



# Family Day

на курорте «Дом у Моря»



8 (812) 748-29-90 | [www.seahomeresort.ru](http://www.seahomeresort.ru)

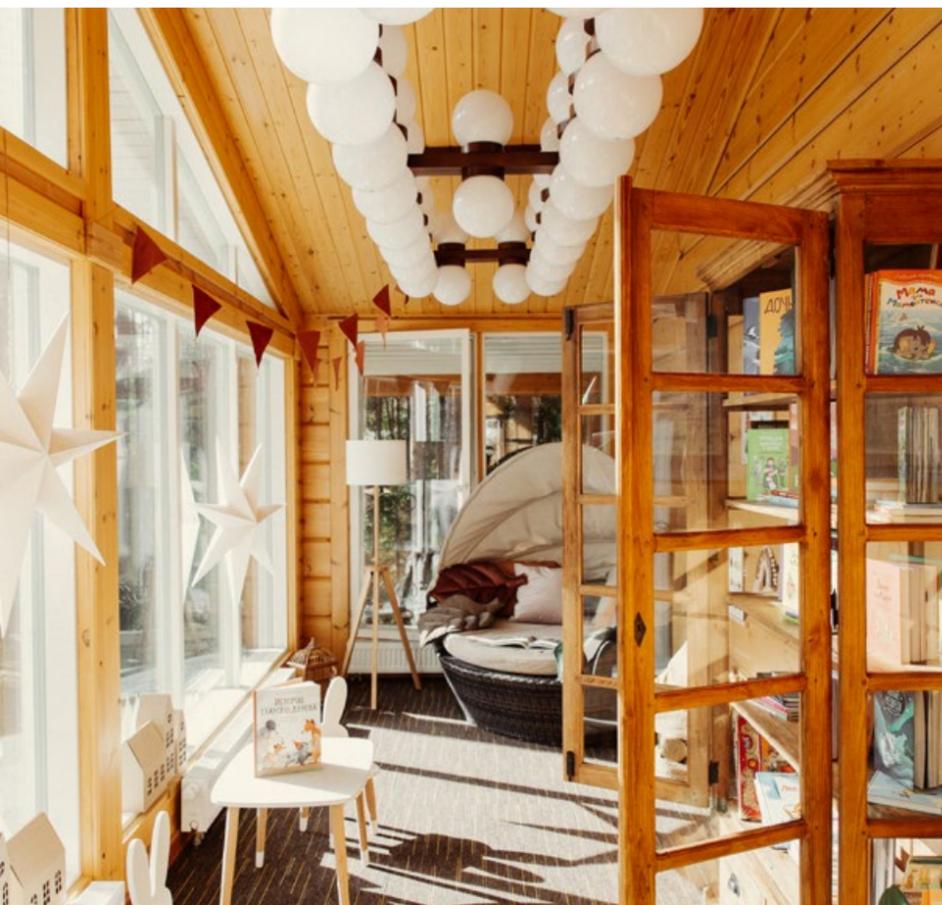


## **Family Day – праздник для всей семьи**

Один из самых популярных форматов мероприятий на нашем загородном курорте «Дом у моря»

Почему стоит провести мероприятие вместе с нашей командой:

- LEGO-пространство с преподавателем английского языка
- Развивающий детский клуб «Морешалик»
- Детская библиотека
- Команда профессиональных аниматоров
- Регулярные проекты нашего клуба «Морешалик»
- Детский языковой лагерь
- Знаменитые семейные уикенды





Марина 26.02.2023

« Мы долго выбирали отель под наше мероприятие. Важно было, чтобы все остались довольны. Так и вышло. Шикарная костюмированная анимация развлекала детей весь день, а взрослые смогли провести спокойно время и насладиться природой.



Александр 13.01.2023

« Family Day удался! Мы рады тому, как прошло мероприятие. Мы правда были не командой, а одной большой семьей. Порадовало, что было две няни и множество локаций для детей по всему курорту. Организация на высшем уровне. Мы обязательно приедем еще!





Будем рады организовать  
и провести Ваш любой  
праздник!

**Команда «Дом у Моря»**

8 (812) 748-29-90



# WELLBEING В «ДОМ У МОРЯ»

**Забота о сотрудниках —  
забота о своем бизнесе**

Поддержка компании во время глобальных изменений



# Приглашаем Вас на курорт «Дом у Моря»

Гармоничное сочетание природы Карельского перешейка и благоустроенной инфраструктуры курорта дает возможность организовать корпоративные мероприятия для сотрудников любого формата.

«Дом у Моря» – идеальная площадка для проведения программы Wellbeing.

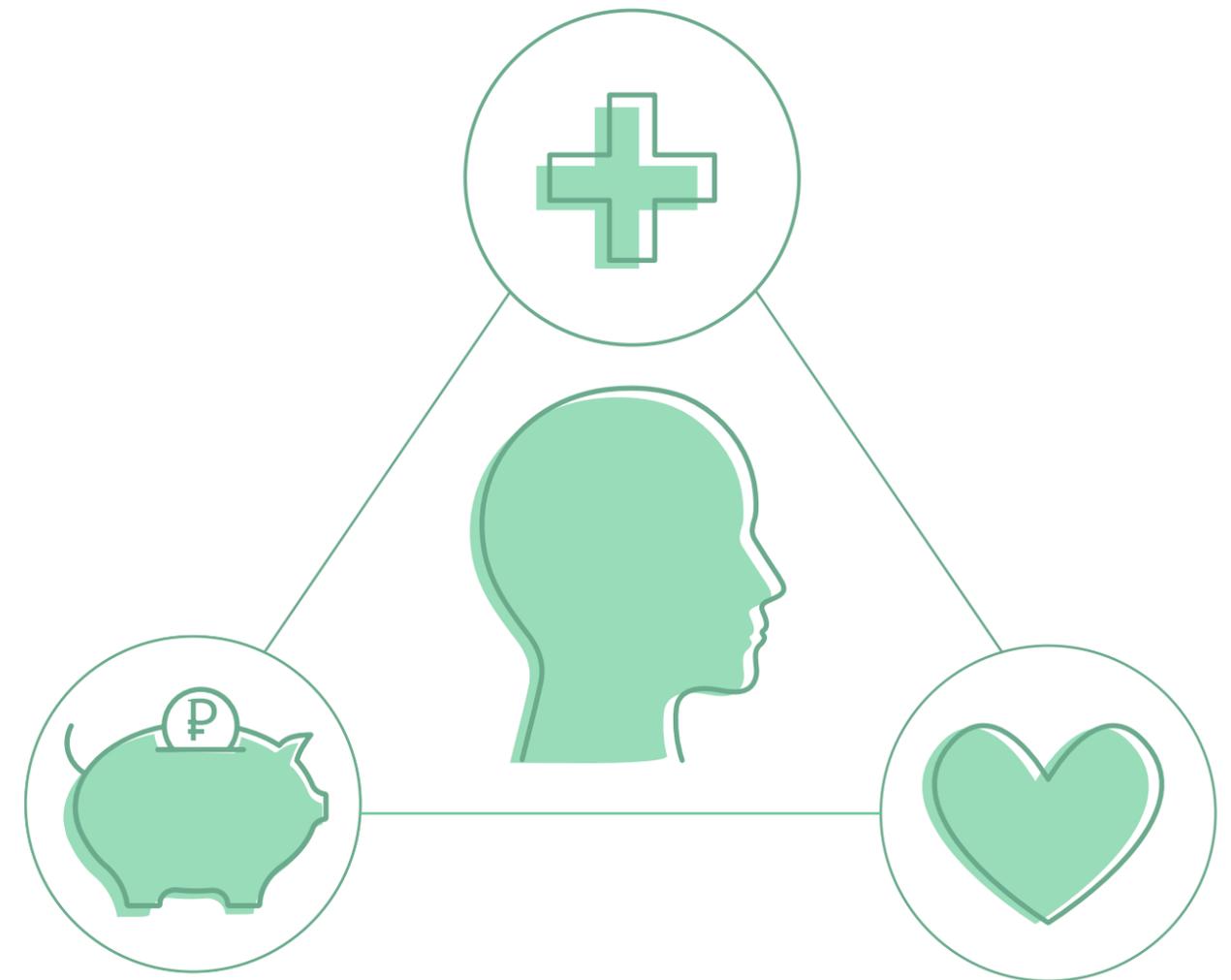
Здесь вы сможете отдохнуть, восстановить силы и повысить свою продуктивность, открыв для себя совершенно новый подход к достижению жизненного благополучия.

# Главный принцип wellbeing –

это поддержание баланса между физическим, эмоциональным и финансовым благополучием, а также формирование осознанного отношения сотрудников к собственному здоровью.

## Ключевые задачи wellbeing

- Работа со стрессом и предотвращение синдрома выгорания
- Сохранение work-life balance
- Формирование привычек, направленных на улучшение здоровья



# Комплексные программы, направленные на улучшение качества жизни сотрудников

Здоровье сотрудников давно перестало быть исключительно их личным делом. Сегодня сложно представить успешную компанию, которая в той или иной мере не заботится о здоровье своих работников.



## Программа состоит из блоков заботы:

 Mental Health

 Emotional health

 Physical health

# Mental Health 😊

## Ментальное здоровье

Это состояние эмоционального и умственного благополучия, при котором человек эффективно работает, легко адаптируется к изменениям и спокойно реагирует на рабочие моменты. Если же у ваших сотрудников нарушено ментальное здоровье, они становятся тревожными, конфликтными и менее продуктивными

### Тайминг дня

- Питательный завтрак в ресторане «Морешаль»
- Коучинг команды с фасилитатором
- Обед
- Личные сессии психолога с сотрудниками компании
- Экспресс-массаж
- Вечерний ретрит



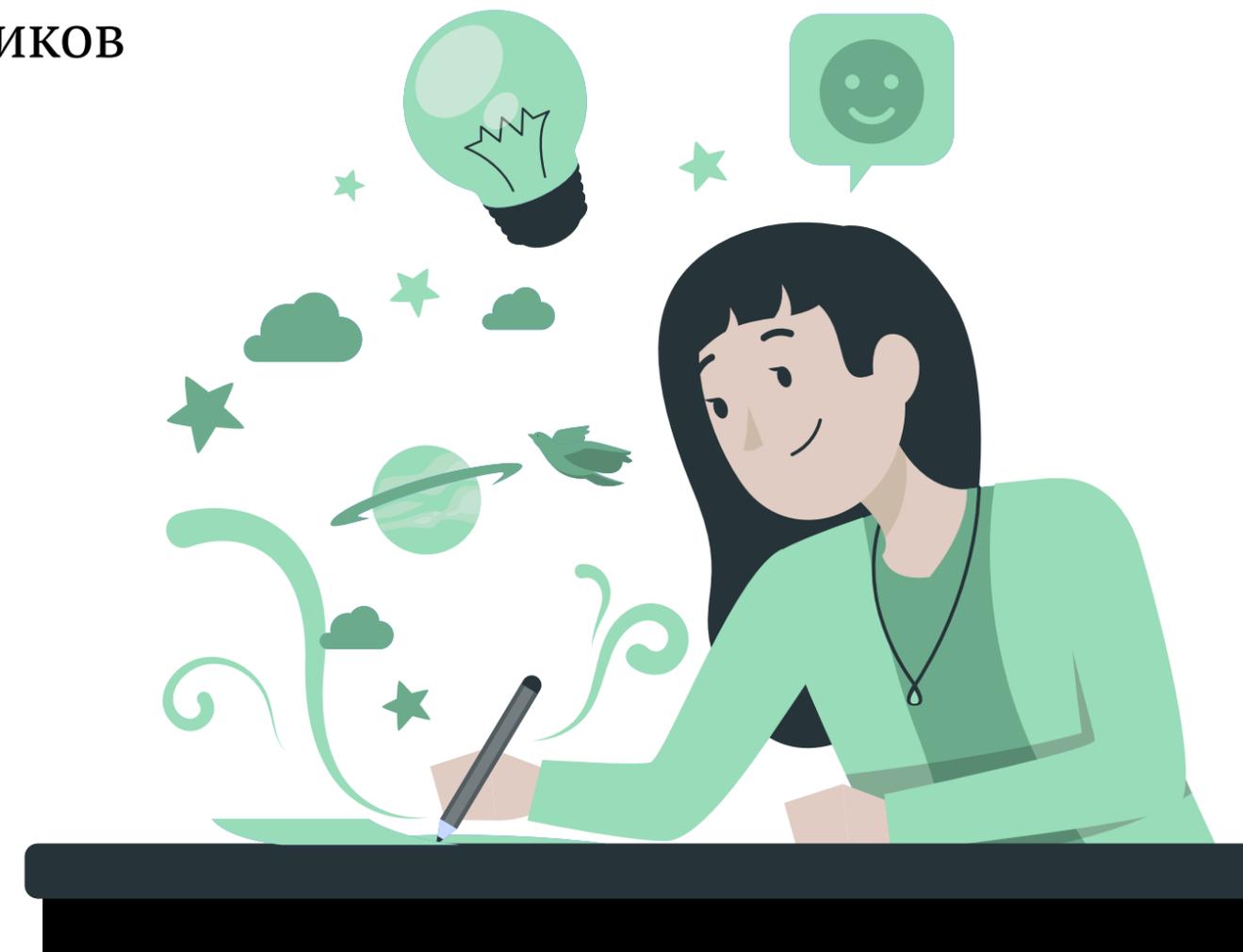
# Mental Health 😊

Ментальное здоровье

## Результаты блока

- Снижение уровня эмоционального выгорания сотрудников
- Формировании лояльности сотрудников к компании
- Преодоление стресса, страха и тревоги, повышение самооценки сотрудников

Важно сделать ментальный ЗОЖ одним из приоритетов компании. Проводить регулярные семинары и мастер-классы, посвященные осведомленности о поддержании психического здоровья.





# Emotional Health

Эмоциональное здоровье

Эмоции человека влияют на его здоровье. Положительный настрой способствуют хорошему самочувствию, отрицательный – его усугубляет.

## Тайминг дня

- Питательный завтрак в ресторане «Морешаль»
- Дыхательные практики
- Тимбилдинг
- Обед
- Зоны творчества и выплеска эмоций (арт мастер-класс, тир)
- Кулинарный мастер-класс от команды ресторана «Морешаль»
- Неформальный ужин



# Emotional Health

Эмоциональное здоровье

## Результаты блока

- Улучшение эмоционального состояния сотрудников
- Снижение напряжения, выброс отрицательных эмоций
- Заряд положительных эмоций

Здоровые эмоции помогают выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Стабильность эмоционального состояния — важная составляющая жизненного благополучия





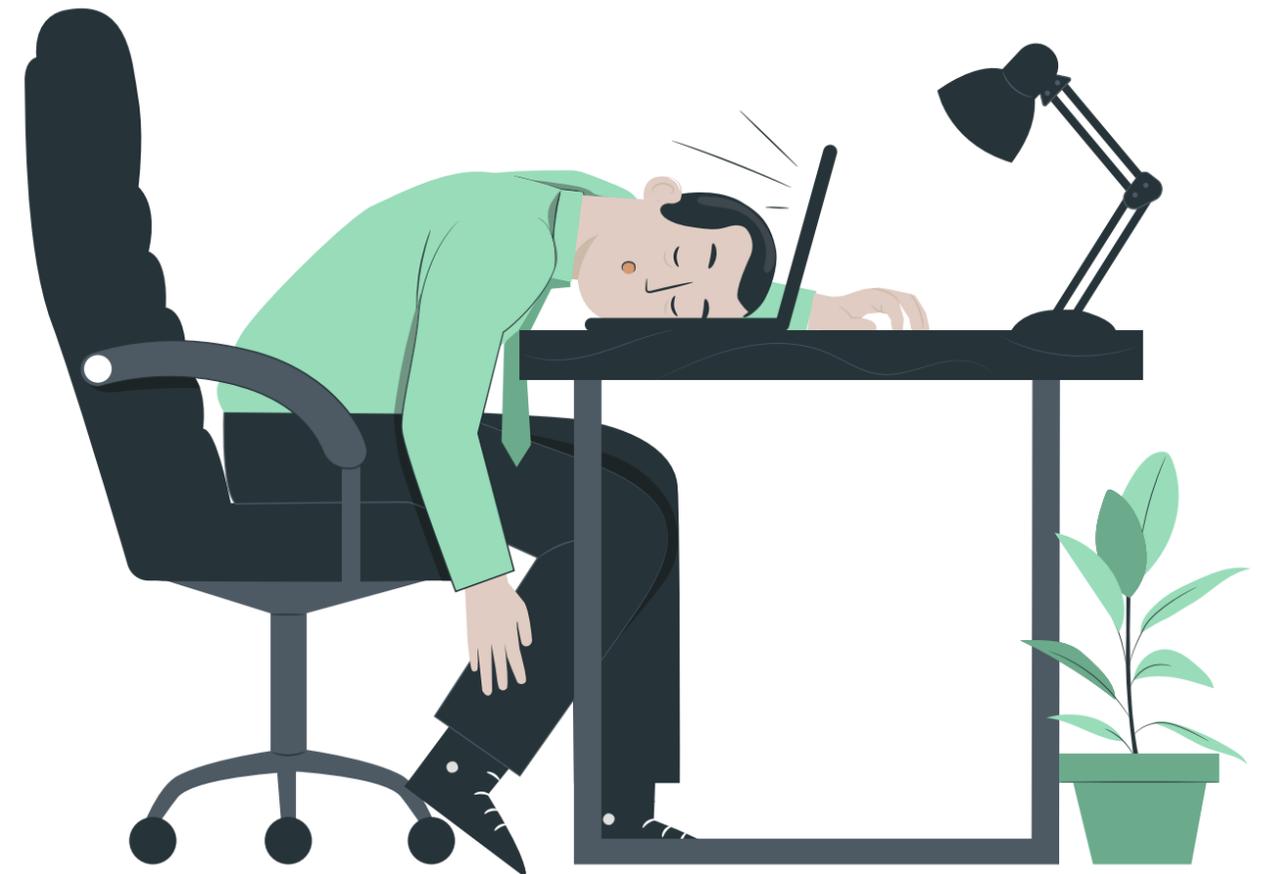
# Physical Health +

Физическое здоровье

Физическое здоровье имеет решающее значение для общего благополучия. Спорт и здоровый образ жизни оказывает прямое влияние на результаты работы. Все чаще компании выбирают спортивные направления для сплочения и усиления своей команды, тем самым повышая возможности своих сотрудников.

## Тайминг дня

- Утренняя зарядка с фитнес-тренером
- Полезный завтрак от команды ресторана «МореШаль»
- Фитнес тренировки в формате мастеров-классов по разным направлениям
- Правильный обед в формате шведского стола
- Лекция о правильном питании от нутрициолога
- Вечерние танцы – фитнес-программа Zumba



# Physical Health +

Физическое здоровье

## Результаты блока

- Адаптация сотрудников к спортивному образу жизни
- Улучшение физического состояния сотрудника
- Мотивация к здоровому образу жизни

Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и определенный уровень физической подготовленности, функционального состояния организма, который и является основой физического и психического благополучия





# Мы помогаем строить команды

Многолетний опыт работы и исключительная экспертиза в тимбилдинге + партнерство с мощными коучами позволяют нам действовать быстро и эффективно — всего за несколько дней выводить команды клиентов на новый уровень слаженности!

**Мы уже работаем с этими компаниями**





# *Еда, вино & море*



8 (812) 748-29-90 | [www.seahomeresort.ru](http://www.seahomeresort.ru)

# Секрет идеального праздника

Тысячи сценариев корпоративного отдыха были придуманы для развлечения сотрудников, но ни один из них не обходился без совместного приема пищи в сопровождении вин и крепких напитков.

Команда организаторов «Дом у моря» не только разработала, но и уже реализовала немало проектов в лучших традициях кулинарного праздника.

И мы рады предложить Вам провести время не только вкусно, но и очень красиво!

## Наши возможности:

- Количество гостей: от 20 до 300
- Стильные и комфортные локации в ресторане, на пляже и в лесу
- Профессиональная команда ресторана





## Сет-меню с дегустацией вина в бар-террасе ресторана «Круиз»

 до 20 гостей

Неформальное мероприятие, которое объединит гостей общей темой и подарит музыкально-гастрономическое удовольствие. Процесс дегустации вина превратится в свободный творческий диалог

### **Дополнительно**

- Приготовление коктейлей
- Винно-музыкальная дегустация
- Мастер-класс от сомелье



# BBQ ужин на открытой террасе с видом на сосновый лес

 до 50 гостей

Уютный вечер на террасе в окружении соснового леса. Вкусная еда, пение птиц и отдаленный шум волн... идеальный ужин с полным комфортом и в гармонии с природой

## Дополнительно

- Мастер-класс по разделке стейков
- Пивной мастер-класс





# Fast Food Фестиваль

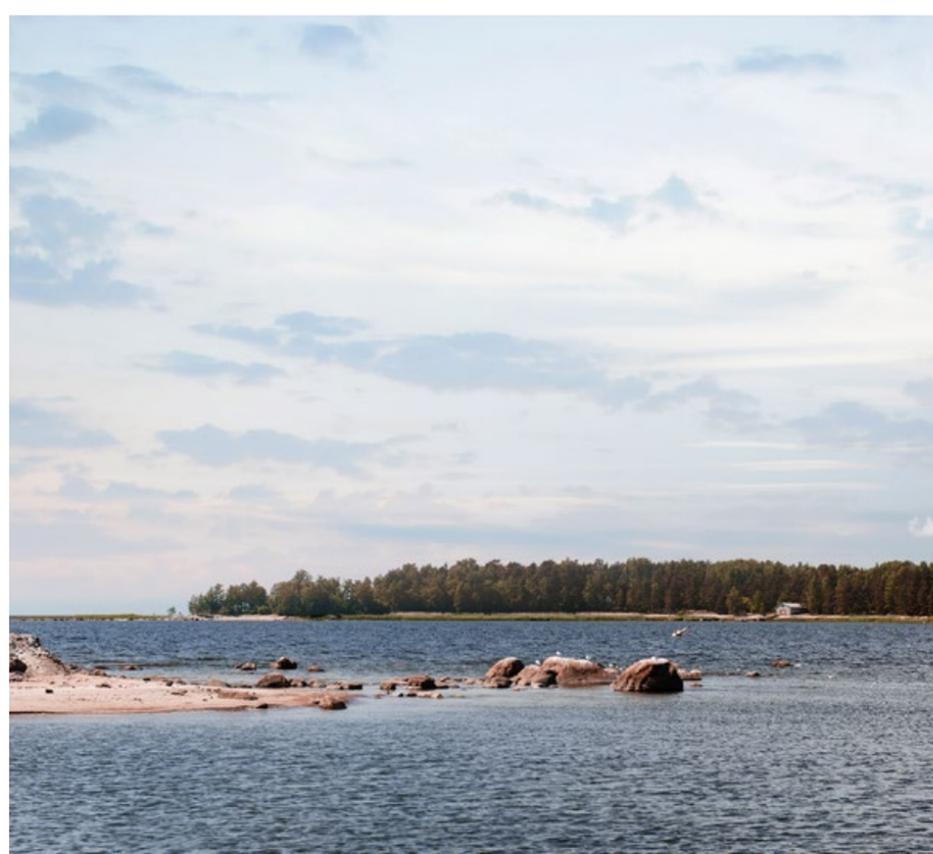
 до 300 гостей

Попробуйте новый формат выездного мероприятия — Fast Food Festival! Веселая вечеринка с вкусной едой разных стран мира порадует и удивит ваших сотрудников

## Дополнительно

- Возможность организовать концертную площадку
- Воздушный шар, пиротехническое шоу, огненное шоу







Будем рады организовать и  
провести Ваш любой праздник!

**Команда «Дом у Моря»**

8 (812) 748-29-90