2 – ACTIVITÉ



Partir en voyage avec votre équipe... oui c'est possible!

Objectif : favoriser la cohésion d'équipe et stimuler l'engagement grâce à la réalité virtuelle.

Description : l'expérience *Immersia* saura assurément vous dépayser grâce à la réalité virtuelle! Vous et votre équipe serez entraînés dans une aventure unique où vous devrez faire preuve de débrouillardise et de collaboration pour faire face à l'imprévu. Vécu en alternance avec des phases de rétroaction, vous serez accompagnés par un maître de jeu et formateur dans le but de faire ressortir des compétences clés dans votre équipe tout en ayant du plaisir!

Animation : l'équipe *Immersia Studio*

Durée : demi-journée

Nombre de participants : de 8 à 12 personnes

Coût : 4 500 \$ et 5 500 \$ + taxes

*Le coût inclut l'activité, la salle et le stationnement

OFFRE 3 – ATELIER



Atelier express pour gestionnaires

Objectif : construire des équipes performantes en 3 étapes grâce à un outil simple et intuitif.

Description : cet atelier propose des concepts pratiques et concrets, faciles à comprendre et à appliquer. Chaque étape est soutenue par des visuels clairs et accompagnée d'outils d'analyse intuitifs, permettant aux participants de mettre en œuvre immédiatement les enseignements dans leur environnement de travail.

Animation : Pierre-Luc Bordeleau de *Team Factory*

Durée : demi-journée

Nombre de participants : de 10 à 15 personnes

Coût : entre 5 000 \$ et 5 500 \$ + taxes

OFFRE 4 – CONFÉRENCE

Fabriquer des équipes performantes

Objectif : renforcer l'engagement des employés dans l'atteinte des objectifs collectifs.

Description : la conférence *Team Factory* est dynamique et adaptée au public présent, qu'il s'agisse de groupes entiers ou de sous-groupes d'employés. Elle permet de transmettre les principes fondamentaux pour favoriser un climat de travail collaboratif et inspirant, où chacun s'engage dans une vision à long terme et contribue activement à la réussite collective.

Animation : Pierre-Luc Bordeleau de *Team Factory*

Durée : 90 minutes

Nombre de participants : de 30 à 80 personnes

Coût : 3 500 \$ + taxes



OFFRE 5 – CONFÉRENCE



Le pouvoir du rythme

Objectif : optimiser son temps, adopter une attitude d'accompagnement bienveillante et diminuer son niveau de stress et de fatigue.

Description : dans cette conférence percutante, les participants découvriront l'impact du rythme sur leur santé, leur énergie et leur performance. À travers des exemples concrets et des stratégies applicables au quotidien, ils apprendront à optimiser leur temps, à mieux accompagner leur entourage et à réduire leur niveau de stress et de fatigue.

Animation : Jean-Christophe Poirier de *Santé Intégrative 360*

Durée : 90 minutes

Nombre de participants : de 30 à 80 personnes

Coût : 3 500 \$ + taxes

BONIFIEZ VOTRE VISITE AU MARAIS, GRÂCE À UNE VISITE GUIDÉE

OFFRE 6 – ACTIVITÉ GUIDÉE INTÉRIEURE



Exploration du Centre d'interprétation et de ses expositions

Objectif : combiner renforcement d'équipe, immersion nature et culture. Profiter d'un moment pour décrocher et en apprendre sur la construction écologique, les milieux naturels et l'art.

Description : notre guide-interprète vous fera visiter ce bâtiment unique et vous dévoilera toutes les subtilités techniques et architecturales qui en font un atout écologique qui se marie à merveille avec l'environnement qui l'entoure. Puis, vous serez guidé à travers les expositions permanentes et temporaires. Vous vivrez une expérience immersive hors du commun.

Animation : l'équipe du Marais de la Rivière-aux-Cerises

Durée : 2 heures

Nombre de participants : de 5 à 15 personnes

Coûts : 300 \$ (non taxable)

OFFRE 7 – ACTIVITÉ GUIDÉE EXTÉRIEURE

Randonnée dans les sentiers

Objectif : allier renforcement d'équipe, immersion nature et culture. Profiter d'un moment pour décrocher et en apprendre sur les milieux naturels et l'importance de leurs rôles.

Description : que vous soyez un habitué ou un néophyte, les visites de groupe de nos 5 km de sentiers sauront à coup sûr vous surprendre. Apprenez-en davantage sur la faune et la flore ainsi que les liens qui les unissent lors d'une sortie en groupe avec un guide-interprète passionné.

Animation : l'équipe du Marais de la Rivière-aux-Cerises

Durée : 2 heures

Nombre de participants : de 5 à 15 personnes

Coûts : 300 \$ (non taxable)



BONIFIEZ VOTRE VISITE AU MARAIS, GRÂCE À UNE ACTIVITÉ BÉNÉVOLE EN NATURE

OFFRE 8 – ACTIVITÉ SAISONNIÈRE EN NATURE



Opération nettoyage

Objectif : et si le *team building* rimait avec impact social? Proposez à vos équipes de mettre de l'avant leurs valeurs en s'investissant bénévolement au sein du Marais! Favorisez la collaboration et laissez une empreinte positive dans la communauté en favorisant le bien-être et le bonheur de tous.

Description : offerte principalement au printemps, cette activité se déroule sur le territoire protégé du Marais de la Rivière-aux-Cerises, plus précisément à l'endroit de l'ancien site d'enfouissement. La formation, l'accompagnement et les équipements nécessaires sont inclus dans l'activité.

Animation : l'équipe du Marais de la Rivière-aux-Cerises

Durée : demi-journée

Nombre de participants : de 10 à 40 personnes

Coût : gratuit

OFFRE 9 – ACTIVITÉ SAISONNIÈRE EN NATURE

Arrachage de plantes envahissantes

Objectif : tisser des liens solides entre collègues, renforcer le travail d'équipe et soutenir une cause qui vous tient à cœur : la protection de l'environnement!

Description : offerte au printemps et à l'automne, cette activité prend place sur le territoire du Marais de la Rivière-aux-Cerises. Grâce à un inventaire des plantes exotiques envahissantes, des zones prioritaires ont été identifiées pour des interventions ciblées. Formation, encadrement et équipement sont fournis.

Animation : l'équipe du Marais de la Rivière-aux-Cerises

Durée : demi-journée

Nombre de participants : de 5 à 40 personnes

Coût : gratuit



Marais de la
Rivière-aux-Cerises

Contact

Michelle Dallaire

administration@maraisauxcerises.com