



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

✉ contact@la-boussole-interieure.fr

☎ 03 81 25 70 87

9, Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

Programme de formation – Bilan de compétences collectif – 22H

Objectifs du bilan de compétences

Le bilan de compétences collectif vise à vous offrir un accompagnement structurant et dynamique pour vous aider à clarifier votre projet professionnel tout en travaillant sur votre développement personnel. Cette approche vous permet d'optimiser votre temps et de bénéficier de l'émulation de groupe, tout en préservant des temps d'accompagnement individuel.

Les objectifs de ce bilan sont de :

- Mieux vous connaître en identifiant vos valeurs, votre personnalité, vos compétences et votre mode de fonctionnement.
- Définir ou affiner votre projet professionnel.
- Améliorer votre satisfaction dans votre future activité professionnelle.
- Mettre en place un plan d'action concret pour atteindre vos objectifs.
- Vous préparez aux futurs entretiens d'embauche ou à la création de votre entreprise.

Compétences visées

Le bilan de compétences doit vous permettre de :

- Vous reconnecter à vous-même et à vos aspirations,
- Partager vos expériences et doutes avec le groupe,
- Passer d'une idée à un plan d'action concret,
- Relier votre projet professionnel au marché de l'emploi,
- Prendre des décisions en fonction de vos envies, connaissances et compétences,
- Savoir vous mettre en valeur lors d'échanges professionnels,
- Développer votre confiance en vous et en vos projets.

Public visé et prérequis

Le bilan de compétences s'adresse à tous publics : demandeurs d'emploi, salariés, indépendants.

Les personnes en situation de handicap peuvent le mentionner lors de l'inscription et nous mettrons en place une logistique adaptée à la situation (locaux accessibles PMR, distanciel, déplacement de l'accompagnateur...).



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

☐ contact@la-boussole-interieure.fr

☎ 03 81 25 70 87

9, Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

Moyens pédagogiques, méthodes et techniques d'encadrement

L'accompagnement repose sur différentes méthodes et outils, parmi lesquels :

- Des ateliers interactifs et exercices pratiques.
- Des outils de réflexion sur soi et d'introspection (PNL, tests de communication, soins énergétiques...).
- Des enquêtes métier et des stratégies de recherche d'emploi.

Déroulement du bilan de compétences

Il se décompose en 3 phases distinctes dont vous trouverez le détail ci-après.

La phase préliminaire : analyse de la demande

Modalités pédagogiques de la phase N°1 – (30 à 45 min)

Cette première phase est réalisée lors de notre entretien préalable à votre inscription en présentiel ou en distanciel. Elle vise à analyser votre demande et vos besoins afin de vous produire un contenu et un format d'accompagnement personnalisé, mais également à définir les modalités de déroulement de nos rencontres.

La phase d'investigation : construction et pertinence du projet professionnel

Ce bilan se décompose en plusieurs étapes distinctes :

1. Travail collectif – Travail sur soi (14 heures)

Modalités pédagogiques :

Deux journées de 7h réalisées en présentiel dans nos locaux, sur les horaires suivants : 9h-12h30/13h30-17h.

Contenus pédagogiques :

Module 1 : Faire connaissance et mettre à plat son passé professionnels et personnels

- Mes précédentes expériences professionnelles,
- Mon environnement familial, mon foyer,

Module 2 : Appréhender sa manière de fonctionner aujourd'hui

- Mes émotions du moment VS celles attendues
- La gestion de mon temps,
- Ma manière de communiquer,
- Ma relation à l'argent,



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

☐ contact@la-boussole-interieure.fr

☎ 03 81 25 70 87

9, Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

- Ma santé,
- Mes croyances et peurs,
- Mes mécanismes de défense,
- Ma capacité d'adaptation.

Module 3 : Qui suis-je et où ai-je envie d'aller ?

- Mes valeurs,
- Quelle est mon individualité ?
- Faire du lien entre le qui je suis et ce que je veux vivre personnellement et professionnellement,
- Trouver son ikigai (sa raison d'être),
- Comment suis-je perçu(e) par mon entourage ?
- Mes compétences actuelles en lien avec mon projet professionnel.
- Conseils pratiques sur la rédaction de CV et l'entretien d'embauche.

2. Travail individuel – Réflexion professionnelle (8 heures)

Modalités pédagogiques : Cinq rendez-vous individuels pour approfondir votre réflexion professionnelle. Ces RDV pourront se réaliser en distanciel via visioconférence ou en présentiel selon vos besoins. Les RDV sont détaillés comme suit :

- Premier rendez-vous (1h30) : Conclusion des travaux collectifs et début de la réflexion sur votre projet professionnel.
- Deuxième rendez-vous (1h30) : Séance de soin énergétique pour lever d'éventuels blocages et peurs.
- Troisième et quatrième rendez-vous (1h30) : Approfondissement et structuration de votre projet professionnel.
- Cinquième rendez-vous (2h) : Construction de votre plan d'action pour atteindre vos objectifs et conclusion du bilan.

Contenus pédagogiques :

Module 4 : Mettre en relation ses projets avec sa réalité

- Construire un projet viable (financièrement, équilibre vie pro/ vie perso)
- Élaborer une stratégie pour atteindre son objectif final en découpant en sous-objectifs nos actions, notamment si le passage par la formation se révèle nécessaire.
- Définir un plan B,
- Faire des enquêtes métier, se renseigner auprès d'organismes de formation...



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

☐ contact@la-boussole-interieure.fr

☎ 03 81 25 70 87

9, Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

N.B : La durée totale du bilan de compétences inclut les temps d'entretien (présentiel ou distanciel synchrone). Les temps de travail guidés à l'aide des exercices du livret pédagogique du stagiaire (distanciel asynchrone) et les temps de recherches personnelles consacrés aux enquêtes-métiers et/ou formations ne sont pas inclus dans la durée totale du bilan de compétences.

La phase de conclusion : présentation d'un document de synthèse

Construire ensemble une synthèse rédigée de votre accompagnement reprenant les résultats des modules 3 et 5. Cette note est le résultat de notre travail et des différentes pistes qui s'ouvrent à vous.

N.B : Selon le point de départ du candidat, un bilan de compétences ne permet pas toujours d'arriver à un métier précis mais plutôt à une définition de pistes qui seront encore à creuser à la sortie du bilan.

Conditions de réalisation

L'accompagnement individuel peut se dérouler au cabinet en présentiel, en distanciel (via Google Meet, Teams ou Zoom) ou les 2, selon votre situation. Le livret pédagogique du stagiaire vous est remis en début d'accompagnement (version numérique ou papier selon la modalité d'accompagnement) et sera votre support lors de tous nos échanges.

Entre chaque rendez-vous, vous aurez un travail à faire en vous appuyant sur ce livret et en remplissant les espaces réservés. Ce livret est un support, il n'est en aucun une finalité et beaucoup d'espaces sont dédiés à vos prises de notes personnelles. Le temps de travail nécessaire entre 2 séances peut osciller entre 30 minutes et 2 heures, en fonction de votre avancée, de vous et de votre projet.

Le rythme entre chaque séance individuelle est de 2 semaines, le bilan de compétences se déroule donc sur une durée totale d'environ 3 mois.

Accompagnement et assistance pédagogiques et techniques

Selon l'article D6313-3-1 du Code du Travail, votre accompagnatrice assure l'accompagnement et l'assistance en lien avec le bilan de compétences. Ces derniers se font par e-mail ou, en cas d'urgence, par téléphone.

Mes coordonnées sont disponibles sur tous les documents de La Boussole Intérieure et en ligne. Je m'engage à vous répondre sous un délai maximum de 48H ouvrées.

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et ses résultats

À chaque séance, vous signerez une feuille d'émargement pour attester de votre présence à votre (vos) financeur(s) le cas échéant.



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

✉ contact@la-boussole-interieure.fr

☎ 03 81 25 70 87

9, Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

En fin d'accompagnement, vous remplirez une évaluation de la prestation et de ses apports.

Environ 6 mois après la fin de votre accompagnement, nous fixerons ensemble un échange téléphonique afin de faire un point sur vos évolutions de parcours.

Modalités et délais d'accès

Pour vous inscrire, vous pouvez envoyer une demande via le formulaire de contact du site internet de La Boussole intérieure. Nous conviendrons alors d'un entretien téléphonique préalable à toute inscription. Celui-ci est nécessaire afin d'échanger sur votre situation, vos attentes, vos besoins et leur corrélation avec l'accompagnement proposé par La Boussole Intérieure.

Toute demande de prestation s'accompagne de la transmission d'un devis précisant le montant (TTC) de la prestation, ainsi que ses dates de réalisation. Le devis est transmis sous format électronique par e-mail ou par voie dématérialisée par le biais de l'application moncompteformation.gouv.fr.

La prestation, après acceptation du devis et signature du contrat ou de la convention de formation, peut démarrer en respectant un délai minimum de 14 jours calendaires. Nous verrons à ce moment-là ensemble pour positionner l'ensemble de vos rendez-vous.

Tarif

Cette offre est éligible au financement par le Compte Personnel de Formation (CPF).