



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

www.assoajr.fr
assoajr@orange.fr

Association AJR



Permanences :
Lundi au vendredi 8h45 – 12h45

ÉDITORIAL

L'épidémie de Covid a profondément changé le rapport au travail. Aujourd'hui, les salariés cherchent du sens dans l'emploi qu'ils occupent. Certains n'hésitent pas à démissionner ou à enclencher une rupture conventionnelle sans même avoir un nouveau travail en perspective. Ils savent ce qu'ils ne veulent plus faire, mais pas encore vers quels emplois ou domaines d'activité se tourner. Pour d'autres, c'est un licenciement qui a remis en cause 20 ou 30 ans de carrière professionnelle, d'équilibre, même s'ils n'éprouvaient plus de plaisir dans le poste occupé. Face à cette situation contrainte, l'envie de faire autre chose se dessine.

Que cette période d'inactivité soit subie ou non, les mêmes questions se posent : que suis-je capable de faire ? Ne suis-je pas trop vieux pour envisager cette reconversion ? Certains, à la manière des écrivains en panne d'inspiration, se retrouvent face à une page blanche. Pour d'autres c'est l'opposé : ils fourmillent d'idées très différentes et s'éparpillent dans leurs recherches, multiplient les envois de lettres de motivation et de CV en se disant pourquoi pas moi. Les refus successifs des employeurs vont petit à petit écorner leur confiance en eux.

Nous, les bénévoles de l'AJR, avons notre rôle à jouer dans cette quête d'une nouvelle orientation. En effet, tant que le projet professionnel ne sera pas clairement défini, il ne sera pas possible d'établir un CV pertinent. Or la pression, qu'elle soit sociale ou familiale, fait que

les personnes ressentent un sentiment d'urgence à retrouver rapidement un CDI. Lorsque nous évoquons la nécessité de prendre le temps de poser les choses, nous pouvons lire de la déception dans le regard de certains. Ce que nous devons alors faire toucher du doigt à ces personnes désireuses de retrouver une vie sociale, c'est que ce temps, passé à mettre en avant les envies, les centres d'intérêt, les compétences transférables, va leur permettre de gagner du temps et d'être ensuite plus efficaces dans leurs recherches d'emplois. Elles pourront ainsi convaincre le recruteur de leur motivation et de leurs capacités à occuper le poste proposé.

En résumé, une reconversion professionnelle se réfléchit mais elle est tout à fait possible quel que soit son âge, son niveau d'études, son passé professionnel. Prendre le temps nécessaire à cette réflexion ne signifie pas forcément allonger le délai pour retrouver un emploi.

Le nombre de réorientations réussies augmente parmi les personnes accompagnées par les bénévoles qui doivent mobiliser toute leur énergie et leur "professionnalisme" pour parvenir à une issue positive.

Je conclurai par cette maxime d'Antoine de Saint-Exupéry :

« L'impossible recule toujours quand on marche vers lui ».

Nadine URBANSKI
Vice-Présidente de l'AJR

LES CHIFFRES DU MOIS

52
PARRAINAGES

7
NOUVEAUX FILLEULS

3
FILLEULS HEUREUX

DANS CE NUMÉRO

Éloge sans apologie de la mobilité
L'AJR lauréate de l'appel à projets
Témoignage
Vie de l'association



Source : Freepick





ÉLOGE SANS APOLOGIE DE LA MOBILITÉ

AGENDA DU MOIS

Sur invitation

Echanges entre filleuls

5 mai de 9h00 à 12h00

Sophrologie

14 mai de 10h30 à 12h00

21 mai de 10h00 à 12h15

CV Lettre de motivation

19 mai de 9h00 à 12h00

Les étapes du recrutement

19 mai de 14h00 à 17h00

Préparation à l'entretien d'embauche

20 mai de 14h00 à 16h00

Communication de soi

23 mai de 9h00 à 13h00

23 mai de 14h00 à 18h00

Les premiers pas sur LinkedIn

26 mai de 14h00 à 17h30

Conversation en anglais

Sur inscription selon informations transmises.

Initiation à l'informatique

Sur inscription selon informations transmises.

Randonnées

Sur inscription selon informations transmises.

LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

Réunion parrains / filleuls

15 mai de 10h00 à 12h30



Lors d'un entretien de recrutement, beaucoup de candidats entendent cette question : êtes-vous mobile ? Mais, que signifie le mot mobilité ? A-t-il le même sens pour le recruteur et le candidat ? Pas forcément.

Il y a, en effet, deux types de mobilité : la mobilité dite pendulaire et la mobilité géographique.

LA MOBILITÉ PENDULAIRE

En langage Ressources Humaines, la mobilité pendulaire est celle qui permet à un salarié d'occuper un poste dans un rayon de 40 km par exemple, ou situé à 1h de son domicile, sans avoir à déménager. C'est une information précise qu'il faut apporter au recruteur lors de l'entretien. N'ai-je pas entendu, en entretien, un candidat bordelais intra-muros annoncer une mobilité strictement limitée à la rocade ?

LA MOBILITÉ GÉOGRAPHIQUE

La mobilité géographique, quant à elle, sous-entend un changement de lieu de résidence avec déménagement, vers une région plus ou moins éloignée.

Cette mobilité comporte plusieurs degrés : elle peut être de niveau régional, national, voire international.

À compétences égales, pouvoir afficher une large mobilité représente, dans de nombreux domaines, un atout indéniable. Pour cela, il faut faire figurer cette information sur le CV, et surtout, lui consacrer une ligne distincte dans la lettre de motivation pour être sûr de sa lecture.

Aller « voir si l'herbe est plus verte ailleurs », pourquoi pas ? Crise oblige, nombreux sont les demandeurs d'emploi qui envisagent cette option. Mais pour que le changement soit profitable, plusieurs conditions doivent être réunies.

Passons rapidement sur le cas du « jeune diplômé », encore sans attaches particulières, hormis l'attrait des pins, du sable et des vagues, que l'on encourage vivement à (se) « bouger » pendant qu'il est encore temps.

Dans le cas d'un demandeur d'emploi en charge de famille et dont l'épouse travaille, il serait suicidaire de déménager sans avoir au préalable, et au minimum, trouvé son nouvel employeur. Si, ça existe !

L'important est qu'il s'agisse d'un « choix de vie du couple » qui s'accompagne d'une évolution des conditions de vie propres à susciter l'adhésion de tous les membres de la famille. Le fait de se diriger vers de meilleures conditions matérielles facilite souvent la transition, de même que la possibilité pour le conjoint de retrouver un job.

Il faut savoir que certaines villes ou entreprises sont dotées d'un service « accueil mobilité » qui accompagne les conjoints.

Un conseil : l'idéal pour celui qui envisage une mobilité est de ménager une période d'acclimatation sur place. Le temps de prendre le pouls de la nouvelle région, d'y trouver un logement, commencer à créer son réseau, se renseigner sur l'évolution dont a bénéficié le prédécesseur, et attendre la fin de l'année scolaire en cours.

La mobilité géographique présente des avantages, mais aussi des contraintes. Il faut analyser objectivement les uns et les autres, car si le « *pretium doloris* » ne se chiffre pas, il peut laisser des traces à l'heure de l'établissement du bilan « vie personnelle et professionnelle ».

Alors... Éloge ou Apologie ? À vous de juger !

Jean-Louis SARAUDY

L'AJR LAURÉATE

DE L'APPEL À PROJETS EMPLOI 2025

DE BORDEAUX MÉCÈNES SOLIDAIRES



Parrain,
mais aussi ?

Paul GAGNIERE

Bordeaux Mécènes Solidaires (BMS) remplit en Gironde une mission d'intermédiaire entre des entreprises mécènes et des associations demandeuses.

Chaque année, BMS lance des appels à projets visant :

- à favoriser l'employabilité des personnes par l'accompagnement et la levée des freins à une insertion durable
- à lutter contre toutes formes de vulnérabilité, de précarité et de violences

Considérant que l'AJR s'inscrivait bien dans ces problématiques, nous avons décidé en février de déposer notre candidature. Nous avons mis en exergue le projet de perfectionner notre accompagnement avec pour priorité la santé physique et mentale de nos filleuls, ceci tant dans le cadre des entretiens individuels qu'au niveau des ateliers collectifs.

Fin mars, nous avons eu le plaisir d'apprendre que l'AJR était lauréate, avec un soutien financier de BMS de 2345 €, correspondant au montant non sécurisé de notre budget 2025.

Une convention de soutien vient d'être signée, spécifiant les engagements réciproques de BMS et de l'AJR :

- Pour BMS : financer notre projet, le faciliter et le valoriser, nous inviter à des événements médiatiques tel que « La Table des Mécènes » en septembre.
- Pour l'AJR : mettre en œuvre le projet, rendre compte des résultats à 6 mois et à un an via quelques indicateurs, collaborer avec BMS et valoriser son engagement dans nos supports de communication.

Flattée de cette distinction, reconnaissante pour le soutien apporté, l'AJR aura à cœur de développer avec BMS un partenariat qui dépasse l'aspect strictement financier.

Jean-Louis BIOTTEAU - Trésorier adjoint AJR

TÉMOIGNAGE

JULIEN C., ancien filleul de l'AJR

Lorsque j'ai poussé la porte de l'AJR, j'étais seul face à mon écran, enchaînant candidatures et relances dans un silence pesant. La recherche d'emploi est une traversée qui peut vite devenir un désert : des réponses qui ne viennent pas, des doutes qui s'accumulent, et l'impression d'avancer à l'aveugle.

Puis l'AJR est arrivée comme un phare dans cette brume d'incertitudes. Dès les premiers échanges, j'ai compris que je n'étais plus seul. Mon parrain m'a tendu la main, non pas pour me donner des réponses toutes faites, mais pour m'aider à poser les bonnes questions. Ensemble, nous avons déconstruit mes certitudes, revisité mon parcours, et surtout, ajusté mon projet professionnel à la réalité du marché. Ce qui me semblait un échec n'était en réalité qu'un besoin d'orientation, une boussole à recalibrer.

Et puis, il y a eu la simulation d'entretien. Une véritable mise à l'épreuve, pour moi comme pour beaucoup d'autres, où chaque question tombait avec le poids du réel. Cette mise en situation bienveillante m'a permis d'affiner mon discours, de réduire mes hésitations, de gagner en assurance. Ce n'était pas seulement un entraînement : c'était un véritable entretien de recrutement, réalisé par des recruteurs chevronnés. Quand le jour des entretiens est arrivé, je n'étais plus ce candidat incertain qui doutait de sa place. J'étais prêt.

L'AJR m'a offert bien plus que des conseils : elle m'a redonné un élan, une direction et surtout, l'envie d'y croire à nouveau. Grâce à ceux qui ont pris le temps de me guider, j'ai franchi une étape décisive. Aujourd'hui, c'est avec une immense gratitude que je referme ce chapitre, en espérant qu'un jour, à mon tour, je pourrai tendre la main à quelqu'un qui, comme moi, cherchait simplement une lueur dans la nuit.»

Merci encore pour tout !!

Julien C

Marié, père de deux enfants, je suis arrivé à en 2003 à St Médard, dans le cadre d'une mutation professionnelle. Je suis originaire de la Vallée de la Saône et je suis diplômé de l'ENS des Arts et Métiers.

Après un service militaire effectué en tant que coopérant au Maroc (province d'Oujda), j'ai intégré EDF et la branche production d'électricité nucléaire et thermique. Ma carrière s'est déroulée dans le domaine de la maintenance des installations aussi bien sur les sites de production qu'en entité d'ingénierie. C'est ainsi que j'ai occupé, au sein d'une industrie en constante évolution, des emplois riches dans les domaines techniques et humains dans différentes régions de France et en particulier directeur Technique sur le site nucléaire du Blayais et directeur adjoint d'une entité d'ingénierie en appui aux sites de production.

Au cours de ma carrière et aussi bien en exerçant des fonctions de management ou d'ingénierie, j'ai découvert et compris l'importance de travailler sur les ressources humaines de l'Entreprise et leur gestion. Assurer l'adéquation des besoins et des compétences au travers des recrutements et/ou actions de développement des compétences, maintenir une dynamique positive de travail et permettre l'évolution des collaborateurs est une condition nécessaire pour garantir les performances de l'Entreprise.

Et c'est donc sur les précieux conseils de personnes déjà membres de l'AJR que j'ai rejoint l'association pour aider des personnes en recherche d'emploi afin de leur faire bénéficier de ma propre expérience pour trouver leur place dans la vie professionnelle.



VIE DE L'ASSOCIATION

NOS ACTIONS SUR LE TERRITOIRE EN MAI

- Vendredi 16 mai : permanence mensuelle au CCAS de Saint-Aubin de Médoc

FORUM JOB D'ÉTÉ INTERCOMMUNAL



Le 4 avril dernier, l'AJR a proposé des simulations d'entretien aux candidats venus au forum job d'été. Carine et Jean-Louis ont rencontré des jeunes motivés pour qui cet événement était l'occasion d'échanger pour la première fois avec des recruteurs. Au-delà de l'intérêt pour le forum, les conseils prodigués leur seront bien utiles pour leurs prochaines recherches d'emploi !



ACCUEIL D'UNE NOUVELLE MARRAINE !

Il aura fallu attendre presque quatre ans pour qu'enfin, une nouvelle marraine rejoigne l'AJR. Arrivée en avril, Marie Line FAURE vient renforcer et enrichir l'équipe d'accompagnants.

Nous lui souhaitons à nouveau la bienvenue.

Naturellement, elle se présentera à vous dans un prochain numéro de RÉSEAU.

NOS FILLEULS RECHERCHENT

Administrateur fonctionnel
Agent d'accueil
Analyste financier
Animateur mobilité vélo
Animatrice sociale
Assistant chef de projet infrastructure
Assistant de direction
Assistant(e) administrative
Assistante éditoriale
Auditeur
Chargée d'affaires
Chef de produit
Chef de projet
Commercial Sale Business developer
Commerciale
Comptable
Concepteur développeur d'applications
Conseillère bancaire

Conseillère clientèle
Conseillère de vente
Conseillère en aménagement déco
Contrôleur qualité
Contrôleur de gestion
Data analyst
Développeur Web
Directeur adjoint EHPAD
Directeur administratif et financier
Directeur commercial
Directrice centre appel relation clients
Directrice contrôle de gestion
Directrice financière
Directrice ressources humaines
Economiste de la construction
Editrice
Formatrice (reconversion)
Gestionnaire de contrats

Gestionnaire exploitation services
Graphiste illustrateur
Informaticien
Inspecteur qualité contrôle
Manager dans l'industrie
Manager équipe
Project management officer
Responsable communication
Responsable property management
Responsable produit
Responsable qualité
Responsable secteur commercial
Secrétaire médicale ou médico-social
Stage pour CAP maroquinerie
Technicien essais
Testeur logiciels
Trafic manager - growth manager

DES FILLEULS HEUREUX

Daniela F.

CDD

Hôtesse de caisse

Lucas G.

CDI

Gestionnaire conseil formation

David T.

CDI

Consultant chef de projet