GRO NU APS

SKRÆDDERSYEDE TEAMUDVIKLINGS- OG NICHEARRANGEMENTER I NATUREN

// DECEMBER 2021 //

KORT OM GRO OG HVAD VI LAVER

GRO er en lille privatejet virksomhed, som blev stiftet i 2020 og ejes af Erik, Steffen og Ditte.

Vi specialiserer os i at arbejde med **udvikling af teams igennem skræddersyede teamudviklingsaktiviteter i naturen**. I dette materiale kan du læse detaljeret om, hvordan vi arbejder og hvordan vi adskiller os fra andre på markedet.

I naturens rammer bruger vi vores mange års erfaring inden for **friluftsliv, ledelse, forretningsudvikling, kommunikation, Michelín-kokkeri (over bål naturligvis), samt koordinering og afvikling af store events** til at understøtte udviklingen af teams og afholde niche-arrangementer.

Vi har forskellige baggrunde, men skæbnen ville, at vi mødte hinanden på **Friluftsvejlederuddannelsen** på Københavns Universitet, Skovskolen i 2019.

Vi har **speciale i gruppeprocesser og ledelse**, samt certificeringer inden for **kano** (vejleder og instruktør 3), **kajak** (IPP3 og instruktør 2) og kan assistere i **træklatring**, hvorfor vi også kan supplere med aktiviteter inden for disse områder.

Læs mere om os på de næste sider.

ERIK KROUN NIELSEN

Erik er 35 år og **uddannet kok** med erfaring fra flere af de bedste **Michelin-restauranter gennem de sidste 15 år**. Han har ligeledes været **kaptajn på Det Danske Kokkelandshold og deltaget i OL for kokke.**

Han har de sidste **10 år** arbejdet med ledelse af teams i travle køkkenmiljøer, hvor **kompromisløs kvalitet og fleksibilitet er essentielt.**

Friluftsliv har han dyrket siden barnsben og har en forkærlighed for **Lapland**, hvor han har tilbragt meget tid på **solo-ture**.

Gennem interessen for friluftsliv kom **jagten** ind i billedet og han elsker kombinationen af **jagt og madlavningen i naturen.**

Han har certificeringer i kano, kajak og træklatring samt erfaring med turledelse og gruppedynamikker på tur.

"Jeg brænder for naturen, friluftslivet og de udfordringer, naturen kan give og vise vejen fra natur til tallerken. Mad behøver ikke at komme fra en køledisk, men fra naturen. Lad os nu bare lave mad sammen..."

DITTE VIKA LØNOW

Ditte er 34 år og **uddannet Friluftsvejleder** fra Skovskolen, Københavns Universitet.
Hun har **pædagogisk erfaring** fra skovbørnehave, har været i **Forsvaret** og senest **10 år i TV-branchen**.

Hun har 10 års erfaring med **koordinering og afvikling af store live TV-produktioner/events** (fx "Alle Mod 1" på DR1 og "Knæk Cancer" på TV2), og er vant til at arbejde med at f**å mange interesser til at gå op i en højere enhed.**

Naturen har altid boet i hende, og inden for de sidste 6 år har det virkelig taget fart og fylder meget i hendes liv - både personligt og fagligt.

Hun har **certificeringer i kajak og klatring**, og **speciale i kano**, samt erfaring med **natur-pædagogik/didaktik, naturforvaltning, friluftstradition, og turledelse og gruppedynamikker** på tur.

"I naturen finder jeg ro og perspektiv som ingen andre steder, og jeg håber at kunne give andre den samme oplevelse. Mit hjerte banker især for brugen af naturens rum i socialpædagogisk sammenhæng."

STEFFEN S. THOMMESEN

Steffen er 44 år og **uddannet Naturgeograf og Friluftsvejleder** fra Københavns Universitet.
Han har arbejdet med **ledelse, projektledelse, digitalisering, forretningsudvikling og kommunikation, gennem 15 år.**

Han har erfaring fra både det offentlige og private, har ud over en solid projekt- og ledelseserfaring et **godt kendskab og en forståelse for mennesker og de organisationer og processer, de skal agere i.**

Han har altid dyrket friluftsliv og udvider løbende horisonten inden for dette, senest som **ny-udsprunget "hestepige"**.

Ud over en leder- og projektlederuddannelse, så har han **certificeringer i kano, kajak og træklatring** samt erfaring med turledelse og gruppedynamikker på tur.

"Jeg brænder for at udvikle dansk friluftsliv, og tilgængeligheden hertil, for dem som er fysisk udfordrede. Dette handler både om at forbedre adgangen til naturen og udvikle aktiviteter."

HVORFOR NATUREN?

Vi oplever, at naturens rammer er **et fantastisk læringsrum**, fordi det er **'ufarligt'** og samtidig **kræver af os, at vi samarbejder**. Regner eller er det eksempelvis virkelig koldt, så bruger vi disse 'gaver' som et **samarbejdselement** for gruppen - der skal startes bål, så vi kan få mad og holde varmen, laves ly, så vi kan holde os tørre etc.
Aktiviteterne **føles naturlige og meningsfulde**, fordi de de taler til **vores basale behov**, og det skaber nogen **spændende gruppeprocesser**, som gruppen kan lære meget af. Dette danner **grundlag for værdifulde opsamlinger og refleksioner** i gruppen efterfølgende, hvilket du kan læse mere om længere fremme i dette materiale.

MADLAVNING SOM GRUNDELEMENT

Madlavning over bål er ét af vores **vigtigste grundelementer**, når vi afholder teamdage. Det er det, fordi det er en **meningsfuld aktivitet**, som langt de fleste går op i. Det er dejligt med god mad - og maden smager bare ekstra godt, når den er tilberedt af én selv over bål.

Selve aktiviteten **kræver samarbejde** - at starte og passe bål, tilberede maden, fordele arbejdsopgaver, have overblik over processen og koordinere, at alting er færdig samtidig og til tiden.

Alle **opskrifter er udviklet** af vores helt egen **Michelínkok, Erik**, og vi går op i, at I får **gode råvarer**, som så vidt muligt er **økologiske** og **i sæson i Danmark**.

Inden arrangementet forhører vi os hos jer, om der er nogen allergier, vegetarer, veganere osv., som der skal tages højde for.

"Uderummet kan noget helt specielt, som gjorde, at vi som team kom endnu dybere og tættere på hinanden."

- Cecilie
Employee Engagement Manager, Empact

"Hovedet på sømmet!"

- Thomas, projektchef Casa A/S

Sådan arbejder vi..

ET GRUNDIGT FORARBEJDE OG LØBENDE REFLEKSION-ER ER **ALT-AFGØRENDE!**

Uanset, hvilken type arrangement I ønsker, så arbejder vi med denne 4-trins-model:

1. Indledende møde
Vi prioriterer et (gratis og uforpligtende) **indledende møde** med jer (fysisk eller online), hvor vi får en grundlæggende forståelse for, hvordan I arbejder og hvilke udfordringer, I står med. Sammen vil vi koge det ned til **1-2 fokusområder**, som vi skal arbejde med igennem aktiviteter under arrangementet.

Det er afgørende for os at **forstå, hvad I ønsker at opnå med arrangementet** hos os, så vi kan levere det bedst mulige produkt.

2. Planlægning og udarbejdelse af tilbud
Efter mødet går vi i gang med jeres tilbud. Vi **skræddersyr programmet efter jeres ønsker** og har et oprigtigt ønske om at hjælpe jer i den rigtige retning.

Derfor investerer vi altid den nødvendige tid i at brainstorme, diskutere og udvikle på vores koncepter og repertoire af aktiviteter. **Vi har altså ikke 'færdige pakker', som vi kan pille ned af hylderne og afvikle i søvne**, men derimod nøje tilrettelagte aktiviteter med en høj detaljeringsgrad.

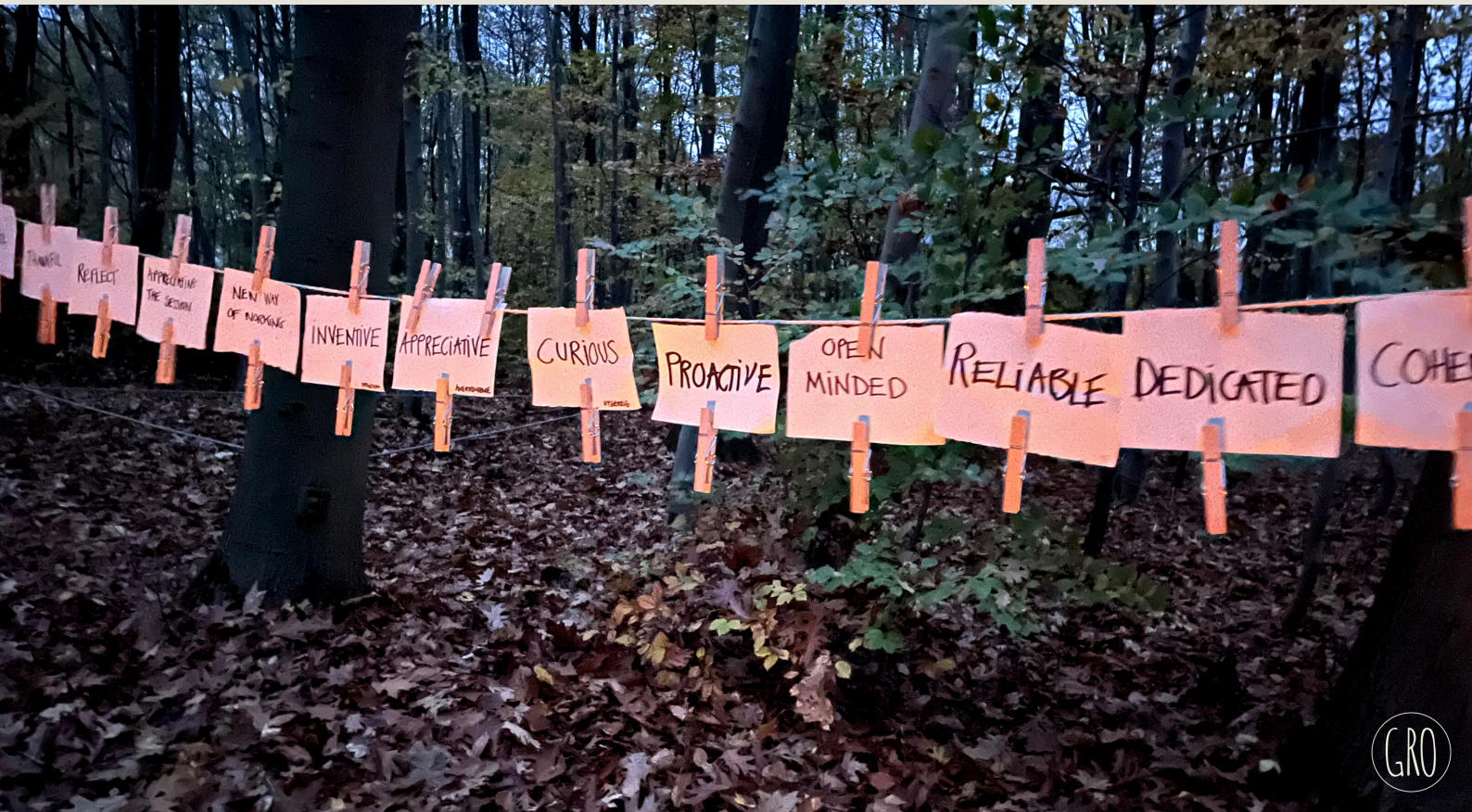
Vi bestræber os på at vende tilbage med det **uforpligtende tilbud inden for 24 timer** efter det indledende møde.

3. Afvikling af teamdagen
Vi afvikler dagen sammen med jer og vil være det nødvendige antal GRO-vejledere tilstede, så vi er i stand til at observere og vejlede gruppen undervejs.

Det er vores erfaring, at gruppen får det optimale ud af aktiviteterne, hvis det (i nogen af aktiviteterne) **opdeles i mindre grupper**. Gerne 5-8 personer pr. gruppe.
På denne måde kan vi sikre os, at **alle får mulighed for at komme på banen** og deltage aktivt. Samtidig prioriterer vi altid at lade en **GRO-vejleder følge gruppen** i løbet af dagen, da dette skaber tryghed og giver mulighed for at **observere, vejlede og facilitere en reflekteret opsamling og transfer med gruppen**.

4. Opsamlings- og evalueringsmøde
I inviteres afslutningsvis til et **opsamlings- og evalueringsmøde** (fysisk eller online) á ca. 1 time, hvor vi kommer med vores sidste refleksioner ift. gruppen. Derudover ønsker vi at høre, hvordan det er gået siden I forlod os, samt modtage feedback på arrangementet.

På side 11-12 kan I se et eksempel på et skræddersyet program med gruppens kompetencer som fokusområde.



HVORDAN ARBEJDER VI MED FOKUSOMRÅDET PÅ DAGEN?

Ønsker I eksempelvis at styrke gruppens kompetencer ift. at tage initiativ og turde at tage lederkasketten på, så kan vi f.eks. under madlavningsaktiviteten finde på at bede gruppen om at **skiftes til at tage styringen**. Er der én, som altid tager styringen, så vil denne person måske blive bedt om en speciel opgave eller blive forhindret i at gøre det denne gang, så andre kan få lov til at få nogen nye erfaringer.

Det er meget vigtigt for os, at vi får **skabt et trygt rum**, hvor gruppen tør at udfordre sig selv, erfare og reflektere sammen. Derfor starter vi stort set altid dagen med et par aktiviteter, som får gruppen til at **grine og komme et lag dybere ind på hinanden**, end de plejer. Derudover vil der være en **GRO-vejleder tilstede**, så vi løbende kan vejlede, udfordre og sørge for, at alle er med og føler sig inddraget.

For at opnå den fulde effekt, så bliver hver aktivitet afsluttet af en **opsamling og refleksion** i gruppen, hvor vi undersøger, hvad vi har lært ift. det ønskede fokusområde.
Vi faciliterer en refleksion, hvor **gruppen fokuserer på og selv italesætter fx kompetencer og udviklingsområder**.
Sammen laver vi en **direkte transfer til dagligdagen på arbejdspladsen**, og vi benytter os ofte af **fysiske, visuelle redskaber**, som gruppen kan tage med hjem.

EKSEMPEL PÅ PROGRAM

Nedenfor ses et eksempel på et program, som vi har kørt med en gruppe over 2 dage.

DAG 1:

Kl. 09.30-09.45:
Velkommen til Naturlejren og gennemgang af dagen med en kop kaffe og en basse.

Kl. 09.45-10.45:
Icebreaker (Kender Du Typen).
Lille samarbejdsøvelse i teams (konkurrence imellem de 3 teams) og kort opsamling og refleksion i teams med fokus på gruppens kompetencer.*

Kl. 10.45-13.00:
Madlavningsaktivitet i de 3 teams.
I skal lave bål med tændstål og tilberede maden over dette, og I skal selv planlægge og fordele arbejdsopgaverne. Undervejs kan der komme benspænd.*

Kl. 13.00-13.45:
Fælles frokost og pause til hovedet.

Kl. 13.45-14.15:
Opsamling og refleksion på madlavningsaktiviteten i de 3 teams. Fokus på gruppens planlægning, proces og resultat, og om gruppens kompetencer blev udnyttet bedst muligt.*

Kl. 14.15-17.30:
De 3 teams skiftes til sideløbende aktiviteter:

- Opdagelsestur på den forladte kaserne. På turen vil de 3 teams på skift møde opgaver, som de skal løse i deres team. De 3 teams indsamler point og konkurrerer indbyrdes.
- Madlavning over bål. Gruppen skal bruge de kompetencer, den har opnået tidligere på dagen og skal selv fordele arbejdsopgaverne, finde brænde, lave bål, bygge trefod og igangsætte tilberedningen af et lam over bål.*

EKSEMPEL PÅ PROGRAM FORTSAT

Kl. 17.30-18.30:
De 3 teams mødes og færdiggører madlavningen i fællesskab. Hvad sker der, når de 3 teams pludselig skal samarbejde om at komme i mål med opgaven?*

Kl. 18.30-19.30:
Fælles aftensmad, en lille øl og en pause til hovedet.

Kl. 19.30-20.30:
Opsamling på opdagelsestur og madlavningsaktivitet i teams.
Fælles opsamling og refleksion til sidst. Nedskrivning på GRO-kort, som hvert team får med hjem til kontoret.*

Kl. 20.30:
GRO takker af for dagen omkring bålet og efterlader jer med en kasse kolde øl.

DAG 2:**

Kl. 08.00:
Godmorgen med basser og cowboykaffe.*

Kl. 09.00-10.00:
Opsamling på aftenen, natten og hele arrangementet i lejren.
Refleksion og transfer til dagligdagen.
Kåring af vinder-team.*

Kl. 10.00:
Tak for nu!

*Med tilknyttet vejleder fra GRO.
**Hvis I ønsker overnatning i Naturlejren. Hvis ikke, så slutter arrangementet dag 1 kl. 20.30.

Det etiske ansvar

Det er vigtigt for os, at så mange som overhovedet muligt går hjem med en **succesoplevelse** i rygsækken. Vi ønsker at inspirere vores gæster til at **udforske egne kompetencer og grænser**, som kan give dem **nye handlemuligheder** i hverdagen. Men det er **vores ansvar at sørge for, at grænsen ikke bliver overtrådt** - og det tager vi meget alvorligt. **Succes styrker os, ikke nederlag.**

Derfor tilrettelægger vi altid aktiviteterne, så **alle kan være med** - **uanset alder, udelivserfaring, fysiske/psykiske udfordringer** og lignende.
Under det indledende møde vil vi derfor spørge ind til gruppen, så dette kan være med i vores planlægning fra starten af.

Forud for brugen af økse, kniv og sav afholder vi altid en kort **sikkerhedsinstruks**, så alle er med på korrekt brug. Dette betyder også, at flere føler sig trygge ved at bruge redskaberne - og vi er der også til løbende at vejlede, hvis man er i tvivl.

Vi har **opdaterede førstehjælpsbeviser** og har **altid ildslukkere i nærheden**, når vi laver **bål**.

UDSTYR

Vi har **udstyr til alle typer aktiviteter og arrangementer**, og en del af det er **genbrug**.

Vores store **Tentipi** kan huse 40 siddende personer, og siderne kan klappes op hele vejen rundt, så ca. 70 mennesker kan stå under den.

Derudover har vi **flotte, gamle porcelænstallerkener, glas og bestik til 100 personer.** Vi sætter nemlig en stor ære i, at vi sammen kan spise ved et veldækket bord.

Skulle der være andre ønsker, kan dette anskaffes eller lejes til formålet.

SAMARBEJDE

Vi har et **bredt netværk**, som vi kan trække på, hvis I ønsker noget specifikt indhold, som vi ikke selv kan levere.

Vi **samarbejder** eksempelvis med **Dansk Røde Kors**, som kan sørge for en instruktør, hvis I ønsker at få opdateret jeres **førstehjælpskundskaber**.

Eller ønsker I at arbejde mere i dybden med jeres medarbejdergruppe eller jer selv som ledere? Så samarbejder vi med en **ledelsescoach**, som kan kobles på teamdagen eller et forløb.

Det kan også være **faglige inputs** omkring **digitalisering, riskostyring, projektledelse, miljø & bæredygtighed, bushcraft, kano og kajak** eller andre frilufts-skills.

"Godt koncept og høj faglighed"

- Lena, Scrum Master, Project & Agile Center of Excellence, ATP

PRAKTISK

Vi er **mobile**, men afholder en del af vores arrangementer hos **Frederiksdal Slot & Skovdistrikt ca. 20 min. fra Københavns Rådhusplads**.
Skovdistriktet er på **ca. 200 hektar** og støder op til både **Furesøen, Mølleåen og Bagsværd Sø**, hvilket også gør stedet oplagt til vandaktiviteter.

Stedet emmer af **kulturarv**, og ejeren har nogen **spændende, bæredygtige fremtidsvisioner** for stedet, som vi kan spejle vores værdier i.

Der er **adgang til både toilet og håndvask** på stedet.

Overnatning efter et arrangement hos os kan eksempelvis ske på **Frederiksdal Sinatur Hotel & Konference**, som kun ligger **5 min. på gåben fra slottet**.

Ønsker I at afholde arrangementet et andet sted, så finder vi også ud af det.

GRO leverer alt til arrangementet - lokalitet, materialer, mad og drikke, personale og bruger den tid, der skal til i forhold til forberedelse, afholdelse og efterfølgende evaluering.

COVID-19:
Vi følger nøje myndighedernes opdateringer og anvisninger, og tager alle de nødvendige forholdsregler ift. Covid-19.

Alle arrangementer vil derfor være tilrettelagt efter dette, og der vil være både mundbind og håndsprit tilgængeligt hele dagen.

GRO Nu ApS
c/o Egholmsvej 11
2980 Kokkedal

CVR: 41679131
Mail: kontakt@gro-nu.dk
Tlf.: 3022 4003
Web: www.gro-nu.dk