

# Trouver un job

Édition 2025



Jobs d'été

Jobs d'hiver

Jobs étudiants

Toutes les infos jeunesse  
à Nantes sur  
[metropole.nantes.fr/jeunesses](https://metropole.nantes.fr/jeunesses)

ALL NANTES 02 40 41 9000  
[metropole.nantes.fr](https://metropole.nantes.fr)



**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

**AVOIR DES FRÈRES  
D'ARMES POUR FAMILLE.**



**PEUX-TU  
LE FAIRE ?**

POUR LE SAVOIR ► [SENGAGER.FR](https://SENGAGER.FR)

# Édito

Chaque année, "Trouver un job en Pays de la Loire" s'impose comme un outil indispensable pour les jeunes de notre région, de 15 à 30 ans, à la recherche d'une première expérience professionnelle ou d'un job saisonnier. Ce guide, conçu par Info Jeunes Pays de la Loire, reflète notre engagement à accompagner les jeunes dans leur parcours vers l'autonomie et l'emploi.

Dans un monde du travail en constante évolution, décrocher un emploi peut sembler complexe. Mais chaque défi est aussi une opportunité. Ce guide a été pensé pour vous simplifier la tâche : des conseils pratiques, des astuces pour réussir votre CV ou vos entretiens, des pistes pour identifier les secteurs qui recrutent, et bien sûr, des contacts locaux essentiels.

Que vous soyez étudiant, en reconversion ou simplement à la recherche d'un complément de revenu, ce guide est là pour vous. Il est aussi le fruit d'une collaboration avec les acteurs du territoire : collectivités, entreprises, Missions locales, structures jeunesse et partenaires associatifs. Ensemble, nous partageons une ambition commune : favoriser votre insertion dans la vie professionnelle.

Enfin, n'oubliez pas que le job que vous trouvez aujourd'hui peut devenir une expérience précieuse demain, un tremplin vers vos projets d'avenir. Soyez curieux, audacieux, et n'hésitez pas à solliciter les ressources mises à votre disposition.

Je tiens à remercier chaleureusement l'équipe d'Info Jeunes Pays de la Loire, ainsi que nos partenaires, pour leur implication dans cette édition. Ensemble, nous contribuons à créer des opportunités pour les jeunes de notre région.

Bonne lecture, et surtout, bonne chance dans vos recherches !

Damien Caret

Président d'Info Jeunes Pays de la Loire

# UFCV

bafa - bafd



# FORME-TOI en passant le BAFA

- # un job rémunéré
- # un engagement citoyen
- # une première expérience
- # une formation courte accessible dès 16 ans

L'Animation volontaire

Les formations dans ta région

- 1 Une formation générale
- 2 Le stage pratique
- 3 L'appro ou la qualif

[bafa.ufcv.fr/](http://bafa.ufcv.fr/)



02 40 71 60 30



[paysdelaloire@ufcv.fr](mailto:paysdelaloire@ufcv.fr)



[ufcv.pdl](https://www.instagram.com/ufcv.pdl)



[Ufcv Pays de la Loire](https://www.facebook.com/Ufcv.Pays.de.La.Loire)



leo lagrange  
FEDERATION

Envie d'un métier  
qui a du sens ?

**DEVIENS ANIMATEUR·ANIMATRICE PÉRISCOLAIRE À NANTES !**

Nous cherchons des personnes pour encadrer le temps du midi

- ✓ Complète tes revenus - 12,23€ brut horaire
- ✓ Participe à l'épanouissement des enfants
- ✓ Travaille en équipe
- ✓ Valorise ton BAFA - ou bénéficie d'une formation avec nous !

Envoie un mail à : [recrutement.nantes.periscolaire@leolagrange.org](mailto:recrutement.nantes.periscolaire@leolagrange.org)

Ou candidate sur :



[www.leolagrange-periscolaire-nantes.fr](http://www.leolagrange-periscolaire-nantes.fr)



[periscolaire.nantes](https://www.instagram.com/periscolaire.nantes)

# Sommaire

<b>MON JOB ET MES DROITS</b> .....	<b>7</b>
À quel âge peut-on travailler? .....	7
Le salaire .....	7
Ce que dit la loi .....	8
Le contrat de travail .....	9
<b>ZOOM</b> Avant 18 ans : des jobs accessibles .....	10
Un job en auto-entrepreneuriat .....	11
Étudiant et salarié .....	12
Faire valoir ses droits .....	12
<b>ORGANISER SA RECHERCHE</b> .....	<b>15</b>
Comment chercher .....	15
<b>ZOOM</b> Trouver un job grâce aux réseaux sociaux .....	16
Le CV .....	18
Le mail ou la lettre de motivation .....	20
L'entretien .....	23
<b>ZOOM</b> Les jobs d'hiver .....	24
<b>LES SECTEURS QUI RECRUTENT</b> .....	<b>25</b>
Agriculture .....	25
<b>ZOOM</b> Le Bafa .....	26
Animation, sports .....	27
Commerce et grande distribution .....	28
Encadrement scolaire et périscolaire .....	29
Hôtellerie-restauration .....	30
Nettoyage, entretien .....	30
Parkings, sécurité, autoroutes .....	31
Santé .....	31
<b>ZOOM</b> Baby-sitting .....	32
Services à la personne .....	33
<b>ZOOM</b> Jobs insolites .....	34
Sondages, télémarketing, téléassistance, recensement .....	35
Tourisme, culture, événementiel .....	36
Transports .....	38
<b>UN JOB À L'ÉTRANGER</b> .....	<b>39</b>
Préparez votre projet .....	39
Comment chercher? .....	39
Formalités et démarches .....	40
Santé .....	40
Quelques pistes .....	41
<b>LE RÉSEAU INFO JEUNES EN PAYS DE LA LOIRE</b> .....	<b>42</b>



# ÉTUDIANT OU SALARIÉ DE MOINS DE 30 ANS ?

## TROUVEZ VOTRE LOGEMENT CLÉ EN MAIN AVEC ESPACIL

Des appartements équipés\*,  
sans frais d'agence en Île-de-France,  
Loire-Atlantique, Ille-et-Vilaine  
et Morbihan.

\* Mobilier : Clic-clac, Bureau, Chaise, Kitchenette, Placard, Table, Bibliothèque

Inscription sur :  
[www.espacil-habitat.fr](http://www.espacil-habitat.fr)




**Espacil Habitat**   
Groupe ActionLogement


# Pour mes trajets du quotidien, j'opte pour l'abonnement **tut.tj**

Pour plus  
d'informations :




 @TERPays2LaLoire

Du lundi au vendredi de 6h à 20h  
et le dimanche de 13h30 à 20h30.

 @TERPaysdeLaLoire

Du lundi au vendredi.

 @terpaysdelaloire

Du lundi au vendredi.

**Aléop**  **RÉGION  
PAYS  
DE LA LOIRE**

LA RÉGION VOUS TRANSPORTE

**SNCF**  
VOYAGEURS

  
**CONNECT**  
CURSUS

[www.connect-comtogether.com](http://www.connect-comtogether.com)

La marque référence  
de l'édition publicitaire

Agence Nord (Rouen) : Tél. 02 32 96 31 31  
Agence Centre (Bourges) : Tél. 02 48 20 58 57

Dépôt légal 1<sup>er</sup> trimestre 2025 - N°103-20



**CONNECT**  
est une marque PYGMA

**PRINT &  
DIGITAL**

# MON job ET MES droits

**Un job est un emploi comme un autre. Il est soumis au droit du travail. Vous avez les mêmes droits et les mêmes devoirs que les autres salariés.**

## À partir de quel âge peut-on travailler ?

Travailler dès 16 ans, c'est possible. Cependant, une autorisation des parents ou du représentant légal est obligatoire.

Dans certains cas, le travail peut être autorisé à partir de 14 ans (voire avant pour le mannequinat, la publicité...), mais des règles particulières doivent être respectées. Dans la pratique, les recruteurs ont tendance à recruter davantage les jeunes à partir de 18 ans.



### Job et impôt

Les jeunes lycéens ou étudiants de moins de 26 ans ne paient pas d'impôt sur le revenu à condition que leurs salaires ne dépassent pas 3 fois le Smic dans l'année.

## Le salaire

Il est versé chaque mois et s'accompagne d'un bulletin de paie à votre nom sur lequel doivent figurer certaines mentions obligatoires : poste occupé, jours travaillés, nombre d'heures effectuées, intitulé de la convention collective, salaire brut, salaire net, nature et montant des cotisations sociales patronales et salariales, prise en charge des frais de transport, congés.

Conservez à vie vos bulletins de paie, ils vous seront utiles pour faire valoir vos droits (retraite, chômage).

## Le salaire net, c'est quoi ?

C'est la somme que vous recevrez. Son montant se calcule en retirant les cotisations sociales (environ 23 % du brut).



### Salaire des moins de 18 ans

Rémunération minimale versée aux mineurs ayant moins de 6 mois d'activité professionnelle :

- moins de 17 ans : 80 % du Smic.
- entre 17 et 18 ans : 90 % du Smic.

Rien ne vous empêche de négocier pour demander plus !

## Le Smic, c'est quoi ?

C'est le salaire minimum.

Le Smic au 1<sup>er</sup> janvier 2025 est de 11,88 € brut de l'heure, soit 1801,80 € brut par mois sur la base de 35h hebdomadaires.

À titre indicatif, le montant mensuel net du Smic s'élève à 1426,30 € environ (soit 9,40 € net de l'heure).

## Ce que dit la loi

	18 ans et plus	16-17 ans	14-15 ans
Formalités administratives	Visite médicale d'information et de prévention	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visite médicale avant embauche</li> <li>• Accord écrit des deux parents ou du représentant légal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visite médicale avant embauche</li> <li>• Accord écrit des deux parents ou du représentant légal + cosignataire du contrat</li> <li>• Demande écrite de l'employeur à l'Inspection du travail (accord tacite 8 jours après l'envoi)</li> </ul>
Emplois interdits ou réglementés	Aucun	<ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Débits de boissons</li> <li>✗ Travaux comportant des activités dangereuses pour la santé et la sécurité du salarié et pénibles (travail sur machines, port de charges, travail en hauteur...) sauf dérogation ou déclaration à l'Inspection du travail</li> </ul>	
Durée maximale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10h par jour</li> <li>• 35h par semaine (jusqu'à 48h maximum)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8h par jour</li> <li>• 35h par semaine uniquement pendant les vacances scolaires supérieures ou égales à 14 jours</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7h par jour</li> <li>• 35h par semaine (32h dans le secteur agricole)</li> <li>• Pas plus de la moitié des vacances scolaires (si supérieures ou égales à 14 jours)</li> </ul>
Repos entre 2 jours de travail	11h consécutives	12h consécutives	14h consécutives
Repos hebdomadaire	1 jour (24h) ou plus selon accords	2 jours consécutifs (dérogations possibles pour les 16-17 ans)	
Pause journalière	20 minutes toutes les 6h	30 minutes consécutives toutes les 4h30	
Travail de nuit	8h consécutives maximum sauf exceptions	✗ Interdit entre 22h et 6h sauf exceptions	✗ Interdit entre 20h et 6h sauf exceptions (mais jamais entre minuit et 4h)
Travail les jours fériés	Autorisé sauf le 1 <sup>er</sup> mai (exceptions dans certains secteurs où il est payé double)	✗ Interdit sauf exceptions	



## Le contrat de travail

Un contrat de travail écrit – temps plein ou partiel – doit vous être remis dans les 2 jours ouvrables suivant votre embauche. Vous devez le signer. On parle de « temps partiel » quand la durée du travail est inférieure à 35h par semaine. Tout contrat peut être rompu avant la fin en respectant les conditions réglementaires.

Pour en savoir plus :  
[code.travail.gouv.fr](http://code.travail.gouv.fr)



### Mentions obligatoires

- Nom et adresse du salarié et de l'employeur.
- Désignation et description du poste de travail occupé.
- Si remplacement, nom et qualification de la personne remplacée.
- Durée du contrat, date de début et de fin pour les CDD.
- Salaire, indemnités et avantages en nature.
- Temps de travail hebdomadaire.
- Lieu(x) de travail.
- Durée de la période d'essai et du préavis en cas de rupture de contrat.
- Convention collective applicable.
- Caisse de retraite complémentaire et organisme de prévoyance.

## Le CDD (contrat à durée déterminée)

Il est conclu pour une durée limitée. À la fin de votre CDD, vous avez droit à une indemnité de fin de contrat dite « indemnité de précarité » (10 % de la rémunération brute totale), sauf pour les jobs saisonniers, contrats vendanges et jobs étudiants.

La période d'essai est d'1 jour par semaine pour les CDD inférieurs ou égaux à 6 mois (ou selon convention collective).

## Le contrat saisonnier

Très répandu surtout dans les zones touristiques et agricoles, il est conclu pour un travail qui se répète normalement chaque année à des dates à peu près fixes (récoltes, cueillettes, activités touristiques, secteur agroalimentaire).

Il existe aussi le contrat de vendanges (cf. p.25).

## Le contrat de travail temporaire (intérim)

Vous êtes salarié et rémunéré par l'entreprise de travail temporaire. Vous assurez une « mission » (tâche précise et temporaire) au sein d'une autre entreprise. Sa durée exacte est précisée dans le contrat de travail.

## Le CDI (contrat à durée indéterminée)

C'est un contrat conclu sans limitation de durée, à temps plein ou temps partiel.



### Fin de contrat

À la fin de votre contrat, l'employeur doit vous remettre a minima :

- un certificat de travail,
- un reçu pour solde de tout compte,
- une attestation à remettre à France Travail.

## Avant 18 ans : des jobs accessibles

N'hésitez pas à contacter directement les recruteurs. Vos atouts : dynamisme, motivation, savoir être (capacité à communiquer, adaptabilité, sens de l'organisation). Sortez votre joker en précisant que vous êtes hébergé à côté de votre job. Et pensez à solliciter votre entourage !

Valorisez vos compétences et vos expériences : informatique, langues étrangères, Bafa, stages, baby-sitting, implication dans une association, chantiers de bénévoles, service civique, pompier volontaire...

Attention, travailler chez un particulier n'est autorisé qu'à partir de 16 ans.

### Ces secteurs vous sont plus accessibles :



#### BABY-SITTING

Gardes d'enfants ponctuelles, régulières



#### TRAVAUX SAISONNIERS AGRICOLES

Conditionnement, maraîchage : ramassage, cueillette de fruits, de légumes, emballage...



#### VENTE

Boulangerie, marchés, plage



#### SERVICES À LA PERSONNE

Courses, garde d'animaux, ménage, jardinage, assistance informatique



#### ANIMATION

Encadrement d'enfants ou d'ados en accueil de loisirs



#### RESTAURATION

Restauration rapide, extras, plongeur

À défaut d'un job, voici des pistes pour d'autres expériences à valoriser sur votre CV ! Le réseau IJ pourra vous aiguiller.

• Sapeur-pompier volontaire (SPV) dès 16 ans.

[www.pompiers.fr](http://www.pompiers.fr) rubrique Devenir sapeur-pompier volontaire

• Chantiers de jeunes bénévoles (cf. p.41)

• Coopératives Jeunesse de Services <https://lafabriquecooperative.fr/cooperatives-jeunesse-de-services/>

• Bénévole sur un festival, un spectacle (cf. p.37) dans une association...

• Préparer le Bafa dès 16 ans (cf. p. 26). [www.jeunes.gouv.fr/bafa-bafd](http://www.jeunes.gouv.fr/bafa-bafd)



Pour aller plus loin > Le mini stage de découverte professionnelle pendant les vacances



## Un job en auto-entrepreneuriat

Chauffeur VTC, livreur, services aux particuliers, création et vente de bijoux ou d'objets...

Certains jobs s'exercent en indépendant avec le statut de micro-entrepreneur. Vous n'êtes donc pas salarié d'une entreprise. Soyez vigilant quand vous répondez à une annonce, on peut vous imposer ce statut.

**Conditions :** le chiffre d'affaires de votre micro-entreprise est plafonné et ne doit pas dépasser certaines sommes sur une année d'activité. Ce régime fiscal et social est adapté pour des « petites » activités.

**Démarches :** le statut se demande simplement en ligne. Dès la réception de votre n° Siret, vous déclarez le montant de votre chiffre d'affaires chaque mois ou chaque trimestre.

Le calcul de vos cotisations et contributions s'effectue automatiquement.

[www.bpifrance-creation.fr](http://www.bpifrance-creation.fr)

[www.autoentrepreneur.urssaf.fr](http://www.autoentrepreneur.urssaf.fr)

<https://formalites.entreprises.gouv.fr>

## Étudiants entrepreneurs

Le statut national étudiant entrepreneur (SNEE) s'adresse en particulier aux étudiants et jeunes diplômés porteurs d'un projet de création d'entreprise. Seule condition requise : être titulaire du bac ou du niveau bac.

Parmi les avantages : aménagements d'emploi du temps, crédits ECTS et possibilité de substituer au stage le travail sur son projet. Ce statut permet de garder ou de retrouver le statut étudiant avec la possibilité (si vous avez moins de 28 ans) de conserver les bourses sur critères sociaux, la couverture sociale étudiante, les tarifs réduits... Pour obtenir ce statut, vous devez déposer votre demande sur : [www.pepite-france.fr](http://www.pepite-france.fr). Votre Pepite étudiera votre dossier et, en fonction de votre motivation et de l'avancée de votre projet, vous délivrera ou non le statut. Des infos également sur :

[www.cidj.com](http://www.cidj.com)

[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)



### Limites de la micro-entreprise

Si vous êtes imposable sur le revenu, c'est à vous de cotiser pour les caisses de retraite, de Sécurité sociale ou de prévoyance. Vous ne pouvez déduire de votre chiffre d'affaires aucune charge (téléphone, scooter, vélo, déplacements...) et n'avez pas droit aux congés payés. Vous devez aussi vérifier que vous avez une mutuelle correcte qui vous couvre en cas d'accident.

## Étudiant et salarié

Vous pouvez bénéficier d'aménagements (dispense d'assiduité, emploi du temps adapté...). Soyez vigilant cependant : il est parfois difficile de concilier la réussite d'une année d'études avec un job à plus de 15h/semaine. Renseignez-vous auprès du secrétariat de votre université et sur [etudiant.gouv.fr](http://etudiant.gouv.fr).

Étudiant, stagiaire, apprenti, si vous percevez un revenu mensuel net avant impôt d'au moins 1 104,25 € (78 % du Smic), vous pourrez bénéficier de la prime d'activité.

Étudiants boursiers, attention : si vous gagnez plus de 3 fois le Smic sur une année civile, votre bourse risque d'être revue à la baisse.



### Jobs et allocations familiales

Jeunes de moins de 21 ans : pour que vos parents continuent de percevoir les prestations familiales de la CAF (ou MSA), vos revenus ne doivent pas dépasser 55 % du Smic. [www.caf.fr](http://www.caf.fr)

## Étudiants étrangers

Tout étudiant étranger peut travailler jusqu'à 964h/an (soit 60 % de la durée légale). Au-delà, il vous faudra une autorisation. Les règles varient selon votre nationalité :

- Européen, vous pouvez travailler ;
- non-Européen, il faut un titre de séjour « Étudiant » et l'employeur doit vous déclarer à la préfecture ;
- Algérien, d'autres règles s'appliquent. Vous pouvez, par exemple, travailler 850h par an.

Pour les non-étudiants, un titre de séjour ou une autorisation de travail est nécessaire.

Les étudiants étrangers titulaires d'une carte de séjour Étudiant ne peuvent pas être auto-entrepreneurs.

Pour en savoir plus :

[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) rubrique Fiches pratiques par thème / Étranger / Travail en France

## Faire valoir ses droits

En cas de conflit avec votre employeur, des solutions existent :

### À l'amiable :

- Les représentants du personnel ont pour mission de faire part de toute réclamation à l'employeur.
- Les syndicats de salariés.
- L'inspection du travail (Dreets).

### Devant la justice :

- Le conseil de prud'hommes est compétent pour régler tous les litiges individuels entre employeurs et salariés.
- Les syndicats de salariés peuvent vous représenter en justice.

Pour plus de renseignements, contactez l'inspection du travail.

Contacts sur :

<https://pays-de-la-loire.dreets.gouv.fr>

**Nantes** : Cité administrative

12 Bd Vincent Gâche

Tél. 02 40 12 35 00

**Angers** : 12 rue Papiou de la Verrie

Tél. 02 41 54 53 52

**Laval** : 60 rue Mac Donald

Tél. 02 43 67 60 60

**Le Mans** : 19 boulevard Paixhans

Tél. 02 85 32 77 00

**La Roche sur Yon** :

185 bd du Maréchal Leclerc

Tél. 02 51 45 21 00

Numéro unique pour toute question

relative au droit du travail :

0806 000 126 (prix d'un appel)



### Pour aller plus loin

[code.travail.gouv.fr](http://code.travail.gouv.fr)

[www.travail-emploi.gouv.fr](http://www.travail-emploi.gouv.fr) rubrique

Droit du travail

[www.service-public.fr](http://www.service-public.fr) rubrique

Fiches pratiques par thème / Travail

## Travail « non déclaré »

Aussi appelé « travail au noir » ou travail dissimulé, le travail non déclaré est illégal.

Être déclaré garantit vos droits sociaux. Plus d'infos sur : [secu-jeunes.fr](http://secu-jeunes.fr) rubrique Mon job & moi.

Conséquences si vous n'êtes pas déclaré :

- En cas d'accident du travail, vous n'êtes pas assuré.
- Vous n'aurez pas droit aux allocations-chômage, à la prime d'activité, aux APL...
- Vos heures de travail ne compteront pas pour le calcul de votre retraite.
- Si l'employeur ne vous paie pas, les recours seront extrêmement difficiles.
- Difficile d'obtenir un logement sans justifier de revenus.

Plus d'infos : [www.travail-emploi.gouv.fr](http://www.travail-emploi.gouv.fr) rubrique Droit du travail / Lutte contre le travail illégal



**Comment savoir si votre employeur vous déclare ?**



L'Inspection du travail (Dreets) répond anonymement à vos questions. Contact sur :

<https://pays-de-la-loire.dreets.gouv.fr>

## Harcèlement au travail : un délit

Au travail, comme ailleurs, le harcèlement sexuel et/ou moral est interdit. Comportement abusif, répété et intentionnel, le harcèlement vise à intimider, humilier, dégrader ou isoler un employé.

Il peut être exercé par un collègue, un supérieur ou un subordonné.

Si vous êtes dans une situation de harcèlement, envoyez un SMS au 116 006. Ne restez pas seul, parlez-en à une personne de confiance (proches, collègues, représentants du personnel, médecin du travail) ou déposez plainte dans un commissariat.

De harcelé à harceleur, il n'y a parfois qu'un pas. Interrogez-vous également sur votre propre comportement. Ce que vous considérez comme de simples « petites blagues » peuvent aussi avoir de graves conséquences.



Harcelé, témoin, pour vous faire aider :

[arretonslesviolences.gouv.fr](http://arretonslesviolences.gouv.fr)

## Victime de discrimination ?

À l'embauche ou au travail, comme partout, toute forme de discrimination est interdite.

[www.antidiscriminations.fr](http://www.antidiscriminations.fr)

3928 : signalement et accompagnement des victimes de discrimination.



**Jeunes en situation de handicap vous avez les mêmes droits**

[www.monparcourshandicap.gouv.fr](http://www.monparcourshandicap.gouv.fr)  
[www.agefiph.fr](http://www.agefiph.fr)

# REJOIGNEZ LA MARINE NATIONALE



**ÉCOLE DES MATELOTS**  
Si tu souhaites intégrer rapidement  
le monde professionnel.  
**DE 17 À 25 ANS - NIVEAU BACCALÉAT / BAC**



**ÉCOLE DES MOUSSES**  
Si tu veux faire un premier pas,  
au plus tôt, dans l'institution.  
**DE 16 À 18 ANS DE 18 ANS - DE LA 3<sup>e</sup> À 3<sup>e</sup> M**



**ÉCOLE DE MAÎSTRANCE**  
Si tu es à la recherche d'un emploi  
technique dès le début de tes études.  
**DE 20 ANS - NIVEAU BACCALÉAT ET PLUS**



**ÉCOLE NAVALE**  
Si tu cherches un métier exigeant  
et engageant, pour toute une vie  
ou un début de carrière.  
**DE 21 À 25 ANS - NIVEAU BACC+3 ET PLUS**



**LA MARINE RECRUTE.FR**

## TILT : l'application qu'il te faut !

TILT est une application mobile destinée aux jeunes de 15 à 30 ans.  
Retrouve toutes nos annonces et infos grâce au module de  
recherches personnalisées : TILT infos-jeunes.fr !

**Offres de logement, offres d'emploi, dispositifs d'Accès aux droits,  
Actus, Bons plans...**



Téléchargement et accès  
à l'intégralité des contenus

**100% gratuit !**



**Télécharge l'application  
dès maintenant !**

Disponible sur :  
Apple Store et Google Play



**TILT**

**infos-jeunes.fr**

# ORGANISER sa recherche

## Comment chercher ?

Démarrez vos recherches dès janvier-février pour les jobs d'été et dès septembre pour ceux d'hiver.

Commencez par faire le point sur vos compétences, vos points forts, vos envies et vos contraintes. Répondez aux offres ou envoyez des candidatures spontanées. Ciblez vos recherches, ne vous éparpillez pas !

i

- Déposez des petites annonces dans les commerces près de chez vous
- Suivez l'actualité des recrutements (LinkedIn, Facebook, sites des entreprises, France Travail...)
- Parlez-en autour de vous
- Créez-vous des alertes sur les sites d'offres et les réseaux sociaux.

## Réseau Info Jeunes

Il accompagne les jeunes dans leur recherche de job : offres d'emploi en ligne et dans les structures Info Jeunes, forums ou journées job/emploi organisés dans toute la France, ateliers CV/lettres de motivation/simulation d'entretien d'embauche proposés toute l'année dans le réseau...

Voir adresses p. 43 et sur :

[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)



Agenda national des opérations Jobs d'été

[www.jobs-ete.com](http://www.jobs-ete.com)

## Réseau relationnel

Pour obtenir conseils et pistes, parlez de votre recherche à votre famille, à vos amis, anciens collègues de stage, voisins, commerçants proches de chez vous et communiquez sur vos réseaux sociaux.

## Pour les étudiants

Les Crous proposent des offres de jobs saisonniers ou temporaires compatibles avec vos études dans divers secteurs.

[www.jobaviz.fr](http://www.jobaviz.fr)

## Autres pistes à explorer

### • Missions locales (16-25 ans)

Elles accompagnent les jeunes sortis du système scolaire et disposent d'offres d'emploi.

[www.unml.info](http://www.unml.info) (annuaire des missions locales)

### • Maisons de l'emploi (tout public)

Elles accompagnent les personnes à la recherche d'un emploi.

<https://www.ville-emploi.asso.fr/annuaire-du-reseau>

### • Agences d'emploi et de travail temporaire

Elles proposent des missions courtes ou saisonnières. Dans la plupart des cas, il faut être majeur. Inscrivez-vous sur les sites des agences et relancez-les.

Principaux réseaux d'agences :

[www.adecco.fr](http://www.adecco.fr)

[www.manpower.fr](http://www.manpower.fr)

[www.randstad.fr](http://www.randstad.fr)

[www.samsic-emploi.fr](http://www.samsic-emploi.fr)

## Trouver un job grâce aux réseaux sociaux

Incontournables pour vous faire repérer et entrer en contact avec des employeurs, les réseaux sociaux sont un bon moyen pour trouver un stage, un emploi ou un job !

Attention, cependant, à bien configurer votre confidentialité et à ne pas publier n'importe quelle info vous concernant (photos, contenus...). Car les recruteurs vont aussi consulter votre profil et se faire une idée de votre personnalité à travers vos publications !



Sur **LinkedIn**, premier réseau professionnel, rendez-vous à la rubrique Emploi et consultez les pages des entreprises. Créez-vous des alertes LinkedIn Jobs.



Sur **X, Facebook, Instagram, TikTok** suivez les # liés aux jobs : #job et #jobs-dete, partagez avec vos contacts et amis votre recherche de job. Suivez les comptes et l'actualité des entreprises...

### NOS CONSEILS

N'hésitez pas à entrer en contact avec les professionnels qui vous intéressent. Informez-les que vous cherchez un job. Exprimez votre motivation. Cela vous permettra aussi de développer votre réseau.



Travaillez votre identité numérique en ayant toujours un profil à jour : petite biographie sur X, résumé et expériences sur LinkedIn avec la mention « en recherche d'un job de... ».



Soyez précis et choisissez vos mots-clés avec soin. Ils doivent permettre à l'entreprise de repérer votre profil en premier !



Faites vivre vos comptes sociaux en partageant des contenus (actualités, articles, études...) sur le sujet en rapport avec votre univers professionnel.

#### Droit à l'oubli sur Internet

Pour obtenir des infos sur ce sujet, scannez le code !



Consultez aussi les articles consacrés aux réseaux sociaux sur les sites **cidj.com** et **infos-jeunes.fr**



• **Espaces saisonniers**

Si vous êtes disponible plusieurs mois avec un peu d'expérience, contactez les Maisons des saisonniers. Adresses des maisons des saisonniers de votre région sur : [www.saisonnier.fr](http://www.saisonnier.fr)

• **La Boussole des Jeunes**

Cette plateforme numérique favorise la mise en relation rapide entre professionnels et jeunes pour bénéficier de services adaptés à leur situation.

Connectez-vous pour être contacté par un professionnel de l'emploi.

[www.boussole.jeunes.gouv.fr](http://www.boussole.jeunes.gouv.fr)

Présente en région sur :

- Nantes métropole (44)
- Saint-Nazaire et son agglomération (44)
- Nord-Atlantique (44) (Châteaubriant, Nozay...)
- La Vendée (85)

• **Les Promeneurs du Net (PDN)**

En relation directe avec les jeunes sur Internet, ces professionnels issus de différents secteurs écoutent et conseillent sur toutes les questions dont celle du job. Retrouvez-les sur :

[www.promeneursdunet.fr](http://www.promeneursdunet.fr)



**Se loger loin de chez soi**

Il est plus facile de trouver un job quand on a déjà un hébergement ! Colocation, auberges de jeunesse, résidences de jeunes travailleurs, résidences universitaires, dispositifs de la commune, campings, famille, amis, relations... Infos auprès du réseau Info Jeunes et sur : [www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

**Sites web des entreprises**

Pensez aux pages « emploi » ou « job étudiant » des entreprises et grandes enseignes. Tapez le nom de l'entreprise suivi du terme « recrutement »

dans votre moteur de recherche et postulez en ligne ou déposez votre CV.

**Forums et salons**

Sur les salons de l'emploi, job dating, forums job, vous serez en contact direct avec les entreprises qui recrutent.

[www.jobs-ete.com](http://www.jobs-ete.com)

<https://mesevenementsemploi.francetravail.fr>

[www.gazette-salons.fr](http://www.gazette-salons.fr)

Passer des entretiens avec des entreprises sans vous déplacer.

<https://salonenligne.francetravail.fr/candidat>



**Sites web et applis**

Ils sont incontournables dans une recherche de job ! Téléchargez certaines applis sur votre smartphone. Même si vous n'êtes pas inscrit comme demandeur d'emploi, France Travail propose des offres saisonnières qui vous sont accessibles et vous informe sur les journées de recrutement. Possibilité de publier votre CV en ligne pour être visible des recruteurs en recherche de profils comme le vôtre.

[www.francetravail.fr](http://www.francetravail.fr)

Utilisez la recherche avancée.

Sites généralistes, à titre indicatif :

- [cidj.com](http://cidj.com)
- [infos-jeunes.fr](http://infos-jeunes.fr)
- [indeed.fr](http://indeed.fr)
- [leboncoin.fr](http://leboncoin.fr)
- [hellowork.com/fr-fr/](http://hellowork.com/fr-fr/)
- [monster.fr](http://monster.fr)
- [emploi.org](http://emploi.org)
- [saisonnier.fr](http://saisonnier.fr)
- [1jeune1solution.gouv.fr](http://1jeune1solution.gouv.fr)
- [cornerjob.com](http://cornerjob.com)
- [jemepropose.com](http://jemepropose.com)
- [emploi.handicap.fr](http://emploi.handicap.fr)
- [nosemplois.fr](http://nosemplois.fr)
- [jobteaser.com](http://jobteaser.com)

## Le CV

Le CV doit être rédigé en cohérence avec l'offre de job et vous présenter sous un angle favorable. Optez pour une présentation claire, simple et aérée.

### À quoi sert-il ?

Le CV présente vos parcours personnel et professionnel. Il valorise votre expérience, vos compétences, vos engagements, vos centres d'intérêt et vos activités de loisirs. Le petit plus : précisez votre disponibilité et votre mobilité géographique.



#### Le CV en ligne

Il permet d'ajouter du contenu multimédia et des liens web. Vous envoyez un mail ? Mettez votre CV en pièce jointe de préférence au format PDF et nommez-le avec vos nom et prénom. Vous remplissez un formulaire de CV ? Utilisez le champ libre pour mettre en valeur vos atouts !

### Conseils

- Le CV doit être adapté à une offre.
- Donnez un titre à votre CV. Cela permet au recruteur de comprendre rapidement pour quel job vous postulez. « CV » n'est pas un titre !
- Notez votre nom de famille en majuscules.
- Soyez clair, précis et synthétique.
- Soignez votre orthographe !
- La photo est facultative. Si on vous la demande, vérifiez qu'elle est adaptée et de bonne qualité.
- Si vous vous inspirez de modèles de CV, évitez le copier-coller !
- Si vous utilisez des couleurs, optez pour des tons neutres qui passent aussi sur une impression noir et blanc.

- Choisissez les bons mots-clés qui sont utilisés dans les offres d'emploi.
- Ajoutez le lien vers votre profil sur les réseaux sociaux professionnels comme LinkedIn.

Et, à moins d'une idée extraordinaire, ne partez pas sur des CV trop originaux !



#### Ateliers d'aide à la rédaction de CV dans les structures du réseau

Info Jeunes.

Adresses sur : [www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

### En savoir plus

Pour préparer sa candidature, modèles de CV et de lettres de motivation, CV-thèque, CV vidéo en ligne et cartes de visite digitales, conseils et tutos (comment créer votre CV grâce à l'IA...)

[www.emploi-store.fr](http://www.emploi-store.fr)

Outils gratuits de création de CV :

<https://hellocv.com>

<https://cvdesignr.com>

[www.canva.com](http://www.canva.com)

#### Mentionnez vos engagements et activités personnelles

Bénévolat, stage, séjour linguistique, chantier de jeunes bénévoles, volontariat (service civique, SNU...), séjour au pair, mais aussi compétences en informatique, participation à des Moocs, création de contenus numériques (articles, vidéos, photos, podcasts), appartenance à un groupe de musique, à un club de sport... Mettez tout cela en avant, surtout si vous avez peu d'expérience. Ces indices sur votre personnalité montreront vos compétences, vos centres d'intérêt et votre capacité à vous intégrer à une équipe. Et cela plaira à de futurs recruteurs !

Nos conseils en vidéo pour faire votre CV  
sur [www.cidj.com](http://www.cidj.com) rubrique Emploi,  
jobs et stages

Photo facultative



20 ans

Tél. : 06 00 00 00 00

monmail@gmail.com

Profil LinkedIn

25 avenue des jobs d'été

44000 Nantes

Permis B

### COMPÉTENCES

- Maîtrise de l'anglais
- Goût du contact
- Endurance
- Gestion du stress

### CENTRES D'INTÉRÊT

- Course à pied : participation à des marathons
- Cinéma

## Emma MARTIN Serveuse

### EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE

#### Été 2024

#### Serveuse au restaurant JM (Nantes)

- Accueil des clients
- Description du menu / suggestions
- Prise des commandes
- Service des boissons et des plats
- Encaissement

#### Week-end et vacances scolaires 2024

#### Employée restauration rapide chez Sandwich (Nantes)

- Accueil des clients
- Traitement de la commande + service
- Encaissement

### FORMATION

#### 2024-2025 : Licence (L1) mention Miashs

Mathématiques et informatique appliquées aux sciences humaines et sociales à l'université de Côte d'Azur

#### 2024 : Bac général à dominante mathématiques et sciences physiques

Lycée XXX - Nantes



### Incontournable

CV, lettres de motivation, entretiens... Conseils pour décrocher un job sur [www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

## Le mail ou la lettre de motivation

La lettre ou le mail de motivation doivent compléter votre CV et donner envie au recruteur de vous rencontrer.

### Sous quelle forme ?

C'est de plus en plus souvent par mail, avec votre CV en pièce jointe, que vous candidatez à un job, sauf si une lettre est clairement demandée par l'entreprise.

Votre adresse mail doit être sobre, à vos nom et prénom, sans pseudo. Sinon, créez-vous une adresse spécifique dédiée à votre recherche de job.

Bon à savoir :

- Précisez la référence ou l'objet : candidature à un emploi de « serveuse ».
- Par mail, commencez par « Bonjour », par lettre utilisez plutôt « Madame, Monsieur ».
- Attention aux fautes d'orthographe ! Faites relire votre courrier avant de l'envoyer.
- Une lettre = une candidature. Le recruteur doit sentir que vous êtes intéressé par son entreprise.

### Conseils pour vous démarquer

- Personnalisez votre lettre/mail et prenez le temps de la rédiger. Soyez clair, utilisez un langage précis et adapté à l'entreprise.

- Repérez des informations et mots-clés essentiels figurant sur l'annonce.
- Intéressez-vous à l'entreprise via son site web ou ses réseaux sociaux.
- Montrez en quelques phrases que vous appréciez l'entreprise, ses produits, ses services...
- Soulignez vos aptitudes pour le poste, montrez votre motivation et précisez comment vous vous imaginez en situation. N'hésitez pas à réutiliser les mots-clés repérés précédemment.
- Si vous avez déjà fait des stages ou exercé un job, insistez sur votre expérience, votre sérieux et votre sens des responsabilités.

Dans tous les cas, indiquez vos disponibilités : un mois, tout l'été, les week-ends, pendant les vacances scolaires... et précisez si vous êtes mobile (moyen de transport).



### Candidature spontanée ?

Positionnez-vous clairement sur un poste, montrez que vous vous êtes renseigné sur l'entreprise, ses activités et ses contraintes. Et insistez sur ce que vous pouvez lui apporter, vos disponibilités...



### Indispensable : le suivi de vos candidatures

Si vous n'avez pas de nouvelles une semaine après avoir envoyé CV et lettre, n'hésitez pas à relancer l'entreprise. En cas de réponse négative, demandez-en la raison pour réagir et revoir votre stratégie. Pour suivre tous vos envois, réalisez un tableau et indiquez, pour chacune des entreprises contactées, la date d'envoi, la réponse, la date de relance, de l'entretien... Cela vous aidera à y voir plus clair ! Scannez le QR code pour obtenir un modèle de tableau.



Les essentiels d'un mail de candidature en quelques mots : accroche, développement, disponibilité, demande d'entretien



## Exemple de lettre pour un job

« Actuellement à la recherche d'un emploi de serveuse pour les mois de juillet et août 2025, je vous transmets ma candidature pour le poste que vous proposez. Grâce à mes emplois de serveuse et d'employée de restauration rapide, je pense répondre à vos attentes.

En effet, mes différentes expériences me semblent en adéquation avec les missions attendues »

**Poursuivez et personnalisez votre lettre en mettant en valeur vos compétences et qualités en rapport avec la fonction et les missions du poste que vous convoitez !**

Démarrer une lettre ou un mail de candidature est toujours l'étape la plus difficile. On ne sait pas toujours par quoi commencer ! Une fois lancé, les mots viennent plus facilement...



**Attention, si vous utilisez l'IA\* (ChatGPT, Perplexity...) pour rédiger votre lettre, pensez à la personnaliser !**

\* intelligence artificielle

**De nombreuses structures  
Info Jeunes pour t'accompagner en  
Pays de la Loire !**

**Besoin d'informations sur une de  
ces thématiques ?**



**Travailler**



**Entreprendre**



**Prendre  
soin de soi**



**Accès  
aux droits**



**Construire  
son parcours**



**Se distraire**



**S'informer**



**Partir à  
l'étranger**



**S'engager**



**Se déplacer**



**Se loger**

**SCANNE - MOI !**



**infos-jeunes.fr**

**... Ou rends-toi directement  
dans nos structures où nous  
pourrons répondre à toutes  
tes questions !**

## L'entretien

Il est normal d'être stressé lors d'un entretien. En le préparant, vous serez plus détendu et la relation s'en trouvera facilitée. Les recruteurs se font une idée d'un candidat dès les premières minutes. Voici donc quelques conseils pour mettre toutes les chances de votre côté.



### Règles d'or

- Mettre votre téléphone en silencieux.
- Ne pas mentir sur votre parcours.
- Répondre aux questions sans être arrogant.
- Écouter, ne pas couper la parole.

## Premier contact

Dès que vous avez envoyé votre candidature, sachez que l'employeur peut vous contacter à tout moment.

- Si vous n'êtes pas dans des conditions idéales, ne répondez pas. Vous appellerez plus tard, au calme.
- Soignez le message d'accueil sur votre répondeur : veillez à ce qu'il soit neutre.
- Avant de conclure la conversation, notez le nom de la personne que vous allez rencontrer, le lieu, la date et l'heure du rendez-vous.

## Avant l'entretien

- Renseignez-vous sur l'entreprise.
- Ayez en mémoire la fiche de poste, votre lettre et votre CV.
- Entraînez-vous à répondre à tout type de questions.
- Préparez une ou deux questions à poser au recruteur.
- Pensez aux qualités que vous pourrez mettre en avant (autonomie, réactivité, polyvalence...).
- Géolocalisez le lieu du rendez-vous. Vous serez moins stressé le jour J.

## Le jour J

- Votre tenue doit être adaptée au poste proposé mais vous devez aussi vous sentir à l'aise en la portant.
- Arrivez quelques minutes en avance.
- Ayez en tête le nom de la personne que vous allez rencontrer.
- Soignez votre vocabulaire, votre gestuelle, votre ton. Les recruteurs savent interpréter le langage corporel.
- L'entretien permet au recruteur d'estimer si vous êtes le bon candidat. C'est aussi l'occasion de vérifier que le poste correspond à vos attentes.
- Répondez calmement aux questions et posez-en aussi quelques-unes.
- Demandez au recruteur les modalités de réponse et les délais.
- Remerciez votre interlocuteur.



### Différents types d'entretien

- **En face-à-face** : restez naturel et soignez votre apparence !
- **Par téléphone** : préparez-vous en avance et soyez réactif ! De plus en plus utilisé, il permet une pré-sélection rapide des candidats.
- **En visio** : testez votre matériel informatique avant l'entretien (micro, caméra). Le jour J, assurez-vous que la connexion internet est bonne, et faites attention à votre arrière-plan ainsi qu'à votre tenue !
- **En groupe** : apprenez à vous distinguer des autres candidats sans pour autant prendre toute la place.

## En savoir plus

[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

rubrique Travailler

[www.emploi-store.fr](http://www.emploi-store.fr)

## Les jobs d'hiver

Après l'été, les pistes pour trouver un job d'hiver sont nombreuses. La plupart des recrutements se déroulent à partir de septembre/octobre. Anticipez !



### Pour les fêtes de fin d'année

**Marchés de Noël :** Contactez les mairies dès septembre ou postulez en ligne sur les sites d'offres (Indeed...).

**Sapins :** les producteurs proposent des missions liées à la coupe des sapins et à l'expédition de novembre à mi-décembre. Postulez auprès des grandes surfaces ou des jardinerie pour la vente.

**Père Noël :** sur des opérations de street marketing et des animations dans les centres commerciaux (cf. p. 28). Pour répondre aux lettres des enfants, contactez l'agence Manpower de Libourne (33) dès septembre.

**Vendeurs et animateurs commerciaux :** dans les boutiques, grandes surfaces, librairies, fleuristes et bien évidemment les magasins de jouets. Faites la tournée des magasins avec votre CV ! Pensez aussi à la **restauration** ou au secteur des **livraisons** (chauffeur-livreur) et de la **préparation des commandes** (cf. p.30 et 38), très dynamiques pendant cette période. Faites le tour des agences d'intérim.

**Métiers de bouche :** restaurateur, boulanger, pâtissier, traiteur... ont du pain sur la planche pendant les fêtes ! Tentez votre chance et contactez-les dès les vacances de la Toussaint.

**Livraisons :** chauffeur-livreur, préparation des commandes (cf. p. 30 et 38)... Un secteur encore plus dynamique pendant cette période.

### Lors des inventaires

Les entreprises de distribution programment généralement leur inventaire en fin ou début d'année, tôt le matin, tard le soir ou le week-end.

Annonces en ligne via les sociétés d'intérim ou les entreprises spécialisées :  
[www.fairson.fr/recrutement](http://www.fairson.fr/recrutement)  
[www.rgis-job.fr](http://www.rgis-job.fr)

### Chez les ostréiculteurs

Les exploitants proposent souvent des missions de quelques jours dès la mi-décembre pour la mise en bourriche des huîtres (débutants acceptés). Appelez directement, avant novembre, les ostréiculteurs ou les agences d'intérim des régions conchylicoles.  
[www.ostrea.org](http://www.ostrea.org)

### À la montagne

De décembre à avril, au pied des pistes ou en altitude, des saisonniers sont embauchés dans la vente, l'hôtellerie, la restauration, le tourisme, le nettoyage, l'animation. Tentez votre chance pour un poste de skiman dans un magasin de location de matériel, de perchiste, de billettiste... Très souvent la main-d'œuvre est locale. Offres d'emploi sur les sites des stations de sports d'hiver et de France Travail. Publications d'offres pour la saison d'hiver dès le mois d'août.  
[www.emploi-montagne.com](http://www.emploi-montagne.com)  
[www.domaines-skiables.fr](http://www.domaines-skiables.fr)  
[www.francetravail.fr](http://www.francetravail.fr)



# LES secteurs QUI recrutent

## Agriculture

Les travaux agricoles offrent des possibilités de jobs un peu partout en France. Des contrats à temps plein ou à temps partiel sont possibles, notamment entre avril et octobre, mais le pic d'activité et les recrutements sont beaucoup plus importants l'été. Au fil des saisons, les activités sont multiples : entretien des cultures, ramassage de légumes, cueillette de fruits, de fleurs, vendanges, conditionnement... Sous serres, en plein champ, dans une exploitation agricole ou un entrepôt, ces travaux exigent une bonne forme physique et une tenue adaptée.

Un véhicule est indispensable car les exploitations sont rarement desservies par les transports en commun : pensez au covoiturage.

L'employeur peut vous proposer un CDD, un contrat de travail saisonnier ou un Tesa (titre emploi simplifié agricole), formule d'embauche simplifiée et adaptée au secteur.

**À savoir :** généralement, vous n'êtes ni logé ni nourri. L'agriculture est un secteur qui embauche à partir de 16 ans.

Le secteur recrute de nombreux travailleurs étrangers à condition d'avoir un titre de séjour ou une autorisation de travailler. Plus d'infos auprès de la Drees, Service de la main-d'œuvre étrangère (cf. p. 13). Possibilité de faire sa demande en ligne sur : <https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr>



### Vendanges

Cueilleurs de raisin, porteurs de hottes... Dès 16 ans, vous pouvez signer un contrat vendanges d'une durée d'un mois maximum (renouvelable 1 fois), avec un ou plusieurs employeurs. Ce contrat est accessible aux étudiants et aux salariés en congés payés. Il ne donne pas droit à l'indemnité de précarité.

[travail-emploi.gouv.fr](http://travail-emploi.gouv.fr)

### Où trouver des offres

[www.francetravail.fr](http://www.francetravail.fr) tapez « agriculture » dans le moteur de recherche

[www.lagriculture-recrute.org](http://www.lagriculture-recrute.org)

Carte nationale des emplois saisonniers, calendrier agricole...

Téléchargez l'appli Jobopré et retrouvez des offres d'emploi saisonnier agricole.

[www.aneфа.org/pays-de-la-loire](http://www.aneфа.org/pays-de-la-loire)

[www.emploi-saisonnier49.fr](http://www.emploi-saisonnier49.fr)

[www.agri-emploi72.fr](http://www.agri-emploi72.fr)

Privilégiez les contacts locaux : rencontrez les producteurs sur les marchés ou lors des journées portes ouvertes.



### Aide agricole pour les saisonniers

Action Logement permet aux saisonniers agricoles d'obtenir une aide de 600 € maximum (150 € par mois) pour se loger le temps du job saisonnier.

[www.actionlogement.fr](http://www.actionlogement.fr)

Téléchargez les livrets des emplois saisonniers agricoles édités par l'Anefa : [www.aneфа.org](http://www.aneфа.org)



### POUR QUI ?

À 16 ans révolus, vous pouvez préparer le **brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur (Bafa)** qui permet d'encadrer de façon occasionnelle des groupes d'enfants et d'ados et d'animer des activités éducatives ludiques et de découverte en accueil collectif de mineurs (centres de loisirs ou séjours de vacances).



### COMMENT ?

La formation se déroule sur 30 mois au maximum et en 3 étapes : formation générale, stage pratique, session d'approfondissement ou de qualification. Elle est dispensée par différents organismes agréés par le ministère en charge de la Jeunesse.



### COMBIEN ?

Comptez en moyenne 1 000 € pour passer votre Bafa. Cependant, des aides financières peuvent être accordées, sous certaines conditions. Contactez la Caf, France Travail, la mission locale, le Conseil départemental, le Conseil régional, la mairie, certains comités d'entreprise, la MSA (Mutualité sociale agricole)...



### CONTACTS

Information, liste des organismes de formation habilités et inscription en ligne :  
[www.jeunes.gouv.fr/bafa-bafd](http://www.jeunes.gouv.fr/bafa-bafd)



### Contrat d'engagement éducatif (CEE)

Il permet de participer occasionnellement à des fonctions d'animation. Il peut être rompu à tout moment. Jusqu'au 1<sup>er</sup> mai 2025, sa rémunération ne peut pas être inférieure à 26,14 € brut /jour. Son montant sera revalorisé à cette date et passera à 51,07 € brut /jour. Si les fonctions de l'animateur nécessitent sa présence continue auprès des jeunes, l'organisateur prend intégralement en charge sa nourriture et son hébergement.

[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F23425](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F23425)

## Animation, sports

L'animateur encadre des enfants ou des adolescents sur leur temps de loisirs (périscolaire, vacances) dans les accueils de loisirs, centres de vacances, classes de découverte ou campings. De nombreuses offres sont à saisir dans ce secteur !

Qualités requises : il est indispensable d'aimer travailler en équipe et vivre en collectivité, d'être pédagogue, à l'écoute, créatif et dynamique !

### Qualifications

- Le Bafa pour être animateur (cf. p. 26).
- Le Bafd pour être directeur (accessible dès 18 ans).
- Le BPJEPS (brevet professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation populaire et du Sport) pour être animateur sportif.

Titulaire du BPJEPS AAN (activités aquatiques et de la natation), du BSB, du BNSSA, vous pouvez surveiller les lieux de baignade. Avec le BPJEPS AAN, vous pouvez en plus donner des cours de natation. [www.ffss.fr](http://www.ffss.fr)

- La formation aux premiers secours PSC1 (Prévention et secours civiques de niveau 1), accessible dès l'âge de 10 ans, est un atout supplémentaire. Renseignez-vous auprès du réseau Info Jeunes (cf. 42).

## Où trouver des offres ?

- Toute l'année sur les sites web des structures Info Jeunes et lors des journées Jobs d'été organisées par le réseau Info Jeunes :



[www.jobs-ete.com](http://www.jobs-ete.com)  
[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

- Via le réseau Profession Sport et Loisirs :

<https://lesportrecrute.fr>

- Sur les sites web spécialisés :

[www.planetanim.com](http://www.planetanim.com)

[www.jobanim.com](http://www.jobanim.com)

- Sur les sites de recrutement des villages de vacances (cf. p. 36)

- Postulez sur des séjours adaptés : coordonnées des organismes de vacances adaptées sur :

<https://cnlta.asso.fr> Site du conseil national des loisirs et du tourisme adaptés

## À qui envoyer sa candidature spontanée ?

- aux organisateurs de séjours et accueil de loisirs :

[www.colonies-de-vacances.com](http://www.colonies-de-vacances.com)

- aux mairies

- aux campings (cf. p. 36)

- aux comités d'entreprise

<https://m.annuaire-comite-entreprise.com>

### Animateur VAO (Vacances Adaptées Organisées)

Il accompagne et anime le séjour d'un groupe de personnes en situation de handicap. Le Bafa n'est pas obligatoire pour ce job. Plus d'infos en écoutant ce podcast :



« Être animatrice de colo a été un véritable tremplin, tant sur le plan personnel que professionnel. Passer mes journées avec des enfants fut une expérience très riche et pleine de moments mémorables !

Léna, 19 ans



## Commerce et grande distribution

### Grande distribution et magasins

De nombreux magasins emploient du personnel supplémentaire à certaines périodes de l'année (soldes, été, Noël, rentrée scolaire...) pour aider à la vente, à la caisse, aux livraisons, à la manutention, aux inventaires, à la préparation des commandes, à l'emballage...

Les stations balnéaires fourmillent d'emplois saisonniers en période estivale ! Supérettes et autres magasins recrutent généralement leurs saisonniers dès février/mars, même si des offres sont encore disponibles à la dernière minute.

Retrouvez les offres de la plupart des grandes enseignes via leur site internet, Facebook, les agences d'intérim (cf. p. 17) ou en participant à leur job-dating. Pour les autres boutiques, allez voir directement les responsables de magasin avec votre CV. Si vous n'avez pas peur de vous lever tôt, faites le tour des marchés pour décrocher un job.

[www.distrijob.fr](http://www.distrijob.fr)

[www.distri-recrute.fr](http://www.distri-recrute.fr)

Votre atout : disposer d'un hébergement est un plus pour un job sur la côte.

### Vente sur les plages

Glaces, boissons, beignets... Ce job saisonnier est difficile : votre forme physique doit être au top pour arpenter les plages sous la chaleur et le poids de votre chariot ou de votre glacière. La rémunération varie souvent en fonction des ventes. Soyez vigilant !

Envoyez directement votre CV aux glaciers dès le printemps. Les recrutements sont toujours possibles à l'approche de l'été.



### Employé de libre-service

Gérer la marchandise, approvisionner les rayons, faire le facing, respecter l'implantation, la qualité des produits, réaliser l'étiquetage, mais aussi accueillir, conseiller le client, encaisser et rendre la monnaie. Ce job demande certaines qualités : sens de l'organisation, de la relation clientèle et du commerce, rigueur, polyvalence, bonne condition physique.

Consultez les offres de la grande distribution, supérettes et agences d'intérim. Les débutants sont acceptés.

« Travailler comme vendeur de glaces sur les plages du sud de la France a été une expérience très sympathique. Les journées sont parfois intenses, surtout pendant les pics de chaleur, mais l'ambiance est festive et on peut faire de super rencontres !

Ilyes, 22 ans



## Encadrement scolaire, périscolaire

### Soutien scolaire

- Chez un particulier :
  - parlez-en autour de vous,
  - déposez des annonces chez les commerçants,
  - consultez les offres du Crous (réservées aux étudiants) sur : [www.jobaviz.fr](http://www.jobaviz.fr)
  - consultez les sites d'offres de services à la personne (cf. p. 33).
- Auprès des maisons et des centres d'animation de quartier.
- Auprès d'un organisme spécialisé : la plupart exigent un niveau bac + 3.
- En ligne : c'est une formule qui permet souplesse et gain de temps. Cela vous évite de vous déplacer mais nécessite d'être à l'aise avec l'outil.

### Animation périscolaire

Les animateurs périscolaires encadrent les temps d'activité périscolaire (TAP) avant, après la classe et pendant la pause du midi. Ils peuvent proposer des activités manuelles, artistiques, sportives ou du soutien scolaire. Contactez les municipalités. Le Bafa est très souvent demandé (cf. p. 26).

**Nantes : Léo Lagrange**

[recrutement.nantes.periscolaire@leolagrange.org](mailto:recrutement.nantes.periscolaire@leolagrange.org) - RH : 02 72 34 21 50

**St-Nazaire : [emploi@saintnazaire.fr](mailto:emploi@saintnazaire.fr)**

**Angers : Direction éducation enfance** service RH - BP 81011 -

49020 Angers cedex 2

**Laval : [recrutement.laval.fr](http://recrutement.laval.fr)**

**Le Mans :** <https://www.lemans.fr/demarches/activites/devenir-animateur-periscolaire/>

**La Roche sur Yon :**

DRH 02 51 47 47 47

[recrutement@larochesuryon.fr](mailto:recrutement@larochesuryon.fr)

### Encadrement scolaire

Les assistants d'éducation surveillent les élèves, aident à l'étude, aux devoirs ou à la scolarisation des élèves en situation de handicap dans les écoles, collèges, lycées.

Il faut être titulaire du bac ou équivalent, être majeur (20 ans pour travailler en internat).

Consultez les offres de France Travail et envoyez des candidatures spontanées aux chefs d'établissement.

Inscrivez-vous en ligne sur le site de l'académie de votre choix.

[www.ac-nantes.fr](http://www.ac-nantes.fr)



### Travailler dans son université/ dans un resto U

Les étudiants peuvent signer un contrat avec leur université pour assurer certaines activités : appui aux personnels des bibliothèques et autres services, animations culturelles, artistiques, scientifiques, sportives et sociales, actions dans le domaine de la promotion de la santé et du développement durable. La durée est de 12 mois maximum, à temps partiel, et ne peut excéder un mi-temps. Adressez-vous à votre université.

Agent de service, serveur/caissier, étudiant référent en résidence... Les Crous proposent aussi des contrats à l'année.

« Toute l'année, j'ai effectué du soutien scolaire auprès d'une élève de 6<sup>e</sup>. La voir progresser et prendre confiance en elle a été pour moi une véritable source de satisfaction ! Et cela m'a donné l'envie de passer le concours de professeur des écoles !

*Selma, 21 ans*



## Hôtellerie-restauration

L'offre de jobs dans ce secteur est importante, été comme hiver : plongeur, cuisinier, commis de cuisine, serveur, femme ou valet de chambre, veilleur de nuit, réceptionniste, voiturier, bagagiste... Qualités requises : être soigné, aimable, rigoureux, endurant, capable de s'adapter et avoir le goût du contact... Parler une langue étrangère est apprécié.

Envoyez une candidature spontanée ou présentez-vous directement en évitant les heures de service.

Vous avez le choix des recruteurs : restauration rapide et/ou en livraison (sandwicheries, saladeries, sushis, pizzas, burgers...), cafétérias, campings, grands groupes de l'hôtellerie-restauration, clubs et villages de vacances, organismes de séjours de vacances pour enfants et adolescents.

Livraison de repas : cf. p.38 Course-livraison.

### Où trouver des offres ?

- Sur les sites des grandes chaînes, à la rubrique Recrutement.
- Offres en France et à l'étranger : [www.lhotellerie-restauration.fr](http://www.lhotellerie-restauration.fr)
- France Travail : [www.francetravail.fr](http://www.francetravail.fr)
- Groupement d'employeurs sur votre région. Toutes les offres en ligne sur : [www.resoemploi.fr](http://www.resoemploi.fr)
  - ✓ Réso 44 - Tél. 02 51 84 04 58
  - ✓ Réso 49 - Tél. 09 62 67 33 45
  - ✓ Réso 85 - Tél. 06 59 12 27 97
- Les Crous proposent des offres à l'année : agents de service, serveur, caissier dans les restos U... : [www.jobaviz.fr](http://www.jobaviz.fr)



### Législation spécifique

Dans les hôtels, cafés, restaurants, la durée du travail est fixée à 39h par semaine. Les heures supplémentaires sont interdites aux mineurs.

Au-delà de 35h, il y a une majoration de salaire pour heures supplémentaires :

- de la 36<sup>e</sup> à 39<sup>e</sup> heure : + 10 %
- de la 40<sup>e</sup> à la 43<sup>e</sup> heure : + 20 %
- à partir de la 44<sup>e</sup> heure : + 50 %

Vous ne pouvez pas travailler plus de 48h par semaine. Le repas est offert par l'employeur. À défaut, une indemnité compensatrice pour repas non pris sera versée. Les vêtements de travail (gants, blouses, chaussures...) sont fournis par l'employeur qui en assure l'entretien et le remplacement si besoin.

## Nettoyage, entretien

Agent de propreté, laveur de vitres, ouvrier de blanchisserie industrielle... sont recrutés tout au long de l'année, mais aussi pour des remplacements l'été et pendant les vacances scolaires.

Les contrats proposés sont à temps partiel et les postes souvent en horaires décalés (6h-9h et 17h-22h en général). Prévoir un moyen de transport. Consultez les offres de France Travail ou envoyez des candidatures spontanées aux sociétés de nettoyage.



*J'ai eu la chance de travailler comme serveur dans un café de bord de mer en Bretagne. Au début, j'étais un peu nerveux. Gérer les commandes, le service et le flux constant de clients n'était pas facile, mais j'ai rapidement pris confiance et j'ai adoré le contact humain !*

Marco, 19 ans



## Parkings, sécurité, autoroutes

### Parkings

Les agents d'exploitation de parking surveillent les entrées et sorties des piétons et véhicules, informent les clients, contrôlent les encaissements, assurent la sécurité des personnes et des installations. Démarchez les grands hôtels, les aéroports, les gares et les sociétés gestionnaires de parkings.

[www.indigoneo.fr](http://www.indigoneo.fr)

[www.q-park.fr](http://www.q-park.fr)

[www.effia.com/effia-recrute](http://www.effia.com/effia-recrute)

[www.sags.fr](http://www.sags.fr)

### Stations et aires d'autoroute

Les aires d'autoroute et les enseignes qui y sont présentes font parfois appel à de la main-d'œuvre supplémentaire. Démarchez-les directement. Une voiture est obligatoire. Travail le week-end et en soirée.

Vous pouvez aussi contacter les enseignes présentes sur les aires d'autoroute : [www.autoroutes.fr](http://www.autoroutes.fr) rubrique Aires de service

### Surveillance et gardiennage

Le CQP agent de prévention et de sécurité est obligatoire pour travailler sur le terrain. Travail en horaires décalés, en soirée, le week-end.

## Santé

### Services hospitaliers

Les agents des services hospitaliers s'occupent du confort des personnes hospitalisées : ménage, repas, aide aux malades, brancardier... Envoyez CV et lettre de motivation en début d'année aux hôpitaux ou cliniques.

Les étudiants en filière médicale ou paramédicale peuvent postuler pour être aide-soignants voire agents des services hospitaliers (ASH) ou infirmiers selon leur niveau de formation.

[www.staffsante.fr](http://www.staffsante.fr)

<http://emploi.fhf.fr>

[www.emploisoignant.com](http://www.emploisoignant.com)

Pour les plus qualifiés, pensez aux agences d'intérim spécialisées dans le médical.

### Ehpad

Appelés couramment « maisons de retraite », les Ehpad recrutent pour effectuer des remplacements, surtout l'été : entretien du cadre de vie des personnes âgées, restauration et service en salle, nettoyage du linge hôtelier... Ouvert aux débutants et parfois même aux mineurs de 17 ans. Contactez les Ehpad proches de chez vous ou suivez les offres sur France Travail.

[www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)

### Thermalisme et thalasso-thérapie

Les centres de cure thermale et de thalasso-thérapie recrutent du personnel pour l'accueil, l'hôtellerie, la restauration, le sport et l'esthétique. Postulez en ligne ou contactez directement les instituts.

[www.chainethermale.fr](http://www.chainethermale.fr)

[www.france-thalasso.com](http://www.france-thalasso.com) (liste des instituts)

## Baby-sitting

**Vous pouvez travailler chez un particulier à partir de 16 ans. Le baby-sitting n'est pas un job anodin. Les parents vous confient leurs enfants et ont confiance en vous !**

### BABY-SITTING, GARDE D'ENFANTS : QUELLES DIFFÉRENCES ?

Le baby-sitter assure une présence ponctuelle auprès d'enfants de plus de 3 ans. Il travaille donc de façon irrégulière. Le garde d'enfants exerce de façon régulière et peut s'occuper d'enfants de moins de 3 ans.

### SALAIRE

Le tarif horaire est défini par la convention collective. Il tient compte de l'emploi occupé et du niveau de classification. Vous devez être déclaré. Il n'existe pas de forfait journée. Le nombre d'enfants n'entre pas en compte dans la rémunération.

La garde s'effectue au domicile des parents. Les baby-sitters peuvent être payés par Pajemploi ou Cesu. Dans ce cas, et avec votre accord, les parents font le nécessaire.

- Pour connaître la grille des salaires : [www.franceemploi.domicile.fr/](http://www.franceemploi.domicile.fr/)
- Numéro national France Emploi Domicile : 09 72 72 72 76
- Pour calculer sa rémunération et connaître ses droits : [www.pajemploi.urssaf.fr](http://www.pajemploi.urssaf.fr)  
[www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

### COMMENT CHERCHER ?

Si vous avez moins de 18 ans, déposez des annonces dans les commerces de votre quartier, distribuez votre carte aux parents à la sortie des écoles et faites fonctionner le bouche-à-oreille.

Les plus de 18 ans pourront, en plus de ces démarches, consulter les offres des services spécialisés. Parfois, un véhicule est demandé pour emmener les enfants aux activités sportives ou de loisirs.

Adresses des organismes sur : [www.servicessalapersonne.gouv.fr](http://www.servicessalapersonne.gouv.fr)  
rubrique Annuaire



### Attention aux arnaques !

Ne transmettez pas vos coordonnées bancaires avant d'avoir rencontré la famille qui va vous employer, n'envoyez jamais d'argent et n'achetez aucun matériel de puériculture.

### Baby-sitting et réseau IJ

Le réseau Info Jeunes propose toute l'année des services et des animations autour du baby-sitting : offres d'emploi, job dating, formation petite enfance, premiers secours (cf. p. 42).

Le +  
réseau  
IJ

### Pour en savoir plus

Scannez " Tu travailles chez un particulier ? "





## Services à la personne

Ils regroupent un ensemble de services rendus à domicile : baby-sitting, assistance aux personnes âgées, gardiennage, bricolage, courses, garde d'animaux, jardinage, ménage, soutien scolaire...

Les mineurs à partir de 16 ans peuvent tenter leur chance auprès des particuliers. Déposez vos annonces chez les commerçants, dans les boîtes aux lettres, les sites d'entraide entre voisins et faites savoir à un maximum de personnes de votre entourage que vous êtes en recherche...

Plus de 18 ans, retrouvez des offres sur les sites spécialisés :

[www.admr.org/rejoignez-nous](http://www.admr.org/rejoignez-nous)

[www.famillesrurales.org/emploi/stage/benevolat/offres](http://www.famillesrurales.org/emploi/stage/benevolat/offres)

Contactez les organismes :

[www.servicessalapersonne.gouv.fr](http://www.servicessalapersonne.gouv.fr)  
rubrique Annuaire

En savoir plus :

[www.franceemploiadomicile.fr](http://www.franceemploiadomicile.fr)

i

### Le Cesu

Vous pouvez être payé avec un chèque emploi service universel (Cesu). C'est l'assurance d'être déclaré et assuré en cas d'accident. L'employeur bénéficie d'avantages fiscaux.

[www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

## Assistance aux personnes âgées

Proposez vos services pour les aider dans leur quotidien : repas, courses, petit bricolage, aide administrative, dépannage informatique... il s'agit la plupart du temps de jobs à temps partiel. Vous pouvez donc avoir plusieurs employeurs. Adressez-vous aux agences agréées (voir ci-dessus) ou contactez le CCAS ou CIAS de votre commune

Il est souvent nécessaire d'être titulaire du permis B, de posséder un véhicule et d'avoir de l'expérience dans ce secteur.

## Travaux d'entretien / garde d'animaux (pet sitting)

Pendant les vacances, on recherche souvent des jeunes pour jardiner, arroser des plantes, garder, nourrir et promener les animaux... Laissez des petites annonces dans les boîtes aux lettres. Déposez-en également chez les vétérinaires, dans les animaleries ou auprès des agences spécialisées.

<https://fr.holidog.com>

[www.animaute.fr](http://www.animaute.fr)



« L'un des aspects les plus gratifiants de mon travail auprès d'une personne âgée a été de voir à quel point ma présence lui apportait du réconfort et de la joie. J'ai appris à écouter, à être patiente et j'ai développé mon empathie. »

Rose, 20 ans

## Jobs insolites



**Sur un ferry ou un bateau de croisière :** hôtesse de croisière, chargé du contrôle embarquement, billets... Postulez directement auprès des compagnies. Vous vivez près d'un fleuve ou d'un canal ? Envoyez votre candidature dès le mois de mars pour travailler en lien avec les croisières fluviales, les locations de bateaux sans permis.

**Dans un petit train touristique :** des postes de conducteurs sont proposés l'été. Accueil des passagers, contrôle des billets, conduite sur un parcours prédéfini et nettoyage du véhicule. Langues étrangères souhaitées. Offres auprès de France Travail, agences d'intérim...

**Sur des événements sportifs (Tour de France, Paris-Nice, 24h du Mans...) :** hôtesse, ambassadeurs, chauffeurs... Découvrez les offres et postulez sur les sites des événements : [www.aso.fr](http://www.aso.fr) rubrique Nous rejoindre, [www.24h-lemans.com](http://www.24h-lemans.com)

**Dans un casino :** des postes de croupiers, hôtesse, serveurs, équipiers sont à pourvoir toute l'année. Il faut être majeur et avoir un casier judiciaire vierge.  
[www.barriere-recrute.com](http://www.barriere-recrute.com)  
[www.groupe.partouche.com/recrutement](http://www.groupe.partouche.com/recrutement)

**Dans un train :** Accompagnateur ou assistant voyageur pour accompagner des enfants qui voyagent seuls. Les compagnies de transports sous-traitent généralement ce service à des sociétés privées : [www.cityone.fr](http://www.cityone.fr)/rejoignez-nous, [www.connectravel.com/recrutement\\_accompagnateur.php](http://www.connectravel.com/recrutement_accompagnateur.php)  
Compteur de voyageurs dans les trains.

**Sur une écluse :** votre mission sera d'ouvrir les écluses pour laisser passer les bateaux. Renseignez-vous auprès des Conseils départementaux, des offices de tourisme, de la Mairie de Paris et des voies navigables de France [www.vnf.fr](http://www.vnf.fr)

**Dans une société de pompes funèbres :** porteurs de cercueil, chauffeurs de voiture funéraire, vous pouvez exercer ces jobs solennels toute l'année en fonction des besoins (samedi, vacances scolaires). Rigueur, retenue et respect exigés. Postulez directement auprès des sociétés funéraires.

**Avec les éboueurs :** collecte des déchets ménagers, réception et chargement des poubelles dans le camion benne, rythme de travail soutenu et activité matinale. Contactez les entreprises de collecte de déchets, agences d'intérim ou adressez-vous directement aux communes et intercommunalités.

**Dans une déchetterie :** le job d'agent de déchetterie est proposé par certaines communes et intercommunalités pour des tâches d'accueil, information des usagers, aide au tri, entretien du site. Bonne capacité physique et ponctualité requises. Travail le week-end.

## Sondages, télémarketing, téléassistance, recensement

### Enquêtes, tests de produits

Les grands instituts de sondage (BVA, CSA, Ifop, Ipsos, Kantar, OpinionWay...) emploient des personnes pour leurs enquêtes. Postulez directement en ligne sur leur site. Vous pouvez aussi participer à des tests de produits alimentaires, cosmétiques... ou répondre à des études en ligne. Ces activités occasionnelles sont rétribuées par une indemnité, des bons d'achat, des chèques-cadeaux, des produits gratuits...

[www.testezpournous.fr](http://www.testezpournous.fr)

[www.testerderproduits.fr](http://www.testerderproduits.fr)

[www.devenirclientmystere.com](http://www.devenirclientmystere.com)

### Collectes de dons

Travailler pour des ONG (AIDES, Médecins du monde, Ligue contre le cancer...) consiste à aller à la rencontre des passants et leur proposer d'agir en devenant donateur régulier. Qualités requises : sensibilité aux causes humanitaires, environnementales ou de santé publique, sens du contact et force de persuasion.

<https://causeaeffet.com/>

### Distribution presse / publicité

Les sociétés de distribution de journaux gratuits et d'imprimés publicitaires recrutent toute l'année des distributeurs, colporteurs, installateurs PLV. Véhicule obligatoire.

Contactez les agences de travail temporaire pour trouver des missions ponctuelles.

Pour les quotidiens payants, contactez les services de portage de la presse régionale.

### Téléopérateur, télémarketing, téléconseil

De nombreuses possibilités de jobs existent dans les centres d'appels. Certains sont dédiés à la vente de produits et services (télémarketeur), d'autres à la relation d'assistance clients (téléconseiller) et, enfin, il y a des postes polyvalents (téléopérateur). Aisance orale, adaptabilité (logiciels, procédures), connaissance des produits et des services sont requis. En télémarketing, il faut des compétences en techniques de vente et être persuasif.

Centres d'appels, grandes entreprises de la banque, assurances, opérateurs téléphoniques, commerce en ligne, grande distribution, services publics (CAF, CPAM...), agences de marketing... De nombreux secteurs recrutent toute l'année, pour tous types de contrat.

Pensez à l'intérim, à France Travail et aux job boards pour trouver des offres.

<https://recrutement.phone-regie.com/>

<https://jobs.opteven.com/>

<https://recrutement.iliad-free.fr/offres>

Assistance, assurance : postulez directement sur les sites des mutuelles de santé.

[www.ima.eu](http://www.ima.eu)

<https://recrutement.europ-assistance.fr>

[www.careers.axapartners.com/fr/fr](http://www.careers.axapartners.com/fr/fr)

[www.mutuaide.fr](http://www.mutuaide.fr)

[www.fidelia-assistance.fr](http://www.fidelia-assistance.fr)

[www.allianz-partners.fr](http://www.allianz-partners.fr)

## Recensement

Les collectivités recrutent des agents recenseurs en CDD. Il faut en général avoir plus de 18 ans. Le job consiste à se présenter au domicile des particuliers, en journée et en soirée, et à les inciter à se faire recenser sur internet ou à l'aide d'un questionnaire papier. Contactez les mairies pour proposer votre candidature. Qualités requises : autonomie, facilité de contact, discrétion, respect de la confidentialité...

## Tourisme, culture, événementiel

L'idéal pour trouver un job dans le tourisme : une formation en tourisme, la pratique d'une ou deux langues, une bonne connaissance de la région, le goût du contact...

- Agents d'accueil en office de tourisme. Postulez en début d'année en mairie s'ils ne sont ouverts que l'été.
- Guides touristiques. Étudiants en histoire de l'art ou passionnés de culture, contactez les offices de tourisme.
- Chargés d'accueil, de caisse ou de vestiaire dans les musées et châteaux.
- animateurs de club de plage (Bafa demandé).
- Plagistes. Installation et rangement des transats et parasols.

Postulez auprès des gérants de plage (coordonnées par les mairies).

[www.monemploi tourisme.fr](http://www.monemploi tourisme.fr)

[www.adn-tourisme.fr](http://www.adn-tourisme.fr)

[www.tourisme-espaces.com](http://www.tourisme-espaces.com)

Fédération des clubs de plage :

[www.fnpc.fr](http://www.fnpc.fr)



Le Tourisme social et solidaire représenté par l'UNAT offre de nombreuses opportunités d'emploi dans les hébergements touristiques comme les villages vacances, auberges de jeunesse, centres de séjours, campings, notamment en bord de mer. Mais aussi dans l'encadrement de séjours : vacances adaptées auprès d'adultes en situation de handicap, colonies de vacances...

Plus d'infos auprès de l'UNAT. [www.unat-paysdelaloire.fr](http://www.unat-paysdelaloire.fr)

## Clubs de vacances

Ils offrent de nombreuses opportunités de jobs à chaque saison : réceptionniste, serveur, barman, plongeur, commis de cuisine, animateur, personnel d'entretien, en France et à l'étranger. Généralement, vous êtes nourri et logé (avec participation). Pour postuler, il faut être majeur, pratiquer au moins une langue étrangère et être disponible pour toute la saison d'été ou d'hiver. Il existe de nombreux organismes (VVF Village, Villages Club du Soleil, Odesia Vacances, Azureva, Club Med, UCPA, Belambra...). Rendez-vous sur leurs sites Internet (rubrique Emploi ou Recrutement) pour connaître leurs offres. Vous trouverez également des offres sur le site de France Travail, domaine pro Tourisme.

<https://job-tourisme.fr/>

[www.lesvillagesvacances.com](http://www.lesvillagesvacances.com)

## Campings

Un secteur où les offres sont nombreuses et les jobs variés : accueil, entretien (espaces verts, piscine, sanitaires, mobil-homes), restauration-bar, animation, surveillance de baignade. Dynamisme et bonne forme physique requis!

Envoyez CV et lettre de motivation dès janvier pour l'été suivant. Quelques offres de dernière minute sont toujours possibles.

[www.ffcc.fr](http://www.ffcc.fr)

[www.campingfrance.com](http://www.campingfrance.com)

[www.campingdefrance.com](http://www.campingdefrance.com)

## Parcs de loisirs / Zoos / Aquariums

Ils offrent des jobs durant les mois d'été ou les petites vacances, dans l'accueil, la vente (billetterie, boutiques), la restauration et l'entretien. Profil : être majeur, avoir une grande disponibilité (soirs et week-ends), de solides bases en anglais. Permis B souhaité. Faites le tour des parcs, zoos, aquariums de votre région et consultez les offres sur leur site ou déposez votre CV en ligne.

<https://emplois.disneycareers.com>

<https://futuroscope.nous-recrutons.fr>

<https://recrutement.parcasterix.fr>

<https://emploi.zoobeaupal.com>

[www.planetesauvage.com](http://www.planetesauvage.com)

[www.zoo-boissiere.com](http://www.zoo-boissiere.com)

[www.zoo-la-fleche.com/recrutement/rejoignez-notre-equipe](http://www.zoo-la-fleche.com/recrutement/rejoignez-notre-equipe)

## Festivals / Spectacles

Il est difficile de trouver un job dans les festivals qui font souvent appel à des bénévoles. Contactez les organisateurs. Quelques pistes : chargé de billetterie, poseur d'affiches et distributeur de flyers, assistant de régie...

[www.leguidedesfestivals.com](http://www.leguidedesfestivals.com)

[www.cnmwork.fr](http://www.cnmwork.fr)

[www.puydufou.com/france/fr/recrutement](http://www.puydufou.com/france/fr/recrutement)

Les salles de spectacles labellisées Scènes nationales, les centres culturels et théâtres municipaux recrutent des étudiants sur des postes d'hôtes de salle, contrôleurs de billets, gardiennage...

Contactez les salles dès le début de l'année pour la saison suivante.

[www.scenes-nationales.fr/carte](http://www.scenes-nationales.fr/carte)

## Salons / Événementiel / Street marketing

Des agences spécialisées recrutent hôtes d'accueil ou animateurs de vente. Qualités requises : bonne présentation, aisance relationnelle, langues étrangères appréciées. Étudiants en tourisme ou en vente favorisés.

• Agenda des salons :

[www.gazette-salons.fr](http://www.gazette-salons.fr)

[www.unimev.fr](http://www.unimev.fr) rubrique Travailler dans l'événement

• Quelques sites d'offres :

[www.hotessejob.com](http://www.hotessejob.com)

<https://mateam.com/>

<https://penelope.fr>

[www.tendance-hotesses.com](http://www.tendance-hotesses.com)

<https://recrutement.charlestown.fr>

[www.marianne-international.com](http://www.marianne-international.com)

<https://tacticmedia.com/recrutement/>

[www.streetpub.fr](http://www.streetpub.fr)

## Activités de loisirs

Les structures de loisirs (laser game, escape game, cinémas, karting, mini-golfs, bowlings, trampolines parks, patinoires, piscines...) recrutent pour des postes d'accueil, de caisse, de service, de vestiaire ou d'entretien.

Des contrats étudiants à temps partiel pour le week-end peuvent être proposés et des offres pour l'été sont également à pourvoir, notamment dans les villes touristiques. Contactez directement les structures ou déposez votre CV en ligne sur leur site.

« Travailler au Futuroscope était un peu un rêve pour moi ! Chargé de l'accueil des visiteurs, j'ai eu l'opportunité de rencontrer des familles et des enfants enthousiastes. C'est génial de contribuer à leur créer des souvenirs inoubliables ! »

Victor 19 ans »

## Transports

### Course-livraison

Les sociétés de courses, les grandes entreprises ou administrations ayant un service de coursiers interne recrutent des jeunes pour des postes de coursier, chauffeur ou livreur (du plat cuisiné aux documents, en passant par la livraison de médicaments).

Scooter, moto, voiture ou camionnette sont souvent fournis mais on peut vous demander d'avoir votre propre véhicule. BSR ou permis A ou B exigés selon le type de véhicule utilisé.

[www.jobtransport.com](http://www.jobtransport.com)

Certaines sociétés de location de voitures cherchent des jeunes pendant l'été pour récupérer leurs véhicules. Permis B de plus de 2 ans exigé. Annonces diffusées sur leurs sites.

Pour les plus sportifs et ceux qui n'ont pas le permis de conduire, des sociétés de coursiers à vélo, triporteurs, véhicules électriques sont présents dans de nombreuses villes.

<https://lapetitereine.com>  
[www.emploivelo.com](http://www.emploivelo.com)

### Manutention-logistique

De nombreux emplois sont disponibles dans les entreprises souvent situées dans les zones d'activité. Un véhicule est nécessaire car ces zones sont souvent situées en dehors des villes. Postulez auprès des agences d'intérim.

[www.jobtransport.com](http://www.jobtransport.com)



#### Un job « ubérisé »

Les services proposés (chauffeur, coursier...) via des plateformes (Uber, Deliveroo...) sont effectués par des indépendants souvent déclarés en micro-entreprise (cf. p.11). Ils sont rémunérés à la tâche et peu couverts en termes de protection sociale (accident du travail, arrêt...). Ils doivent donc avoir une mutuelle correcte. La souplesse gagnée sur l'organisation du temps de travail implique ainsi une certaine précarité.

### Déménagement

Contactez les entreprises de déménagement dès mars/avril, sans oublier les agences d'intérim.

[www.csdeménagement.fr](http://www.csdeménagement.fr)

« J'ai travaillé comme manutentionnaire l'été dernier. Charger et décharger les camions, trier les colis, préparer les commandes pour expédition... Ce qui m'a le plus marqué, c'est l'importance du travail d'équipe. Nous devons coordonner nos efforts pour que tout se passe efficacement. »

Liam, 21 ans



# UN job À L'ÉTRANGER

**Choisissez le pays en fonction de vos compétences linguistiques et des opportunités de jobs.**

## Préparez votre projet

Commencez vos démarches très tôt (de 3 à 6 mois avant le départ). Certaines formalités demandent un délai.

### À savoir

- Les jobs d'été sont souvent des postes peu qualifiés et, en général, peu rémunérés.
- Certains pays ne proposent pas de salaire minimum.

- Les employeurs préfèrent recruter des personnes qui font toute la saison (3 mois).
- Il est nécessaire de prévoir un budget pour le logement.
- Pensez à la carte d'étudiant internationale (Isic) et à la carte jeunes européenne (EYCA) pour bénéficier de réductions.

[www.isic.fr](http://www.isic.fr)

[www.eyca.org](http://www.eyca.org)

<https://esncard.org>

## Comment chercher ?

- Faites le point sur vos expériences et compétences.
- Informez-vous sur les conditions de vie et de travail du pays d'accueil, la situation locale du marché de l'emploi.

<https://european-union.europa.eu>

rubrique Vivre, Travailler, Étudier

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

- Évaluez vos compétences en langues et adaptez votre CV aux habitudes du pays. Pour l'Europe, pensez au CV Europass :

<https://europass.europa.eu/fr>

- Rendez-vous dans le réseau Info Jeunes (cf. p. 43). Vous y trouverez des informations sur la mobilité à l'étranger, des dossiers par pays.

Les structures Info Jeunes labellisées Eurodesk ont des référents et des res-

sources Eurodesk : *Trouver un job à l'étranger, Guides Destination Europe et un peu plus loin...*, Opportunity finder, Clics pays, exposition Partir comme volontaire, etc.

- Réseau Eurodesk : <https://eurodesk.eu/france>
- Réseau Eurodesk en Pays de la Loire :  
Contactez les structures Info Jeunes de Nantes, Guérande, St Nazaire, St Sébastien sur Loire, Orée d'Anjou, Le Mans, Orée de Bercé Belinois, Pays Fléchois.

## Sites d'information

[https://youth.europa.eu/home\\_fr](https://youth.europa.eu/home_fr)

Portail européen de la jeunesse rubrique Travailler

[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)

Infos pratiques sur les jobs à l'étranger, conseils et témoignages.



### Sites d'offres

Les sites d'emploi à l'étranger sont nombreux sur le web : Monster, Indeed, Stepstone... Consultez plutôt les offres des services emploi du pays choisi et :

<https://eures.europa.eu>

À savoir : soutien financier aux demandeurs d'emploi pour travailler en Europe : Targeted mobility scheme- TMS

[www.francetravail.fr/international](http://www.francetravail.fr/international)

[www.europages.fr](http://www.europages.fr) : annuaire d'entreprises et d'agences de travail temporaire en Europe.

Consultez les informations des expatriés :

[www.expat.com/fr](http://www.expat.com/fr)

[www.francaisaletranger.fr](http://www.francaisaletranger.fr)



### Restez vigilant sur les offres et les conditions de travail !

Attention aux organismes proposant des services « clés en main » (job + logement), ils sont souvent très chers.

## Formalités et démarches

### Jobs dans l'Union européenne

Carte d'identité ou passeport si vous êtes ressortissant européen.

### Jobs hors Union européenne

Passeport valide et visa de travail, plus ou moins facile à obtenir (prévoir un délai).

Depuis le Brexit, un visa est nécessaire pour travailler en Grande-Bretagne. Il est obligatoire d'avoir une offre d'emploi avant de partir.

[www.gov.uk](http://www.gov.uk)

Pour l'Argentine, l'Australie, le Brésil, le Canada, le Chili, la Colombie, la Corée du Sud, l'Équateur, Hong-Kong, le Japon, le Mexique, la Nouvelle-Zélande, le Pérou, Taïwan et l'Uruguay, le Visa Vacances Travail (Working Holiday Visa) simplifie les démarches.

[www.pytistes.net](http://www.pytistes.net)

Consultez le site de l'ambassade du pays qui vous intéresse.

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) rubrique Conseils aux voyageurs / Infos pratiques / Préparer son départ

## Santé

- Protection sociale : en fonction de votre statut et des pays. Caisse des Français de l'étranger : [www.cfe.fr](http://www.cfe.fr)
- Carte européenne d'Assurance maladie (CEAM) : elle est gratuite et valable 2 ans. [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) rubrique Assuré
- Vaccinations : chaque pays possède sa réglementation. Se renseigner au moins 3 mois avant.

<https://vaccination-info-service.fr>



### Logement

- [www.switchome.org](http://www.switchome.org) Échange de logements.
- [www.hihostels.com](http://www.hihostels.com) Auberges de jeunesse dans le monde.
- [www.ethik-and-trips.com](http://www.ethik-and-trips.com)
- [www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com)  
Mise en réseau avec des particuliers qui vous prêtent gratuitement leur canapé.
- [www.hostelworld.com](http://www.hostelworld.com)  
Hôtels à prix raisonnables.
- [www.camping.com](http://www.camping.com) Guide mondial des campings.



## Quelques pistes

### Hôtellerie-restauration

Secteur où les jobs sont plus faciles à trouver, surtout sans expérience.

[www.hotelcareer.com](http://www.hotelcareer.com)

[www.caterer.com](http://www.caterer.com)

### Travaux agricoles

Fruits et légumes en Australie, cueillette de pommes au Canada, récolte de fraises, salades et oignons au Danemark... Attention, travail physique!

[www.seasonworkers.com](http://www.seasonworkers.com)

[www.pickingjobs.com](http://www.pickingjobs.com)

[www.helpx.net](http://www.helpx.net)

et aussi [www.wwoof.net](http://www.wwoof.net)

Travail dans les fermes en échange du logement et de la nourriture.

### Tourisme et animation

Postes d'accompagnateur, hôtes, animateur, hygiène et sécurité... Un bon niveau dans la langue du pays, voire dans d'autres langues, peut être exigé.

[www.leisurejobs.com](http://www.leisurejobs.com)

[www.planetanim.fr](http://www.planetanim.fr)

Postulez dans les organismes de séjours linguistiques :

[www.unosel.org](http://www.unosel.org)

[www.loffice.org](http://www.loffice.org)

Les parcs d'attractions en Europe recrutent : [www.jetcamp.com](http://www.jetcamp.com)

## Au pair

Une famille vous accueille en contrepartie d'une garde d'enfant et de tâches ménagères.

Durée : de 6 mois à 1 an (12 mois minimum aux États-Unis).

Âge requis : entre 18 et 27 ans. Vous êtes nourri, logé et recevez de l'argent de poche.

Faire appel à une association de placement au pair facilite le choix d'une famille et est plus fiable.

[www.ufaap.org](http://www.ufaap.org)

[www.iapa.org](http://www.iapa.org)



Scannez les infos en  
Pays de la Loire



### Chantiers de bénévoles

Pas de job ? Participer à un chantier de jeunes bénévoles peut être une alternative. Nourri et logé, vous participez à une vie communautaire en échange d'une mission. Une contribution financière est demandée et le voyage est à votre charge.

[www.cotravaux.org](http://www.cotravaux.org)

[www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org)

[www.concordia.fr](http://www.concordia.fr)

<https://volontariat.org>



Scannez les infos en  
Pays de la Loire

« C'était mon premier workcamp avec Solidarités Jeunesses et certainement pas le dernier. J'ai adoré l'expérience de A à Z ! Les personnes qui s'occupaient du camp étaient très accueillantes et bienveillantes envers tous les participants ! »

Romane, 20 ans



# LE RÉSEAU Info Jeunes EN PAYS DE LA LOIRE

Les structures Info Jeunes (SIJ) organisent des actions spécifiques autour du job pour vous aider dans vos démarches et booster vos recherches de jobs d'été, jobs à l'année... Selon les structures et les territoires, retrouvez :

- Conseils, informations pour organiser vos recherches
- Mise à disposition d'outils, de ressources pour faciliter vos démarches
- Ateliers sur la rédaction de CV, la lettre de motivation, la simulation d'entretien d'embauche
- Mise en place de forums, jobdating, journées spécifiques, etc.
- ...

Retrouvez toute la programmation et une cartographie régionale des actions des SIJ en scannant le QR Code



## Info Jeunes Pays de la Loire

37 rue Saint Léonard - 44000 Nantes

Tél. 02 51 72 94 50

contact@infos-jeunes.fr

 infojeunespd



[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr)



Une rubrique Travailler dédiée aux jobs



Des articles, des infographies, des vidéos...



Des offres d'emplois

## LOIRE ATLANTIQUE

### INFO JEUNES BOUGUENAIS

Chemin Jacques Prévert

Tél. 02 40 65 11 56 ou 06 86 89 70 74

[infojeunes@ville-bouguenais.fr](mailto:infojeunes@ville-bouguenais.fr)

### INFO JEUNES CARQUEFOU

La Jouandière - Avenue de la Jouandière

Tél. 02 28 22 20 43

[infojeunes@mairie-carquefou.fr](mailto:infojeunes@mairie-carquefou.fr)

### INFO JEUNES GUERANDE

3 Impasse Anne de Bretagne

Tél. 06 72 09 97 58 / 06 15 22 31 08

[spot15-25@lespep44-49.org](mailto:spot15-25@lespep44-49.org)

### INFO JEUNES INDRE

Acleaa - Le Tiers Lieu

2 rue du Stade - Tél. 02 40 85 46 15

[letierslieu@acleaa.fr](mailto:letierslieu@acleaa.fr)

### INFO JEUNES LA CHAPELLE SUR ERDRE

56 avenue Beauregard - Tél. 02 51 81 87 25

[infojeunes@lachellesurerdre.fr](mailto:infojeunes@lachellesurerdre.fr)

### INFO JEUNES NANTES

37 rue Saint Léonard

Tél. 02 51 72 94 50

[contact@infos-jeunes.fr](mailto:contact@infos-jeunes.fr)

[infos-jeunes.fr](http://infos-jeunes.fr)

### INFO JEUNES ORVAULT

Allée de la Sarre - Tél. 06 98 64 05 88

[info-jeunes@mairie-orvault.fr](mailto:info-jeunes@mairie-orvault.fr)

### INFO JEUNES PORNIC AGGLO PAYS DE RETZ

[pjj@pornicagglo.fr](mailto:pjj@pornicagglo.fr)

### - CHAUMES EN RETZ

Maison des Jeunes

Rue du Stade

Tél. 02 40 39 06 03 ou 06 40 81 22 80

### - PORNIC

Maison des associations

4 rue de Lorraine

Tél. 02 40 39 06 03 - 06 75 67 56 76

### - SAINTE PAZANNE

Allée de l'Escale

Tél. 02 40 39 06 03 ou 06 08 34 30 67

### INFO JEUNES PORNICHET

Médiathèque

Place du Marché - Tél. 06 31 07 11 09

[infojeunes@mairie-pornichet.fr](mailto:infojeunes@mairie-pornichet.fr)

### INFO JEUNES REZE

19 Avenue de la Vendée - Tél. 02 40 13 44 25

[info-jeunesse@mairie-reze.fr](mailto:info-jeunesse@mairie-reze.fr)

### INFO JEUNES SAINT HERBLAIN

[jeunesse@saint-herblain.fr](mailto:jeunesse@saint-herblain.fr)

2 Pôles Ressources Jeunesses :

- Carré des services

15 rue d'Arras

Tél. 02 28 25 22 67

- Sillon de Bretagne

12 ter, avenue des Thébaudières

Tél. 02 28 25 25 51

### INFO JEUNES SAINT NAZAIRE

La Source - Espace 15-25 ans

46 rue d'Anjou - Tél. 02 44 73 45 99

[lasource@mairie-saintnazaire.fr](mailto:lasource@mairie-saintnazaire.fr)

### INFO JEUNES SAINT SEBASTIEN SUR LOIRE

5 Allée des Maraîchers - Tél. 06 75 02 39 07

[ij@saintsebastien.fr](mailto:ij@saintsebastien.fr)

### INFO JEUNES SAINTE LUCE SUR LOIRE

Esplanade Pierre Brasselet

Tél. 02 40 68 16 48 ou 06 07 26 12 63

[infojeunes@sainte-luce-loire.com](mailto:infojeunes@sainte-luce-loire.com)

[pjj@pornicagglo.fr](mailto:pjj@pornicagglo.fr)

### INFO JEUNES ESTUAIRE ET SILLON - SAVENAY

2 bd de la Loire - Tél. 02 40 56 80 85 ou 02 40 56 81 97

[emploi@estuaire-sillon.fr](mailto:emploi@estuaire-sillon.fr)

## MAINE ET LOIRE

### INFO JEUNES ANGERS

J, Angers connectée jeunesse

12 Place Imbach - Tél. 02 41 05 48 00

[direction.jeunesse@ville.angers.fr](mailto:direction.jeunesse@ville.angers.fr)

[www.angers.fr/jeunes](http://www.angers.fr/jeunes)

### INFO JEUNES BEAUPREAU EN MAUGES

10 rue du Sous-Préfet Barré

Tél. 02 41 63 06 33 ou 06 23 79 54 93

[pjj@cs-evreetmauges.fr](mailto:pjj@cs-evreetmauges.fr)

### INFO JEUNES CHEMILLE EN ANJOU

5 rue de la Gabardière - Chemillé

Tél. 02 41 30 50 55

[jeunesse@centresocial-chemille.asso.fr](mailto:jeunesse@centresocial-chemille.asso.fr)

### INFO JEUNES COTEAUX DU LAYON

2 Parc du Neufbourg - Thouarcé

Tél. 02 41 54 06 44

[jeunesse@centresocial-coteauxdulayon.fr](mailto:jeunesse@centresocial-coteauxdulayon.fr)

### INFO JEUNES VALLEES DU HAUT

#### ANJOU - LES HAUTS D'ANJOU

2 rue des Fontaines - Châteauneuf sur Sarthe

Tél. 02 41 24 45 45 ou 06 81 37 63 52

[pointinfojeunesse@valleesduhaultanjou.fr](mailto:pointinfojeunesse@valleesduhaultanjou.fr)

### INFO JEUNES LES PONTS DE CE

45 rue Abel Boutin - Desvignes

Tél. 02 41 79 75 72

[pjj@ville-lespontsdece.fr](mailto:pjj@ville-lespontsdece.fr)



## INFO JEUNES LONGUENEE EN ANJOU

AJIC – rue Françoise Dolto  
La Membrolle sur Longuenée - Tél. 07 72 16 66 58  
[infojeunes.ajic@gmail.com](mailto:infojeunes.ajic@gmail.com)

## INFO JEUNES MONTREVAULT SUREVRE

17 rue St Nicolas - Tél. 02 41 30 06 32  
[infojeunes@montrevaultsurevre.fr](mailto:infojeunes@montrevaultsurevre.fr)

## INFO JEUNES NOYANT-VILLAGES

3 route de Meigné - Tél. 07 86 26 15 50  
[service.pij@noyantvillages.fr](mailto:service.pij@noyantvillages.fr)

## INFO JEUNES OMBREE D'ANJOU

36 rue du Maréchal Foch - Pouancé  
Tél. 02 41 92 48 01  
[msap@ombreedanjou.fr](mailto:msap@ombreedanjou.fr)

## INFO JEUNES OREED D'ANJOU

20 rue JFA Chenouard - Drain  
Tél. 06 63 82 18 69 ou 06 58 35 68 68  
[jeunesse2@rivesdeloire.fr](mailto:jeunesse2@rivesdeloire.fr)

## INFO JEUNES ST BARTHELEMY D'ANJOU

Pl. des Droits de l'Homme et du Citoyen  
Tél. 02 41 96 12 60  
[pij@ville-stbarth.fr](mailto:pij@ville-stbarth.fr)

## INFO JEUNES SAUMUR

Place de Verdun - Tél. 02 41 83 31 42  
[pij@ville-saumur.fr](mailto:pij@ville-saumur.fr)

## INFO JEUNES ANJOU LOIR ET SARTHE - SEICHES SUR LE LOIR

14 bis, rue Henri Régnier - Tél. 06 32 93 61 41  
[pointinfojeunesse@ccals.fr](mailto:pointinfojeunesse@ccals.fr)

## MAYENNE

### INFO JEUNES EVRON

Habitat jeunes services Le Nymphéa  
Rue Alain Vadepiéd - Tél. 02 43 01 62 65  
[pij@lenymphea.fr](mailto:pij@lenymphea.fr)

### INFO JEUNES BOCAGE MAYENNAIS - GORRON

Maison des Initiatives Jeunesse  
Avenue Charles de Gaulle - Tél. 06 72 37 08 35  
[mij53@orange.fr](mailto:mij53@orange.fr)

### INFO JEUNES LAVAL

Maison du 18<sup>ème</sup> place du 18 juin 1940  
Tél. 02 43 49 86 55  
[infojeunes@laval.fr](mailto:infojeunes@laval.fr)  
[www.cij.laval.fr](http://www.cij.laval.fr)

### INFO JEUNES MAYENNE COMMUNAUTE

44 Place Gambetta - Tél. 06 78 29 73 99  
[pij@lespossibles.org](mailto:pij@lespossibles.org)

### INFO JEUNES SAINT BERTHEVIN

Rue Maximilien de Sully  
Tél. 02 43 26 03 87 ou 02 85 68 00 11  
[maison.des.jeunes@ville-saint-berthevin.fr](mailto:maison.des.jeunes@ville-saint-berthevin.fr)

## SARTHE

### INFO JEUNES ALLONNES

Service Enfance Jeunesse  
2 rue Pierre Levegh - Tél. 02 43 80 70 32  
[pij@ville-allonnes.fr](mailto:pij@ville-allonnes.fr)

### INFO JEUNES CHAMPAGNE

C.A.S Jean Claude Laude  
Rue Jacque Guède - Tél. 02 43 82 82 21  
[accueil@cas-champagne.fr](mailto:accueil@cas-champagne.fr)

### INFO JEUNES ORÉE DE BERCÉ

BÉLINOIS - ECOMMOY  
1 rue Ste Anne - Tél. 06 88 70 54 65  
[pij@belinois.fr](mailto:pij@belinois.fr)

### INFO JEUNES LA CHARTRE SUR LE LOIR

36 rue Gervais Chevallier  
Tél. 02 43 44 40 97 ou 07 82 71 30 15  
[jeunessevalduuloir@gmail.com](mailto:jeunessevalduuloir@gmail.com)

### INFO JEUNES PAYS FLECHOIS - LA FLÈCHE

48 bd Gambetta - Tél. 02 43 45 68 55  
[pij@cc-paysflechois.fr](mailto:pij@cc-paysflechois.fr)

### INFO JEUNES LE MANS

Centre Info Jeunes  
13 rue de l'étoile - Tél. 02 43 47 38 50  
[jeunesse.cij@lemans.fr](mailto:jeunesse.cij@lemans.fr)  
[www.lemans.fr/jeunesse](http://www.lemans.fr/jeunesse)

### INFO JEUNES LE FLORE HABITAT JEUNES - LE MANS

23 rue Maupertuis - Tél. 02 43 81 27 55  
[contact@leflore.info](mailto:contact@leflore.info)

### INFO JEUNES CDC SUD SARTHE

[infojeunes@comcomsudsarthe.fr](mailto:infojeunes@comcomsudsarthe.fr)  
3 Permanences :

Local jeunes :  
Rue Emile Crétois - **Le Lude**  
Tél. 06 33 64 44 71

Local jeunes :  
Place de la Bascule - **Mayet**  
Tél. 06 84 96 47 27

Local jeunes :  
Plaine de jeux - **Yvré le Pôlin**  
Tél. 07 87 25 03 06

### INFO JEUNES MONTVAL SUR LOIR

16 rue du 11 novembre - Tél. 02 43 79 24 87  
[chateauduloir@ml-sartheloir.fr](mailto:chateauduloir@ml-sartheloir.fr)

### INFO JEUNES SABLE SUR SARTHE

Hôtel de ville  
Place Raphael Elizé - Tél. 02 43 62 50 15  
[vac@sablesursarthe.fr](mailto:vac@sablesursarthe.fr)

## VENDÉE

### INFO JEUNES AIZENAY

10 rue Sainte Barbe - Tél. 02 51 94 74 40  
[ij@mairie-aizenay.fr](mailto:ij@mairie-aizenay.fr)

### INFO JEUNES FONTENAY LE COMTE

7 place de l'Ancien Hôpital  
Tél. 02 51 53 41 69  
[ij@ville-fontenaylecomte.fr](mailto:ij@ville-fontenaylecomte.fr)

### INFO JEUNES L'ILE D'YEU

8 rue du Pû  
Tél. 09 88 66 49 53  
[pjij@ile-yeu.fr](mailto:pjij@ile-yeu.fr)

### INFO JEUNES LA GARNACHE

Le Forum, 23 rue Jan et Joël  
Tél. 07.62.45.19.55  
[forum@lagarnache.ifac.asso.fr](mailto:forum@lagarnache.ifac.asso.fr)

### INFO JEUNES LA ROCHE SUR YON

14 bis - Médiathèque B. Rabier  
Esplanade Jeannie Mazurelle  
Tél. 02 51 36 95 95  
[14bis@larochesurion.fr](mailto:14bis@larochesurion.fr)  
[www.larochesurion.fr/jeunes](http://www.larochesurion.fr/jeunes)



### INFO JEUNES LE POIRÉ SUR VIE

Rue de la Gibretière  
Tél. 07 63 67 55 13  
[pjij@solidavie.com](mailto:pjij@solidavie.com)

### INFO JEUNES LES HERBIERS

Rue des Ménestrels  
Tél. 02 51 91 90 04  
[pjij@lesherbiers.fr](mailto:pjij@lesherbiers.fr)

### INFO JEUNES LUÇON

6 rue Saint Mathurin  
Tél. 02 51 56 03 66  
[pjijcampus@le-campus.org](mailto:pjijcampus@le-campus.org)

### INFO JEUNES SAINT HILAIRE DE RIEZ

Le 45 Tours - 45 Avenue du Terre-Fort  
Tél. 02 51 59 94 10  
[infojeunes@sainthilairederiez.fr](mailto:infojeunes@sainthilairederiez.fr)

### Les Relais Info Jeunes en Pays de la Loire



Accueil des jeunes pour un  
premier niveau d'information  
et relais vers la structure Info  
Jeunes la plus proche.



Une question Job ?  
Connectez-vous à la  
Boussole des jeunes.



# Le guide Trouver un job - Édition 2025 est une publication du réseau Info Jeunes

**Coordination :** Florence Devenne (CIDJ)

**Comité de rédaction :** Jamila Baron (Info Jeunes Occitanie), Vanessa Boesch (Info Jeunes Auvergne-Rhône-Alpes), Fabienne Masse (Info Jeunes Pays de la Loire), Valérie Montembault (CIDJ), Pascale Serra (Info Jeunes Sud Provence-Alpes-Côte-d'Azur)

**Secrétariat de rédaction :** Yasmine Agina (CIDJ)

**Maquette et fabrication :** Aneta Vuillaume (CIDJ)

**Crédit photo de couverture :** sturti / istockphoto.com

## Version Pays de la Loire

**Directeur de la publication :** Gaël QUIBAN

**Rédactrice :** Fabienne MASSE

**Régie publicitaire :** Pygma - Tél. 02 32 96 31 31

**Impression et façonnage :** Imprimerie Mérico



© Info Jeunes Pays de la Loire 2025

## Info Jeunes Pays de la Loire

37 rue Saint Léonard • 44000 NANTES

Tél. 02 51 72 94 50

**[www.infos-jeunes.fr](http://www.infos-jeunes.fr) • [contact@infos-jeunes.fr](mailto:contact@infos-jeunes.fr)**



Conformément à une jurisprudence constante, les erreurs ou omissions involontaires qui auraient pu subsister dans ce guide malgré les soins et les contrôles de l'équipe de rédaction ne sauraient engager la responsabilité de l'éditeur. La reproduction partielle ou totale des renseignements contenus dans cette édition est formellement interdite sans l'autorisation expresse de l'éditeur.

Dépot légal janvier 2025 - ISBN : 2-906576-81-6

# la Boussole des Jeunes

**PRATIQUE**

Une mise en relation avec un-e professionnel-le

**SIMPLE**

pas de création de compte

Au plus proche de chez toi !

**RAPIDE**

engagement de réponse dans la semaine

Sur les thématiques

**emploi,  
orientation  
formation**

**GRATUIT**



## COMMENT ÇA MARCHE ?

1. Rentre ta ville, ton profil et ta demande
2. Découvre les services près de chez toi
3. Si tu souhaites plus d'informations ou être accompagné.e : laisse tes coordonnées tel ou mail et un-e professionnel-e te recontactera dans un délai de 1 à 7 jours

Retrouve toutes les infos qu'il te faut sur :

**boussole.jeunes.gouv.fr**





**CFA**  
Sport et Animation  
Pays de la Loire

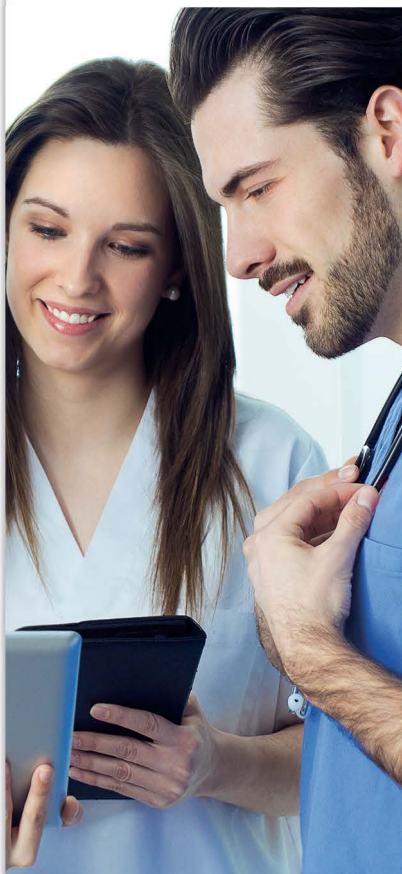
Le CFA SPORT ET ANIMATION propose des formations en contrat d'apprentissage, gratuites et rémunérées, **du CP JEPS au DES JEPS.**

UN PROJET,  
UNE QUESTION,  
**CONTACTEZ-NOUS !**

[www.cfasa-pdl.fr](http://www.cfasa-pdl.fr)  
02 51 82 72 08  
[contact@cfasa-pdl.fr](mailto:contact@cfasa-pdl.fr)



**ADAMSSE CFA**  
Pays de la Loire  
SANTÉ • SOCIAL • ÉDUCATION • SOLIDARITÉ



L'ADAMSSE CFA propose des formations en contrat d'apprentissage, gratuites et rémunérées **du niveau CAP au bac + 3** dans le domaine du social, de la santé et de l'éducation.

**POUR PLUS  
D'INFORMATIONS**

[www.adamssecfa.org](http://www.adamssecfa.org)  
02 51 82 72 08  
[accueil@adamssecfa.org](mailto:accueil@adamssecfa.org)