

We are Happy Workers vous propose, sous la forme d'un calendrier annuel, une offre "de défis" clés en main pour favoriser le bien-être individuel et collectif de vos salariés. Parce que de petites actions quotidiennes valent mieux que de grands discours, chaque mois, un défi, réalisé par un.e expert.e, est à envoyé à vos collaborateurs (via mail, intranet, réseau social) sur un thème clé correspondant à un moment fort du calendrier.

NB : si vous avez des événements spécifiques dans votre entreprise, nous pouvons réaliser des contenus sur mesure.

EXEMPLE DE CALENDRIER:

JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL
Cap d'être Optimiste ?	Cap de déconnecter ? Journée mondiale sans Facebook	Cap de ranger votre bureau? Journée mondiale du rangement de bureaux	Cap d'arrêter de grignoter? Printemps
MAI	-		JUIN
Cap d'organiser un déjeuner ludique ?	CALENDRIER 2018 DU HAPPY WORKER		Cap de bien se tenir ? Journée mondiale du bien-être
JUILLET			AOÛT
Cap de bien préparer son départ en vacances ? Été	3		Cap de bien gérer votre temps? Rentrée
SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DECEMBRE
Cap de bouger davantage?	Cap de relâcher la pression ?	Cap d'être heureux comme un Danois ?	Cap de faire preuve de créativité ?
Opération Sentez-vous sport	Journée mondiale de la santé mentale	Hiver	Journée mondiale du pull moche de Noël

À VOUS DE JOUER! Choisissez vos 12 défis et nous nous occupons du reste!



JANVIER

Cap d'être optimiste (Blue monday)

FEVRIER

Cap de déconnecter ? (Journée mondiale sans Facebook)

Cap d'atteindre vos objectifs comme un sportif de haut niveau ? (Ouverture JO d'Hiver)

MARS

Cap de faire des compliments ? (Journée mondiale du compliment)

Cap d'être heureux au travail ? (Journée mondiale du bonheur)

Cap de ranger votre bureau ? (Journée mondiale du rangement de bureaux). Concours photos

AVRIL

Cap de devenir un orateur hors pair ? (Journée mondiale de la voix)

Cap d'arrêter de grignoter ? (Sujet nutrition-forme pour le début du Printemps)

MAI

Cap de déterminer vos forces ? (Journée Star wars) Cap d'organiser un déjeuner ludique ? (Fête mondiale du jeu)

HIIN

Cap de bien se tenir ? (Journée mondiale du bienêtre)

Cap de gagner en sérénité ? (Journée mondiale du bien-être)

Cap de ralentir ? (Journée internationale de la lenteur)

Cap de faire du Yoga assis ? (Journée Mondiale du yoga)

JUILLET

Cap de bien préparer son départ en vacances ? Cap de la jouer en équipe ? (20 ans de France 98)

AOÛT

Cap de bien gérer votre temps ?

SEPTEMBRE

Cap de bouger davantage ? (à l'occasion de l'opération nationale "Sentez-vous sport" - date à définir)

OCTOBRE

Cap de faire de vraies pauses ? (Journée internationale du café)

Cap de sourire ? (Journée mondiale du sourire)

Cap de relâcher la pression ? (Journée mondiale de la santé mentale)

Cap de mieux manger ? (Journée mondiale de l'alimentation)

Cap de soulager votre dos ? (Journée mondiale de la colonne vertébrale)

Un défi sera réalisé autour de la semaine pour la qualité de vie au travail (date à définir)

NOVEMBRE

Cap d'être heureux comme un danois ? (pour l'arrivée de l'Hiver)

DECEMBRE

Cap de faire preuve de créativité ? (Journée mondiale du pull moche de Noël). Concours photos.

DU VIRTUEL AU RÉEL!

Nous vous proposons d'organiser un (ou plusieurs) « Happy happening » dans l'année. Nous venons créer l'événement dans vos locaux grâce à des ateliers/tables rondes/conférences sur la ou les thématique(s) de votre choix, grâce à l'intervention d'expert.e.s dédiés (coachs, sportifs de haut niveau...)

Les exemples d'ateliers :

- © Corner Forme "Qui sera le meilleur grimpeur"? Sur des steppers connectés, les participants se défient pendant 45 secondes pour une ascension virtuelle. Une expérience unique et physique relayée en live sur un écran.
- © Corner Healthy "Happy Smoothies": Réalisation de jus et smoothies à base de produits frais et colorés (ateliers de 30min pour 15 personnes)
- Ateliers sur l'optimisme, le bonheur en entreprise et la gestion de ses peurs par Sophie Machot - 3 cessions de 45min
- Atelier du rire (format à définir) par Martine Medjber psychothérapeute et rigologue praticienne
- Atelier "Facilitateur Graphique", initiation à la facilitation graphique par la création d'une fresque murale spéciale QVT / Oeuvre collective - 2H



ILS NOUS ONT FAIT CONFIANCE:











CONTACTEZ NOS ÉQUIPES

Fanny et Fabienne 06 17 62 10 60 / 06 19 57 83 36 welcome@wearehappyworkers.com www.wearehappyworkers.com



