

**VOS  
SEMINAIRES  
TEAM BUILDING  
STAGES SPORTIFS  
FORMATIONS**

**A L'AUBERGE  
DE LA MEIJE**  
une entreprise  
écoresponsable

**AU COEUR DU  
PARC NATIONAL  
DES ECRINS**

**ALPINISME, EAU-VIVE  
YOGA, RANDO,  
COURSE D'ORIENTATION  
FORMATION, ETC.**

**AUBERGE**  
de  
*la Meije*

Jean-Philippe et Stéphanie RIBELLINO  
61 chemin du Carrelet - La Bérarde  
38520 Saint-Christophe-en-Oisans

[www.aubergedelameije.com](http://www.aubergedelameije.com)  
[aubergedelameije38@gmail.com](mailto:aubergedelameije38@gmail.com)

04 76 79 60 92

**EURL ECRINS DE MONTAGNES**  
*une entreprise écoresponsable*  
61 chemin du Carrelet - La Bérarde  
38520 St Christophe en Oisans  
Siret : 384 709 168 - 00033 -  
TVA : FR29 384 709 168  
Capital 120 000€



## QUI SOMMES NOUS - OÙ SOMMES NOUS

### L'AUBERGE DE LA MEIJE accueille vos événements d'entreprise

Nous sommes :

Une entreprise écoresponsable et écocitoyenne  
Un lieu dédié à la connaissance, la pratique et la protection de la montagne

Nous œuvrons pour :

La valorisation des patrimoines et cultures montagnards  
La promotion d'une approche plurielle et d'une pratique élargie de la montagne

L'auberge de la Meije est immergée  
dans un territoire d'exception et d'exploration unique en France.



### LA BERARDE

#### hameau de haute montagne - village d'alpinisme

Au cœur du massif et du Parc National des Ecrins,  
La Bérarde est une source d'inspiration  
pour la découverte du milieu montagnard.

Faune et flore protégées,  
Sommets et glaciers majestueux,  
Itinéraires de découverte,  
d'initiation et confirmés,

**Le Haut-Vénéon,**  
berceau de La Bérarde,  
est un territoire d'exploration  
de l'environnement et de la montagne.





## VOTRE SEJOUR D'ENTREPRISE

### VOTRE PROJET

*Vous souhaitez :*

- Organiser un temps de formation ou une conférence pour vos collaborateurs
- Partager vos valeurs d'entreprise auprès de vos salariés, instaurer un climat de confiance et œuvrer au bien-être dans le travail de vos équipes
- Consolider la cohésion, l'harmonie et la communication au sein de vos services
- Favoriser la confiance et la gestion du stress, le dynamisme et la prise d'initiative de vos collègues

*Vous cherchez :*

- Un environnement d'exception propice à l'évasion
- La pratique d'activités out-door et immersifs



### NOTRE OFFRE

- Un hébergement adapté à vos attentes : 22 chambres de 2 à 4 personnes, privatives ou collectives (en fonction de vos besoins).
- Une restauration faite maison, avec des produits de saison, bio et locaux.
- Modularité et convivialité de nos espaces .
- Ressources documentaires sur la montagne.
- Des professionnels pour accompagner vos activités.
- Des prestataires d'activités qualifiés.
- Des formules adaptées à vos besoins.



LES CONTENUS DE SÉJOURS



**EAU VIVE :**  
des sensations fortes



**SEMINAIRE ET FORMATION :**  
espaces et modularités



**ALPINISME :**  
le sens du collectif



**LES DECOUVERTES  
EN MONTAGNE**

**YOGA :**  
la sérénité au sommet

**AUTRES DÉCOUVERTES :**  
pour approfondir le séjour





## SEMINAIRE ET FORMATION : espaces et modularités

*"La montagne est une enseignante infatigable" Walter Bonatti \**

### Vos objectifs

- Organiser une formation interne d'entreprise
- Informer et impliquer vos équipes dans un cadre out door
- Expérimenter des activités fédératrices, créant du lien et du sens dans vos équipes
- Vous immerger dans une nature préservée



### Les espaces de l'Auberge et à La Bérarde



- Une salle de conférence (60 personnes) équipée d'un vidéo projecteur, tables de travail, pour vos séances plénières.
- Des espaces intérieurs modulables pour créer des petits espaces de travail conviviaux et confortables.
- Des espaces extérieurs (terrasse, solarium) pour travailler en immersion dans les paysages de montagne.
- La vallée et les vallons du Vénéon pour pratiquer les activités

\* Alpiniste, guide de haute montagne et journaliste Italien (1930 - 2011)



## EAU VIVE : des sensations fortes

*"L'eau parle sans cesse mais jamais ne se répète". Octavio Paz \**

### Vos objectifs du séjour

- Éveiller le dépassement et la confiance en soi
- Déployer du dynamisme
- Développer l'esprit d'équipe
- Créer du défi au service du groupe
- Renforcer le sentiment d'appartenance collective
- Entreprendre une expérience commune



### Les valeurs de l'eau-vive

- Les pratiques sont variées, ludiques et intenses : rafting en collectif, Hot-dog en duo, Hydro speed en individuel. Une fois dans le bain, cocktail de sensations fortes garanties.
- La descente en rivière alpine évoque les grands espaces et l'aventure en mode trappeur dans un esprit conquête d'un monde inexploré : son fort intérieur.
- Les sports d'eau-vive nécessitent un engagement total dans un élément inhabituel, incontrôlé et indomptable. Il requiert du courage pour se jeter (au propre et au figuré) à l'eau.
- Il implique une forte concentration pour observer et étudier le parcours afin d'anticiper les embûches ; il induit de se donner des consignes pour pouvoir communiquer dans le grand bain.



### Sur le terrain

- La base Vénéon Eau Vive et ses moniteurs vous accompagne dans les eaux bleues du Vénéon au pied des glaciers des Ecrins. Ils vous garantissent une immersion extraordinaire.
- Du baptême aux formules cocktail d'expériences en passant par le stage.



## ALPINISME : le sens du collectif

*"Le bonheur ne se trouve pas au sommet de la montagne  
mais dans la façon de la gravir" Confucius \**

### Vos objectifs du séjour

- Renforcer la motivation
- Prendre des initiatives
- Développer la cohésion de groupe
- Améliorer la communication interne
- Atteindre un objectif partagé
- Créer des valeurs communes



### Les valeurs de l'alpinisme

- L'alpinisme véhicule l'esprit de la cordée, la capacité pour un groupe d'évoluer ensemble, en même temps pour atteindre le sommet.
- Dans l'imaginaire collectif, il représente l'élan de la solidarité collective, aussi bien dans le sens de l'individu au service du groupe que du collectif en soutien aux personnes.
- Dans la réalité, il **aiguise** les sens de l'observation et de l'analyse afin de pouvoir anticiper la suite de la course. Il contribue au goût de l'effort et requiert la capacité de persévérance. Il agit sur la confiance en soi tout autant que sur la vigilance, celle face aux aléas, aux risques, aux capacités collectives et individuelles.



### Sur le terrain

- Les guides du Bureau des guides de La Bérarde sont les partenaires de cette aventure. Leurs compétences et leur expertise de la haute montagne des Ecrins vous garantissent une expérience incomparable.
- Initiation en école de rochers et école de neige, nuit en refuge et course au(x) sommet(s).



## YOGA : la sérénité au sommet

*"La montagne est le meilleur endroit pour trouver la sagesse" John Muir \**

### Vos objectifs du séjour

- Apprendre à gérer son stress
- Éveiller la confiance en soi
- S'approprier la cohésion de groupe
- Fluidifier les relations
- Œuvrer pour le bien-être au travail
- Instaurer un climat de confiance



### Les valeurs du yoga

- Le yoga projette un esprit de bienveillance, d'honnêteté, d'esprit positif et maîtrise de soi. Symboliquement, il renvoie à la sérénité et la sagesse orientale. Le yoga participe au bien-être personnel et à l'harmonie collective.
- Le yoga agit sur la respiration qui fluidifie les pensées et les dénoue les tensions physiques et intellectuelles. La méditation invite à prendre du recul et permet de mieux analyser son environnement. Les mouvements contribuent au lâché prise.
- La pratique du yoga en montagne intensifie les sensations de bien-être, de déconnexion et de détente. L'immensité des paysages, l'air vivifiant et la tranquillité des espaces renforcent les bienfaits du yoga

### Sur le terrain

- Vanessa Prévot et Florence Crosasso, professeurs diplômées, guident les séances.
- Des cours collectifs classiques (adaptés ou intensifs ou d'approfondissement) en association d'un séjour sportif.
- Des stages pour un séjour dédié au yoga.
- Des formules Arts & Yoga pour associer expression artistique et pratique corporelle.





## AUTRES DÉCOUVERTES : pour approfondir le séjour

*"La montagne est là pour nous rappeler que rien n'est impossible"*

Anonyme

### Vos objectifs du séjour

- Se sentir en sécurité
- Appréhender de nouveaux univers
- S'approprier la cohésion de groupe
- Fluidifier les relations
- Œuvrer pour le bien-être au travail
- Instaurer le respect et la responsabilisation collective



### Les propositions de contenu

- Randonnées naturalistes pour découvrir la faune, la flore et la géologie ;  
Course d'orientation pour créer du dynamisme et de la performance.
- Fresques du climat et de la montagne, Enquête climatique, etc. : des conférences, ateliers ou cycles de formation pour comprendre le changement climatique et connaître son impact sur la montagne.
- Et aussi... La sécurité et les secours en montagne : comprendre les dangers en montagne et prendre les mesures de prévention individuelles et collectives, connaître l'organisation des secours en montagne, dialoguer avec les secouristes de terrain : le PGHM
- ... L'impact des activités humaines sur les écosystèmes montagnards

### Sur le terrain

- Les Accompagnateurs en montagnes de l'Oisans sont les partenaires de ces découvertes.
- Les glaciologues de l'association NEVE partagent leurs compétences et expertises pour comprendre des sciences du climat.
- Le PGHM (peloton de gendarmerie de haute montagne) en poste à La Bérarde présente les secours et leurs actions de terrain.
- Les outils et la médiation de l'Auberge de la Meije pour une médiation et pédagogie partagées





## EN PRATIQUE

### Comment construire votre séjour

- Nous vous avons présenté du contenu thématique sans séjour type ou clé en main.
- Vous pouvez ainsi moduler votre séjour dans la durée et dans son contenu en fonction de vos propres objectifs d'entreprise et de votre projet initial.
- Toutes les sorties, activités et animations ont lieu en Oisans et principalement à La Bérarde. Nos prestataires éloignés de l'Oisans se déplacent jusqu'à La Bérarde.
- Pour votre confort, il est préférable d'effectuer un séjour de minimum 2 jours.
- Contactez-nous, nous pouvons vous accompagner dans la construction de votre projet

### Les acteurs



MEIJE ECRINS



### Votre interlocuteur



Jean-Philippe et Stéphanie RIBELLINO  
61 chemin du Carrelet - La Bérarde  
38520 Saint-Christophe-en-Oisans

[www.aubergedelameije.com](http://www.aubergedelameije.com)

[aubergedelameije38@gmail.com](mailto:aubergedelameije38@gmail.com)

04 76 79 60 92

