

# GUIDE PRATIQUE

Pour structurer son séminaire d'équipe

## Préambule

Ce guide est une **proposition de structure** conçue pour vous offrir une base solide dans la préparation et l'animation de votre séminaire d'équipe. Il ne s'agit pas d'un modèle figé, mais plutôt d'une **source d'inspiration** que vous pouvez adapter en fonction des spécificités de votre équipe, de vos objectifs et de votre culture d'entreprise.

Un séminaire réussi ne s'improvise pas : il nécessite une **préparation minutieuse** pour créer un cadre qui favorise l'échange, la réflexion et la cohésion. Nous vous encourageons à personnaliser ce déroulé afin qu'il soit **aligné avec vos besoins** et ceux de vos collaborateurs.

### Définir les objectifs du séminaire

Chaque séminaire doit avoir un but précis. Voici quelques exemples d'objectifs :

- **Renforcer la cohésion d'équipe**
- **Clarifier la vision et les objectifs de l'équipe**
- **Faire un bilan des réussites et des points d'amélioration Encourager l'innovation ou la résolution de problème**

**Astuce** : Limitez -vous à 2 ou 3 objectifs principaux pour ne pas surcharger la journée.

## Déroulé du séminaire matin

Temps	Guide	Remarques
15 minutes 9h-9h15	<b>Accueil et introduction</b> Présentation du programme de la journée	Accueillez votre équipe en présentant brièvement les objectifs du séminaire. Exposez le déroulement et créez un climat bienveillant et ouvert. L'objectif est de mettre à l'aise les participants dès le début
45 minutes 9h15-10h	<b>Icebreaker : le portrait chinois de l'équipe</b>  · Objectif : Favoriser la découverte et la cohésion.  Déroulement : 1. Demandez à chaque participant de répondre à quelques questions en mode 'portrait chinois', mais appliquées à l'équipe. Par exemple : -Si notre équipe était un animal, lequel serait-ce ? - Si notre équipe était une chanson, laquelle serait-ce ? -Si notre équipe était un plat, lequel choisiriez-vous ? 2.Laissez quelques minutes à chacun pour réfléchir individuellement. 3. Ensuite, chaque participant partage ses réponses. Cela déclenche généralement des rires et de l'échange, tout en offrant une perspective amusante sur la manière dont chacun perçoit l'équipe.	<b>Pourquoi ça marche ?</b>  C'est un exercice léger, qui permet à chacun de s'exprimer sans pression. Les réponses sont inattendues et amusantes, ce qui crée un climat détendu.

# Déroulé du séminaire matin

Temps	Guide	Remarques
<p>2 heures 30 minutes (Pause de 15 minutes à prévoir) 10h - 12h30</p>	<p>Ateliers en sous groupes : Vision d'équipe et axe d'amélioration</p> <p><b>Atelier 1 : La vision de l'équipe idéale</b></p> <p>· Objectif : Créer une vision partagée de ce à quoi ressemble l'équipe idéale.</p> <p>Déroulement :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Divisez l'équipe en sous-groupes de 3 à 5 personnes.</li><li>2. Chaque groupe doit réfléchir à 5 qualités ou caractéristiques que devrait posséder l'équipe idéale.</li><li>3. Demandez -leur de représenter leur vision sous forme de dessin ou de schéma visuel sur une feuille ou un tableau.</li></ol> <p><b>Atelier 2 : Les défis à relever pour y arriver</b></p> <p>· Objectif : Identifier les principaux obstacles à surmonter pour devenir cette équipe idéale.</p> <p>Déroulement :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Chaque groupe identifie 3 à 5 obstacles que l'équipe devra surmonter pour atteindre cette vision.</li><li>2. Encouragez les groupes à raconter une histoire pour illustrer ces défis (ex. : l'équipe est un bateau traversant une mer agitée).</li><li>3. Chaque groupe réfléchit à des solutions pour surmonter ces obstacles.</li></ol>	<p>L'objectif des ateliers est de permettre à chaque membre de contribuer activement à la réflexion sur l'avenir de l'équipe, tout en s'amusant.</p> <p><b>Pourquoi c'est engageant ?</b> Utiliser des supports visuels et créatifs encourage la collaboration et pousse chacun à réfléchir tout en s'amusant.</p> <p><b>Pourquoi ça marche ?</b> En transformant les défis en histoires, cela stimule l'imagination et permet d'aborder les sujets de manière ludique.</p>

## Déroulé du séminaire après-midi

Temps	Guide	Remarques
10 minutes  14h -14h10	<p><b>Energizer</b> : permet de relancer l'énergie après le repas</p> <p>Objectif : Renforcer la coopération et la concentration de l'équipe en simulant la circulation d'informations ou de tâches dans un collectif.</p> <p>Durée : 10 minutes</p> <p>Déroulement :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Formez un cercle avec tous les participants. Expliquez que l'équipe va se passer des "balles invisibles" (ou objets imaginaires) en suivant certaines consignes.</li><li>2. Démarrez avec une seule balle invisible. Un participant la "lance" à quelqu'un d'autre en imitant le geste de lancer une balle. Le destinataire doit la "recevoir" et la renvoyer à une autre personne en prononçant le nom du prochain récepteur.</li><li>3. Ajoutez progressivement plusieurs balles invisibles : Lorsque le groupe se sent à l'aise avec une balle, ajoutez-en une deuxième, puis une troisième. L'idée est de faire circuler plusieurs "balles" simultanément sans perdre le fil, ce qui exige concentration et attention mutuelle.</li><li>4. Complexifiez le jeu : Changez la taille, le poids ou la forme des balles imaginaires (ex. : une balle très lourde ou très légère, ou un ballon de plage géant). Chaque type de balle nécessite un geste et une coordination spécifique, obligeant les participants à adapter leur coopération.</li></ol>	<p>Cet exercice montre l'importance de l'écoute et de la coopération, puisque chacun doit être attentif aux autres pour que l'exercice fonctionne. Tout comme dans une équipe, si l'un des membres "lâche" la balle, l'efficacité collective diminue.</p> <p><b>Partage des responsabilités</b> : À travers ce jeu, les participants réalisent que le bon déroulement dépend de chaque personne, tout comme la réussite d'un projet ou d'un objectif d'équipe.</p>

Temps	Guide	Remarques
<p>2 heures</p> <p>(Pause de 15 minutes à prévoir)</p> <p>14h10 - 16h10</p>	<p><b>Restitution collective et discussion</b></p> <p>Après les ateliers du matin, il est temps de partager les réflexions et d'engager des discussions plus profondes.</p> <p>Objectif : Synthétiser les idées et définir des actions concrètes.</p> <p>Déroulement simple pour structurer la restitution :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Chaque groupe présente son dessin (Atelier 1) et raconte l'histoire de son bateau et des obstacles (Atelier 2).</li> <li>2. Ensuite, demandez à l'ensemble du groupe de voter pour les 3 qualités de l'équipe idéale qu'ils considèrent comme prioritaires pour l'avenir.</li> <li>3. Même processus pour les défis : faites voter l'ensemble du groupe sur les 3 obstacles les plus urgents à résoudre.</li> </ol> <p>Discussion :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lancez ensuite une discussion collective autour des actions à mettre en place pour surmonter les 3 obstacles prioritaires.</li> <li>• Structurez cette discussion avec ces questions : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelles actions peuvent être mises en place immédiatement ?</li> <li>• Qui pourrait être responsable de ces actions ?</li> <li>• Comment mesurerons-nous le succès ?</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Pourquoi ça marche ?</b></p> <p>Le vote permet à tout le monde de participer activement. La discussion collective est structurée autour de solutions concrètes, ce qui donne du sens et de l'efficacité à l'exercice.</p>
<p>1 heure</p> <p>16h10 - 17h10</p>	<p><b>Activité ludique de clôture : Le défi collaboratif "La Tour Infranchissable"</b></p> <p><b>Objectif :</b> Clôturer la journée sur une note positive, ludique et collaborer autour d'un défi collectif.</p> <p><b>Déroulement :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Divisez l'équipe en sous-groupes de 4-5 personnes.</li> <li>• Donnez à chaque groupe du matériel simple : des pailles, des cure-dents, du scotch, et des feuilles de papier.</li> <li>• Le défi : chaque groupe doit construire la tour la plus haute possible, en 15 minutes, uniquement avec ces matériaux.</li> <li>• À la fin, chaque équipe présente sa tour. Le but est que la tour tienne debout et dépasse celle des autres groupes.</li> </ul>	<p><b>Pourquoi ça marche ?</b></p> <p>Cet exercice est à la fois ludique et stimulant. Il met l'accent sur la collaboration, la créativité et la gestion du temps. Il encourage aussi la bonne humeur en fin de journée, tout en renforçant l'esprit d'équipe.</p>
<p>20 minutes</p> <p>17h10 - 17h30</p>	<p>Conclusion et plan d'action</p> <p>Terminez la journée en résumant les points clés qui ont émergé pendant le séminaire et établissez un plan d'action pour les semaines à venir.</p> <p>Clarifiez :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les actions concrètes à mettre en place</li> <li>• Qui en sera responsable</li> <li>• Les échéances</li> </ul>	

## Et pour finir



### **PRÊT A ANIMER VOTRE SEMINAIRE ?**

Nous espérons que ce guide vous aura inspiré pour préparer votre séminaire. N'hésitez pas à revenir vers nous pour partager vos retours et échanger sur vos expériences.

Si vous ressentez le besoin de faire appel à un professionnel pour animer votre séminaire, contactez-nous :

En Nouvelle Aquitaine : Laurie Lorient - 06 67 06 57 28 - [laurie.lorient@equations-humaines.fr](mailto:laurie.lorient@equations-humaines.fr) - <https://www.equations-humaines.fr/>

En Centre Val de Loire : Catherine Maignan - 06 72 67 29 45 - [catherine@air-rh.fr](mailto:catherine@air-rh.fr) - <https://www.air-rh.fr/>