



## PROGRAMME BILAN DE COMPÉTENCES

**DURÉE : 13H**

---

### *PUBLIC VISÉ*

---

#### **Nature de l'action de formation**

Le bilan de compétences mentionné au 2° de l'article L. 6313-1 du code du travail rentre dans la catégorie des actions de formation concourant au développement des compétences. Les bilans de compétences définis à l'article R. 6313-4 du code du travail ont pour objet de permettre à des travailleurs d'analyser leurs compétences professionnelles et personnelles, ainsi que leurs aptitudes et leurs motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

**Public visé :** Tout public

#### **Modalités d'admission :**

- ❖ Entretien d'accueil préalable au démarrage du bilan (gratuit et sans engagement)
- ❖ Pour toutes nos accompagnements, merci de vous inscrire par courrier, par mail.
- ❖ La prestation commence après validation du financement, à l'issue de la période de rétractation prévue dans les CGV.

#### **Conditions de réalisation du bilan de compétences :**

- ❖ Le bénéficiaire atteste du caractère volontaire de sa démarche.
- ❖ Il s'engage à fournir toute information utile à une mise en œuvre efficace du bilan de compétences.
- ❖ Le bilan de compétences donne lieu à la rédaction d'un document de synthèse en vue de définir ou de confirmer un projet professionnel, le cas échéant, un projet de formation.
- ❖ Le prestataire est tenu d'informer le bénéficiaire des moyens matériels et humains dont il dispose pour la réalisation du bilan de compétences.
- ❖ Il s'engage à lui proposer une prestation conforme aux dispositions des articles « de R.6313-4 à R.63138 ».



---

## LES OBJECTIFS PROFESSIONNELS

---

**Objectifs du bilan :** Le bilan de compétences a pour objectif de permettre d'analyser les compétences professionnelles et personnelles, ainsi que les aptitudes et les motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

**Les objectifs opérationnels du bilan sont définis comme suit :**

- ❖ Faire le point sur le parcours de formation et professionnel
- ❖ Définir les caractéristiques personnelles
- ❖ Identifier les aptitudes professionnelles
- ❖ Révéler les valeurs et motivations
- ❖ Étudier un projet d'évolution de carrière
- ❖ Préparer une reconversion
- ❖ Définir un projet de formation
- ❖ Étudier un projet de VAE
- ❖ Rechercher un emploi
- ❖ Étudier un projet professionnel suite à un problème de santé ou à un épuisement professionnel
- ❖ Étudier un projet de création d'entreprise A l'issue de l'action de formation, le bénéficiaire sera capable
- ❖ D'analyser et de valoriser son parcours
- ❖ De définir ses caractéristiques personnelles
- ❖ De repérer ses aptitudes professionnelles
- ❖ De déterminer et de présenter ses valeurs et motivations
- ❖ De définir un projet de formation ou un projet professionnel réaliste
- ❖ De formaliser les étapes et le plan d'action du nouveau projet : reconversion, évolution professionnelle, recherche d'emploi, reprise de formation, création d'entreprise...



---

## DURÉE, CONTENUS ET MODALITÉS D'ORGANISATION

---

- **Délais moyens pour accéder :** Le Bilan de Compétences ne pourra débuter qu'au moins après les 14 jours calendaires suivant la signature du contrat.
- **Modalités et lieu :** Les séances de bilan de compétences se déroulent en visioconférence avec un consultant expérimenté via Zoom ou Google Meet.
- **Format :** individuelle
- **Prix :** 1600 euros net de Tva
  
- **Durée totale de l'action :** 13 heures, réparties comme suit :
  - ❖ **13 heures** d'accompagnement individuel en visioconférence (synchrone)
  - ❖ **4 heures** de travail personnel guidé (TPG), réparties dans les phases 2 à 3 (tests, auto-évaluations, recherches, questionnaires, journal de bord)
  
- **Nombre de séances :** entre 6 et 8 séances, selon l'organisation convenue avec le bénéficiaire (séances de 2h à 4h maximum).
  
- **Rythme :** séances réparties sur une période maximale de 4 semaines, à raison de 2 séances par semaine en moyenne.
  
- **Date et planning des séances :**
  - ❖ Un lien de planification en ligne est mis à disposition du bénéficiaire lors de son inscription.
  - ❖ Le planning définitif des séances est validé conjointement entre le consultant et le bénéficiaire, puis communiqué avant le démarrage effectif de la formation.
  
- **Accessibilité :** Le Bilan de compétences est accessible aux personnes en situation de handicap. Si vous êtes concerné(e), nous vous invitons à nous contacter afin d'échanger sur vos besoins spécifiques. Nous nous engageons à étudier chaque situation individuellement afin de mettre en place les adaptations pédagogiques, techniques ou organisationnelles nécessaires.
  - ✉ Contact : [contact@optimal-forma.fr](mailto:contact@optimal-forma.fr)
  
- **Conformément au Code de déontologie applicable au bilan de compétences :**

La synthèse remise à l'issue du parcours ne mentionnera aucun élément d'ordre personnel ou psychologique. Elle se limitera strictement aux éléments en lien avec le projet professionnel du bénéficiaire : situation professionnelle initiale, niveau de formation, attentes, objectifs, étapes du parcours, pistes explorées, et projet validé ou en cours de validation, présenté sous forme d'activité à créer, à développer, ou d'emploi/métier visé, accompagné d'un plan d'action permettant d'en vérifier la faisabilité.



## **Contenus du Bilan de compétences :**

Le bilan de compétences se déroule selon les 3 phases réglementaires suivantes :

- **Phase préliminaire** : analyse de la demande, définition des objectifs et contractualisation du parcours
- **Phase d'investigation** : exploration des compétences, motivations, valeurs, pistes professionnelles
- **Phase de conclusion** : synthèse des travaux, élaboration du projet, restitution finale et plan d'action

Ces trois phases structurent le parcours de formation tel que détaillé ci-dessous :

### **Déroulé du programme**

#### ➤ **Phase 1 : Préliminaire**

##### **Lancement du bilan & exploration du parcours**

- Présentation du cadre du bilan : 3 phases (préliminaire, investigation, conclusion)
- Clarification des attentes, formulation des premiers objectifs
- Analyse du parcours professionnel et personnel : moments clés, formations, expériences marquantes

#### ➤ **Phase 2 : Investigation**

##### **Évaluation des compétences & centres d'intérêt**

- Identification des compétences techniques, transversales et comportementales
- Analyse des réussites significatives et apprentissages associés
- Passation de tests Central Test (profils, compétences, motivations)
- Exercices de réflexion guidée : inventaire des compétences, retour sur expériences
- Exploration des centres d'intérêt professionnels et de l'environnement de travail idéal

##### **Talents, transférabilité et auto-positionnement**

- Analyse des compétences transférables et recontextualisation sectorielle
- Auto-positionnement (référentiels métiers) et identification des leviers de progression
- Complétion de questionnaires structurés (cartographie des talents, forces dominantes)
- Cartographie visuelle des talents et appropriation des résultats

##### **Valeurs et motivations**

- Identification des motivations durables (intrinsèques/extrinsèques)
- Clarification des valeurs professionnelles dominantes
- Réflexions personnelles guidées sur les valeurs et leur lien avec le projet professionnel
- Alignement entre valeurs et projet professionnel envisagé

##### **Projets professionnels & réalités du marché**

- Exploration de pistes professionnelles (ROME, ONISEP, enquêtes métiers)
- Recherches documentaires personnelles sur les métiers cibles
- Étude de la faisabilité : freins, leviers, cohérence entre projet et profil
- Validation des pistes et amorce du plan d'action

#### ➤ **Phase 3 : Conclusion**

##### **Structuration du projet & restitution finale**

- Structuration finale du projet professionnel et des étapes de mise en œuvre
- Élaboration du plan d'action personnalisé
- Restitution finale, livret de synthèse, et clôture



---

## MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

---

### **Outils et supports fournis**

- ✓ Grille APS
- ✓ Questionnaire d'auto-évaluation
- ✓ Outils Focus réussite
- ✓ Arbre de vie
- ✓ Fiche d'accompagnement aux enquêtes métiers
- ✓ Ressources visuelles pour les enquêtes métier

### **Solution digitale :**

- ✓ Tests Empreinte Pro,
- ✓ Test Moteur Pro
- ✓ Test RIASEC
- ✓ Test Entrepreneur

### **Matériel nécessaire pour suivre le Bilan de compétences :**

*Poursuivre le bilan décrit, le bénéficiaire aura besoin du matériel suivant :*

**1. Ordinateur Personnel :** Un ordinateur personnel, qu'il s'agisse d'un PC, d'un Mac ou d'un ordinateur portable, capable de se connecter et suivre le bilan de Compétences en visioconférence via Zoom ou google Meet.

**2. Connexion Internet:** Une connexion Internet est indispensable

### **Méthodes pédagogiques :**

- ❖ Entretiens individuels en Visioconférence
- ❖ Exercices d'analyse et d'introspection
- ❖ Méthodes progressives
- ❖ Référentiels métiers et outils d'aide à l'orientation
- ❖ Mises en situation, brainstorming, ateliers pratiques.



---

## *MODE D'ÉVALUATION / SANCTION DE LA FORMATION*

---

- **Mode d'évaluation :**
  - ❖ Grilles test psychométrique, d'intérêt professionnels
  - ❖ Grille d'auto-évaluation
  - ❖ Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid
  
- **Sanction :**
  - ❖ Synthèse du bilan de compétences et plan d'action
  - ❖ Attestation de suivi de bilan de Compétences

---

## *QUALITÉ DES CONSULTANTS ET DE L'ÉQUIPE PEDAGOGIQUE*

---

### **Consultant :**

Le bilan de compétences est animé par des consultants experts en gestion des ressources humaines et disposant d'une solide expérience de terrain, notamment en gestion des carrières, mobilité, identification des compétences, garantissant un accompagnement à la fois structuré, bienveillant et adapté aux enjeux de chaque bénéficiaire et du marché de l'emploi.

---

## *APRÈS LE BILAN DE COMPETENCES*

---

Afin d'atteindre les objectifs fixés lors du Bilan de compétences, il est essentiel que chaque bénéficiaire entreprenne des démarches individuelles lui permettant d'avancer dans son projet et d'appliquer le plan d'action élaboré durant le cycle du Bilan de compétences.

À l'issue de ce bilan de compétences, le stagiaire aura identifié et valorisé ses atouts personnels et professionnels, lui permettant de construire un projet professionnel cohérent, réaliste et aligné avec ses motivations et ses compétences transférables.



---

## *INDICATEURS ET STATISTIQUE DE PERFORMANCE*

---

Issue d'une étude réalisée en Décembre 2025.

- Taux de satisfaction des bénéficiaires : 87 %
- Taux d'abandon : 0%
- Taux de réalisation des entretiens de suivi à six mois : 100%

MAJ-05/03/2026

---

**OPTIMAL FORMA**  
156 RUE DEPORTES INTERNES RESISTANCE  
45200 MONTARGIS  
SIRET : 99027287400019  
DA N° 24450459645

**Contact :**  
☎ 0759867807  
✉ [Contact@optimal-forma.fr](mailto:Contact@optimal-forma.fr)