

### LA POSTURE PRO DÉFI FLASH



Animation

**15 à  
45 min**



**à partir  
de 6**  
participants



**intérieur  
ou extérieur**



#### OBJECTIFS

- **Prendre conscience** de sa posture professionnelle
- **Identifier les postures** adaptées à son environnement de travail à travers des mises en situation ludiques.
- **Relier les postures observées pendant le jeu** à celles attendues dans l'entreprise : stabilité, confiance, respect du cadre et gestion des émotions.



#### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- **Pédagogie active** plaçant le participant au cœur de l'activité.
- Différents **modes de jeux et de défis** mettant l'accent sur des savoir être clairement défini.



#### DÉROULÉ

- Une série de défis courts et rythmés, réalisés en 1 contre 1 ou en équipe, pour mobiliser le corps et le mental autour des valeurs du savoir-être professionnel.
- Chaque défi dure 1 minute : rapide, ludique et accessible à tous.
- L'objectif est d'être actif, concentré et engagé tout au long de l'atelier.

