



**MOIS
SANS
TABAC**

CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2024

DÉFI BONUS : **DU 4 AU 12 NOVEMBRE**

Pour ce défi BONUS, nous vous invitons à choisir parmi les cinq activités décrites ci-dessous, trois d'entre elles à réaliser en équipe :

- Réaliser une cleanwalk en équipe
- Avoir un temps de bien-être et de méditation en équipe, pour réduire l'anxiété
- Avoir un temps de repas convivial avec des plats maisons
- Aller marcher en équipe et prendre une photo d'un élément qui vous a marqué, l'activité physique est un bon moyen pour faire passer une forte envie
- Faire une activité créative (dessin, origami, poterie, peinture, fabrication...)

Ces temps de cohésion de groupe sont également l'occasion de trouver des alternatives aux pauses "clopes" et créer des moments de partage.

Durant l'année vous pouvez également vous appuyer sur la [boîte à activités Coco](#) où de nombreuses activités peuvent être proposées !



**MOIS
SANS
TABAC**

CHALLENGE INTER-STRUCTURES 2024

Afin de s'assurer de la réalisation des activités, merci de bien vouloir nous joindre une photo ou vidéo de votre équipe en pleine action !

Pour répondre à ce défi
envoyez-nous par mail ou WhatsApp

**les photos ou vidéos des
3 activités réalisées**

par mail à l'adresse challenge_mois.sans.tabac@coreadd.com
ou sur WhatsApp au [07 89 92 08 31](tel:0789920831)



avant le vendredi 29 novembre à 12h00



ON A HÂTE DE VOIR VOS PRODUCTIONS !