



9, avenue de la Boétie
33160 Saint-Médard-en-Jalles
Tél : 05 56 57 57 81

www.assoajr.fr

assoajr@orange.fr

Permanences :

Lundi au vendredi 8h45 – 12h45

LE MOT DU PRÉSIDENT

Depuis plusieurs mois, la roue à aubes du « moulin à chagrins » ne cesse de tourner. Ses godets se remplissent généreusement au fil des jours et des semaines de termes aussi ésotériques qu'inquiétants, tels que cluster, covid, confinement, déconfinement, écouvillons, distanciation, tracing, quarantaine, jauge, incidence, mutants, variants, couvre-feu... etc...

Il faut bien admettre que le contexte actuel, qu'il soit sanitaire, économique ou social, ne favorise ni l'augmentation du volume d'emplois salariés, ni l'émergence de projets professionnels souvent longtemps mûris. Il suffit d'écouter les demandeurs d'emploi que nous accompagnons pour comprendre, dans cette situation, l'importance du soutien moral que les marraines et parrains peuvent leur apporter. Alors, le pessimisme aurait-il pris le pas sur l'optimisme ?

Allez, les jours se suivent et ne se ressemblent pas, et ne dit-on pas aussi qu'après la pluie, vient le beau temps? Sans attendre l'éclaircie promise à moyen terme, en exploitant judicieusement le marché caché, les fins limiers de l'AJR trouvent des « niches » adaptées aux objectifs de leurs filleul.e.s. Encore faut-il que ces dernier.e.s soient en situation psychologique favorable pour postuler, se présenter et convaincre. Comme l'écrivait Churchill, « un pessimiste voit la difficulté dans chaque opportunité

et un optimiste voit une opportunité dans chaque difficulté. »

Devenir optimiste ne veut pas dire fermer les yeux sur la vraie vie, les problèmes ou les temps difficiles, ce n'est pas non plus mettre des lunettes roses, c'est tout simplement...changer de lunettes ! Ne dit-on pas que le vrai optimiste plante deux glands et achète un hamac. Les chercheurs d'emploi qui réussissent actuellement doivent faire preuve d'une grande détermination, et savoir la rendre visible et rassurante pour le recruteur. Il est fortement déconseillé d'anticiper l'échec, car ce serait le vivre deux fois. À ce propos, chère.e.s filleul .e.s, acceptez cet aveu d'ignorance : si malgré votre riche portefeuille de compétences pour le poste proposé vous ne l'obtenez pas, c'est que votre interlocuteur(trice) qui ne vous connaît pas, ne vous aime pas (et vous non plus peut-être).

Je lance donc un appel aux éminents scientifiques, car je n'ai toujours pas réussi à percer le secret de cette mystérieuse alchimie d'échanges moléculaires, souvent constatée et toujours déplorée (n'est-ce pas mesdames ?) qui révèle vite l'absence d'affinités entre deux personnes qui doivent se choisir mutuellement. Ce que les philosophes grecs Démocrite et Épicure ont appelé les fameux « atomes crochus ».

Jean-Louis SARAUDY

LES CHIFFRES DU MOIS FÉVRIER-MARS

35
PARRAINAGES

20
NOUVEAUX FILLEULS

7
FILLEULS HEUREUX

DANS CE NUMÉRO

Les postures à éviter en entretien

Passport for a job



Source : Freepick



LES ATELIERS DU MOIS

Inscription préalable auprès du secrétariat

Les premiers pas sur LinkedIn
2 avril de 13h00 à 16h00
30 avril de 14h00 à 17h00

Sophrologie
7 avril de 10h00 à 12h00
21 avril de 10h00 à 12h00
28 avril de 10h00 à 12h00

Échanges bon plans entre filleuls
8 avril de 9h00 à 12h15

CV Lettre de motivation
12 avril de 9h00 à 12h00

Les étapes du recrutement
12 avril de 13h30 à 16h30

Communication de soi
14 avril de 9h00 à 12h00
14 avril de 14h00 à 17h00

Préparation à l'entretien d'embauche
26 avril de 10h00 à 12h00

Comment réseauter efficacement
26 avril de 13h30 à 17h00



LES POSTURES À ÉVITER EN ENTRETIEN

Il n'y a pas que vos paroles qui sont analysées lors d'un entretien d'embauche, les recruteurs vous jugent aussi sur votre attitude et votre façon de vous tenir. Certains gestes ont le don de les énerver. Voici un recensement des postures à éviter.

1- UNE POIGNÉE DE MAIN MOLLE

Premier contact entre le candidat et l'employeur, la poignée de main donne le ton à l'entretien. Elle est déjà révélatrice d'une certaine personnalité : timide, assurée, prétentieuse ou effacée. La poignée de main idéale est franche sans être trop appuyée. Veillez à ne pas avoir les mains moites ou collantes, l'impression laissée serait peu agréable...

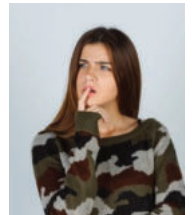


2- LES BRAS CROISÉS

Un candidat assis les bras croisés est sur la défensive, c'est un signe de repli et de protection. Il n'est pas ouvert à la discussion, or un entretien d'embauche est avant tout un échange.

3- LA MAIN DEVANT LA BOUCHE

Parler avec les doigts sur les lèvres ou la main en opposition avec la bouche interpellera toujours le recruteur. Cette gestuelle traduit une certaine contradiction. Le candidat est vraisemblablement en train de mentir ou, tout du moins, de masquer la vérité.



4- LE REGARD FUYANT OU TROP INSISTANT

Tous les professionnels du recrutement vous le diront : rien de pire qu'un candidat qui fuit la confrontation du regard, ce n'est pas avec la fenêtre ou vos chaussures que vous avez rendez-vous. Cette attitude peut froisser votre interlocuteur, en plus de trahir une profonde gêne. À contrario, un regard fixe insistant n'est pas non plus très apprécié. Il traduit une assurance trop prononcée et inverse le rapport de force, ce qui a le don d'énerver les recruteurs.

5- LES SOURCILS FRONCÉS

Prenez garde quand vous fronchez les sourcils, cela traduit que vous n'êtes pas en accord avec ce qu'expose votre interlocuteur. Vous remettez en cause ses paroles en faisant appel à votre jugement de valeur. Si, dans certains cas, cet esprit critique est bien vu, répété, il peut froisser le recruteur.



6- LES COUDES SUR LE BUREAU

En entretien, l'espace réservé au candidat se limite à la chaise sur laquelle il est assis. Prendre ses aises sur le bureau de l'interlocuteur peut choquer; même les coudes n'y ont pas leur place. Un candidat qui s'installe et empiète sur l'espace personnel du recruteur est perçu comme une personne envahissante et un peu trop sûre d'elle.

7- UTILISER SON TÉLÉPHONE PORTABLE

Le téléphone portable ne doit pas être allumé pendant un entretien. Vous devez être à 100 % disponible pour votre interlocuteur. Rien de plus impoli que de répondre à un appel en pleine discussion, c'est un manque de savoir-vivre et le recruteur ne vous le pardonnera pas.

8- ÊTRE AVACHI SUR SON SIÈGE

La manière de se tenir assis est peut-être le comportement le plus révélateur pour un professionnel des ressources humaines. Il existe mille et une positions assises. Quelques conseils utiles : se tenir bien droit, être calé au fond de sa chaise, se tourner bien en face, ne pas croiser les jambes, etc. Oubliez les positions courbées, de travers, avachies ou sur le bord de la chaise. Elles traduisent toutes une attitude désinvolte.

9- TOUS LES GESTES D'ANXIÉTÉ

C'est sûr, un entretien de recrutement est toujours stressant. Essayez de repérer les gestes qui trahissent habituellement votre angoisse, vous serez ainsi plus à même de les éviter : ne pas savoir où mettre ses mains, se mordre les lèvres, jouer avec un stylo, mordre un objet, tapoter sur la table ou l'accoudoir, taper du pied, etc.



Au-delà de tous ces conseils, pas de panique. S'il est préférable d'éviter tous ces gestes en entretien de recrutement, ne paniquez pas pour autant si vous fronchez les sourcils ou que vous remarquez avoir les jambes croisées. Les profils recherchés ne sont pas stéréotypés, ces gestes ne sont pas rédhibitoires, à l'exception peut-être du téléphone portable. Ce ne sont pas des critères de sélection, mais avant tout des indications sur votre personnalité.

(Photos : Source fr.reepick.com)

AJR



Parrain, mais aussi ?

**Bruno
GONTHIER**

Quand arrive le moment de mettre un terme à son activité professionnelle, il est important de se donner rapidement de nouveaux objectifs pour occuper le temps soudainement libéré.

Pour ma part, il y a d'abord eu la recherche d'une nouvelle habitation, plus conforme à nos besoins actuels, les enfants (4 filles) ayant depuis longtemps quitté le domicile familial.

Une fois bien installé au Haillan, j'ai voulu me lancer dans diverses activités bénévoles, ce qui m'a amené à me présenter à l'AJR en début d'année 2020, association dont j'avais entendu parler très favorablement par des amis et le DRH de mon entreprise.

Hélas, la pandémie a fortement perturbé le fonctionnement de l'association, ainsi que mes premiers pas en son sein. Entre les deux confinements, j'ai néanmoins pu assister à plusieurs des ateliers qui sont proposés, ce qui était important pour bien m'imprégner des outils mis à la disposition des « chercheurs d'emploi ». Je n'ai vraiment débuté une activité de parrainage que cette année, et j'espère pouvoir augmenter rapidement la liste des personnes que j'accompagnerai.

Né en Allemagne, puis ayant séjourné au Laos, mais surtout au Maroc, je suis arrivé sur la région Bordelaise à l'été 1969 ; je ne l'ai pas quittée depuis.

J'aspirais à embrasser une carrière dans l'aéronautique ; mais le jeu des concours d'écoles d'ingénieur m'a dirigé vers la chimie. De fait, au final, les entreprises dans lesquelles s'est déroulée ma carrière n'étaient pas si éloignées que ça de l'aéronautique : elles œuvraient dans la conception des systèmes de propulsion et des équipements pour missiles tactiques, mais aussi des éléments d'aéronefs civils. J'y ai exercé différentes activités dont la recherche appliquée, le business development, le pilotage d'avant-projets, et enfin la gestion des contrats.

Si j'ai pu découvrir de nombreux pays et villes dans le monde grâce à mon activité professionnelle, j'espère ardemment que la pandémie sera rapidement maîtrisée, car il y a encore plusieurs régions sur la planète que je rêve de visiter, parmi lesquelles l'Asie du Sud-est, l'Océanie, les îles du Pacifique... et le temps s'écoule trop vite !

ON PARLE DE NOUS !

À l'occasion de notre 20^e anniversaire, plusieurs médias nous ont donné la parole !

Le 4 mars, notre président a été interviewé par France Bleu Gironde dans l'émission « Impliquez-vous ». De plus, un article présentant notre mission est paru dans le magazine municipal de Saint Médard en Jalles du mois de mars, puis dans celui d'avril de Saint Aubin de Médoc. Ce sera le tour du Taillan Médoc au mois de mai.

Trois occasions de mettre en lumière l'action des bénévoles de l'AJR et de proposer leur aide aux demandeurs d'emploi de ces communes.



PASSPORT FOR A JOB

Qui n'a pas « fait » d'anglais ? Mais, surtout, qui s'en souvient encore ?

La méconnaissance de l'anglais en France est devenue légendaire hors de nos frontières. Classes surchargées, professeurs dépités, l'anglais, matière non prioritaire, a trop longtemps été négligé. Pour le lycéen, rien de grave mais soudain voici l'âge adulte et le grand choc : la mondialisation, plus de frontières, les échanges internationaux à grande échelle.

Qu'attend d'un candidat un employeur travaillant à l'international ? Qu'il sache s'exprimer correctement et comprendre sans difficultés une conversation en présentiel ou par visioconférence (les voyages d'affaires étant pour l'instant au point mort), rédiger des messages clairs et sûrs. Que de CV écartés, d'entretiens non concluants, de feux verts passant au rouge à la dernière seconde pour un English pas assez « fluent ».

« Je suis bloqué en anglais, mon prof était nul, je n'y arriverai jamais ».

NO PROBLEM : L'AJR A LA SOLUTION.

Depuis plusieurs années, des ateliers de conversation ont vu le jour par groupes de niveaux.

Pas de prof ex cathedra avec toge et chapeau carré à pompon ni de craie crissant sur un tableau noir : tout simplement un animateur formateur qui souhaitait être professeur d'anglais mais dont la vie en a décidé autrement. Ses voyages et sa profession lui ont permis de voyager bien plus qu'un enseignant et, la retraite venue, le plaisir de continuer de parler l'anglais et surtout de le faire parler aux autres a été le plus fort :

- conversation à bâtons rompus sur tout sujet pour les plus à l'aise avec, à intervalles réguliers, une pause pour corrections, répétitions avec exercices de phonétique, révisions de grammaire, développement de vocabulaire professionnel.

- pour les moins à l'aise, un rappel progressif, lent mais efficace, voire un retour réel des connaissances enfouies pour ne pas dire « refoulées » (c'est du vécu !).

La répartition par niveaux, permet à l'animateur de veiller scrupuleusement au respect et au confort de chacun qui peut s'exprimer sans pour autant pénaliser ou freiner les autres qui pourraient ainsi se retrouver retardés par un participant de plus faible niveau. Le but de ces séances est de mettre ses connaissances à jour et de les améliorer pour tenir, chacun en fonction de ses moyens, une conversation d'un niveau même modeste qui ne pourra qu'être amélioré mais qui de nos jours est devenu un MUST dans le monde du travail.

Alors ? Let's go ?

Jean-François RICHER

NOS FILLEULS RECHERCHENT

Accueil secrétariat
Adjoint administratif
Assistante administrative et comptable
Assistante bilingue
Assistante commerciale ou ACE
Assistante de direction et de comm.
Assistante marketing
Assistante RH

Cadre commercial
Chargée d'accompagnement
Chargée d'études marketing
Chargée de communication
Chargée de recrutement
Chef de projet marketing
Chef de secteur, manager commercial
Community manager

Conseillère emploi
Formatrice en anglais
Responsable de production
Responsable logistique
Responsable QSE
Responsable RH
Secrétaire médicale
Technicien systèmes embarqués

DES FILLEULS HEUREUX

Marion ANDRIAMIFIDY	CDD	Conseillère d'accueil banque
Rachel AROTSECHE	CDD	Ingénieure supply chain
Adrien BOUISSIER	CDI	Développeur web
Roxane EVANO	CDI	Gestionnaire clientèle banque
Natividad FERRAND GONZALEZ	CDI	Responsable magasin
Gaëlle GUIGNARD	CDD	Contrôleur de gestion
Anaïs MOLVEAUX	CDI	Chargée de communication