

BILAN DE COMPETENCES

DONNER DU SOUFFLE A SA VIE PROFESSIONNELLE

PREPARER SA PROCHAINE ETAPE PROFESSIONNELLE

Vous souhaitez vous poser sur votre avenir professionnel : que vous souhaitiez rester dans votre métier, évoluer ou changer, le bilan de compétences est un dispositif pour vous aider

LES POINTS FORTS

- Un accompagnement "sur mesure"
- Des entretiens en "face à face", en présentiel et/ou visio
- Un large choix d'outils reconnus
- Un test validé par Central test
- Un suivi à 6 mois

PUBLIC CIBLE

Le Bilan de compétences est accessible à tous. Les besoins spécifiques seront pris en compte lors de l'entretien préparatoire.

DATES

Pour une durée de 24h - sur 3 à 6 mois

LIEU

En présentiel : Altempo

120 Rue Gaston Doumergue
31170 TOURNEFEUILLE

A distance : via Zoom

En mixte : présentiel / à distance

TARIFS

- **A titre personnel : 1 600 €**
- **A titre professionnel : 1 994 €**

Modalités de paiement

30% au démarrage - 35% à 6 semaines - 35% à la clôture

INSCRIPTION

Entretien préparatoire gratuit, sur simple demande, à l'issu duquel le contrat / convention sera établi ainsi que la feuille de route précisant les besoins spécifiques et les modalités. Vous bénéficiez d'un délai de rétractation de 10 jours après signature du contrat.

REFERENTE BILAN

Anne laure MALDINEY, **psychologue du travail**, accompagne les projets professionnels depuis plus de 10 ans. Elle s'engage à la **confidentialité** dans le cadre de ce bilan.

Elle participe également au dispositif Monpsy de soutien psychologique, notamment dans le cadre du travail.

Elle conçoit et anime également des formations, sur la prévention des Risques psycho sociaux, l'efficacité professionnelle, la gestion du stress et des émotions, la parole, l'affirmation de soi et la communication.

Elle est également consultante référencée par la CARSAT pour la prévention des risques psycho sociaux.

OBJECTIFS

- **Faire le point sur sa situation professionnelle**
- **Valoriser ses compétences personnelles et professionnelles, analyser ses motivations et repérer ses centres d'intérêts pour mieux se connaître**
- **Prendre conscience de ses atouts et renforcer la confiance en soi**
- **Identifier les pistes d'évolution possibles**
- **Définir un projet professionnel et si besoin un projet de formation**
- **Analyser la faisabilité du projet et planifier les premières étapes de réalisation**
- **Mieux argumenter son projet professionnel et/ou de formation**

DEROULEMENT

Phase de préparation : un entretien (10 à 30 jours)

- Temps d'échange, d'analyse de la demande, et d'expression des besoins spécifiques,
- Présentation du processus et élaboration du format "sur mesure"
- Elaboration de la "feuille de route" (modalités de déroulement)

Phase d'investigation (6 à 12 semaines)

- Connaissance de soi (3 entretiens avec 3 livrets préparatoires)
 - Histoire professionnelle et parcours professionnel
 - Intérêts, motivations, aptitudes, personnalité
 - Compétences
- Pistes de réflexion, ouverture des possibles (2 entretiens, 1 livret préparatoire, 1 test)
 - Adéquation du profil avec des métiers
 - Valeurs, ressources et freins
 - Poster des possibles
 - Questionnaire "projet de vie"
- Projet professionnel et étapes de réalisation (3 entretiens, 2 livrets préparatoires)
 - Elaboration du projet et d'un projet alternatif (professionnel / formation)
 - Confrontation au marché du travail
 - Planification des étapes de réalisation du projet
 - Elaboration d'une feuille de route pour la première étape du projet

Phase de conclusion : un entretien de clôture (1 à 2 semaines)

- Remise d'un document de synthèse et d'une attestation de réalisation
- Evaluation à chaud : niveau de satisfaction et d'atteinte des résultats

Phase de suivi : un entretien et un questionnaire (3 à 6 mois après la clôture)

- Point d'avancement de la première étape de réalisation du projet
- Bilan à froid : questionnaire sur le niveau de satisfaction et d'atteinte des résultats

METHODE PEDAGOGIQUE

Chaque entretien est basé sur un livret d'exercices pratiques à réaliser en autonomie. L'entretien permet d'analyser et d'approfondir ce travail personnel. Les livrets seront mis à disposition sur un espace partagé (google drive) ainsi que des ressources complémentaires. Les entretiens à distance seront réalisés via Zoom. Les évaluations seront réalisées via Google form et lors des entretiens de clôture et de suivi, afin de contribuer au processus d'amélioration continue.

CONTACT



Anne-Laure MALDINEY
+33(0)6 06 59 31 29
alm.altempo@gmail.com
www.altempo.org

ALTEMPO

SIRET 851 109 728 000 10

Organisme de formation 76 31 09 69 431

al tempo