

# CITY STYLE TEAMBUILDING

București 2017

- MEMORABIL -

*Veșnic suntem fără de timp.  
Mereu ocupați, noi suntem  
oamenii orașului.*

*Suntem greu de surprins,  
iar orașul nu mai păstrează  
niciun fel de magie, așa cum  
o făcea în adolescență.  
Nu am mai descoperit  
nimic de multă vreme*

Avem o propunere  
pentru a schimba  
acest lucru.  
**Teambuilding de o zi**  
Pentru colegi,  
chiar „acasă”

Eliminăm  
costurile de  
deplasare, și îl  
putem organiza și  
în timpul săptămânii.

Colegii se vor distra, și vor rămâne  
cu amintiri frumoase.  
Chiar în orașul lor!  
O zi de neuitat!

Va rugăm să considerați această ofertă doar un punct de plecare în relația de colaborare dintre cele două companii. Suntem deschiși sugestiilor dumneavoastră, mai ales dacă acestea ne oferă repere privind nevoile echipei participante la teambuilding. Suntem convinși că putem dezvolta un parteneriat reușit cu rezultate concrete!

În această ofertă veți găsi:

- 5 propuneri de teambuilding și descrierea activităților pe care le implică
- Valoare investiție – Oferta financiară
- Scurt rezumat al serviciilor oferite de Accedio training

### **Precizări importante:**

1. Momentele au o descriere cadru pentru a avea o viziune asupra metodei propuse de noi.
2. Programul final pe ore îl vom îmbina în funcție de obiectivele dumneavoastră.
3. Echipele vor fi formate în prealabil de către trainer în conformitate cu organigrama prezentată de dumneavoastră pentru o atingere optimă a obiectivelor companiei.
4. Vă stăm la dispoziție pentru clarificarea oricărui aspect din programul cadru de mai jos.
5. Pentru toate momentele din planificare vor fi luate măsuri pentru prevenirea oricărui accident, chiar dacă acestea prezintă un grad de risc foarte scăzut.
6. Orice sugestie venită din partea dumneavoastră este binevenită, rugându-vă să considerați această propunere ca un prim punct de plecare.

1.PARTY CITY

2.URBAN QUEST

3.URBAN ESCAPE

4.PLAY & BUILD

5.PROGRAM ANTISTRES

## OBIECTIVELE DE TEAMBUILDING

1. cultivarea sentimentului de competitivitate și fair - play
2. comunicarea eficientă în echipă
3. stabilirea de roluri în echipă
4. oferirea și primirea feedback-ului
5. identitatea echipei
6. coordonarea și cooperarea în cadrul echipei
7. creșterea încrederii în ceilalți

8. dezvoltarea spiritului de echipă
9. dezvoltarea creativității
10. socializare
11. buna dispoziție
12. atmosfera plăcută și provocatoare în același timp
13. normele și valorile echipei conectate la valorile companiei
14. sinergia echipelor

# Party City

## Let's Cocktail!

Parte introductivă despre istoria băuturilor și tehnici de bar în prepararea cocktailurilor. Avem o locație excelentă în forfota orașului și un trainer care le va explica participanților tot ce trebuie să știe despre cocktailuri și cum se prepară acestea.

Training-ul conține o parte practică, în care toți participanții vor avea ocazia să testeze ceea ce au învățat sub atenta îndrumare a trainerului.

La sfârșit vom face concurs între echipe – Cel mai bun cocktail  
Echipa câștigătoare va fi responsabilă cu prepararea cocktailurilor la petrecerea pe care o organizăm seara.

## LET'S SALSA!

Când au dansat ultima dată angajații dumneavoastră?

Indiferent că sunt deja “avansați” în tainele dansului sau mai...”începători” noi îi vom ajuta să se bucure de dans. Salsa înseamnă multe: relaxare, evadare, mișcare, socializare, bună dispoziție, prietenie, energie pozitivă, recapatarea încrederii în sine, o dependență (pozitivă), vindecarea unei răni, poate fi un mod de a-ți înfrânge timiditatea. Înseamnă trăire și bucurie de exprimare.

Instructorul nostru o să îi ajute pe angajații dumneavoastră să descopere toate acestea. Îi va ajuta să simtă muzica și să învețe pașii de bază.

Cu aceștia vor putea jongla apoi o noapte întreagă, oriunde și oricând.

Vom face partner-work. Vor învăța să își pună încrederea în partenerul de dans și să îi anticipeze mișcărilor. Cum orice moment de învățare are și un examen...al lor va fi punerea în practică a ceea ce au învățat.

Vor merge în club și vor aplica ce au învățat.

DJ -ul îi așteaptă, ringul le va fi pus la dispoziție, muzicala fel, așa că...let them dance!!!

Varianta 2

# Urban Quest City

Este o zi plăcută... participanții se întâlnesc cu trainerul la punctul de start al experienței.

Vor primi un indiciu și....START!  
Participanții vor primi indicii la fiecare locație pentru a identifica următorul loc în care trebuie să ajungă.

Vânătoarea de indicii poate dura până la 5 ore.

O asemenea încercare poate să cuprindă de exemplu, trimiterea concurenților la Palatul CEC sau la Palatul Șuțu, pe lângă alte destinații pentru a găsi monumente, picturi care le vor oferi indicii pentru a găsi următoarea locație.

În cazul în care aceasta se dovedește prea dificilă, există posibilitatea de a apela la un "cartonaș trișor" pentru a ajuta echipa în cauză.

La sfârșitul cursei, participanții trebuie să ajungă la o locație (bar/restaurant) din centrul istoric unde au rezervate mese.

## Varianta 3

# Urban Escape

Această secțiune cuprinde activități ce se vor desfășura în afara orașului, mai precis, la 18 km de București în aer liber, într-un spațiu special amenajat pentru astfel de evenimente.

Vă propunem un set de exerciții și joculete care vor duce la coeziunea echipei dumneavoastră de angajați și la creșterea gradului de comunicare între aceștia.

Această variantă de ofertă include meniu.

- Meniu bufet: cârnăciori oltenești/cabanos, crochete pui, cartofi prăjiți, salate: pescărească (porumb/ton/măsline), sfeclă roșie și de primăvară (morcovi, țelină, arpagic), pâine feliată (incluse: tacâmuri de unică folosință, șervețele, muștar și ketchup).
- Băuturi: apă plată și minerală (sticle mari și mici, pahare plastic) – 1.5l/pers.

\*În cazul în care doriți alte băuturi (sucuri, bere, cafea, etc.) vă vom face oferta în funcție de ceea ce doriți.

Foto: Edenland Park – martie 2017 Accedio

# URBAN ESCAPE

Puteți alege din:

Activitate	Descriere
Escaladă în copaci	După echiparea cu hamuri, scripeți și mănuși, participanții vor urma un instructaj și vor trăi experiențe unice la înălțime pe tirioliene, pasarele, filee.
Anvelopa săltăreață	Deplasarea unei anvelope pe un traseu, cu ajutorul unor corzi, de către întreaga echipă respectând regulile date.
Jungla	Traversarea unei zone cu ajutorul unor corzi suspendate între copaci.
Podul Uman	Echipele trebuie să ajungă cât mai departe pe două cabluri, membrii echipei susținându-se reciproc.
Catapultă	Având la dispoziție un set de piese de lemn, șuruburi, etc, dar fără schemă, echipa trebuie să construiască o catapultă cu ajutorul căreia să lanseze un proiectil, la o distanță cât mai mare.
Tras cu arcul	Inițiere în tras cu arcul și concurs.
Perete de escaladă	Urcarea unui perete de escaladă, fiind asigurat de 2 colegi.
Traversare periculoasă	Toți membrii echipei trebuie să traverseze cât mai repede un cablu, având dreptul să se susțină de o liană și doi copaci și să fie ajutați de colegi.
Turn ecologic	Având la dispoziție o cutie de scobitori și diverse alte materiale ecologice... ciudate, echipele trebuie să construiască un turn cu o înălțime cât mai mare.
Ouă în zbor	Având la dispoziție un set de materiale și un ou, echipele vor inventa o modalitate prin care oul poate "zbura" o distanță cât mai mare, fără să se spargă.

# PLAY & BUILD

## Exerciții indoor/outdoor

Exerciții de comunicare și creativitate ce pot fi desfășurate atât indoor cât și outdoor

Fiecare exercițiu, la solicitarea dumneavoastră, este urmat de partea de feedback în care se discută partea de comunicare, importanța ei, care sunt deficiențele, care sunt atuurile, în ce măsură pot aplica la serviciu ceea ce au învățat și conștientizat.

Durata unei activități este de regulă între 30 minute și 60 minute (în funcție de dorința dumneavoastră – se pot organiza runde, se pot da taskuri suplimentare, vor fi puse condiții care cresc dificultatea activității)

Putem livra team building-urile într-o locație aleasă de dumneavoastră.

Totodată vă putem sprijini în alegerea unei locații cât mai aproape de ceea ce vă doriți.

## PERSONALIZATI-VĂ TEAMBUILDING-UL

Ați vrea ca teambuildingul dumneavoastră să includă activități care nu se regăsesc în descrierea și oferta noastră?

Trimiteti-ne un email la [office@accedio.ro](mailto:office@accedio.ro) cu tipul de activități pe care ați vrea să le desfășurați și noi o să ne dăm interesul și disponibilitatea ca angajații dumneavoastră să aibă parte de teambuilding-ul perfect!

O să primiți în cel mai scurt timp oferta personalizată.

***Misiunea noastră este de a crea angajați mai performanți, de a dezvolta abilități și de a găsi soluții!***



Varianta 5

# PROGRAM ANTISTRES

Sa învățăm împreună să ne relaxăm corpul și mintea!

Vă punem la dispoziție câteva tips&tricks pentru relaxare și reducerea stresului cotidian.

Acest program cuprinde o zi “activă” de relaxare prin:

Exerciții de destindere a musculaturii brațelor, picioarelor, feței, spatelui

Exerciții de respirație: participanții vor învăța să înțeleagă cum funcționează corpul lor și cum îl pot energiza prin elemente simple și la îndemână

Exerciții de echilibru

Exerciții de vizualizare: participanții vor învăța să își controleze mintea, să gândească pozitiv, să își “programeze” mintea și corpul pentru succes.

Vor învăța să formuleze clar o cerere sau o așteptare.

Vor învăța să spună nu.

Vor fi capabili să elimine câteva din cele mai comune blocaje de comunicare în relația lor cu propria persoană sau a lor cu cei din jur.

# PLANIFICARE și VALOARE INVESTIȚIE

Bugetul estimat pentru acest program de teambuilding ia în considerare următoarele elemente:

- ♦ colectarea și interpretarea informațiilor furnizate de dumneavoastră cu privire la compania dumneavoastră și obiectivele teambuilding-ului!
- ♦ proiectarea programului în acord cu obiectivele teambuilding-ului
- ♦ susținerea sesiunii de teambuilding
- ♦ materialele logistice/consumabile necesare desfășurării teambuilding-ului.
- ♦ raportare post teambuilding sub forma unui raport

Varianta Teambuilding	Durata	Valoare Investiție
PARTY CITY	1 zi (incepand cu ora14:00)*	960 EUR
URBAN QUEST	1 zi (minim 4 ore, maxim 8)*	680 EUR
URBAN ESCAPE	1 zi (10:00 – 17:00)*	950 EUR
PLAY & BUILD	1 zi (minim 4 ore, maxim 8)*	130 EUR/participant*
PROGRAM ANTISTRES	1 zi (10:00 – 17:00)*	130 EUR/participant*

\*Valoarea investitiei este calculata pentru un numar de minim 6persoane/grup, maxim 10 persoane/grup

# Accedio este specialist în traininguri și teambuilding-uri pentru creșterea performanței.

Înainte de vă decide să alegeți Accedio puteți accesa și siteul [www.accedio.ro](http://www.accedio.ro) unde puteți:

- ♦ vizualiza lista clienților noștri (printre clienții reprezentativi menționăm: Vodafone, Adobe, Arcelor Mital, BCR, Caroli, CCC, Ceva Logistics, BDO, Leumi Bank, Ifantis, Fabryo, Saint-Gobain, Stabilus, Tymbarck, Sema Parc, Rebu, HEKS, etc) – furnizăm referințe la cerere
- ♦ descărca gratuit documente utile;
- ♦ să aflați ce spun clienții noștri;
- ♦ să vă abonați la newsletter-ul nostru lunar;

**Domeniile de expertiză Accedio sunt:**

## Management

Dezvoltare Managerială  
Motivare Non-Financiară  
Tîme Management  
Stres Management  
Managementul prin Obiective  
Managementul Schimbării  
Managementul Proiectelor  
Managementul Stocurilor  
Microsoft Project 2016

## Dezvoltare Individuală

Coaching  
Dezvoltare Personală  
Leadership  
Comunicare interpersonală  
Programare Neurolingvistică  
Inteligență Emoțională

## Negociere & Comunicare

Tehnici de Negociere  
Comunicare în Afaceri  
Comunicare Asertivă  
Customer Care  
Training Negociere Personalizat  
Negocieri cu NLP

## Vânzări

Tehnici de Bază în vânzări  
Vânzări către clienții mari  
Customer Care  
Manipulare în vânzări cu NLP  
Vânzări la telefon  
Comunicare activă și sondare  
Comunicare în vânzări  
Contracararea obiecțiilor  
Training vânzări personalizat