



GLOBAL UNPLUG

RETREAT DIGITAL DETOX

*Mella
natura*





GLOBAL UNPLUG

GLOBAL UNPLUG

Global Unplug propone una soluzione strutturata: creare spazi e tempi protetti di **disconnessione digitale**, in contesti naturali e di benessere, dove le persone possano:

- rallentare
- recuperare energia
- rafforzare i legami
- riscoprire motivazione e focus

Il digital detox non è una rinuncia, ma uno strumento di rigenerazione e consapevolezza.



COSA OFFRIAMO

- Esperienze immersive nella **natura**
- **Digital detox** strutturato su misura
- Attività di **team building** ad alto impatto
- **Workshop** esperienziali e formativi



Global Unplug assicura **flessibilità** per ogni esigenza aziendale proponendo:

- Tre durate (**half day, one day, weekend**)
- Due linee esperienziali (**Luxury e Adventure**)

Questa struttura consente alle aziende di scegliere l'**esperienza più adatta** in base a:

- tempo disponibile
- obiettivi HR
- budget
- profilo del team

I NOSTRI PACCHETTI

Adventure



Gli **Adventure Retreat** sono pensati per team dinamici che trovano nel **movimento** una fonte di connessione e crescita. La natura diventa uno spazio esperienziale dove:

- **superare i propri limiti**
- collaborare
- costruire fiducia.

Attività sportive, trekking, passeggiate in borghi sono il contesto ideale per riconnettersi con la realtà.

Luxury



I **Luxury Retreat** sono pensati per chi associa il benessere al **relax** e alla **cura di sé**. Sono ideali per contesti ad alta pressione, dove lo stress accumulato richiede un recupero profondo e strutturato.

La natura e la spa diventano strumenti per ristabilire **equilibrio mentale ed emotivo** e per prendersi una pausa dall'iperconnessione.

HALF DAY RETREAT

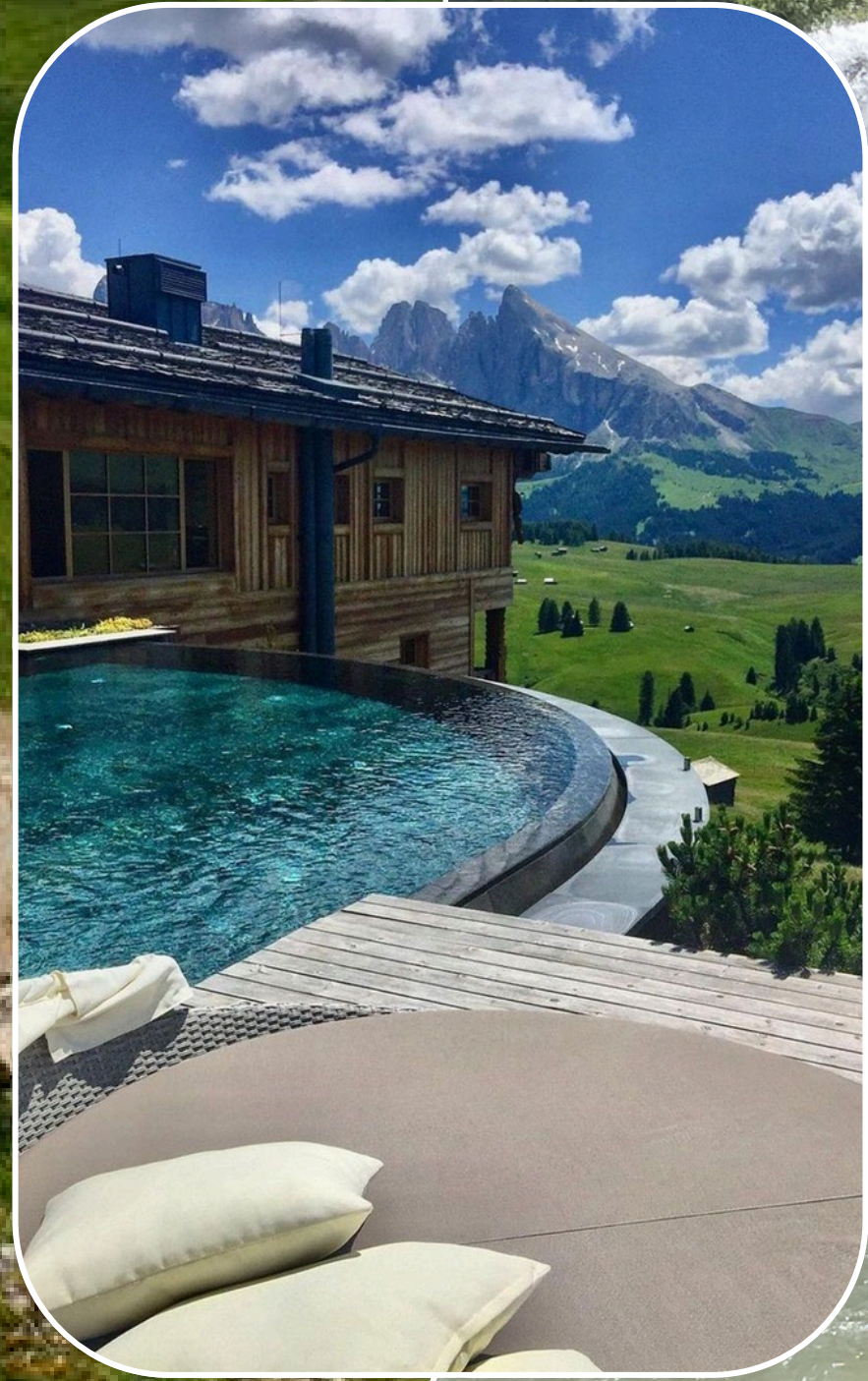
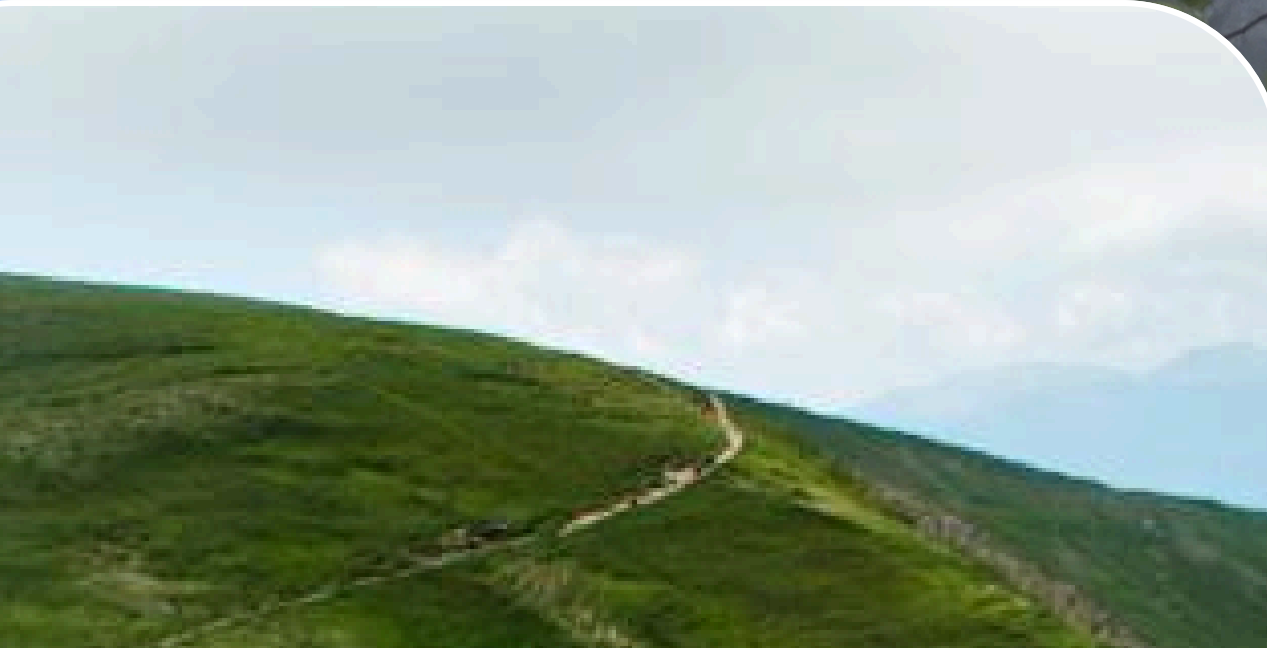
L'**Half Day Retreat** è pensato per aziende che desiderano offrire ai propri team una **pausa rigenerante** dal ritmo lavorativo, senza allontanarsi troppo dalle attività quotidiane.

OPZIONE LUXURY

L'esperienza Luxury è focalizzata sul **rilassamento profondo** e sulla riduzione dello stress. Include accesso a spazi **spa o wellness** e sessioni di **mindfulness guidata**, pensati per aiutare i partecipanti a rallentare, recuperare energia mentale e ritrovare concentrazione.

OPZIONE ADVENTURE

L'esperienza Adventure privilegia **movimento e natura**. Attraverso **attività outdoor** leggere, team challenge e meditazione in ambiente naturale, i partecipanti rafforzano il senso di gruppo e ritrovano energia condivisa, lontani da schermi e notifiche.



ONE DAY RETREAT



Il **One Day Retreat** è una giornata interamente dedicata al **benessere psicofisico** e alla qualità delle relazioni. Il tempo esteso permette una disconnessione digitale più profonda e una maggiore integrazione tra attività esperienziali, riflessione e team building.

OPZIONE LUXURY

L'opzione Luxury offre un'esperienza di **rigenerazione** completa. La giornata alterna momenti di **spa, relax** e pratiche di consapevolezza a **workshop** dedicati al **team building**, alla **gestione dello stress** e all'equilibrio emotivo. Il focus è sul recupero mentale e sulla prevenzione del burnout, in un contesto di comfort e qualità elevata.

OPZIONE ADVENTURE

L'opzione Adventure combina **attività outdoor** strutturate, movimento nella natura e momenti di **riflessione guidata**. **Trekking, sport soft** e pratiche di mindfulness attiva diventano strumenti per migliorare collaborazione, leadership diffusa e fiducia reciproca.



WEEKEND RETREAT



La durata di 2–3 giorni del **Weekend Retreat** crea le condizioni ideali per un vero **reset mentale ed emotivo**. Il contesto immersivo favorisce relazioni autentiche, introspezione e recupero profondo, con **effetti duraturi** nel tempo.

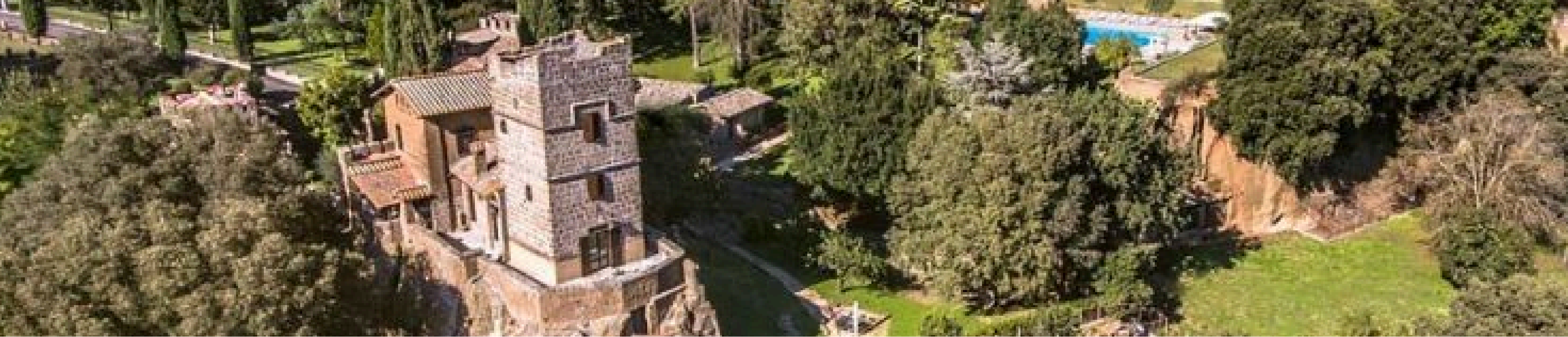
OPZIONE LUXURY

Il Weekend Luxury include **soggiorno in resort o spa** di alta qualità, **trattamenti benessere**, sessioni di mindfulness e **workshop di benessere psicologico** focalizzati su prevenzione del burnout, work-life balance e consapevolezza digitale, favorendo un ritorno al lavoro più lucido e centrato.

OPZIONE ADVENTURE

Il Weekend Adventure è un'immersione completa nella natura come spazio di crescita personale e collettiva. **Attività sportive, trekking, meditazione** all'aperto e **workshop psicologici** accompagnano i partecipanti in un percorso di superamento dei limiti, costruzione della **fiducia** e rafforzamento dello **spirito di gruppo**.





PERCHÉ GLOBAL UNPLUG

*Non offriamo eventi, ma
esperienze trasformative.*

INTEGRAZIONE TRA DIGITAL DETOX, BENESSERE,
NATURA E TEAM BUILDING

APPROCCIO PROFESSIONALE E
PERSONALIZZATO

ATTENZIONE AI BISOGNI REALI DELLE
AZIENDE

UN TEAM UNICO DI EVENT MANAGERS,
FORMATORI E PSICOLOGI

Un investimento per le aziende

I retreat Global Unplug generano valore per l'azienda perché:

- migliorano il **benessere dei dipendenti**
- rafforzano la **cultura aziendale**
- aumentano **engagement e produttività**
- supportano le strategie di employer branding

Il benessere diventa parte integrante della strategia aziendale.





GLOBAL UNPLUG

Contatti

**Contattaci per maggiori
informazioni e per prenotare il tuo
retreat Global Unplug.**

+39-380-1326094

E-mail: globalunplug@gmail.com

www.globalunplug.com

Roma - Italia

