

## Bilan de compétences

### Le Programme

#### OBJECTIFS

Le bilan de compétences est une **démarche volontaire** permettant de **faire le point sur votre carrière** grâce à l'analyse et la synthèse de vos compétences professionnelles, vos aptitudes, vos motivations et vos ressources mobilisables.

Il permet de **définir un projet professionnel cohérent, réaliste et réalisable** et de valider un projet de formation.

#### PUBLIC

Cette action de formation est ouverte à tous types de public et est accessible aux personnes en situation de handicap.

#### DURÉE

Le bilan de compétences se déroule sur une période de 8 à 12 semaines, **pour une durée totale d'accompagnement de 18h comprenant 9 rendez-vous de 2h**, soit 7 rendez-vous individuels et 2 rendez-vous en petit groupe. Le travail personnel entre les séances représente environ 6h.

#### PHASE PRÉLIMINAIRE

Cette phase permet de confirmer l'engagement du bénéficiaire, de définir ses besoins et les objectifs du bilan et de réaliser le planning de rendez-vous. Cette phase permet également de préciser les conditions de déroulement du bilan, ainsi que les méthodes et outils utilisés.

#### PHASE D'INVESTIGATION

- Analyse et identification des motivations et intérêts professionnels et personnels
- Analyse des caractéristiques personnelles, valeurs et motivations
- Exploration des compétences, des connaissances et des aptitudes professionnelles et personnelles
- Analyse des motivations internes et externes en lien avec la vie professionnelle
- Exploration et analyse de la gestion du stress et des émotions
- Identification des atouts et des axes de développement
- Analyse de la dynamique du parcours professionnel
- Identification des compétences transférables
- Mise en évidence des éléments constitutifs du projet et de ses conditions de réussite
- Construction d'un plan d'actions et identification d'un échéancier
- Elaboration d'une feuille de route

## PHASE DE CONCLUSION

- Co-construction d'un document de synthèse constitué des éléments d'investigation du bilan, du détail du projet professionnel et des étapes de réalisation de celui-ci .
- Présentation d'un plan d'action détaillé
- Accompagnement vers les partenaires ou institutions compétentes nécessaire à la mise en place du projet

➤ **Suivi du bilan de compétences:** Le consultant reste en contact avec vous pour la mise en oeuvre du plan d'action (si besoin) et vous propose un suivi à 6 mois après la fin du bilan.

### MÉTHODOLOGIE

Des entretiens individualisés en présentiel, des fiches d'exercices, des ressources pédagogiques, une plateforme de travail personnelle supervisée, de nombreux tests, des exercices, des entretiens conseils, des enquêtes métier et recherches de stage facilités via un réseau de professionnels.

### MOYENS PÉDAGOGIQUES

Bureaux individuels, ordinateurs, imprimantes, wifi, revues spécialisées, tests, outils d'investigation, plateforme personnelles de travail, site internet IMT, sitographie complète spécialisée

### TARIF

1750 Euros

(Organisme de formation exonéré de TVA — Art. 261.4.4 a du CGI)

### MODALITÉ D'ACCÈS

Prise de rendez-vous par téléphone  
07 61 22 20 14

1er rendez-vous gratuit sans engagement

### DÉLAIS D'ACCÈS

3 semaines à partir de votre inscription sur le site du CPF/OPCO/France Travail  
Si autofinancement : 1 semaine à partir de votre inscription (sous réserve de disponibilité)

### EVALUATION DE LA PRESTATION

Points d'étapes, synthèse, questionnaire de satisfaction à la fin de la formation

## Notre équipe et nos secteurs d'intervention

Notre équipe est composée de 11 professionnelles diplômées et expérimentées en psychologie, Coaching, création d'entreprise, ingénierie de parcours et de formation...(CV sur demande)

Isabelle  
LOUF

Directrice et Fondatrice

Sandrine  
BUREAU

Consultante en bilan de  
compétences  
**Biganos 33**

Bettina  
SOETAERT

Consultante en bilan de  
compétences -  
Formatrice  
**Biganos 33**

Jordane  
LESPINASSE

Consultante en bilan de  
compétences  
**Biganos 33**

Isabelle  
BIARNES-  
POULLIAT

Consultante en bilan de  
compétences  
Psychosociologue, Coach  
certifiée

**Saint-Médard-en-Jalles 33**

Sandrine  
BOURGUIGNON-  
LARRONDE

Consultante en bilan de  
compétences  
Psychologue  
**Cestas 33**

Laure  
CANETE

Consultante en bilan de  
compétences, CEP, Coach  
certifiée  
**Peypin 13**

Anne  
RUBIN

Consultante en bilan de  
compétences Consultante  
RH et transitions  
professionnelles  
**Vitrolles 13**

Roxane  
LE BOURG

Consultante en bilan de  
compétences  
**Le Loroux-Bottereau  
44**

Clémentine  
TARIN

Consultante en bilan de  
compétences  
Psychologue du travail  
**Nantes 44**

Auréli  
BQCQUET

Consultante en Bilan de  
Compétences, Coach  
certifiée - Formatrice  
**Dunkerque 59**

Retrouvez nos profils professionnels détaillés sur notre site internet

[www.1001metiers.fr](http://www.1001metiers.fr)