

PROGRAMME PRÉVISIONNEL

Bilan de compétences — Les 3 formules d'accompagnement
Adaptable selon les besoins et les spécificités de la personne accompagnée

Chaque formule s'inscrit dans un cadre de 24 heures au total (conformément à la législation), réparties entre les entretiens avec la consultante, les tests et questionnaires et le travail personnel. Ces programmes sont indicatifs et entièrement adaptables selon le profil, les objectifs et les contraintes de la personne accompagnée.

Vue d'ensemble — Tableau comparatif des 3 formules

CRITÈRE	⚡ FLASH – 1200 € TTC	♦ ESSENTIELLE – 1700 € TTC	★ PREMIUM – 2640 € TTC
Séances avec la consultante	5 séances × 2 h = 10 h	7 séances × 2 h = 14 h	11 séances × 2 h = 22 h
dont séances de coaching personnalisé	—	—	4 séances × 2 h (8 h de coaching)
Tests & questionnaires	✓ Ciblés	✓ Ciblés	✓ Approfondis
Travail autonome encadré	2 h + 12 h = 14 h	2 h + 3 h + 3 h + 2 h = 10 h	2 h = 2 h
Durée totale du parcours	24 h	24 h	24 h
Durée estimée du parcours	6 à 10 semaines	8 à 15 semaines	15 à 28 semaines
Outils de communication (CV, pitch...)	Non inclus	Non inclus	✓ Inclus
Idéal pour...	Personne avec un projet déjà esquissé à affiner	Exploration complète du profil et du marché	Accompagnement global + coaching + outils opérationnels

FORMULE FLASH — 5 séances de 2 h · 10 h de face-à-face · 14 h de travail autonome · 6 à 10 semaines

Idéal pour les personnes ayant déjà une orientation esquissée et souhaitant affiner, valider et outiller leur projet dans un délai resserré.

TEMPS	DURÉE	ÉTAPE	CONTENU INDICATIF
Séance 1	2 h	PHASE PRÉLIMINAIRE	Formalisation des attentes et ajustement des objectifs. Auto-évaluation de la compétence à s'orienter. Présentation du cadre déontologique et de la méthodologie. Début de l'exploration du parcours professionnel.
Séance autonomie	2 h	TESTS & QUESTIONNAIRES	Passation de tests ou questionnaires ciblés (personnalité, intérêts, valeurs professionnelles) selon les besoins identifiés.
Séance 2	2 h	EXPLORATION DES COMPÉTENCES	Analyse du parcours, des expériences significatives, des compétences transférables, des moteurs et des points de vigilance. Restitution des tests.
Séance 3	2 h	ÉMERGENCE DES PISTES	Identification des intérêts, motivations et valeurs. Formulation des premières hypothèses de projets professionnels. Regard sur le marché et les évolutions possibles.
Hors séance	12 h	INVESTIGATIONS AUTONOMES	Enquêtes professionnelles, contacts terrain, recherche d'informations sur les métiers / formations / dispositifs envisagés.
Séance 4	2 h	VALIDATION & PLAN D'ACTION	Hiérarchisation et validation des pistes. Construction du ou des plans d'action (formation, mobilité, reconversion, création d'activité...).
Séance 5	2 h	SYNTHÈSE & PROJECTION	Remise et co-validation de la synthèse du bilan. Consolidation du plan d'action. Auto-évaluation finale de la compétence à s'orienter. Préparation de la suite.
TOTAL	24 h	5 séances de 2 h (10 h face-à-face) + 14 h de travail autonome encadré (tests + investigations) = 24 h au total	

◆ FORMULE ESSENTIELLE — 7 séances de 2 h · 14 h de face-à-face · 10 h de travail autonome · 8 à 15 semaines

L'accompagnement de référence pour une exploration complète du profil, des compétences et des projets professionnels, avec un temps dédié aux investigations terrain.

TEMPS	DURÉE	ÉTAPE	CONTENU INDICATIF
Séance 1	2 h	PHASE PRÉLIMINAIRE	Formalisation des attentes, ajustement du cadre et des objectifs. Auto-évaluation de la compétence à s'orienter. Présentation de la méthodologie. Début de l'exploration du parcours professionnel.
Séance 2	2 h	PARCOURS & MOTEURS	Analyse approfondie du parcours, des moteurs professionnels, des appuis et des points de vigilance. Identification des schémas récurrents.
Séance 3	2 h	COMPÉTENCES & RÉALISATIONS	Analyse des expériences significatives, des compétences transférables et des réalisations dont la personne est fière. Méthode des faits significatifs.
Séance autonomie	2 h	TESTS & QUESTIONNAIRES	Passation de tests ou questionnaires ciblés (personnalité, intérêts professionnels, valeurs, style de travail) selon les besoins identifiés.
Séance 4	2 h	RESTITUTION & HYPOTHÈSES	Restitution des tests, analyse des intérêts, motivations, valeurs professionnelles. Formulation des premières hypothèses de positionnement professionnel.
Séance 5	2 h	AFFINAGE DES PISTES	Affinage des priorités, étude documentaire, regard sur les évolutions internes ou le marché externe. Vérification de la cohérence des pistes.
Séance autonomie	3 h	INVESTIGATIONS AUTONOMES	Recherches documentaires, réflexion personnelle, préparation des enquêtes terrain (contacts professionnels, salons, recherche de formations...).
Séance 6	2 h	PROJETS & PLANS D'ACTION	Ébauche des projets professionnels et des plans d'action associés. Préparation des enquêtes terrain. Exploration des dispositifs (formation, VAE, CPF, etc.).
Hors séance	3 h	ENQUÊTES PROFESSIONNELLES	Rencontres terrain, enquêtes métier, contacts avec des professionnels, recherche de formations ou d'organismes, collecte d'informations clés.
Séance 7	2 h	SYNTHÈSE & VALIDATION	Hiérarchisation et validation des pistes, consolidation des plans d'action. Remise et co-validation de la synthèse du bilan. Auto-évaluation finale.
Séance autonomie	2 h	BILAN & CONTINUITÉ	Évaluation à chaud du parcours. Continuité des plans d'action. Auto-évaluation de la compétence à s'orienter. Identification des prochaines étapes concrètes.
TOTAL	24 h	7 séances de 2 h (14 h face-à-face) + 10 h de travail autonome encadré (tests + enquêtes + recherches) = 24 h au total	

★ FORMULE PREMIUM — 11 séances de 2 h dont 4 × coaching · 22 h de face-à-face · 2 h de travail autonome · 15 à 28 semaines

L'accompagnement complet pour les personnes qui souhaitent aller au bout de la démarche avec un coaching individuel personnalisé, la construction d'outils de communication et une stratégie de mise en œuvre structurée.

★ = séance de coaching individuel intégrée au parcours

TEMPS	DURÉE	ÉTAPE	CONTENU INDICATIF
Séance 1	2 h	PHASE PRÉLIMINAIRE	Formalisation des attentes, ajustement du cadre et des objectifs. Auto-évaluation de la compétence à s'orienter. Présentation approfondie de la méthodologie. Début de l'exploration du parcours.
Séance 2	2 h	PARCOURS DE VIE & IDENTITÉ	Exploration du parcours de vie et professionnel : événements marquants, tournants, influences. Construction de la ligne de vie. Identification des valeurs profondes.
Séance 3	2 h	COMPÉTENCES & RÉALISATIONS	Analyse approfondie des expériences, compétences transférables, réalisations significatives. Méthode des incidents critiques. Points forts et axes de développement.
Séance autonomie	2 h	TESTS & QUESTIONNAIRES	Passation de tests ou questionnaires ciblés selon les besoins (personnalité, intérêts, valeurs, style managérial, intelligence émotionnelle...).
Séance 4	2 h	RESTITUTION & MOTIVATION	Restitution des tests, analyse des intérêts, motivations, valeurs et style de travail. Formulation des premières hypothèses de positionnement professionnel (orientation, évolutions possibles).
Séance autonomie	—	POSITIONNEMENT	Pré-travail sur les facteurs limitants, exploration des possibles. Alignement valeurs / projet.
Séance 5	2 h	EXPLORATION DU MARCHÉ	Affinage des priorités, étude documentaire, regard sur les évolutions internes ou le marché externe. Identification des opportunités et des contraintes.
Séance autonomie	—	INVESTIGATIONS AUTONOMES	Enquêtes métier approfondies, contacts terrain, recherche de formations, salons professionnels, analyse d'offres. Préparation des restitutions.
Séance 6	2 h	PROJETS & STRATÉGIE	Construction des projets professionnels et des plans d'action. Exploration des dispositifs (formation, VAE, CPF, PTP, création d'activité...).
Séance 7 ★	2 h	COACHING — STRATÉGIE	Séance de coaching : définition de la stratégie de mise en œuvre, travail sur la confiance, gestion des obstacles anticipés. Préparation à l'action.

Hors séance	—	ENQUÊTES & INVESTIGATIONS	Rencontres professionnelles, recherche de formations, VAE, contacts réseaux, candidatures exploratoires, collecte d'informations.
Séance 8 ★	2 h	OUTILS DE COMMUNICATION	Construction des outils : CV revisité, pitch de présentation, profil LinkedIn, lettre de motivation type, support de candidature ou dossier VAE.
Séance 9 ★	2 h	COACHING — MISE EN SCÈNE	Séance de coaching : simulations d'entretien, travail sur la posture, l'argumentation du projet, la gestion du stress et la confiance en soi.
Séance 10 ★	2 h	CONSOLIDATION & PLAN D'ACTION	Hierarchisation et validation des pistes. Consolidation des plans d'action à court, moyen et long terme. Identification des ressources et des relais.
Séance 11 ★	2 h	COACHING — SYNTHÈSE & PROJECTION	Dernière séance de coaching : remise et co-validation de la synthèse. Projection dans les 6 prochains mois. Stratégie de maintien de la dynamique.
Séance autonomie	—	BILAN & CONTINUITÉ	Évaluation à chaud du parcours. Continuité des plans d'action. Auto-évaluation de la compétence à s'orienter. Prochaines étapes identifiées.
TOTAL	24 h	11 séances de 2 h dont 4 séances de coaching ★ (22 h face-à-face) + 2 h de travail autonome encadré = 24 h au total	

Notes et principes d'adaptation

- Ce programme est strictement indicatif : le nombre, l'ordre et le contenu des séances peuvent être réajustés à tout moment en accord avec la personne accompagnée.
- Les séances « autonomie » désignent les temps de travail personnel (tests, enquêtes, recherches) réalisés entre deux rendez-vous, encadrés par la consultante accompagnatrice.
- Des outils complémentaires peuvent être proposés en cours de parcours : inventaires de personnalité, analyse SWOT personnelle, cartographie de réseau, exploration par le jeu, etc.
- Un entretien de suivi à 6 mois peut être proposé à l'issue de chaque formule, sans surcoût, dans le cadre du suivi post-bilan réglementaire.

Règles de fonctionnement partagées

Bienveillance · Non-jugement · Liberté de parole · Implication · Ponctualité · Confidentialité · Déontologie et secret professionnel