

Evento de Bienestar:

“El bienestar se planifica y se organiza con intención”.

Fecha: _____

Lugar: _____

Equipo / Departamento: _____

1. INTENCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Tipo de experiencia

- ☐ Taller hands-on
- ☐ Charla / Conferencia
- ☐ Demostración
- ☐ Actividad híbrida
- ☐ Otra: _____

Objetivo principal (elige al menos uno):

- ☐ Manejar mejor el estrés
- ☐ Fomentar conexión y sentido de equipo
- ☐ Celebrar o cerrar un ciclo
- ☐ Introducir hábitos de pausa y bienestar
- ☐ Otro: _____



Duración estimada: _____

Modalidad: ☐ Presencial ☐ Remota ☐ Mixta

2. COORDINACIÓN DEL RECURSO / FACILITADOR

- ☐ Área de estacionamiento reservada
- ☐ Persona de contacto asignada para el día del evento
- ☐ Hora de llegada acordada (incluye tiempo de buffer)
- ☐ Acceso para bajar materiales o equipo
- ☐ Mesa o superficie de apoyo disponible
- ☐ Acceso a agua / electricidad (si aplica)

Nombre del recurso / facilitador: _____

Nombre de asistente(s): _____

Contactos el día del evento: _____

3. ESPACIO Y AMBIENTE

- ☐ Espacio interior / exterior confirmado
- ☐ Ventilación, sombra o clima adecuado
- ☐ Nivel de ruido controlado
- ☐ Sillas necesarias: _____
- ☐ Mesas necesarias: _____
- ☐ Iluminación adecuada
- ☐ Tiempo asignado para montaje previo

Notas del espacio:





4. PARTICIPANTES

Número estimado de participantes confirmados: _____

- ☐ Comunicación previa enviada
- ☐ Indicaciones claras sobre vestimenta (si aplica)
- ☐ Consideraciones de accesibilidad o movilidad
- ☐ Tiempo protegido en agenda (sin reuniones paralelas)
- ☐ Meriendas

Observaciones del grupo:

5. CIERRE DE LA EXPERIENCIA

- ☐ Espacio breve de reflexión y/o evaluación
- ☐ Evidencia del evento (fotos, nota interna, registro)
- ☐ Feedback recogido
- ☐ Agradecimiento al equipo / participantes

Notas de cierre:

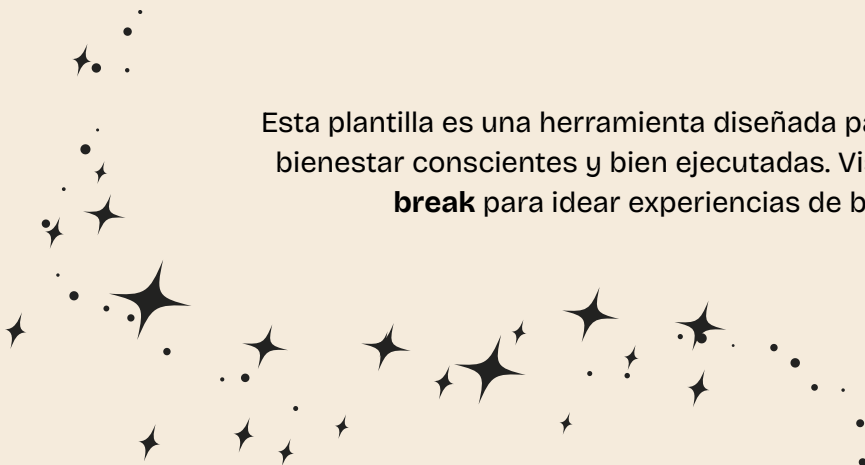




6. CONTINUIDAD DEL BIENESTAR

- ☐ Próximo evento o experiencia sugerida
- ☐ Repetir la experiencia
- ☐ Explorar otro formato de bienestar
- ☐ Conversación con liderazgo / RRHH

Ideas para próximos pasos:



Esta plantilla es una herramienta diseñada para facilitar experiencias de bienestar conscientes y bien ejecutadas. Visita **Agrochic.com/garden-break** para idear experiencias de bienestar en contacto con la naturaleza.

