

Catalogo Corsi
**TEAM
BUILDING**

INDICE CORSI

Team Building - Outdoor

TB 01	Team Rafting & Team Climbing Experience	pag. 3
TB 02	Team Golf & Sailing Experience	pag. 4
TB 03	Team Golf Experience	pag. 5
TB 04	Team Climbing Experience	pag. 6
TB 05	Team Cooking Experience	pag. 7
TB 06	Team Theatre Experience	pag. 8

Team Building - Indoor

TB 07	Blind For Value	pag. 9
TB 08	Dance for Sinergie	pag. 10
TB 09	LEGO Serious Play	pag. 11
TB 10	Play Your Game	pag. 12



TB 01 TEAM RAFTING & TEAM CLIMBING EXPERIENCE

Outdoor in collaborazione con **CAMPZERO - ACTIVE LUXURY RESORT**

Contenuti del corso:

Il Team Building **Team Rafting & Team Climbing Experience** offre ai partecipanti un'occasione unica per rafforzare collaborazione, fiducia e spirito di squadra attraverso attività all'aperto emozionanti e stimolanti. Esperienze di rafting e climbing permettono di sviluppare comunicazione efficace, problem solving e coesione del gruppo in un contesto divertente e coinvolgente.

Con questo corso è possibile:

- Conoscere le dinamiche e i meccanismi che stanno alla base di un team di successo
- Comprendere la relazione tra elementi organizzativi ed elementi relazionali all'interno del team
- Motivare le persone per orientarle verso un obiettivo di gruppo
- Comprendere e valorizzare le potenzialità di ogni collaboratore

Durata complessiva corso - 2 giorni

Articolazione del percorso:

- Attività sportiva a scelta tra team climbing e team rafting
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali

Percorso dedicato al Rafting: emozioni immersi nella natura

- Prima parte dedicata alla teoria della navigazione sulle rapide, le regole, i dispositivi dell'imbarcazione, le difficoltà del fiume, cosa fare in caso di difficoltà e la sicurezza
- Seconda parte dedicata alla discesa del fiume su più imbarcazioni
- Conclusione: debriefing con il docente sulle dinamiche emerse

Obiettivi e contenuti

- Sperimentare sé stessi fuori dalla zona di confort, collaborazione e competizione
- Sperimentare sé stessi in una tensione energetica e presenza fisica diversa rispetto quella da "ufficio", coordinazione personale e in team
- Sperimentare la propria presenza fisica, coordinazione per raggiungere la meta, gestione dello stress e delle difficoltà



TB 02 TEAM GOLF & SAILING EXPERIENCE

Outdoor in collaborazione con **GRAND HOTEL VICTORIA CONCEPT & SPA**

Contenuti del corso:

Il Team Building **Team Golf & Sailing Experience** unisce sport e collaborazione per rafforzare il lavoro di squadra e la comunicazione tra i partecipanti.

Attraverso attività di golf e vela, il gruppo sviluppa fiducia reciproca, strategia condivisa e spirito collaborativo in un'esperienza coinvolgente e stimolante.

Obiettivi:

- Conoscere le dinamiche e i meccanismi che stanno alla base di un team di successo
- Comprendere la relazione tra elementi organizzativi ed elementi relazionali all'interno del team
- Motivare le persone per orientarle verso un obiettivo di gruppo
- Comprendere e valorizzare le potenzialità di ogni collaboratore

Durata complessiva corso - 2 giorni

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività sportiva di team golf o vela
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 03 TEAM GOLF EXPERIENCE

Outdoor in collaborazione con **LE ROVEDINE - GOLF CLUB MILANO**

Contenuti del corso:

Il **Team Golf Experience** offre un'attività di team building unica, dove il golf diventa strumento per sviluppare collaborazione, comunicazione e spirito di squadra, in un contesto stimolante e divertente.

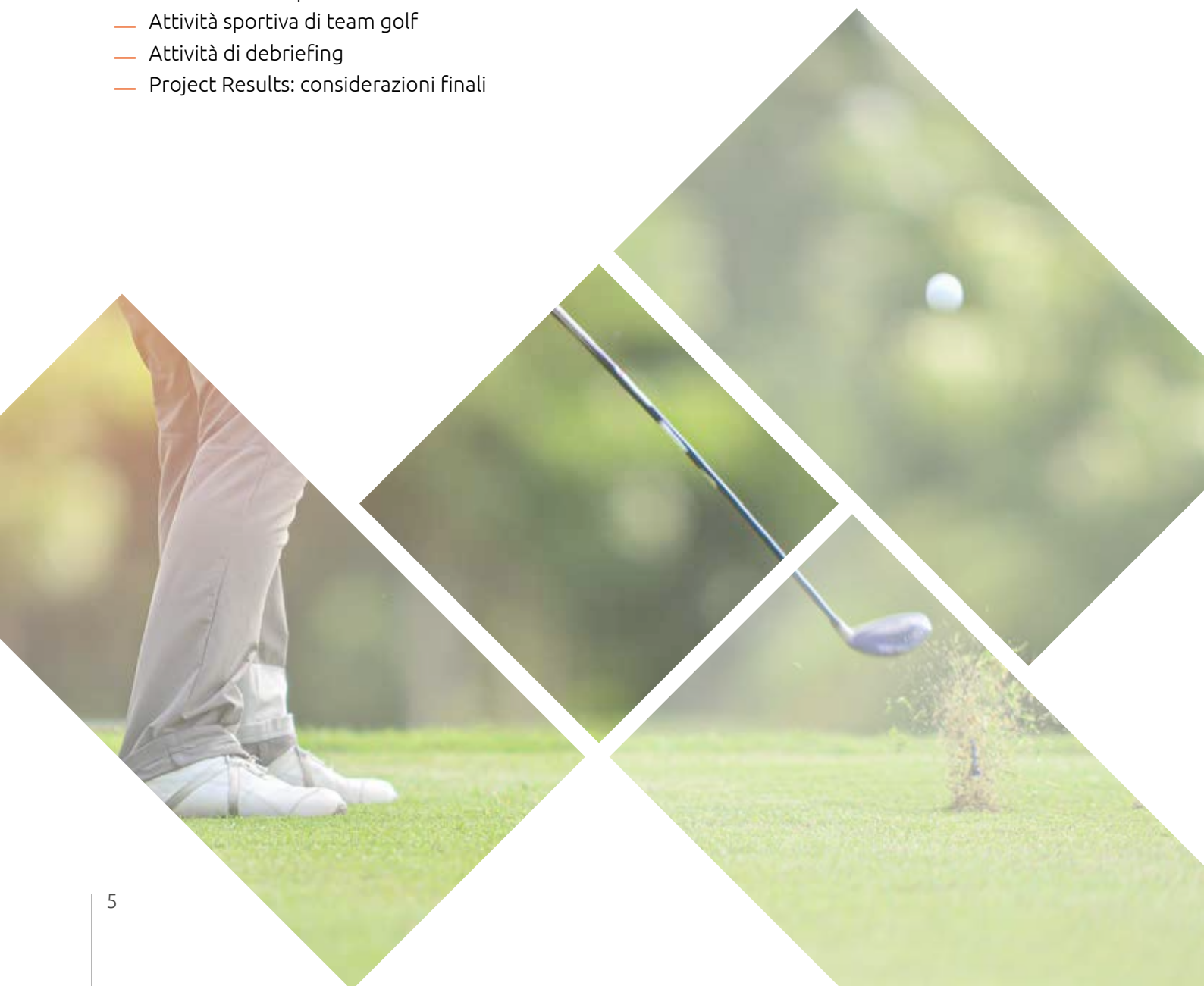
Obiettivi:

- Conoscere le dinamiche e i meccanismi che stanno alla base di un team di successo
- Comprendere la relazione tra elementi organizzativi ed elementi relazionali all'interno del team
- Motivare le persone per orientarle verso un obiettivo di gruppo
- Comprendere e valorizzare le potenzialità di ogni collaboratore

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività sportiva di team golf
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 04 TEAM CLIMBING EXPERIENCE

Outdoor

in collaborazione con **MANGA CLIMBING**

Contenuti del corso:

Il **Team Climbing Experience** è un'attività di team building che utilizza l'arrampicata come strumento per sviluppare fiducia, collaborazione e comunicazione tra i partecipanti, incoraggiando coraggio, determinazione e resilienza.

Obiettivi:

- Sperimentare se stessi fuori dalla zona di comfort
- Collaborazione, coordinazione personale e in team
- Lavorare per raggiungere gli obiettivi, azioni tattiche e strategiche, rispetto dei tempi, degli spazi e delle quantità
- Leadership, gestione dello stress, creatività, decision making e problem solving

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team climbing su parete
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 05 TEAM COOKING EXPERIENCE

Outdoor in collaborazione con **PASTICCERIA MARTESANA**

Contenuti del corso:

Il **Team Cooking Experience** è un'attività di team building che utilizza la cucina come strumento per sviluppare collaborazione, comunicazione e creatività tra i partecipanti, favorendo la coesione e il divertimento condiviso.

Obiettivi:

- Sperimentare se stessi fuori dalla zona di comfort
- Collaborazione, coordinazione personale e in team
- Lavorare per raggiungere gli obiettivi, azioni tattiche e strategiche, rispetto dei tempi, degli spazi e delle quantità
- Leadership, gestione dello stress, creatività, decision making e problem solving

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Realizzazione in team di un dolce
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 06 TEAM THEATRE EXPERIENCE

Outdoor

in collaborazione con **TEATRO DEL VIGENTINO**

Contenuti del corso:

Il Team Building **Theatre Experience** è un'attività che utilizza il teatro come strumento per sviluppare comunicazione, creatività e collaborazione tra i partecipanti, migliorando fiducia reciproca e spirito di squadra attraverso giochi ed esercizi teatrali coinvolgenti.

Il corso si propone di fornire le seguenti conoscenze e competenze:

- Consapevolezza del proprio corpo nello spazio
- Consapevolezza della propria voce nello spazio
- Gioco dei leader, accettazione dei ruoli
- Giochi sull'ascolto, consapevolezza del contesto, attenzione
- Giochi del "sì", accettarsi e accettare
- Giochi dell'imprevisto, azione/reazione, colpo di scena, tempi di reazione
- Espressività corporea, coerenza espressività verbale e non verbale, spontaneità
- Costruzioni improvvisate di immagini, situazioni, storie

Obiettivi:

- Sperimentare sé stessi fuori dalla zona di confort
- Coordinazione personale e in team
- Prendere contatto con le proprie emozioni ed emozionare
- Capacità narrative e comunicative,
- Parlare al pubblico e non a sé stessi
- Creatività, mettersi in gioco, superare i propri blocchi/paure.

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- **Introduzione** dedicata agli obiettivi della giornata e al senso catartico del teatro.
- **Prima parte** focalizzata a sbloccare emotivamente i partecipanti con varie attività.
- **Seconda parte** focalizzata a costruire una pièce sul tema "ciò che sono e ciò che sarò"
- **Terza parte** prove.
- **Conclusione** rappresentazione con pubblico interno



TB 07 **BLIND FOR VALUE** Indoor

Contenuti del corso:

Il Team Building **Blind for Value** offre un'esperienza unica nel buio per uscire dalla routine e scoprire nuove risorse personali e di gruppo.

Blind for Value è un'esperienza di team building esperienziale progettata per valorizzare la fiducia, la comunicazione efficace e la collaborazione strategica tra i membri di un gruppo.

Attraverso attività coinvolgenti in cui alcuni componenti del team operano "alla cieca" - in senso figurato o letterale - **i partecipanti imparano a:**

- Affidarsi alla guida e alle competenze reciproche;
- Migliorare l'ascolto attivo e la chiarezza comunicativa;
- Riconoscere e valorizzare i punti di forza di ciascuno;
- Gestire l'incertezza trasformandola in opportunità condivisa.

Obiettivi:

Costruire valore comune attraverso la fiducia reciproca, superando barriere individuali e sviluppando una mentalità di squadra orientata al risultato.

Attraverso percorsi, dialoghi e momenti conviviali completamente al buio, i partecipanti mettono alla prova la propria resilienza, affrontano le difficoltà fuori dalla zona di comfort e trasformano punti di debolezza in punti di forza, condividendo un'esperienza straordinaria e consapevole.

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team climbing su parete
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 08 DANCE FOR SINERGIE

Indoor

Contenuti del corso:

Il Team Building **Dance for Synergy** offre un'esperienza coinvolgente attraverso il ballo, combinando consapevolezza corporea, concentrazione e mindfulness.

Dance for Synergy è un format innovativo di team building esperienziale che utilizza la danza come linguaggio universale di connessione e coordinazione.

Attraverso semplici movimenti coreografici guidati, i partecipanti sperimentano come l'armonia e la sincronia del gruppo possano generare energia condivisa, fiducia e coesione. Non servono competenze di danza: l'esperienza è accessibile a tutti e costruita per favorire la collaborazione naturale e la comunicazione non verbale.

I movimenti diventano metafora del lavoro di squadra: ogni gesto individuale trova valore solo quando è integrato con quello degli altri, creando un flusso collettivo potente e dinamico.

I partecipanti imparano a mettersi in gioco, collaborare senza competizione e sviluppare fiducia reciproca, costruendo insieme un balletto di gruppo che culmina in una rappresentazione finale davanti al pubblico.

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team climbing su parete
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 09 LEGO SERIOUS PLAY

Indoor

Contenuti del corso:

Il Team Building **LEGO® Serious Play** utilizza i mattoncini LEGO come strumento creativo per facilitare comunicazione, problem solving e collaborazione.

I partecipanti costruiscono modelli 3D per esprimere idee, condividere visioni e sviluppare soluzioni innovative, trasformando il gioco in uno strumento strategico di crescita personale e di team.

LEGO® Serious Play è una metodologia esperienziale e partecipativa che utilizza i mattoncini LEGO® come strumento per stimolare creatività, pensiero strategico e collaborazione di squadra.

Attraverso la costruzione di modelli tridimensionali, i partecipanti danno forma concreta alle proprie idee, condividono visioni e co-creano soluzioni innovative.

Il processo permette di dare voce a tutti i membri del team, valorizzando le diversità e favorendo la costruzione di un linguaggio comune.

Questa metodologia è particolarmente efficace per:

- Migliorare la comunicazione e l'ascolto reciproco,
- Sviluppare strategie condivise,
- Affrontare problemi complessi in modo collaborativo,
- generare senso di appartenenza e coesione.

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team bulding
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali



TB 10 **PLAY YOUR GAME** Indoor

Contenuti del corso:

Il Team Building **Play Your Game** è una giornata esperienziale dedicata a sviluppare leadership, collaborazione e spirito di squadra.

Attraverso attività coinvolgenti come Story Cubes, Hoola Hop, Nodi della Leadership e Task Force riorganizzativa, i partecipanti mettono in pratica competenze chiave, riflettono sui comportamenti emersi e definiscono un piano d'azione concreto per migliorare dinamiche individuali e di gruppo.

Play Your Game è un'esperienza di team building dinamica e coinvolgente, basata sulla gamification e sull'utilizzo del gioco come strumento strategico di crescita e collaborazione.

Attraverso giochi di squadra progettati ad hoc, i partecipanti vengono immersi in sfide stimolanti che riproducono situazioni reali di lavoro in modo leggero ma altamente efficace.

Ogni attività è pensata per allenare competenze trasversali quali collaborazione, comunicazione, leadership, problem solving e gestione della pressione.

Il gioco diventa una metafora operativa: il team si trova a dover elaborare strategie, distribuire ruoli, prendere decisioni e adattarsi in tempo reale, sperimentando dinamiche relazionali autentiche in un contesto protetto e divertente.

La fase di debriefing consente poi di trasformare l'esperienza ludica in apprendimento concreto, trasferibile nella quotidianità professionale.

Obiettivi:

- Rafforzare coesione, fiducia e collaborazione all'interno del team.
- Stimolare pensiero strategico e capacità di adattamento.
- Sviluppare leadership condivisa e capacità di decision making.
- Migliorare la comunicazione e la gestione delle dinamiche di gruppo.
- Promuovere motivazione, coinvolgimento e senso di appartenenza

Durata complessiva corso - 1 giorno

Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team climbing su parete
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali





Sistema di Gestione Qualità

Sistema di Gestione certificato a fronte della norma UNI EN ISO 9001:2015
certificato n°1613

Settori di riferimento

EA 37: Progettazione ed erogazione di corsi di formazione professionale

EA 35: servizi di consulenza, assistenza tecnica e rendicontazione di progetti formativi e orientamento; servizi di consulenza in ambito di sistemi di gestione aziendale.

Il conseguimento della Certificazione di Qualità garantisce all'utenza il rispetto e il controllo dei processi che hanno impatto diretto sulla qualità della formazione nella logica di un continuo miglioramento dei metodi di progettazione ed erogazione degli interventi formativi, della selezione del personale docente, dei supporti didattici, degli aspetti logistici ed organizzativi e della Customer Satisfaction.

Codice Etico di Comportamento

TI.EMME.Consulting Srl ha adottato il Codice etico di comportamento ottemperando alle disposizioni del D.Lgs. 8 giugno 2001, n. 231 e art. 30 del D.Lgs. 9 aprile 2008, n.81.



Regione Lombardia: Istruzione, Formazione e Lavoro

TI.EMME.Consulting srl è accreditata dalla Regione Lombardia per l'erogazione dei servizi di istruzione e formazione professionale: specializzazione professionale, formazione continua, formazione permanente e formazione abilitante, essendo iscritta nella sezione B dell'Albo regionale dei soggetti pubblici e privati accreditati per l'erogazione dei servizi di istruzione e formazione professionale, istituito ai sensi dell'art. 25 L.R. Regione Lombardia n. 19 del 06/08/2007 in attuazione della D.G.R. n. VIII / 7263 del 21/12/2007. L'accreditamento consente inoltre l'accesso ai fondi camerali, regionali e comunitari ad aziende, professionisti e privati che investono in formazione.

SOCIETÀ ISCRITTA ALL'ALBO REGIONALE DEGLI ACCREDITATI PER I SERVIZI DI ISTRUZIONE E FORMAZIONE PROFESSIONALE REGIONE LOMBARDIA - N° 904

ID OPERATORE 1759015/2015



Regione Lombardia – Educazione Continua in Medicina

TI.EMME.Consulting srl è accreditata per l'erogazione dei servizi di EDUCAZIONE CONTINUA IN MEDICINA E.C.M. con decreto n. 18601 del 12 dicembre 2018 della Direzione Generale Welfare avente ad oggetto:

“ACCREDITAMENTO STANDARD AL SISTEMA LOMBARDO ECM-CPD
(EDUCAZIONE CONTINUA IN MEDICINA - SVILUPPO PROFESSIONALE CONTINUO)
DEL PROVIDER ECM “TI.EMME.Consulting Srl” codice n. 7182

Rev. 03 del 23/09/2025



Sede Legale: Via Santa Croce 4 - 20122 Milano (MI)

Sede Operativa: Via Privata Guido Capelli 12 - 20126 Milano (MI)

t: +39 02 8689 4402 (3 linee RA) - **f:** +39 02 3674 0053

e: info@tiemmeconsulting.com - **www.tiemmeconsulting.com**