



PROGRAMME DE NOTRE BILAN DE COMPÉTENCES ESSENTIEL



Notre bilan de compétences essentiel est un **accompagnement sur-mesure**, spécialement conçu pour les femmes et les hommes souhaitant faire le point sur leurs forces et envies avant de passer à l'action.

Nous contacter : contact@orsc.email - Formulaire d'inscription [ici](#).

DURÉE & MODALITÉS

Le bilan de compétences est encadré par la loi ([Article R6313-4](#) et suivants du code du travail).

La durée moyenne de notre bilan essentiel est de **2 à 4 mois**. Il s'articule autour de :

- ★ **7h30 de RDV en face à face** (réparties généralement en 5 ou 6 séances individuelles, cette répartition étant ajustable en fonction de vos besoins et avancées)
- ★ Travaux inter-séances (programme sur-mesure et personnalisé)
- ★ Séances collectives facultatives (2h30 proposées par mois) ;
- ★ 1 séance post bilan ;
- ★ Remise d'une synthèse confidentielle et personnalisée en fin de bilan.

Votre bilan de compétences se déroule en distanciel synchrone = en ligne par visioconférence.





TARIF

Le tarif du bilan de compétences essentiel est de **1750 euros nets de TVA.**

FINANCEMENT

Votre bilan de compétences peut être financé de plusieurs façons :

- ★ **Via votre Compte Personnel de Formation (CPF) à hauteur de 1600 euros.** Nous vous accompagnons pour le montage de votre dossier de financement. Pour consulter votre crédit de droits à la formation, vous pouvez cliquer [ici](#). Via votre CPF, vous pouvez réaliser votre bilan en dehors de votre temps de travail. Votre employeur n'a pas à être informé. Si vous souhaitez utiliser votre CPF pour un bilan réalisé en tout ou partie sur votre temps de travail, vous devez demander l'accord préalable de votre employeur selon les règles propres à l'utilisation du CPF ;
- ★ **Via vos fonds personnels** (règlement échelonné possible) ;
- ★ **Via votre employeur** ;
- ★ **Si vous êtes un(e) professionnel(le) indépendant(e)**, nous vous invitons à vous rapprocher de votre fonds de formation professionnelle dédié, chaque fonds ayant en la matière sa propre politique de financement. Pour savoir de quel fonds de formation vous dépendez, vous pouvez cliquer [ici](#).

OBJECTIFS

Mieux vous connaître

- ★ Identifier vos aspirations et vos besoins ;
- ★ Identifier vos compétences et talents ;

Construire la suite de votre trajectoire professionnelle

- ★ Définir un projet professionnel pertinent, enthousiasmant, réaliste, viable et en adéquation avec vos contraintes personnelles (familiales, financières, organisationnelles, etc) ;
- ★ Développer votre aptitude à vous orienter et à piloter votre carrière ;

Ensemble, nous cheminerons main dans la main et allierons toujours 5 dimensions : **introspection, réflexion, investigation, prise de décision et activation.**





Le bilan est un **exercice intimiste** que vous réalisez en co-construction et en toute confiance avec votre accompagnante. Nous vous garantissons la plus stricte **confidentialité** de nos échanges oraux comme écrits.

À l'issue de votre bilan, vous serez capable de mettre en oeuvre les compétences suivantes :

- ✳ Faire le point sur vos expériences personnelles et professionnelles ;
- ✳ Repérer et évaluer vos acquis ;
- ✳ Mieux identifier vos savoirs, vos compétences et vos aptitudes ;
- ✳ Déceler vos potentialités, identifier vos goûts et vos motivations ;
- ✳ Définir votre projet professionnel, votre projet de formation ou de transition/repositionnement,

PRE-REQUIS

Absence de pré-requis. Notez que nos bilans de compétences s'adressent aux personnes majeures ayant au moins une première expérience professionnelle. Une bonne compréhension de la langue française est par ailleurs nécessaire pour utiliser nos supports pédagogiques.

DÉLAIS POUR DÉMARRER VOTRE BILAN

- ✳ En cas de prise en charge CPF (1600 euros maximum depuis le décret n°2026-127 du 24 février 2026), votre bilan peut démarrer après un délai incompressible de 11 jours site à la validation de votre dossier ;
- ✳ En cas de financement personnel, votre bilan peut démarrer immédiatement, sous réserve bien entendu de votre disponibilité et de celle de votre accompagnant(e).

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

La formation est ouverte à tout public et toutes les situations de handicap seront prises en compte dans la limite des compétences, des moyens humains et matériels proposés dans le cadre de la prestation. Si nous ne disposons pas des moyens matériels, techniques et humains pouvant répondre à la demande du (de la) bénéficiaire en situation de handicap, alors ce(tte) dernier(ère) sera orienté(e) soit vers le référent handicap du centre de formation, soit vers un organisme partenaire du réseau Oser Rêver Sa Carrière.





Vous pouvez consulter notre référent handicap, Marina Bourgeois, via l'adresse mail suivante : contact@orsc.email

MÉTHODE ET OUTILS UTILISÉS

Les méthodes et outils utilisés sont **adaptés à vos besoins et particularités**.

Nous nous appuyons sur des travaux issus des approches cognitives et comportementales ainsi que sur des approches orientées solutions, avec pour objectif le cheminement du bénéficiaire vers un projet précis (poste et environnement identifiés) et économiquement viable. Nous utilisons prioritairement la méthode psychopédagogique de l'ADVP (Activation du Développement Vocationnel et Personnel), qui consiste en une démarche éducative d'aide au choix transférable. Grâce à cette méthode, le bénéficiaire pourra ainsi solliciter les apprentissages acquis en bilan s'il est à nouveau confronté à devoir effectuer un choix d'orientation professionnelle.

Nos outils : entretiens, questionnaires d'auto-évaluation, exercices de développement personnel et de psychologie positive, inventaire sur la relation au travail (IVST), RIASEC, récits de vie, exercices créatifs, mises en situations psychopédagogiques et exploratoires ludiques, fiches-outils, Explorama, etc.

3 GRANDES ETAPES

Le bilan se déroule en **3 grandes étapes adaptées à vos besoins et modulées selon vos problématiques**, le degré d'avancement de vos réflexions au démarrage du bilan, votre timing idéal et votre degré de (bonne) connaissance de vous-même.

★ Phase préliminaire

Votre bilan s'ouvre sur un prélude qui nous permet de fixer ensemble vos objectifs afin d'être, dès le départ, dans une logique de co-construction : qu'attendez-vous de votre accompagnement ? Avez-vous quoi aimeriez-vous en repartir ? Cette première étape introductive est essentielle. Nous ferons l'état des lieux de votre situation actuelle pour avancer ensuite main dans la main, en déterminant le format et les modalités les plus adaptés à votre besoin.

★ Phase d'investigation

C'est le cœur de votre bilan de compétences, qui va mêler **introspection et exploration**.

La première grande étape vous permet de faire émerger vos envies profondes et aspirations. Pour cela, nous analyserons l'ensemble de votre parcours professionnel et de votre histoire





de vie, puis nous travaillerons sur vos projections et votre projet de vie. Nos premières séances réclameront par conséquent de voyager aussi bien dans le passé que dans le futur. Elles vous permettront, in fine, de mieux comprendre votre rapport au travail et au changement. Vous pourrez ainsi vous affranchir, s'il en est besoin, d'un héritage culturel, familial ou social qui ne vous aurait pas permis – jusque-là – d'élargir votre horizon professionnel.

Nous identifierons ensuite l'ensemble de vos ressources : vos compétences (exploitées et inexploitées jusque-là), vos qualités (soft skills), vos potentialités mais aussi et surtout vos talents et vos forces, ainsi que vos motivations et drivers. Nous procéderons ensuite à un travail de dentelle sur vos valeurs afin d'identifier celles qui vous sont chères, que vous souhaitez cultiver et véhiculer dans votre travail, (re)trouver dans votre future activité, qu'elle soit de nature salariale, entrepreneuriale, libérale, artisanale, etc. Nous interrogerons donc, à ce stade, le sens que vous désirez donner à votre métier et à vos tâches/missions quotidiennes. Nous travaillerons également sur vos peurs, vos blocages et vos croyances limitantes, afin de ne pas les laisser vous empêcher d'avancer et d'envisager des hypothèses professionnelles pourtant pertinentes pour vous.

Grâce à l'ensemble des éléments analysés, nous construirons le cahier des charges de votre projet professionnel, afin de commencer à bâtir un avenir conforme à vos rêves et attentes, mais toujours avec une approche pragmatique et réaliste prenant en compte l'ensemble de vos contraintes et obligations. A ce stade, vous y verrez nettement plus clair quant à l'environnement et aux modalités de travail idoines pour vous et vous commencerez, si telle était votre problématique au démarrage du bilan, à faire émerger plusieurs options professionnelles et/ou à confirmer/infirmier celles que vous aviez déjà identifiées en amont de votre accompagnement.

La deuxième grande étape consiste à identifier votre (ou vos) cœur(s) de métier idéaux et à ouvrir le champ des possibles, en faisant émerger des pistes professionnelles stimulantes et réalistes, puis en les explorant.

Nous explorerons alors l'ensemble des scénarii préalablement identifiés via une méthode d'investigation structurée : recherches, prises d'informations, enquêtes de terrain, mises en lien avec le réseau Oser Rêver Sa Carrière, immersion, etc. Il est en effet indispensable, à ce stade de votre cheminement et pour éviter l'écueil de la projection fantasmée, de vous confronter à la réalité du terrain (ainsi qu'à l'envers du décor) des métiers, secteurs, postes ou activités envisagés. Il s'agira également de confronter vos pistes à la réalité socio-économique de votre bassin d'emploi, du marché du travail ou de l'entrepreneuriat.

L'ensemble de ces investigations (éventuellement associées à différents tests que nous maîtrisons) vous permettra de peser les avantages et les inconvénients de chaque option envisagée et d'en mesurer la faisabilité afin de pouvoir prendre ensuite les bonnes décisions, en pleine connaissance de cause.

La troisième grande étape de cette phase vous permet de valider la (ou les) pistes choisies et d'établir toute la stratégie pour y arriver dans les meilleures conditions possibles (activation & passage à l'action)





★ Phase de conclusion

Nous tracerons avec vous le parcours à suivre, tant en termes de formation (s'il vous faut passer par cette étape de l'acquisition de compétences jusque-là manquantes), de VAE et de financement, que de préparation psychologique et organisationnelle. Objectif : avoir une vision précise des étapes suivantes en mettant en place et en suivant un plan d'activation exhaustif et réaliste qui constituera en quelque sorte la *to do list* de votre projet.

Nous étudierons votre stratégie de sortie (le cas échéant en vous mettant en plus en contact avec nos avocats référents... des perles !) si besoin est. Nous travaillerons sur vos verrous internes et les obstacles externes susceptibles de vous empêcher de passer à l'action.

Si vous optez pour une mobilité, nous vous guiderons dans le parcours de prises d'informations, d'échanges avec vos RH et de repositionnement. Si vous optez pour une aventure entrepreneuriale, libérale ou l'intégration d'un réseau de franchises, nous vous préparerons aux caractéristiques de ce changement de cap.

Enfin, nous veillerons à **la bonne intégration de votre projet de carrière à votre projet de vie).**

Cette phase de conclusion nous permettra de procéder ensemble aux derniers ajustements et de vous faire part de nos ultimes recommandations afin que vous soyez ensuite parfaitement autonome. Nous vous livrerons une synthèse complète, personnalisée et strictement confidentielle afin que vous puissiez conserver une trace de votre travail avec nous qui marquera, nous l'espérons, un moment important de votre vie professionnelle, voire peut-être de votre vie tout court ;-).

MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS DU BILAN

En amont du bilan :

- ★ Nous recueillons vos attentes et besoins afin de co-construire notre alliance et le programme personnalisé de votre bilan ;
- ★ Nous co-construisons le calendrier de vos séances en fonction de nos disponibilités et des vôtres ;
- ★ Nous mesurons vos facultés d'auto-orientation.

Suivi de l'exécution pendant le bilan :

- ★ Feuilles de présences signées par vos soins et votre accompagnante à la fin de chaque séance ;
- ★ Remise d'une synthèse personnalisée et confidentielle permettant l'évaluation de l'atteinte des objectifs ;
- ★ Remise d'une attestation de fin de bilan et fixation écrite de la date de notre rendez-vous post bilan à 6 mois ;





Appréciation des résultats :

- ✳ Synthèse confidentielle et personnalisée permettant l'évaluation de l'atteinte des objectifs ;
- ✳ Court questionnaire d'évaluation d'atteinte des objectifs ;
- ✳ Questionnaire de satisfaction à chaud à la fin de votre bilan ;
- ✳ Questionnaire de satisfaction à froid à 6 mois.

Programme mis à jour le 3 mars 2026

