

Remob' ■ Une semaine pour trouver sa voie

Lancée en 2017, cette initiative unique en France a récemment vu le jour en Haute-Vienne à Château-Chervix. Remob' pour « remobilisation » est un programme pour aider les jeunes de 16-25 ans à envisager sereinement leur avenir, en découvrant leur potentiel, en comprenant où sont leurs besoins essentiels, leurs motivations profondes, et en leur redonnant confiance.

Bonjour. Je m'appelle Samantha et j'ai connu Remob' grâce à ma conseillère en Mission Locale. J'ai beaucoup hésité avant de m'y inscrire, et c'est principalement mon amour des chevaux qui m'a convaincue de le faire. J'ai toujours eu des problèmes de confiance en moi. Ce séjour était donc un véritable défi. Nouveau lieu, nouvelles rencontres. Je n'étais pas du tout à l'aise! Je ne savais vraiment pas à quoi m'attendre. J'appréhendais énormément.

Pourtant, au milieu de la nature et d'une ambiance conviviale, le respect est le mot-clé. Nous avons été accueillis avec le sourire par toute l'équipe.

La semaine est passée très vite. On avait une routine agréable. La première partie de la journée était théorique, avec l'étude du SISEM. Ce système assez particulier est très pratique une fois qu'on l'a compris. Il m'arrive encore de relire mon carnet, et d'appliquer les exercices dans mon quotidien. On l'étudiait le matin, et on le mettait en pratique l'après-midi. Les séances sportives alternaient entre équitation et acrobaties. Entourée d'une équipe énergique et bienveillante, j'ai pu me concentrer pleinement sur mon objectif.

Nous étions peu. Ce petit groupe m'a permis de me sentir à l'aise. Petit à petit, j'apprenais à me faire confiance ainsi qu'aux autres.

On travaille sur soi en douceur et on évolue



lue sans s'en rendre compte. Cette semaine m'a radicalement changée. J'ai appris à me connaître, à savoir ce que je voulais et surtout à ne pas avoir peur de le dire. Ce sont mes proches qui me l'ont fait remarquer et je dois admettre, avec le recul, qu'ils ont raison. Grâce à cela, j'ai pu réaliser des choses qui me paraissaient impossibles. J'ai

pu mener à bien des projets, trouver un travail, et même reprendre mes études!

Même si c'est parfois encore difficile, cette expérience m'a beaucoup aidée. Je ne regrette absolument pas mon séjour et je le recommande à ceux qui ont des doutes sur leur avenir ou sur eux-mêmes.

Samantha Menut

Pour qui ?

Si tu as entre 16 et 25 ans, que tu résides dans la région Nouvelle-Aquitaine et que tu te poses des questions sur ton avenir et/ou tes choix d'orientation, les séjours Remob' sont faits pour toi.

Quand et où ?

Pendant une semaine dans un gîte équestre situé à Château-Chervix, en Haute-Vienne, avec dix autres jeunes.

Quels sont les principes ?

Vivre une semaine avec d'autres jeunes de tous profils, l'occasion d'apprendre à écouter et exprimer ses besoins, accepter les limites des autres, mettre en place un cadre de fonctionnement commun. Seul.e.s et en groupe, les jeunes relèvent les challenges lancés par les coachs sportifs. Goût du défi, patience, méthode, inventivité, cohésion

de groupe et confiance ... Autant de pistes de développement personnel. Grâce au coaching individuel par la méthode SISEM, chacun.e va identifier ce qui le/la motive au quotidien, comprendre comment circule son énergie, comment ré-injecter cette énergie dans un projet d'avenir.

Quelles activités ?

Au travers d'activités comme l'équitation, le coaching, l'acrobatie, l'équi-coaching mais également des moments de vie en collectif, tu vas partir à la découverte de ton potentiel et de ce qui te fait vibrer. Tu ressortiras de ce séjour avec une meilleure connaissance de qui tu es et tu pourras ainsi faire les bons choix pour ton avenir.

Quels tarifs ?

Les tarifs proposés se veulent les plus accessibles afin d'accueillir tous les jeunes. Ils sont indexés sur le quotient familial :

une semaine tout compris coûte entre 70 et 650 €.

Qui contacter ?

<http://www.auberge-tilcara.com/projet-remob/>
contact@auberge-tilcara.com
Elise : 06 85 43 09 19



Auberge
Tilcara