



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

Et si nous parlions du lien social, ce fil invisible qui relie les individus entre eux ?

Il désigne l'ensemble des relations et des interactions qui unissent les membres d'une société. Il permet à chacun de se sentir appartenir à un groupe, de partager des valeurs communes, de confronter des opinions différentes et, ainsi, de vivre ensemble de manière organisée. Ce lien se construit d'abord au sein de la famille, à travers les relations interpersonnelles qui s'y développent. Il se renforce ensuite à l'école puis dans le monde du travail, permettant à chacun de trouver sa place dans la société.

Le travail, qui occupe une place centrale dans notre société, ne se limite pas à un simple moyen de subsistance : il constitue également un puissant vecteur de lien social. Il favorise les interactions humaines en créant des espaces de rencontre où les individus collaborent, échangent et partagent des expériences communes. Ces interactions quotidiennes permettent de tisser des liens, qu'ils soient professionnels ou amicaux, et contribuent ainsi à rompre l'isolement.

Lien social et reconnaissance sociale sont étroitement liés : le premier favorise la seconde, qui en retour le renforce. Lorsqu'une personne se sent intégrée et reconnue, elle gagne en confiance et s'implique davantage dans les échanges. Tous deux sont donc essentiels au bien-être individuel.

Mais que se passe-t-il en cas de perte d'emploi ? Perdre son travail ne se résume pas

à des difficultés économiques. Pour certains, cela peut entraîner isolement, solitude, perte de repères et rupture brutale des relations sociales. Pour autant, la perte d'emploi ne conduit pas systématiquement à une rupture totale du lien social. Il existe des moyens de le préserver, notamment en rejoignant des structures ou des associations qui accompagnent les demandeurs d'emploi.

Intégrer l'AJR, c'est rejoindre un groupe de personnes partageant des situations similaires et un objectif commun : le retour à l'emploi. L'accompagnement proposé ne se limite pas à un suivi individuel. Bien sûr, parrains et marraines apportent conseils et soutien, mais les moments collectifs jouent également un rôle essentiel. A l'AJR, les filleuls retrouvent un lien social, une communauté avec laquelle ils partagent des points communs et sur laquelle ils peuvent compter. Et c'est primordial pour maintenir la motivation et un équilibre durant cette période de recherche d'emploi.

Enfin, il convient de rester attentif aux transformations de la société et à leurs effets sur le lien social. Les nouvelles technologies offrent de nouvelles possibilités de communication et permettent de maintenir des relations à distance. Toutefois, il est important de veiller à la qualité de ces échanges, afin de préserver leur authenticité et de ne pas se priver des interactions directes, essentielles au maintien d'un lien social fort.

Nadine URBANSKI
Vice-présidente AJR

LES CHIFFRES DU MOIS

47
PARRAINAGES

9
NOUVEAUX FILLEULS

7
FILLEULS HEUREUX

DANS CE NUMÉRO

Visite CGI

AJR lauréate de l'appel à projets
2026 de BMS

Vie de l'association



Source : Pexels





VISITE CGI DU 28 AVRIL

AGENDA DU MOIS

Sur invitation

Sophrologie

6 mai de 10h30 à 12h00
12 mai de 10h30 à 12h00
20 mai de 10h00 à 12h15
27 mai de 10h30 à 12h00

CV Lettre de motivation

18 mai de 9h00 à 12h00

Les étapes du recrutement

18 mai de 14h00 à 17h00

Préparation à l'entretien d'embauche

19 mai de 14h00 à 16h00

Echanges entre filleuls

28 mai de 14h00 à 17h00

Communication de soi

29 mai de 9h00 à 13h00
29 mai de 14h00 à 18h00

LinkedIn pour tous

1^{er} juin de 14h00 à 17h30

Initiation à l'informatique

Sur inscription selon informations transmises.

Randonnées

Sur inscription selon informations transmises.

LES RENDEZ-VOUS DU MOIS

Réunion parrains / filleuls

13 mai de 10h00 à 12h00



Mardi 28/04/2026, un groupe de 10 filleuls accompagnés d'une marraine, Nadine, et d'un parrain, Daniel, s'est retrouvé, peu avant 10h, sur le parking de CGI, au Haillan. L'objectif était clair : découvrir cette entreprise et, notamment, les perspectives d'emploi qu'elle peut offrir.

Le choix de cet établissement avait été tranché par la commission AJR des visites d'entreprises, conforté par les liens qu'entretient toujours Daniel avec CGI, en tant qu'ancien salarié.

La petite troupe a été prise en charge par Alexandra SENEQUE, responsable RH puis conduite dans une salle de réunion confortable, où les attendaient boissons et viennoiseries. Olivier FOIX, Vice-Président sénior en charge des activités CGI en Nouvelle-Aquitaine et en Val de Loire, les a rejoints quelques minutes après.

Après les remerciements de Daniel à CGI pour avoir organisé rapidement cette visite et à Olivier pour avoir pris de son temps pour être présent à cette rencontre, Nadine a fait une brève présentation de l'AJR. Olivier a enchaîné ensuite avec une présentation très complète de CGI, jusqu'à 11h30, entrecoupée des questions des filleuls, toujours très pertinentes et pour lesquelles Olivier s'est efforcé de donner les réponses les plus précises.

Ce qu'il faut retenir en substance de CGI :

- CGI est un leader mondial du conseil et des services numériques,
- +45 ans d'expertise et de savoir-faire dans 40 pays,
- 94 000 associés de CGI dans le monde, dont 16 000 associés de CGI en France,
- 30 sites en France, dont Bordeaux et Pau en Nouvelle-Aquitaine,
- 5 grands métiers à Bordeaux : cloud transformations, intégration de systèmes, services managés, business consulting, services d'ingénierie industrielle.

Après l'exposé, Pierre KITCHENER, chef de projet CGI passé par l'AJR, a témoigné sur son expérience AJR, son intégration à CGI et son quotidien dans l'entreprise. La visite s'est terminée vers 12h30, après avoir découvert un plateau de développement représentatif des nombreux espaces disséminés dans les locaux de CGI, au Haillan ; 2h30 d'immersion en entreprise pour le plus grand plaisir des 10 filleuls présents, qui ne se sont pas privés de prendre des contacts ou de déposer des CV.

Daniel BENOIT



L'AJR LAURÉATE DE L'APPEL À PROJETS 2026 DE BMS

Rappelons que 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 (AAP) visant à favoriser l'employabilité des personnes et à lutter contre toutes formes de vulnérabilité.

L'AJR avait été lauréate de l'AAP Emploi 2025, avec un soutien financier de 2345€. Encouragés par BMS à déposer de nouveau un dossier pour 2026, nous avons mis en exergue à la fois la continuité de notre projet et certaines inflexions dans la façon de perfectionner notre accompagnement. Fin mars, c'est avec plaisir et fierté que nous avons appris que l'AJR était de nouveau lauréate.

Le 10 avril, une convention de soutien a été signée détaillant nos engagements réciproques :

- BMS apporte un soutien financier de 3000€, et la possibilité d'un soutien complémentaire via le mécénat de compétences ou le bénévolat.
- L'AJR s'engage à collaborer avec le Fonds et à participer aux événements médiatiques proposés par BMS en vue de resserrer les liens entre Mécènes et associations.

Notre association remercie BMS et se félicite du développement de notre partenariat

Jean-Louis BIOTTEAU
Trésorier-adjoint AJR

SALON ASD DU 28 avril

L'AJR était présente au Salon Aéronautique Spatial et de Défense qui s'est tenu à Mérignac le 28 avril 2026. La longue file d'attente à l'entrée du salon témoigne du succès de cet événement auquel participait une cinquantaine d'entreprises.

Un intérêt marqué pour notre stand, bien positionné, il est vrai, à l'entrée du salon et de belles rencontres avec des chercheurs d'emploi. Beaucoup de nouveaux filleuls en perspective pour l'association.



TÉMOIGNAGE FLORENT R., LE 14/04/2026

J'ai rejoint l'AJR, car je n'arrivais pas à passer la première étape des recrutements : l'étape CV et Lettre de Motivation.

Au final, l'AJR m'a aidé à améliorer mon CV et ma Lettre de Motivation, et j'ai aussi pu en apprendre bien plus : communication de soi, préparation aux entretiens, amélioration et utilisation de mon LinkedIn, et j'en passe.

En plus, j'ai eu un parrain exceptionnel qui m'a fait énormément progresser. Il m'a fait me poser de vraies questions, il m'a apporté un soutien et m'a poussé dans mes retranchements, tout ça avec un dynamisme qui, disons-le, fait du bien.

Ce que j'ai aussi beaucoup aimé, c'est qu'au travers des ateliers et activités, on rencontre plein de personnes aux profils divers. Tout le monde s'entraide, on réseaute, on se soutient, et ça nous permet de nous rappeler qu'on n'est pas tout seul dans ce cas.

Je remercie l'AJR ainsi que mon parrain pour cet accompagnement, et ce sera toujours un plaisir de les revoir autour d'un verre !



Parrain,
mais aussi ?

Jean-Alain PEREZ

Quand on vient du Médoc comme moi, si on veut faire des études longues, on est contraint de « s'expatrier ». C'est ce que j'ai fait en rejoignant une école spécialisée à presque 100 km, à Latresne.

Depuis, les sites lointains n'ont pas cessé d'imager ma « carrière » au profit de la Direction Générale de l'Armement (Toulouse, Paris, Cognac, Séville, Abu Dhabi, Doha... dans des bases militaires françaises et étrangères.) Une vie bien remplie avec des rebondissements professionnels et familiaux : un divorce, deux enfants, une dizaine de déménagements, des milliers de kilomètres parcourus, mais aussi des centaines de personnes rencontrées, toutes aussi intéressantes les unes que les autres. J'ai terminé Ingénieur Qualité Aéronautique.

J'ai pris ma retraite à 65 ans et j'ai rapidement intégré l'AJR en 2019, car je pensais qu'une vie professionnelle, aussi riche soit-elle, n'entrave pas l'envie de « servir » aussi son prochain.

Je donne aux filleuls que j'accompagne des conseils qui m'ont été jadis profitables. Aller au-devant des gens et leur parler sans a priori, toujours communiquer. Être le plus soi-même sans chercher à masquer ses faiblesses (chacun en a !). Être le plus honnête possible. Être disponible et mobile (s'attacher à un endroit particulier peut être préjudiciable à l'obtention d'un travail). Pratiquer les langues étrangères, c'est un sésame. Rester le plus apolitique possible ainsi que laïque. Développer son propre réseau d'amis et de connaissances. Ne pas oublier qu'il existe des dispositifs intéressants proposés par France Travail comme les PMSMP. Et, à l'AJR, participer à tous les ateliers, aux afterworks, y compris quand vous avez décroché un emploi... Je ne souhaite pas être seulement un donneur de conseils, mais plutôt un parrain à l'écoute et respectueux des choix de mes filleuls, y compris pour les plus excentriques, car il y a de plus en plus de « niches de nouveaux jobs ». Il faut pourtant garder les pieds sur terre, surtout lorsqu'il s'agit d'urgences sociales, financières et familiales. Ensemble, en mutualisant nos efforts, parrains et marraines, nous sommes plus forts pour tous ceux qui en ont besoin.

VIE DE L'ASSOCIATION

NOS ACTIONS SUR LE TERRITOIRE EN MAI

- Vendredi 22 mai : permanence mensuelle au CCAS de St Aubin de Médoc

RETOUR SUR LE FORUM EMPLOI JOBS D'ÉTÉ DU 1^{ER} AVRIL

Le 1^{er} avril dernier, l'AJR a participé, comme chaque année, au forum intercommunal dédié à l'emploi des jeunes et aux jobs d'été organisé à Saint-Médard-en-Jalles. Près de 400 visiteurs sont venus rencontrer des recruteurs et consulter les offres d'emploi mises à disposition par France Travail. L'AJR, représentée par Carine et Jean-Louis, était là pour aider les jeunes à se préparer aux entretiens et à perfectionner leur pitch de présentation. Les conseils, qui allaient souvent au-delà de l'entretien, leur ont été utiles sur le moment et le seront très certainement pour leurs prochaines recherches d'emploi !

AFTERWORK DU 23 AVRIL

Le jeudi 23 avril, de 18h30 à 20h30, 26 filleuls en cours de parrainage et anciens filleuls se sont retrouvés pour l'afterwork AJR.

Après un mot d'introduction de Jean Alain, chacun des filleuls et anciens filleuls s'est présenté. De belles rencontres et de nombreux échanges ont eu lieu avec des opportunités d'emplois.

Ces deux heures passées ensemble dans un cadre convivial ont permis aux nouveaux filleuls de bénéficier des conseils et de l'appui des "anciens filleuls". Les échanges ont été fructueux !



NOS FILLEULS RECHERCHENT

Acheteur industriel
Administrateur système
Agent d'accueil
Agent de sécurité
Analyste conformité LCRFT
Analyste crédit
Animatrice EHPAD
Approvisionneur
Assistante administrative
Assistante comptable
Assistante de direction
Assistante juridique
Assistante en médico-social
Chargé d'opérations immobilières

Chargée de communication
Chargée de marketing
Chargée de mission médico-social
Chef de projet rénovation énergétique
Comptable
Comptable paye
Conseiller en sommellerie
Conseiller numérique
Coordnatrice administrative
Coordnatrice de projets partenariats
Coordnatrice pédagogique
Data analyst
Directeur ventes-marketing
Directrice centre de profit

Directrice commerciale
Directrice ou codirectrice structure
Économiste de flux
Gestionnaire administrative
Gestionnaire admin. santé au travail
Ingénieur
Ingénieur gestion de projet
Juriste en entreprise
Office manager coordination organisation
Responsable communication
Responsable production aéronautique
Secrétaire général syndicats professionnels
Secrétaire médicale
Sûreté électronique

DES FILLEULS HEUREUX

Sandrine A.	CDI	Secrétaire commerciale
Marie-Pierre C.	CDI	Assistante administrative
Nelly H.	CDD	Approvisionneuse
Manon L.	CDI	Chargée de recrutement
Carine N.	CDD	Opératrice de saisie de données
Florent R.	CDI	Ingénieur mécanique
Aina R.	CDI	Secrétaire médicale