



BILAN DE COMPÉTENCES

POUR VOTRE BILAN DE COMPÉTENCES,
CHOISISSEZ COMPÉTENCES ET MÉTIERS

VOS BESOINS

- Vous ne savez plus où vous en êtes sur le plan professionnel ?
- Vous cherchez à donner un coup de pouce à votre carrière ?
- Vous souhaitez discuter métiers, orientation, futur avec des conseillers et avec des pairs ?
- Vous n'arrivez pas à trouver votre voie seul·e ?

LE BILAN DE COMPÉTENCES : LA SOLUTION QU'IL VOUS FAUT

Le bilan de compétences a pour objectif d'aider chacun et chacune à définir son parcours, à identifier ses motivations, ses valeurs et ses atouts, ainsi qu'à valoriser ses compétences.

Chez **Compétences et Métiers**, nous privilégions une pédagogie simple, efficace et concrète. Des méthodes innovantes et ludiques pour vous ouvrir le champ des possibles !

QUELQUES CHIFFRES

+ 25 ans

Au service de nos bénéficiaires pour les aider à trouver une voie professionnelle épanouissante.

+ 8 500

Bilans réalisés depuis 2000, avec des méthodes et outils ayant fait leurs preuves

+40 consultants

Certifiés, spécialisés et expérimentés dans leur domaine

100 % flexible

Accompagnement à distance, en journée, ou en soirée et le week-end selon vos disponibilités

OBJECTIFS

Le Bilan de compétences vous permet de :



Analyser vos compétences personnelles et professionnelles, vos aptitudes et vos motivations



Définir votre projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation



Mobiliser vos atouts, surmonter vos freins pour mieux accéder à l'emploi qui vous correspond



Utiliser la formation, le cas échéant, comme levier et réussir votre évolution de carrière

“

Le bilan de compétences vise à guider chaque individu : à identifier son profil professionnel et personnel, à explorer ses motivations et ses valeurs, tout en identifiant ses compétences, ses freins et ses atouts.

Hélène, consultante référente des bilans de compétences

”

VOTRE BILAN EN TROIS PHASES

1 - PHASE PRÉLIMINAIRE

- ✓ Analyser votre demande et votre besoin
- ✓ Déterminer le format le plus adapté à la situation et au besoin
- ✓ Définir conjointement les modalités de déroulement du bilan
- ✓ Expliquer votre parcours professionnel et vos attentes
- ✓ Définir si le contact passe bien avec le professionnel

2 - PHASE D'INVESTIGATION

- ✓ Effectuer un travail d'introspection pour mieux vous connaître
- ✓ Identifier vos compétences clés et vos aptitudes principales
- ✓ Déterminer vos expériences professionnelles enrichissantes
- ✓ Découvrir vos motivations et vos intérêts personnels
- ✓ Construire votre projet professionnel ou élaborer des alternatives

3 - PHASE DE CONCLUSION

- ✓ S'approprier le plan d'action mis en place lors de la phase antérieure
- ✓ Recenser les conditions et moyens nécessaires à sa réalisation
- ✓ Modalités et étapes de ce plan, et éventuel entretien de suivi
- ✓ Rédaction d'un document de synthèse avec votre consultant
- ✓ Repartir avec un nouveau projet concret et les moyens de le réaliser

EXEMPLE DE DÉROULÉ

Voici un exemple de déroulé d'un bilan de compétences. Ce parcours est présenté **à titre indicatif**, car en pratique, chaque accompagnement est unique.

Le contenu et le rythme des séances **peuvent varier** en fonction de vos besoins, de vos objectifs professionnels et des échanges avec votre consultant.

L'approche reste toujours **personnalisée et sur mesure**, afin de vous proposer un accompagnement réellement adapté à votre situation.

1^{re} PHASE – PHASE PRÉLIMINAIRE

- **Séance individuelle 1 : Début de votre bilan**
 - **Objectifs** : L'objectif de ce module est de clarifier votre demande et de tracer avec votre consultant les modalités de réalisation de votre bilan de compétences. La suite du bilan ainsi que l'accompagnement personnalisé découlent de ce module.
 - **Déroulé** : Rappel de la confidentialité et du principe de base : Le consultant vous accompagne dans votre réflexion. À l'issue de ce premier module, vous aurez énoncé votre parcours professionnel, exprimé les motifs de votre engagement dans le bilan de compétences. Vous pourrez comprendre et adopter la méthode proposée, vous projeter dans la suite.

EXEMPLE DE DÉROULÉ

- **Séance individuelle 2 : Aimer ce qu'on fait et le faire selon ses valeurs**
 - **Objectifs** : Vous allez pouvoir identifier vos valeurs et vos motivations : j'aime, je n'aime pas, je veux faire, je ne veux pas faire, je sais faire, je ne sais pas (encore) faire... Vous allez identifier la ou les pistes que vous voudrez emprunter. À l'issue de cette deuxième séance, vous avez identifié vos motivations, vos envies et vos valeurs.
 - **Déroulé** : Cette seconde étape s'inscrit dans la continuité de la séance précédente.
- **Séance individuelle 3 : Agir et avoir des pistes pour comprendre mon moteur**
 - **Objectifs** : À l'issue de cette troisième séance, vous avez un aperçu de votre personnalité professionnelle et vous avez défini votre profil.
 - **Déroulé** : Vous avez réalisé un ou plusieurs tests de personnalité reconnus (tests CENTRAL TEST). Ces tests vous permettent de mieux vous connaître et de vous positionner sur le plan professionnel. Vous pourrez observer quels sont les traits de caractère qui influencent votre comportement et vos actions. L'objectif est de vous aider à mieux comprendre vos besoins et vos préférences pour votre carrière.

EXEMPLE DE DÉROULÉ

2^e PHASE – PHASE D'INVESTIGATION

- **Séances individuelles 4 à 5 : Découvrir quels métiers s'offrent à moi**
 - **Objectifs** : Regrouper toutes les informations collectées, lors des précédentes séances, des métiers qui vous correspondent. Étudier chacune des pistes projets, les discuter au regard des éléments de connaissance de soi et des préférences mises en lumière lors des séances précédentes. Retenir certains projets considérés comme les plus satisfaisants au regard des critères définis ensemble.
 - **Déroulé** : Lors de ces séances, nous nous concentrons sur le ou les projets mis en évidence. Ces premières pistes sont mises en évidence au regard de votre profil : vos compétences et traits de personnalité identifiés et validés grâce aux étapes précédentes.
- **Séances individuelles 6 à 7 : Confronter ses idées et ses connaissances sur un métier**
 - **Objectifs** : À l'issue de ces séances, vous avez identifié et validé votre projet professionnel, ou, si besoin, défini une alternative en complément d'un métier cible.

EXEMPLE DE DÉROULÉ

- **Déroulé** : Vous avez pris part à des enquêtes métier, et bénéficié du test MOTIVATION+ afin de hiérarchiser vos leviers de motivations et votre satisfaction vis-à-vis de chacun d'eux.

3^e PHASE – PHASE DE CONCLUSION

- **Séance individuelle 8 : Finalisation de l'accompagnement individuel**

- **Objectifs** : Être autonome même après le bilan, afin d'atteindre l'objectif nouvellement fixé. Se mettre en action sereinement.
- **Déroulé** : Finalisation de la co-construction de la synthèse du bilan de compétences. Celle-ci est réalisée par le bénéficiaire et son consultant, et précise le plan d'action à dérouler par la suite. Dans ce plan d'action, les actions à mener, leurs échéances, et les ressources associées sont évoquées en détails. Si besoin, les ressources de recherches d'emploi et d'entretien d'embauche sont vérifiées ou retravaillées.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

MODALITÉS DE SUIVI

Nous proposons un accompagnement sur mesure, flexible et adapté à vos disponibilités, avec la possibilité de suivre votre bilan **100 % à distance**, en soirée ou le week-end. Cette organisation vous permet de concilier aisément bilan et vie personnelle ou professionnelle.

NOS OUTILS PSYCHOMÉTRIQUES

Pour vous guider efficacement, nous mettons à la disposition de nos consultants des **tests reconnus**, développés par **Central Test**, qu'ils peuvent utiliser au cours du bilan de compétences. Parmi les principaux outils employés figurent, par exemple :

- **Profil Pro 2 :**

Un test de personnalité axé sur les comportements professionnels, qui permet de mieux cerner vos traits de personnalité, motivations et style de communication dans le cadre professionnel.

- **Motivation+ :**

Ce test explore vos motivations profondes et valeurs professionnelles, afin d'orienter votre projet de carrière en harmonie avec vos aspirations personnelles.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- **Vocation :**

Basé sur la typologie de Holland (RIASEC), ce test analyse vos centres d'intérêt professionnels pour identifier des métiers ou secteurs compatibles avec vos préférences.

- **Orientation (STRONG/Central Test) :**

Test complémentaire d'intérêts professionnels, qui affine la définition de pistes métiers et secteurs en adéquation avec vos goûts.

Ces outils permettent à nos consultants d'offrir un **accompagnement individualisé**, précis et personnalisé, pour construire un projet professionnel réaliste et motivant, en phase avec votre profil et vos attentes.

PRÉREQUIS

- Ne requiert aucune condition d'âge ou diplôme
- Convient à toute personne en quête de sens
- Nécessite un bon niveau de français

DÉLAI D'ACCÈS

Le délai d'accès à un bilan de compétences varie entre un jour et un mois, selon le mode de financement choisi.

NOS FORMULES

Le bilan de compétences peut être financé par votre CPF. D'autres moyens de financement sont également disponibles selon votre situation. Veuillez nous contacter pour plus d'informations.



FONDAMENTAL

1 200€

6 heures
d'accompagnement
personnalisé avec l'un de
nos consultants

ESSENTIEL

1 500€

9 heures
d'accompagnement
personnalisé avec l'un de
nos consultants

STANDARD

1 750€

12 heures
d'accompagnement
personnalisé avec l'un de
nos consultants

APPROFONDI

2 000€

16 heures
d'accompagnement
personnalisé avec l'un de
nos consultants

À PROPOS DE C&M



NOTRE VISION

Dans le contexte de professionnalisation des métiers en tension sur le marché de l'emploi, nous avons mis à contribution l'expertise de C&M en coordination avec des ingénieurs pédagogiques pour construire des modules de formation adaptés aux besoins des acteurs de ce secteur.

Ces cursus combinent systématiquement l'accès à des bases de connaissance sur des plateformes e-learning combiné le cas échéant à des modules distanciels mobilisant des experts métiers. Ces formations peuvent prévoir également des séances de classes virtuelles avec des d'application pratique.

Les équipes de C&M accompagnent les mutations technologiques et industrielles depuis plus de 25 ans en intégrant dans les parcours des intervenants spécialisés. Nos équipes interviennent aux côtés des apprenants tant pour le volet administratif initial que pour le cursus de formation allant jusqu'aux certifications éventuelles.

ACCESSIBILITÉ

L'ACCESSIBILITÉ, NOTRE ENGAGEMENT

Découvrez notre **politique handicap** et les moyens mis en place pour **garantir l'accessibilité** de nos formations. Il nous a toujours été primordial de pouvoir **offrir à chacun** la possibilité de se former dans les conditions les plus favorables.

UN APPRENTISSAGE ÉQUITABLE ET INCLUSIF

- **Format inclusif** : nos formations sont toutes digitalisées
- **Contenus de formation variés** : les formats varient (écrits, visuels, audios, vidéos, etc.)
- **Dispositifs d'accompagnement adaptés** : Soutien téléphonique renforcé avec nos conseillers pédagogiques

Notre référent handicap, l'interlocuteur dédié à toute personne en situation de handicap



- **Écoute et personnalisation** : Il écoute vos besoins spécifiques et apporte des solutions adaptées.
- **Coordination des acteurs** : Il garantit la fluidité de votre parcours de formation et votre transition vers l'emploi.



Joseph ABECASSIS



01 55 28 36 15



referent.handicap@competences-et-metiers.com

