

À destination des 16-25 ans

---



# LIBERO

## Remobilisation

---

SE CONSTRUIRE, S'ÉPANOUIR, PROGRESSER

# LIBERO et les 16-25 ans

## REMOBILISATION et PRÉFORMATIONS



**Le football est un formidable média d'apprentissage pour les 16-25 ans !** Confrontés à des difficultés dans des structures classiques, déscolarisés, «empêchés», en difficulté, les jeunes trouvent, dans cette activité, si elle est bien utilisée, un cadre et de multiples éléments de **construction positive**. Convaincus de la force éducative et des valeurs liées à cet outil, il nous est apparu naturel de **poser une passerelle entre la pratique du football et le monde du travail**.

Ainsi, autour de ce sport, avons-nous créé des modules d'apprentissage et une méthode, via des modalités pédagogiques originales et innovantes, entre salle et terrain, pour conduire les 16-25 ans à s'insérer et se former sereinement à l'univers professionnel.

Pour toucher l'ensemble des 16-25 ans, nous avons pris pour modèle les clubs professionnels, riches d'attraits pour ce public, et pensé notre offre à deux niveaux, entre préformation et formation. Le premier, sous la forme d'**un stage de remobilisation**, pour amener **un jeune à acquérir des compétences de base**, afin de changer le regard qu'il porte sur lui, sur ses pairs, sur l'autorité et la Loi, le travail et la société, et **le préparer à un retour en formation**.

Second **palier d'évolution**, nous **proposons au jeune**, et notamment celui qui souhaite se diriger vers les brevets sportifs et métiers de l'animation, une formation préqualifiante **sur la connaissance de soi, celle de son public**, entre fonctionnement, leviers d'apprentissage et communication, **les piliers de l'apprentissage et l'animation d'une séance**.

Nos ateliers, chargés de sens, permettent au jeune de **s'inscrire dans un dispositif humain et collaboratif pour se préparer au mieux à son insertion et à sa réalisation future dans la vie active**.

*Libero*

### NOUS CONTACTER

SARL LIBERO, Organisme de Formation, 5, allées de Tourny, 33000 Bordeaux

BORDEAUX : Pascal STEFANI / 06 67 47 59 34 / pascalstefani@liberoformations.fr

MONTPELLIER : Mohamed BERRAG / 06 50 45 89 06 / mohamedberrag@liberoformations.fr

PARIS : Frédéric HAMELIN / 06 28 57 85 98 / frederichamelin@liberoformations.fr

# Nous sommes LIBERO

## Histoire et MISSIONS

Quinze années durant, nous avons sillonné la France du football pour l'association Foot Citoyen, à des fins d'éducation et de formation. Au gré de nos actions et des milliers de personnes rencontrées, nous avons effectué une expertise des pratiques et construit notre philosophie, avec pour élément central l'épanouissement du jeune.

Cette approche a montré son efficacité tout au long de stages d'éducation à la citoyenneté menés pour l'association Foot Citoyen, dans le cadre d'une convention passée avec la Protection Judiciaire de la Jeunesse. Un savoir faire mis à l'honneur dans le «Guide des bonnes pratiques de la prévention de la délinquance», réalisé par les Ministères de la Justice, de l'Éducation Nationale et de l'Intérieur.

Convaincus de notre démarche, nous sommes devenus formateurs professionnels. Aujourd'hui, sous le nom de Libero, **nous proposons** :

- **De repérer** des jeunes passés au travers du maillage de réinsertion existant
- **De les remobiliser** et leur faire acquérir les compétences de base
- **De mettre en lien** ces jeunes avec des acteurs ressources
- **D'animer des modules** d'apprentissage innovants pour les futurs éducateurs
- **De travailler en immersion** et de créer du lien avec les structures locales, maisons pour tous, centres sociaux, clubs...

## Méthode et ACTIVITÉS

Pour que les valeurs et principes transmis ne restent pas que les mots d'un moment, il nous est apparu important d'utiliser une forme d'enseignement où le jeune, en difficulté avec le «système classique», soit réellement acteur de son apprentissage.

Pour nous montrer efficaces avec notre public, nous utilisons :

- Une diversité de **supports concrets et parlants**
- Des **techniques d'animation interactives**
- Une **pratique sportive spécifique** en lien avec nos thématiques.



### Ateliers en salle (matin)

- Débats mouvants
- Ateliers vidéo (vidéos de football)
- Travaux de groupe
- Quiz, jeux de rôle et de société
- Mises en situation

### Ateliers terrain (après midi)

- matchs thématiques, animation et construction d'exercices et séances

### Rendu

- Observation et évaluation des compétences sportives et psychosociales
- Bilans individuels et collectifs



## Nos ATOUTS

- Formateurs professionnels certifiés
- Éducateurs sportifs diplômés
- Réalisation de vidéos pédagogiques
- Utilisation des outils numériques de formation et de la ludopédagogie
- Connaissance de tous les publics, jeunes et éducateurs
- 15 années de pratique dans l'éducation et la citoyenneté
- Réseau d'experts scientifiques, éducatifs et terrain

## Notre ÉQUIPE

**Mohamed BERRAG**  
Tél.: 06 50 45 89 06



Âge : 33 ans

**Signes particuliers** : titulaire BMF, spécialiste outils numériques de formation et exercices terrain ludopédagogiques

**Frédéric HAMELIN**  
Tél.: 06 28 57 85 98



Âge : 57 ans

**Signes particuliers** : Journaliste sportif (Onze Mondial, Foot Citoyen), diplômé initiateur et éducateur foot (BMF), spécialiste ingénierie pédagogique de formation et histoire du football

**Pascal STEFANI**  
Tél.: 06 67 47 59 34



Âge : 42 ans

**Signes particuliers** : reporter Foot Citoyen Magazine, diplômé en préparation mentale, spécialiste supports vidéos de formation, spécialiste en sciences humaines

# Remobilisation

---



4 x 1 journée  
28 heures

# REMOBILISATION

Ce stage de remobilisation a pour but premier de remettre en action des jeunes, qui aspirent à travailler sans y être véritablement préparés. Au-delà de cette mise en action, nos ateliers pédagogiques et sportifs amènent à repérer, valoriser et transférer des compétences exprimées et observées à des fins de construction de projet et de formation professionnelle.

Tout en réparant et développant l'estime de soi, le bien être physique et mental du jeune, nous utilisons le football pour l'amener à prendre conscience de sa valeur et son apport à un groupe. En salle ou sur le terrain, le jeune interagit avec l'autre, s'exprime, argumente, joue, anime et adopte des comportements qui le font grandir et vont lui permettre de faire reculer sa peur face à ce monde du travail inconnu. Ce stage, sportif et citoyen, se décompose en 4 modules.

Mis en confiance et motivés grâce à une méthode valorisante et positive, nos 16-25 ans montrent leur envie et plaisir de faire, retrouvent des bases sociales et repères et se projettent vers l'après.



## NOS MODULES

### 1. Rôle et place de l'individu au sein du collectif

S'impliquer dans un projet commun ; mettre ses qualités au service de l'autre ; retrouver confiance et s'épanouir de manière individuelle et collective.

### 2. Travail sur les comportements : respect de soi et de l'autre

Se respecter et respecter l'autre ; travailler sur l'estime de soi, l'image renvoyée et la gestion de ses émotions en situation de stress et de pression.

### 3. Rapport à la Loi, à la règle et à l'autorité

Travailler et faire évoluer son rapport à la Loi et à l'autorité ; comprendre l'importance de la Loi, sa mission de protection première et le rôle de la sanction ; vaincre un sentiment d'injustice et de frustration ;

### 4. Fixer et tenir des objectifs

Vaincre la peur de l'inconnu ; se projeter ; fixer des objectifs, accessibles, atteignables et mesurables, via des séances de réflexion, création et d'animation de séances d'entraînement

## Informations

**Capacité accueil par stage** : 8 à 12 jeunes de 16 à 25 ans

**Domaine** : développement professionnel et personnel

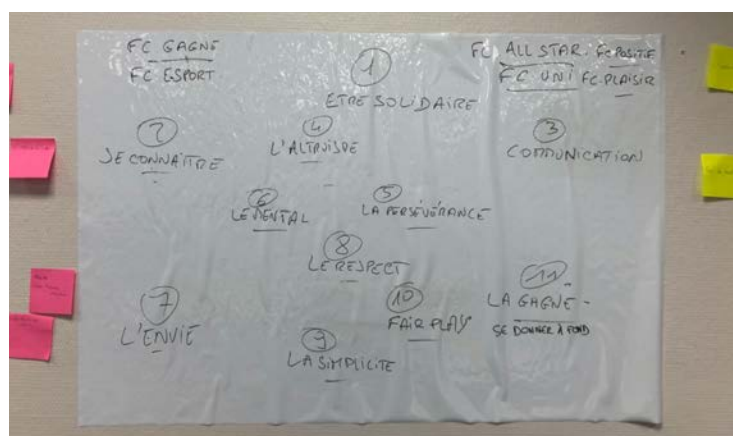
**Public** : 16-25 ans, PJJ, école 2nde chance, MLI, Pôle emploi...

# REMOBILISATION #1

## Rôle et place de l'individu au sein du collectif

En manque de sécurité et de repères, un jeune a tendance à s'isoler et à se renfermer sur lui-même ou auprès d'un groupe de pairs, privilégiant l'entre-soi et un espace de vie sans lien vers l'extérieur. Pour sortir de cette situation, l'apprenant a besoin de s'ouvrir à nouveau, retrouver confiance en soi et en l'autre, comprendre et reprendre sa place au sein d'un collectif.

Le football, à travers son histoire et ses valeurs, permet de tisser des liens entre chacun, joueurs, entraîneurs, arbitres, spectateurs. Nos ateliers amènent chacun, partenaires ou adversaires de jeu, à s'impliquer dans un projet commun et à faire preuve de solidarité et d'esprit d'équipe, permettant alors l'épanouissement de chacun et du collectif.



### Programme et objectifs

1. Se connaître : définir son rapport au sport, ses motivations, ses représentations et ses besoins
2. Connaître l'autre : prendre conscience des perceptions, des représentations et des besoins de l'autre
3. Établir des valeurs et règles collectives nécessaires à la cohésion d'équipe
4. Respecter les règles de vie et de fonctionnement du groupe
5. Comprendre et respecter les consignes
6. Imaginer et mettre en place une stratégie collective

**Fabien, 17 ans : « J'ai retenu qu'avec la motivation, tous les rêves sont permis. Avec vous, c'était bien ! Même si on ne sait pas jouer, on se sent important. »**

# REMOBILISATION #2

## Travail sur les comportements : respect de soi et de l'autre

L'insertion sociale et socio professionnelle implique un comportement respectueux de soi et de l'autre et une image renvoyée positive. Mais, parce que «Ressembler au groupe, c'est (pour beaucoup) en faire partie», nombreux sont ceux qui s'oublient et délaissent, alors, leur créativité et leur sens critique, mais aussi les règles communes à tous pour privilégier celles de leurs pairs, quitte à se positionner dans le «hors-la-Loi» afin de prouver leur attachement.

Pourtant, se respecter et respecter l'autre, avoir conscience de soi et posséder de l'empathie pour l'autre, notions souvent liées, amènent à poser les fondations d'une construction future plus solide.



### Programme et objectifs

1. Communiquer au sein du groupe : comment interagir pour mieux collaborer
2. Adopter une communication bienveillante et constructive
3. Mesurer l'importance de l'image et travailler sa posture et ses comportements dans la relation à l'autre
4. Développer son bien être physique et mental
5. Comprendre et respecter les consignes
6. Accroître l'écoute active et prendre en compte l'avis de l'autre
7. Se maîtriser, gérer sa frustration et appréhender ses émotions
8. Sortir de la pensée commune, construire un avis et argumenter

**Anthony, 25 ans : «J'ai retenu qu'il faut respecter les personnes avec qui on vit, savoir partager avec les gens, ne pas rester dans son coin, ne pas laisser les personnes, plus nulles que les autres, en difficulté, il faut les aider. Il faut aider son prochain. Dehors, tu n'apprends pas ça, dehors, c'est chacun pour sa peau. »**

## Rapport à la Loi, à la règle et à l'autorité

L'exercice de l'autorité, l'application et le respect des Lois ont pour objectif de renforcer la cohésion sociale. Cela facilite aussi la régulation et l'enrichissement des rapports entre citoyens et favorise le développement personnel de chacun. Mais, aujourd'hui, aucune figure de l'autorité n'est à l'abri de la contestation. Il en va de même sur les terrains de football, où l'enjeu, qu'il soit financier, lié aux résultats ou passionnel, conduit à l'irrespect et la remise en question fréquente des arbitres et de leurs décisions.

Un terreau propice qui nous permet de travailler sur le pourquoi d'une décision, ainsi que les émotions, la frustration et le sentiment d'injustice qu'elle peut engendrer chez les jeunes. Cette approche facilite le parallèle avec leur quotidien et leurs représentations et initie un changement de regard sur l'autorité. Un élément essentiel dans la construction de chacun, l'insertion dans le monde du travail et le «Vivre ensemble» dans une société laïque et républicaine.



### Programme et objectifs

1. Définir son rapport à la Loi, la règle : analyses de situations réelles et du principe du «Pas vu, pas pris»
2. Mettre en relation la tricherie entre sport et quotidien
3. Comprendre l'importance et le rôle des Lois et des règles sur soi et sur la vie en société
4. Appréhender le sentiment d'injustice et l'impact de la pression : travail sur les réactions et les émotions
5. Rapport à l'autorité : définir et comprendre les attentes de chacun, jeunes et autorité, et mise en parallèle avec le monde de l'entreprise
6. Mesurer les conséquences de ses actes
7. Créer, appliquer et faire respecter des Lois, règles et consignes

**Rayan, 16 ans : « Au foot et dans la vie de tous les jours, sans Loi, sans règle, sans arbitre ou policier, sans personne pour la faire respecter et nous protéger, c'est impossible... On ne peut plus jouer ou vivre ensemble. »**



# REMOBILISATION #4

## Fixer et tenir des objectifs



L'inconnu fait peur. Plutôt que de l'affronter, de nombreux jeunes préfèrent la fuite et l'inhibition, amenant à subir les choses et à développer le «Je ne sais pas», quand il est question d'avenir à court et long termes.

La compréhension, la mise en place et la tenue d'objectifs, expliquées et appliquées via le media foot et l'animation d'exercices, permettent de vaincre l'inertie initiale et de trouver, rapidement, la confiance nécessaire pour se (re) mettre en action et avancer.

Le jeune, seul à savoir ce dont il est capable, fixe des buts qui répondent à ses attentes, donnent du sens à qui il est et ce qu'il fait. Au bout d'une envie devenue réalité, il est valorisé et trouve un épanouissement, booster de l'estime de soi. Au-delà de ce stage, cette démarche va amener le jeune à poser de nouvelles bases de fonctionnement et sentir une évolution et du bien être dans son parcours de vie.

### Programme et objectifs

1. Définir la notion d'objectifs, pertinents, atteignables et mesurables sur et hors du terrain
2. Identifier ses axes de progression, ses envies et ses besoins, en tant que joueur et citoyen
3. Se fixer des objectifs à court, moyen et long termes au niveau individuel et collectif, personnel et professionnel
4. Imaginer et animer un atelier d'entraînement, en définissant des objectifs immédiats et à plus long terme, en tenant compte de son public
5. Donner ses consignes et expliquer ses objectifs de manière claire et précise
6. Analyser une situation, gérer des imprévus et s'adapter



**Ludo, 18 ans :** « *Quand on m'a donné la consigne d'imaginer un exercice d'entraînement, j'ai pensé que je n'étais pas capable de le faire. Après réflexion et avoir commencé à écrire mes objectifs, j'ai vu que je pouvais y arriver. Quand je l'ai mis en place, j'ai réalisé à quel point j'aimais faire ça.* »

# REMOBILISATION

## RÉSULTATS ATTENDUS

Objectifs fixés selon la grille d'acquisition des compétences psychosociales basée sur le référentiel des compétences fortes ICEA

- Être dans l'échange et le débat sans être dans le conflit, argumenter et défendre son avis
- Avoir une réflexion critique et créative
- Communiquer efficacement
- Développer l'esprit et la cohésion d'équipe
- Repérer les règles annoncées et les règles non dites
- Résoudre des problèmes
- Prendre des décisions
- Gérer la pression, les émotions et l'injustice
- Comprendre, transmettre et accepter des consignes
- Se remettre en question
- Observer et s'adapter
- Gagner en confiance
- Organiser et s'organiser
- Trouver sa motivation et être persévérant
- S'exprimer respectueusement, avec un vocabulaire soigné, précis et adapté
- Avoir une posture positive et bienveillante
- Fixer et déterminer la faisabilité d'objectifs
- Être autonome et prendre des initiatives
- Mesurer les conséquences de ses actes
- Gérer un groupe

## TÉMOIGNAGES

### ISAAC, 18 ANS

« Le message que je retiens, c'est le respect sous toutes ses formes, de l'arbitre, des partenaires, de l'adversaire, et dans le jeu. Faire des passes, être dans le collectif, penser aux autres... Ce sont vraiment des valeurs qui sont applicables dans notre quotidien. »

### KARIM, 18 ANS

« Après avoir été écarté d'un centre de formation d'un club pro, je n'avais plus la passion, alors que je l'avais depuis l'âge de 4 ans. Depuis un an et demi, deux ans, je ne jouais plus du tout. Et là, franchement, avec vous, avec ce stage, vous m'avez redonné l'envie. La motivation est revenue ! »

### YANIS, 16 ANS

« Normalement, je m'énerve vite, et là, pendant trois jours, avec vous, je ne me suis pas énervé. Je suis hyper actif... C'était amusant. J'ai appris à respecter les gens, mieux que d'habitude. Au niveau du langage, j'ai fait des efforts, mais il faut que j'arrête de parler tout le temps comme un mec des cités... Parce que, non seulement, vous n'allez pas me comprendre, mais vous allez le prendre comme de l'impolitesse... J'ai encore des efforts à faire pour qu'on aille l'un vers l'autre... »

### AURÉLIEN, 16 ANS

« J'ai appris à connaître de nouvelles personnes, à vivre en société. Et j'ai appris beaucoup de choses sur l'arbitrage et les Lois au quotidien. Vous avez posé des passerelles entre le foot et notre vie. Vous nous avez montré qu'il y avait des règles partout qu'il faut savoir respecter, sinon on est sanctionné, sur le terrain comme à l'extérieur. Mais le message que je retiens surtout, c'est la solidarité et la confiance. »

### FLORIAN, 20 ANS

« Ce qui m'a marqué, déjà, c'est le respect et l'esprit d'équipe. Ça m'a fait du bien. Aujourd'hui, je suis dans le bien être. Il y a eu du changement chez moi. Je fais du foot ! Je me sens mieux, je dors mieux. Ça m'a motivé pour aller de l'avant. J'ai osé jouer au foot avec mon petit neveu. Vous m'avez donné envie, vous m'avez fait confiance. Je me suis senti valorisé. »

# REMOBILISATION

## TÉMOIGNAGES



**ALEXANDRE, 21 ANS**

*« Grâce à votre action, j'ai repris confiance en moi. Ça m'a permis de ne pas oublier que, malgré tous les soucis, il y a toujours une porte de sortie. Avec vous, c'était bien plus que tout ce que j'avais pu connaître. Avec vos mots, avec la manière dont vous nous parlez, vous nous avez transcendés, changés. Vous nous avez donné envie de faire, de nous impliquer, de nous dépasser. Vous nous avez apporté du respect et, surtout, redonné de la dignité. Après tous ces mois difficiles, j'ai pu décompresser. J'ai dégagé toute ma haine. »*



**SE CONSTRUIRE  
S'ÉPANOUIR  
PROGRESSER**

**À TRAVERS  
LE FOOTBALL**

# LIBERO

## Formations

### NOUS CONTACTER



SARL LIBERO, Organisme de Formation, 5, allées de Tourny, 33000 Bordeaux  
BORDEAUX : Pascal STEFANI / 06 67 47 59 34 / pascalstefani@liberoformations.fr  
MONTPELLIER : Mohamed BERRAG / 06 50 45 89 06 / mohamedberrag@liberoformations.fr  
PARIS : Frédéric HAMELIN / 06 28 57 85 98 / frederichamelin@liberoformations.fr

Notre video