

# Bilan de Compétences



## PROGRAMME ESSENTIEL

Le bilan de compétences est un outil précieux pour faire le point sur votre parcours professionnel, identifier vos atouts et définir un projet en accord avec vos aspirations. Que vous soyez en quête de sens, en reconversion ou en réflexion sur votre avenir, il vous aide à mieux vous connaître et à construire un plan d'action concret pour évoluer sereinement.

**Le bilan de compétences ESSENTIEL est particulièrement préconisé pour ceux qui veulent faire le point et vérifier des orientations déjà réfléchies.**

---

### Durée

12 heures (face à face) + 4 h travail guidé

### Coût

1800 € TTC

Modalités de financement possibles : CPF, OPCO, employeur, France travail, organismes spécialisés ou financement personnel

## Public

---

Salariés, Indépendants et entrepreneur, demandeurs d'emploi, étudiants et jeunes diplômés, personnes en reconversion

## Prérequis

---

Avoir une première expérience professionnelle (emploi, stage, bénévolat...)

## Objectifs

---

- Mieux se connaître : identifier ses compétences, valeurs et motivations.
- Prendre du recul sur son parcours et en tirer des enseignements.
- Explorer de nouvelles opportunités professionnelles adaptées à son profil.
- Clarifier son projet et définir un plan d'action concret.
- Gagner en confiance pour oser le changement et passer à l'action.

L'objectif final : prendre des décisions éclairées et construire un avenir professionnel épanouissant.

## Modalités d'accompagnement

---

Afin de m'adapter à vos besoins et à votre organisation, je propose plusieurs formats d'accompagnement :

- **En présentiel** : Les séances peuvent se dérouler à Lyon 3<sup>e</sup>, dans un cadre propice à l'échange et à la réflexion. Ce format favorise une interaction directe et une immersion plus engageante dans le travail d'introspection et d'élaboration de votre projet.
- **En visio** : Pour plus de flexibilité, je propose également des séances à distance. Cette option vous permet de bénéficier du même niveau d'accompagnement, où que vous soyez, tout en vous évitant les contraintes de déplacement.

Chaque séance dure en moyenne 1h à 2h et la fréquence des rendez-vous est adaptée à votre rythme et à vos disponibilités.



## Contenu

---

- **Phase préliminaire : Comprendre vos attentes et définir vos objectifs**

Nous commencerons par discuter de vos attentes, de vos motivations et des objectifs que vous souhaitez atteindre. Cette étape permet de clarifier le cadre du bilan et de définir les actions concrètes que vous souhaitez entreprendre.

- **Phase d'investigation : Analyse de votre parcours, compétences et aspirations**

Nous explorerons votre parcours professionnel, vos compétences et vos aspirations à travers des entretiens et des outils d'évaluation. Cette phase nous permettra de mieux cerner vos talents, valeurs et motivations pour orienter votre projet.

- **Phase de conclusion : Élaboration du projet professionnel et plan d'action**

Sur la base de l'analyse précédente, nous définirons ensemble un projet professionnel clair, accompagné d'un plan d'action concret. Nous identifierons les étapes à suivre pour atteindre vos objectifs.

- **Suivi Post-Bilan à 6 mois : Vérification de l'avancement du projet**

Six mois après le bilan, un suivi personnalisé vous permettra de faire le point sur l'avancement de vos actions. Nous ajusterons le plan si nécessaire pour garantir que vous êtes sur la bonne voie.

## Intervenante

---

### Marianne Médioni

Engagée dans l'accompagnement des individus en transition professionnelle et personnelle, j'ai à cœur d'aider chacun à mieux se connaître pour construire un avenir aligné avec ses aspirations profondes.

Mon expérience en coaching personnel et professionnel m'a permis d'accompagner des profils variés dans leur réflexion et leur évolution, en tenant compte de leurs valeurs, de leurs talents et de leurs envies.

Coach professionnelle certifiée, j'accompagne les individus dans leur réflexion et leur évolution grâce à une approche combinant coaching, analyse des compétences et exploration des motivations profondes. Pour cela, j'utilise divers outils adaptés à chaque personne, tels que l'Ikigai, les tests de personnalité et d'aptitudes, l'analyse des valeurs et des intérêts professionnels. Mon approche repose sur une écoute attentive, des échanges constructifs et une mise en action progressive, afin de vous aider à bâtir un projet professionnel et personnel aligné avec vos aspirations.

Mon accompagnement se distingue par :

- Une approche individualisée qui s'adapte à votre parcours et vos besoins
- Un cadre bienveillant favorisant la réflexion et la prise de décision
- Des outils concrets pour mieux cerner vos compétences et vos aspirations
- Un équilibre entre introspection et mise en mouvement pour passer à l'action
- Un suivi personnalisé pour vous soutenir dans la mise en œuvre de votre projet

Vous pouvez retrouver mon profil détaillé sur mon site [insérer le lien de votre site].

## Moyens Pédagogiques

---

Notre approche repose sur une pédagogie active et participative, combinant plusieurs méthodes et outils pour un accompagnement sur mesure :

- Entretiens individuels : Échanges approfondis avec un consultant en bilan de compétences pour analyser votre parcours et définir vos objectifs.
- Outils d'évaluation : Tests de personnalité, questionnaires de valeurs, inventaire des compétences, auto-diagnostic, analyse des soft skills.
- Méthodes issues du coaching : Approche bienveillante et dynamique pour lever les blocages, renforcer la confiance en soi et faciliter la prise de décision.
- Méthode de l'ikigai : Exploration approfondie de vos motivations profondes pour aligner votre projet avec vos aspirations.
- Recherches et enquêtes métiers : Mise en relation avec des professionnels, analyse du marché de l'emploi, exploration des opportunités et formations adaptées.
- Supports pédagogiques : Dossiers de travail, fiches pratiques, exercices de réflexion, accès à une plateforme de ressources en ligne.
- Plan d'action personnalisé : Définition d'un programme clair et structuré pour concrétiser votre projet professionnel.

## Moyens de suivi

---

Un suivi est assuré à différentes étapes du bilan et après sa conclusion pour garantir une mise en œuvre efficace du projet :

- Carnet de suivi individuel : Outil de travail personnel pour noter ses avancées, ses réflexions et ses actions à entreprendre.
- Entretiens intermédiaires : Échanges réguliers pour valider la progression et ajuster la démarche si nécessaire.
- Suivi post-bilan à 6 mois : Un rendez-vous dédié pour évaluer la mise en place du projet, identifier les éventuels freins et proposer des ajustements.
- Échanges par e-mail et messagerie : Possibilité d'un suivi par e-mail ou via une plateforme dédiée pour poser des questions et bénéficier d'un soutien ponctuel après le bilan.
- Accès à des ressources complémentaires : Mise à disposition de supports pour poursuivre la réflexion et approfondir certains points en autonomie.
- Compte-rendu de fin de bilan : Remise d'une synthèse écrite