

OFERTA PROGRAMOWA NA IMPREZY INTEGRACYJNE W PLENERZE

- ✓ programy integracyjne
- ✓ gry scenariuszowe
- ✓ imprezy integracyjno-szkoleniowe
- ✓ pikniki i festyny

WPROWADZENIE

Imprezy firmowe to w ostatnim czasie bardzo popularny sposób na budowanie pozytywnych relacji pomiędzy uczestnikami. Najczęściej mają charakter motywacyjny, integracyjny, rekreacyjny lub szkoleniowy. Mogą one przybierać różne formy: eventy, teambulding, pikniki, projekty integracyjne, gry scenariuszowe, warsztaty, szkolenia.

Wykorzystując nasze doświadczenie w organizacji tego rodzaju zajęć stworzymy niepowtarzalną i fantastyczną imprezę, która przyniesie zakładany efekt i sprawi, że uczestnicy będą bardziej zintegrowani, zmotywowani do dalszych działań w firmie i życiu codziennym.

Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą

O FIRMIE

Firma Makadan powstała na bazie 14 letniego doświadczenia w organizacji czasu wolnego dla dzieci, młodzieży i osób dorosłych.

Nasza praca jest naszą pasją co gwarantuje wysoki poziom naszych usług.

Organizujemy: imprezy integracyjne, szkolenia indoorowe i outdoorowe, spotkania i festyny firmowe, konferencje, gry scenariuszowe, wyprawy terenowe oraz autorskie programy naszych klientów.

Zatrudniamy wykwalifikowaną kadrę, którą stanowią doświadczeni animatorzy, trenerzy biznesu oraz instruktorzy różnych form aktywności: wspinaczki, survivalu, kajakarstwa, ratownictwa medycznego, sportowi, strzelectwa, off-roadu i inni.

Współpracujemy z wieloma hotelami, ośrodkami turystycznymi, dzięki czemu zapewniamy bazę noclegową i gastronomiczną

GŁÓWNE CELE NASZYCH PROGRAMÓW

Główne cele programów:

- Pogłębienie nieformalnych relacji pomiędzy uczestnikami.
- Integracja w zespołach.
- Udrożnienie kanałów komunikacyjnych.
- Kolektywna współpraca w zespołach
- Zdrowa i bezpieczna rywalizacja między zespołowa.
- zbudowanie wzajemnego zaufania między uczestnikami.
- Dobra zabawa.

Poniżej przedstawiamy przykładowe programy, które realizuje nasza firma. Szczegóły programów ustalamy bezpośrednio z osobą decyzyjną danej grupy i dopasowujemy do warunków pogodowych, terenowych oraz preferencji uczestników. Nasze programy realizujemy na terenie całej Polski dla grup od 10 do 1000 osób - jedynie w przypadku formy piknikowej możemy zorganizować dla grup znacznie większych. Czas trwania naszych programów od 2 godzin do 3 dni. Chętnie realizujemy autorskie programy naszych uczestników. Szczegółowe opisy atrakcji znajdują się na końcu oferty.



Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą

IGRZYSKA

Scenariusz

Igrzyska - Przy dźwiękach muzyki następuje uroczyste otwarcie igrzysk. Każdy z uczestników otrzymuje numer startowy, który ustala przynależność do konkretnego zespołu. Rozpoczyna się rywalizacja...

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4 - 10 godzin
Lokalizacja: Lasy Janowskie
Główna atrakcja: rywalizacja sportowa
Ilość uczestników: 20- 2000 osób



Sugerowane przykłady atrakcji

- | | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| ♦ Narty 5-osobowe | ♦ Przecinanie bala | ♦ Gigantyczne piłkarzyki |
| ♦ Worki 5-osobowe | ♦ Przeciąganie liny | ♦ Mecze w spódnicach |
| ♦ Wyścigi chomików | ♦ przepychanie samochodu | ♦ Dwa ognie |
| ♦ Wyścig rydwanów | ♦ Siatka tekili | ♦ Mega kręgle |
| ♦ Bolkowe narty | ♦ Cyrkiel | ♦ Mega siatkówka |
| ♦ Robienie masła | ♦ Gąsienica | ♦ Gra w Bule |
| ♦ Rzut kołem, oponą,... | ♦ Wyścig na szczudłach | ♦ Unihokej |
| ♦ Rzut w Mariana | ♦ Rowery przeciwnik | ♦ Piłka nożna |
| ♦ Wbijanie gwoździ na czas | ♦ i wiele innych | ♦ Piłka siatkowa |

EKSPEDYCJA

Scenariusz:

Impreza rozpoczyna się wspólną uroczystą kolacją lub śniadaniem, podczas, której narrator prezentuje scenariusz imprezy polegający na dotarciu do upragnionego noclegu (celu). Uczestnicy spotkania podzieleni zostają na dwa zespoły, które zostają wywiezione samochodami terenowymi w otchłań leśną. Aby dotrzeć do celu muszą zmierzyć się z wieloma trudnościami losu. Często zamiast siły liczyć będzie się spryt



i inteligencja całego zespołu.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4-8 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: gra terenowa

Ilość uczestników: 10-80

Sugerowane przykłady atrakcji

- ◆ Bocianie gniazdo
- ◆ Strzelnica
- ◆ Logika
- ◆ Walki gladiatorów
- ◆ Tor Linowy
- ◆ Medicus
- ◆ Wspinaczka po skrzyniach



NASZYJNIK IZYDY

Scenariusz:



„Naszyjnik Izydy” realizowany będzie przez 4 zespoły które wyruszą na poszukiwanie tytułowego naszyjnika. Droga, którą zespoły będą musiały pokonać przepełniona jest niespodziewanymi i zaskakującymi zwrotami akcji oraz ogromną ilością zadań zespołowych, zarówno fizycznych, jak i umysłowych. Od zaangażowania każdego z uczestników zależeć będzie efekt końcowy podejmowanych przez grupy działań. Pomimo tego, iż zespoły realizować będą projekt niezależnie od siebie w końcowej fazie projektu będą musieli połączyć wzajemne starania, gdyż od kooperacji zależeć będzie możliwość uwieńczenia projektu sukcesem.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4-8 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: gra fabularna

Ilość uczestników: 10-150

Poniżej przedstawiamy tylko kilka przykładowych stanowisk, które mogą być realizowane podczas programu

„PERGAMIN”

Pierwszym krokiem w Waszej misji ratunkowej będzie zdobycie starożytnego zwoju, w którym zapisana jest pierwsza część hasła potrzebnego do otwarcia Czarnej Piramidy. Na Waszej drodze stanie starożytny kruk Sapphiron, który przetrzymuje zwój w swoim gnieździe. W bezpośredniej walce nie macie z nim szans; Waszą jedyną szansą na zdobycie papirusu jest wykradnięcie go z gniazda podczas nieobecności Sapphirona. U podnóża góry Hyjal (na jej szczycie znajduje się krucze gniazdo) mieszka pewien pustelnik imieniem Zul’jin, który wskaże Wam drogę do gniazda.



„WYPRAWA”

Aby zdobyć następny artefakt będziecie musieli pomóc Khardimonowi: egipskiemu kapłanowi, który prowadził badania wewnątrz krateru wulkanu, gdy ten niespodziewanie wybuchł. Khardimon używając całej swojej mocy

zdołał uciec z rozpętlającego się piekła, niestety jego bezcenne zapiski łącznie z artefaktem zostały na środku morza lawy. Jedynym sposobem na dostanie się do jego skarbów jest niebezpieczna droga po kamieniach wystających z magmy.

"SIEĆ PAJĄKA"

Podążając za kolejnym fragmentem papirusu musicie udać się do złowieszczonego krateru Un'Goro, gdzie swoją sieć rozsnuła Ungolianta lubująca się w błyskotkach, które ma zwyczaj rozwieszać po całej swojej sieci pająk. W jednym z licznych kokonów ukryty jest klucz, który pomoże Wam w otwarciu szkatuły z papirusem. Wielu śmiałków próbowało dostać się do skarbów Ungolianty, jednak żaden z nich nie powrócił żywy za sprawą sieci, która powstrzyma każdego intruza. W celu uzyskania dostępu do kokonów uczestnicy będą musieli rozwiązać szereg zadań logicznych połączonych ze sobą w spójną całość. Tylko umiejętność dobrego planowania działań własnych będzie umożliwiała uczestnikom uzyskanie sukcesu na tym etapie.

"LEGOWISKO MEDUZY"

Po zdobyciu klucza z sieci Ungolianty uczestnicy będą mogli otworzyć szkatułę z fragmentem zwoju. Zadanie będzie acyrytne, ponieważ szkatułka znajduje się w legowisku Meduzy, która swoim spojrzeniem zamienia w kamień. Ponadto legowisko usiane jest pułapkami. W celu dotarcia na miejsce uczestnicy będą musieli ominąć porozstawiane pułapki. Zadanie będzie w dużej mierze opierać się na sprawnej komunikacji pomiędzy uczestnikami, gdyż pokonujący drogę z uwagi na właściwości Meduzy będą zobligowani do zawiązania oczu... w takiej sytuacji tylko komunikaty pochodzące od pozostałych członków grupy będą umożliwiały im swobodne poruszanie się po zdradzieckim polu.



"KANALIZACJA"

Wasza droga ponownie skrzyżuje się z Ungoliantą, gdyż według legendy w świętych wodach źródła Nurnen ukryty jest Klejnot Wiedzy Khadgara, który pomoże Wam w uwolnieniu króla. Niestety zanim zdobędziecie Klejnot będziecie musieli przedrzeć się przez trującą sieć Ungolianty, którą zabezpieczyła swoje potomstwo. (Wydobycie Klejnotu będzie polegało na wzbudzeniu w źródle odpowiednio wysokiego ciśnienia, które uniesie amulet z dna.



"CIRKULOS"

Najtrudniejszą częścią zadania będzie ostatni odcinek drogi, przez który będzie mógł przejść tylko jeden śmiałek za pomocą urządzenia skonstruowanego przez Khardimona. (Chcąc zdobyć kolejny fragment zwoju będziecie zmuszeni do przejścia po cmentarzyskiem banitów. Jedynym sposobem na przedostanie się na drugą stronę jest użycie maszyny, nieco szalonego naukowca Eremity.



ZDOBYWCY

Scenariusz:

Proponowany program zbudowany jest głównie z intencją dostarczenia uczestnikom niezapomnianych wrażeń służących pogłębieniu umiejętności pracy w zespole. Program będzie składał się z dwóch etapów: fazy planowania i fazy realizacji. Całość oparta będzie na bazie wspólnie realizowanym projekcie. Cała grupa zostaje podzielona na kilka zespołów. Zespoły, będą musiały pokonać 10 stanowisk, na których zmierzą się z różnymi trudnościami. Zadaniem uczestników będzie zaliczenie jak największej ilości stanowisk i zdobycie określonej liczby kluczy – każde stanowisko będzie inaczej punktowane i będzie pozwalało zdobyć odpowiednie klucze.



Dane Organizacyjne

Nazwa programu:	Zdobycy
Czas trwania:	ok. 5 godzin
Liczebność grupy:	10-150 osób
Miejsce:	Lasy Janowskie
Metodyka:	Integracja poprzez zabawę

Główne cele programu:

- ◇ Pogłębienie nieformalnych relacji pomiędzy uczestnikami.
- ◇ Integracja zespołów
- ◇ Dobra zabawa!

Przykładowe Stanowiska

Poniżej przedstawiamy wstępne propozycje aktywności oczekujących na uczestników w poszczególnych stanowiskach. Ostateczny wybór aktywności może być dowolnie modyfikowany w zależności od Państwa oczekiwań.

- | | |
|---------------------|------------------------|
| ◆ Latający malarz | ◆ Rower przeciwskrętny |
| ◆ Wieża ze skrzynek | ◆ Siatka Tekili |
| ◆ Cyrkiel | ◆ Logika |
| ◆ Gąsienica | ◆ Walki gladiatorów |
| ◆ Strzelnica | ◆ Pole minowe |

ORIENTERING

Orientering - marsze na orientację pozwalają uczestnikom na wykazanie się pomysłowością, umiejętnością czytania map, posługiwania się kompasem, orientacji w terenie oraz współdziałania w grupie. Proponowany program zbudowany jest głównie z intencją dostarczenia uczestnikom niezapomnianych wrażeń służących pogłębieniu umiejętności pracy w zespole. Całość oparta będzie na bazie idei biegów na orientację.



Scenariusz:



Uczestnicy spotkania podzieleni zostaną na zespoły, które rywalizowały będą podczas całego spotkania. Impreza rozpoczyna się wspólnym uroczystym śniadaniem, podczas którego narrator prezentuje scenariusz imprezy, który polega na zaliczeniu jak największej ilości punktów oraz zmierzyć się z różnymi zadaniami. Często zamiast siły liczyć będzie się spryt i inteligencja całego zespołu. Oprócz bezpośredniej rywalizacji uczestnicy będą musieli wykazać się zdolnością planowania odpowiedniej strategii.

Dane organizacyjne:

Czas trwania: 4 - 6 godzin
Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główne atrakcje: rywalizacja, dobra zabawa, zmęczenie

Ilość uczestników: 10-150 osób

Przykładowe Stanowiska

Poniżej przedstawiamy wstępne propozycje aktywności oczekujących na uczestników w poszczególnych stanowiskach. Ostateczny wybór aktywności może być dowolnie modyfikowany w zależności od Państwa oczekiwań.

- ◆ Bocianie gniazdo
- ◆ przeprawa przez teren bagieny
- ◆ Walki gladiatorów
- ◆ Ogień i pułapki
- ◆ Strzelnica
- ◆ Tratwa
- ◆ Paintball
- ◆ Ratunek
- ◆ Tor Linowy



MISJA

Scenariusz:

Misja jest to rodzaj turnieju, w którym uczestnicy zostają podzieleni na kilka zespołów, które będą rywalizowały podczas całego spotkania. Zadaniem każdego z zespołów jest wykonanie pięciu arcytrudnych zadań, w których będzie liczył się spryt, zdolność planowania, odpowiednia strategia oraz wytrzymałość fizyczna.

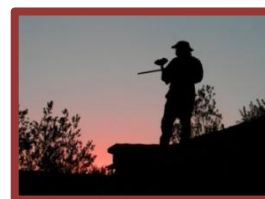
Dane organizacyjne

Czas trwania: 7 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: gra terenowa, rywalizacja

Ilość uczestników: 20-80



Poniżej przedstawiamy tylko kilka przykładowych stanowisk, które mogą być realizowane podczas programu.

- ◆ Łowy
- ◆ Tratwa
- ◆ Off-road
- ◆ Przeprawa bagienna
- ◆ Konstrukcja

Scenariusz:

Miejska strategia jest to gra, która ma na celu oprócz zintegrowania grupy poznanie walorów danego miasta. Wszystkich uczestników dzielimy na zespoły, które mają za zadanie dotrzeć za pomocą mapy, opisu, instrukcji, zdjęć, wskazówek do określonych miejsc na terenie miasta. W każdym miejscu czekają na uczestników różne praktyczne zadania.



Poniżej przedstawiamy kilka przykładowych miejsc z Janowa Lubelskiego ale ta gra może być zrealizowana w dowolnym mieście. W każdym z tych miejsc uczestnicy będą mogli zapoznać się z danym zabytkiem, miejscem.

- Źródłisko stoki
- Kruczek
- Bełki
- Wystawa szat liturgicznych
- Tabor kolejki wąskotorowej
- i inne

Miejska Strategia łączy tajemniczą i ciekawą zabawę (zdobywanie kamieni) z poznawaniem najciekawszych zakątków kraju.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 5 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: gra miejska, poznawanie ciekawych zakątków kraju

Ilość uczestników: 10-150

INFORMATOR

Scenariusz:



Jest to projekt z rodzaju „poszukiwania skarbu”, o wielowątkowej fabule, która wciąga uczestników w wiele połączonych ze sobą w jedną całość zadań. Fabułą dla tego projektu jest historia związana ze skarbem, ukrytym gdzieś w najbliższej okolicy. Tego właśnie skarbu będą poszukiwali uczestnicy w projekcie „Informator”.

Podczas projektu, na uczestników będą czekały liczne niespodzianki i przeciwności losu. Będą oni musieli stawiać czoła coraz to nowym wyzwaniom o różnym stopniu trudności, zarówno fizycznym jak i intelektualnym. Projekt ten cechuje mnogość i różnorodność zaskakujących i nieprzewidywalnych sytuacji, w których uczestnicy muszą podejmować szybkie i trafne decyzje połączone z dużym ryzykiem (nie jest to ryzyko związane z bezpieczeństwem uczestników).

Zarówno podczas trwania projektu, jak i po jego zakończeniu, uczestnicy będą mogli wymienić się na gorąco swoimi spostrzeżeniami i odczuciami, co do zaistniałych procesów i relacji i wyciągnąć wnioski ze wspólnych doświadczeń. Projekt kończy się celebrowaniem wspólnego sukcesu w „strugach szampana”.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4 godziny

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: praca zespołowa, skomplikowana fabuła

Ilość uczestników: 10-50

TURNIEJ PAINTBALLOWY

Scenariusz:

Paintball jest źródłem wielu emocji, doznań oraz pozytywnej adrenaliny. W grze paintballowej można znaleźć elementy taktyki, logistyki oraz współpracy zespołowej. Ponieważ paintball zaliczany jest do grupy sportów ekstremalnych kładziemy olbrzymi nacisk na zachowanie norm bezpieczeństwa.

Podczas turnieju na uczestników czeka szereg ciekawych scenariuszy, który zapewni doskonałą zabawę. Poniżej przedstawiamy przykładowe scenariusze:

- **Telegrafista** – jeden z zespołów ma zbudować 300-metrową linię telefoniczną, natomiast drugi zespół to zadanie utrudnia.
- **Łowy** – zabawa, w której uczestnicy wyposażeni w broń muszą upolować 3 wyszkolonych, nieuzbrojonych uciekinierów.
- **Misja** – zabawa z użyciem samochodów terenowych, zajęć linowych, przepraw bagiennych polegająca na odbiciu zakładników.



Dane organizacyjne

Czas trwania: 4 godziny

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: adrenalina

Ilość uczestników: 10-100

12 PRAC ASTERIKSA

Scenariusz:



Wielowątkowa gra symulacyjna utrzymana w konwencji jaskiniowców za czasów panowania bogów Olimpu. Celem nadrzędnym w tym projekcie jest wsparcie oraz pomoc w wykonaniu 12 ciężkich prac w zastępstwie za herosa wszechczasów Herkulesa. Spryt, odwaga oraz wzajemne wsparcie umożliwią uczestnikom projektu realizację zadań, które nie są pozbawione ryzyka. A być może zagwarantują słowa uznania z ust samego herosa

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4-6 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: dobra zabawa

Ilość uczestników: 20-200

Poniżej przedstawiamy stanowiska realizowane podczas programu.

- ◆ Przepychanie Asteroobuksa
- ◆ Cięcie bala
- ◆ Ważenie mikstury - robienie masła
- ◆ Pokaz siły - toczenie opony
- ◆ Walki z Rzymianami
- ◆ Rzut w Wilnę
- ◆ Gotowanie wody na czas
- ◆ Strzelanie z procy do celu
- ◆ i inne nietypowe konkurencje

DIAMENTOWY SZLAK

Scenariusz:



Kilkugodzinny projekt, w trakcie którego uczestnicy będą mieli możliwość odbycia podróży dookoła świata. Wśród zespołów na jakie zostaną podzieleni uczestnicy ogłoszony zostanie konkurs na zdobycie jak największej ilości porzucanych po świecie diamentów. Odwiedzanie poszczególnych państw, wzięcie udziału w aktywnościach oraz zaangażowanie osobiste i zespołowe będzie sposobem na kolekcjonowanie kolejnych, jakże pożądanym przez wszystkich klejnotów. Moc wrażeń, wyzwań i uśmiechu będzie towarzyszyć podróżnikom na „Diamentowym szlaku”, gdzie na każdym kroku będą pokonywać pojawiające się przed nimi wyzwania a na końcu drogi spotka ich nagroda. Największa nagroda spotka oczywiście tych, którzy skolekcjonują największą ilość diamentów.

Dane organizacyjne

Czas trwania: 4-6 godzin

Lokalizacja: Lasy Janowskie

Główna atrakcja: realizacja wspólnego celu

Ilość uczestników: 10-100

SZKOLENIA - IMPREZY SZKOLENIOWE



W świecie dzisiejszego biznesu niezwykle istotną umiejętnością jest samodzielne myślenie oraz działanie w oparciu o zaufanie do swoich możliwości, umiejętności i trafności podejmowanych decyzji.

Niezależnie od stanowiska absolutnie cenioną i poszukiwaną cechą jest uzasadniona pewność siebie, wewnętrzna spójność oraz umiejętne komunikowanie się z innymi. Czasy, w których zniewolone, bezradne i ubezwłasnowolnione umysły stanowiły wartość należą już szczęśliwie do przeszłości. Dziś liczy się samodzielność w podejmowaniu kolejnych wyzwań, zrównoważone korzystanie z własnych zasobów energetycznych oraz świadomość wewnętrznej siły i spójności.

Firma Makadan zajmuje się prowadzeniem różnego rodzaju imprez szkoleniowych, które mają na celu jak najlepsze wyedukowanie pracowników. Nasze szkolenia opierają się głównie na zajęciach praktycznych realizowanych najczęściej w terenie następnie szczegółowo omawianych. Większość zagadnień szkoleniowych możemy wpisać w nasze programy integracyjne. W przypadku złych warunków pogodowych nasze szkolenia prowadzimy w pomieszczeniu.

Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą

KOMUNIKACJA

Istotnym elementem każdej społeczności, nie tylko ludzkiej, ale i zwierzęcej, jest komunikacja. Bez takiej czy innej formy komunikacji, nie można mówić o społeczności, a co najwyżej o jakimś luźnym zbiorowisku. Społeczność bowiem wymaga współdziałania, a tej nie będzie bez komunikacji...

BUDOWANIE ZESPOŁU

Co może zdziałać dobrze prosperujący zespół - możemy się łatwo przekonać w sporcie. Równie ważną rolę odgrywa dobry, zintegrowany zespół w biznesie o czym wie każdy pracodawca.

BYĆ GOTOWYM NA ZMIANY

Warsztaty skoncentrowane wokół emocji i postaw towarzyszących procesowi zmian oraz zastosowaniu narzędzi optymalizujących funkcjonowanie w takim środowisku.

EFEKTYWNE ZARZĄDZANIE STRESEM

Dla wszystkich, którzy dążą do uzyskania wewnętrznego spokoju, równowagi i pracowników, dla których utrzymywanie optymalnego pobudzenia stresowego na co do uczucia wewnętrznej spójności. Warsztat obejmuje zarówno praktyczny zasób wiedzy teoretycznej, jak i techniki relaksacyjne oparte o pracę z ciałem i umysłem.

ZARZĄDZANIE CZASEM

Tempo życia ciągle wzrasta, tak więc wiele decyzji musimy podejmować szybko i trafnie. Lista obowiązków się wydłuża z minuty na minutę, a w naszym wypełnionym po brzegi harmonogramie wciąż pojawiają się nowe obowiązki.

ZARZĄDZANIE ZMIANĄ - KIEROWANIE

W środowisku biznesowym zmiana jest jedyną pewną rzeczą i jednocześnie czymś nieuchronnym. Zarządzanie zmianami oraz sprawne ich wdrażanie stało się kluczowym wymogiem funkcjonowania każdej organizacji. Gotowość wprowadzania innowacji jest podstawowym warunkiem kształtowania kultury przedsiębiorczości

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Obecnie kreatywności i twórczego podejścia do problemów wymaga się od wszystkich, niezależnie od stanowiska, jakie zajmują w firmie. Szkolenie oparte na procesie Creative Problem Solving – jednej z najstarszych i najszerzej stosowanych metodologii pracy twórczej wykorzystywanych przez praktyków na całym świecie

ASPEKTY RYWALIZACJI W FIRMIE

W każdej firmie występuje rywalizacja, która może być pozytywna i negatywna. Podczas szkolenia uczestnicy zapoznają się z różnymi aspektami towarzyszącymi rywalizacji.

SZKOLENIE MEDYCZNE

W życiu każdego człowieka najważniejszą rzeczą jest zdrowie, które powinniśmy pielęgnować i robić wszystko aby było jak najlepsze. Dlatego nasza firma przygotowała praktyczne i teoretyczne szkolenie związane z pierwszą pomocą medyczną. Zajęcia prowadzone są przez czynnych ratowników medycznych w formie ćwiczeń, warsztatów lub elementów dokładanych do poszczególnych programów integracyjnych.

SZKOLENIE SURVIVALOWE

Nie robiąc czegoś nowego, nie ocenimy dokładnie swoich aktualnych możliwości. W trudnych sytuacjach jesteś szczerzy do bólu, doświadczasz siebie samego, poznajesz siłę wspólnego działania, poznajesz smak zwycięstwa. Sztuka Przetrwania (Survival) to nie "dawanie sobie w kość", jak większość sądzi, to filozofia dawania sobie rady (fizycznie i psychicznie) w każdej sytuacji.

RELAKSACJA ORGANIZMU MASAŻEM

Masaż, który wykorzystuje naturalne mechanizmy odruchowe ciała (strefy segmentarne ,refleksoterapeutyczne , punkty spustowe i wiele innych)w celu poprawy krążenia, przywrócenia naturalnego tonusu napięcia mięśniowego , więzadeł i powięzi. Poprawia to procesy odtruwania i dożywienia komórek i tkanek. Przy odpowiedniej muzyce, nastawieniu masaż może być idealnym sposobem na relaks każdego człowieka. Podczas sesji prowadzonej przez wykwalifikowanego masażystę uczestnicy będą mogli nauczyć się podstawowych elementów masażu relaksacyjnego.

SKUTECZNA REWITALIZACJA

Ciało ludzkie może żyć ok 120 lat w dobrym zdrowiu. Wymaga to wiedzy o skutecznym dbaniu o siebie. Wiele lat temu lekarz Norman Walker (dożył 116 lat) zaczął opracowywać zasady tzw. „Higieny naturalnej” i dziś ta wiedza uzupełniona o aktualne odkrycia jest dostępna ale niestety nie popularyzowana.

PROJEKTY SZKOLENIOWO - INTEGRACYJNE

Podane poniżej projekty możliwe są do zrealizowania w pomieszczeniu oraz na powietrzu i stanowią tylko kilka przykładowych elementów jakie mogą być wykorzystane podczas imprezy firmowej.

KRECIA ROBOTA



Projekt ten wprowadza uczestników w nowe, nieznane środowisko poprzez pozbawienie ich jednego ze zmysłów - wzroku. W projekcie tym uczestniczy jednocześnie kilka zespołów. Każdy zespół ma za zadanie dotrzeć do punktu końcowego trasy, której znana jest tylko jej pierwsza część. Instrukcje dotyczące dalszej części trasy posiada inny zespół. Prawidłowa wymiana tych informacji stanowi o wzajemnym powodzeniu wszystkich zespołów w tym projekcie. Projekt ten pokazuje jak ważnym w procesie komunikacji jest sposób formułowania komunikatów.

cele:

- umiejętność widzenia problemu z szerszej perspektywy,
- umiejętność spojrzenia na sytuację z pozycji „drugiej strony”,
- umiejętność formułowania komunikatów z uwzględnieniem pozycji odbiorcy,
- podstawowe elementy zapewniające prawidłowy przepływ informacji,
- konsolidacja wzajemnych wysiłków wokół wspólnej wizji i strategii,
- pogłębienie świadomości zależności celów częściowych od nadrzędnych celów zespołowych,
- uświadomienie nadrzędnej roli komunikacji w procesie realizacji wspólnych celów.

LISTONOSZ



Projekt ten w doskonały sposób ukazuje potrzebę sprawnej komunikacji pomiędzy poszczególnymi komórkami organizacyjnymi dla efektywności podejmowanych przez nie działań. W projekcie tym, uczestnicy występują w trzech grupach zadaniowych, z których każda dysponuje różnymi informacjami, dotyczącymi realizacji zadania. Celem nadrzędnym dla wszystkich trzech zespołów jest tutaj ułożenie jednego wspólnego zestawu map pociętych na wiele małych kawałków, jednak duża współzależność celów częściowych oraz niezbędna komunikacja między zespołami stanowi dla osób realizujących ten projekt duże wyzwanie.

MAGICZNY KWADRAT



Projekt, w którym uczestnicy podzieleni na zespoły mają za zadanie przejść przez pole przypominające szachownicę. Przez pierwszą połowę zadania uczestnicy planują strategię przechodzenia przez pole. Po tym czasie nie będą mogli porozumiewać się słownie a każdorazowe wypowiedzenie jakiegokolwiek słowa karane będzie karnymi punktami. W fazie realizacji projektu uczestnicy zostaną skonfrontowani z niezapowiedzianą zmianą. Omówienie projektu będzie nastawione na przeanalizowanie postaw i zachowań wywołanych wprowadzeniem zmiany.

cele:

- Umiejętność prawidłowego definiowania celu.
- Wzajemna pomoc i zaufanie.
- Analiza oporu związanego z nieoczekiwaną zmianą.
- Analiza emocji i postaw towarzyszących funkcjonowaniu w zmiennym środowisku.

PROTOTYP



Projekt ten w doskonały sposób ukazuje potrzebę sprawnej komunikacji pomiędzy poszczególnymi komórkami organizacyjnymi dla efektywności podejmowanych przez nie działań. Na czas trwania projektu uczestnicy zamieniają się w firmę produkcyjną podzieloną na kilka działów. Ich zadaniem jest jak najszybsze odwzorowanie modelu

samochodu zbudowanego z klocków. Jak wgląda model wiedzą tylko obserwatorzy. Przekazują informacje gońcom, którzy z kolei biegną do budowniczych. Ci ostatni mają za zadanie zbudowanie dwóch identycznych z oryginałem modeli prototypowego pojazdu. O sukcesie w tym projekcie decyduje efektywna komunikacja, świadomość wspólnego celu, dobra współpraca i organizacja procesu produkcyjnego. Gra rozgrywa się w dużym tempie, w pogoni za uciekającym czasem. W trakcie omówienia nacisk zostanie położony na następujące zagadnienia:

- ◇ Jak skutecznie przekazywać informacje w zespole.
- ◇ Obszary odpowiedzialności za realizowane zadania.
- ◇ Czym jest proaktywność i jakie daje rezultaty.
- ◇ Czym może być i jak powinno wyglądać aktywne dzielenie się wiedzą.

PAJĘCZYNA



W projekcie tym zespoły, na które podzieleni są uczestnicy, stają przed „pajęczynami” (siatkami rozpiętymi między podtrzymującymi je palikami). Zadaniem każdego zespołu jest przeprowadzenie wszystkich jego członków przez „oka” obu pajęczyn” (otwory w siatce), z zachowaniem określonych reguł. Zagadnienia poruszane w trakcie omówienia projektu to: rywalizacja vs kooperacja, współzależność, komunikacja, współodpowiedzialność za realizację zadania.

cele:

- umiejętność prawidłowego definiowania celu i działania z wizją końca
- skuteczne planowanie działań zespołowych i jednostkowych efektywna alokacja ról i zasobów
- konfrontacja postaw nastawionych na rywalizację vs postawy nastawione na współpracę.
- wzajemna pomoc i zaufanie.

PRZEPRAWA



Projekt, w którym uczestnicy podzieleni na zespoły mają za zadanie przeprowienie się przez niebezpieczną i zdradliwą rzekę. Jedynym sprzętem jakim dysponują są małe wykładzinowe płytki. Prąd rzeki jest bardzo wartki, w związku z czym bardzo łatwo można stracić płytki i utonąć. To co dla jednego zespołu jest górnym odcinkiem rzeki dla innego zespołu jest jej dolnym odcinkiem. "Czy drugi zespół nam pomoże?", "Czy my pomożemy drugiemu zespołowi?" - te i im podobne pytania zadają sobie uczestnicy podczas wykonywania tego zadania.

- Umiejętność prawidłowego definiowania celu.
- Wzajemna pomoc i zaufanie.

- Skuteczne planowanie działań zespołowych i jednostkowych.
- Konfrontacja postaw nastawionych na rywalizację
vs. postawy nastawione na współpracę.

KONTAKT



Podzielony na dwie podgrupy zespół musi przekazać sobie prawidłowo informacje na odległość nie posługując się przy tym przekazem ustnym. Po zakończeniu fazy planowania zespół dzieli się na dwie podgrupy, z których każda zajmuje wskazaną przez trenerów pozycję. Wówczas rozpoczyna się druga faza projektu, czyli jego praktyczne wykonanie.

PIPELIFE



Zadanie w tym projekcie polega na wydobywaniu z dna kosza, a następnie przeniesieniu i wrzuceniu do innego pojemnika piłeczek korzystając tylko z sprzętu pozostającego do dyspozycji. Oba pojemniki wraz z piłeczkami znajdują się w obszarze ograniczonym, gdzie nikt ani nic nie może dotknąć niczego, łącznie z ziemią, co się tam znajduje. Logiczne myślenie, precyzja ruchu oraz nerwy ze stali będą gwarancją sukcesu przy tym wyzwaniu.

UP & UNDER

Jest to zadanie, w którym uczestnicy podzieleni na trzy podzespoły muszą pokonać wyznaczoną trasę. Każdy z podzespołów zaczyna z jednego z trzech końców tego toru, tak więc, początek trasy dla jednego zespołu jest zarazem końcowym odcinkiem dla innego. Takie ustawienie wymusza sytuację, w której wszystkie zespoły muszą się minąć po drodze. Jedynym sprzętem jakim dysponują uczestnicy, za pomocą którego muszą pokonać wyznaczoną trasę sąCzy drugi zespół nam pomoże?", "Czy my pomożemy drugiemu zespołowi?" - te i im podobne pytania zadają sobie uczestnicy podczas wykonywania tego zadania.

WNIOSKI

Powyższe propozycje programowe są propozycjami wstępnymi, wymagającymi uszczegółowienia w drodze dalszych rozmów z Klientem. Dokładamy wszelkich starań aby realizowane przez nas programy w pełni odpowiadały na potrzeby naszych Klientów, dlatego też zachęcamy do przesyłania zapytań, na które z wielką radością przygotujemy odpowiedź szytą na miarę.