



# EVOLUTION

## BILAN DE COMPÉTENCES



**De Janvier 2024 à Janvier 2025**

**En continu**

**Consultante | Karine DELTOUR**

**En présentiel sur 2 sites et/ou en  
distanciel**

**A Toulouse**

(En fonction de votre besoin)

**A Castanet**

**Le 100e Singe - Tiers-lieu nourricier**

27 route de Rebigue

31320 Castanet-Tolosan



Le bilan de compétences est un outil précieux pour prendre le temps d'explorer sa trajectoire professionnelle. C'est un temps dédié et un "espace ressource" pour venir objectiver son parcours professionnel, mieux le comprendre à la lumière de ce qui fait sens pour soi. L'objectif étant de :

Faciliter l'expression de votre récit de vie pour en faire émerger les compétences déployées tout au long de votre itinéraire professionnel et/ou personnel et comprendre vos contextes expérientiels ou/et imaginaires pour définir de nouvelles perspectives d'actions qui puissent être génératrices de valeurs, de sens et mobilisées au service d'un projet réaliste et réalisable.

Une prise de hauteur accompagnée par une consultante spécialisée depuis 20 ans dans les transitions professionnelles.

## Lieu et dates

En présentiel et/ou en en visioconférence

- Tiers Lieux Nourricier - Le 100e Singe, 27 route de Rebigue - 31320 Castanet-Tolosan
- A Toulouse (Selon vos besoins)

Le démarrage de votre bilan de compétences est en continu.

## Rythme

- 24h dont 6 à 9 rendez-vous en face à face pédagogique en présentiel ou distanciel d'une durée de 2h
- 16 heures en duo et 8 heures de travail réflexif et personnel guidé
- En semaine et en journée

## Tarif et modalités financières

- Tarif financé : 1890 € TTC
- Tarif autofinancé : 1200 € TTC

**Cette formation peut être prise en charge par :**

- **Votre CPF** Compte Personnel de Formation
- **Votre OPCO** (si vous êtes salarié.e)
- **Le fond Vivéa** (pour les agriculteurs et porteurs de projet agricoles)
- **France Travail** (si vous êtes au chômage)

**Pour toute information sur le contenu pédagogique et/ou les solutions de financement, n'hésitez pas à nous contacter : [k.deltou@le100esinge.com](mailto:k.deltou@le100esinge.com)**

## Finalité et objectifs pédagogiques

Ce bilan de compétences va vous permettre de :

- Identifier et mettre en évidence vos compétences pour mieux les mobiliser, les transférer et/ou les adapter à l'environnement professionnel.
- Mettre en récits vos apprentissages en lien avec les différentes périodes professionnelles (les échecs comme les réussites).
- Déterminer vos caractéristiques personnelles et comprendre votre mode de fonctionnement afin de vous aider à interagir dans le respect de vos besoins et envies.
- Identifier vos valeurs et leviers motivationnels.
- Orienter votre projet professionnel vers une évolution qui a du sens au regard de votre parcours.
- Construire votre plan d'actions.

## Contenus pédagogiques

### Phase Préliminaire - "Se rencontrer"

1 temps pour mieux cerner vos besoins et pour créer l'alliance autour de vos attentes

- Analyse de la demande et exploration du contexte de la personne
- Détermination du format le plus adapté à la situation et au besoin
- Définition co-construite des modalités de déroulement du bilan

### Phase 1 - Investigation "Identification des compétences"

1 temps pour faire émerger et analyser le parcours expérientiel sur les plans personnels et professionnels

- Analyser la trajectoire personnelle et professionnelle et l'histoire de son apprentissage
- Interroger les racines autobiographiques repérer les événements clés dans le parcours personnel et professionnel
- Déterminer son mode de fonctionnement, les motivations et intérêts personnels, les valeurs et besoins

### Phase 2 - Investigation "Identification des compétences, des motivations et des valeurs"

1 temps pour bâtir votre référentiel de compétences, leviers motivationnels et valeurs fondamentales

- Analyser les structures fondamentales (Motivations/Intérêts/Besoins/Valeurs) de son parcours professionnel
- Déterminer vos compétences et aptitudes professionnelles à partir des ressources identifiées à travers le livret et la mise en récit
- Eclairer plus finement sa personnalité, ses ressources et conditionnements adaptatifs face à différentes situations rencontrées lors de parcours de vie, ses capacités professionnelles et personnelles mobilisables dans son projet

### Phase 3 - Investigation personnelle "Identification des capacités professionnelles et personnelles, des motivations et des valeurs"

1 temps personnel pour identifier plus finement vos valeurs et vos traits de personnalité

- Bilan personnel autour de ses capacités et sources de motivation
- Recherche de vos valeurs personnelles intrinsèques
- Tests d'orientation et de personnalité

#### **Phase 4 - Investigation « Identification des caractéristiques personnelles »**

1 temps "Focus" sur le résultat des tests, prises de conscience, dissonances de perceptions éventuelles ou confirmations

- Echanger sur les déterminants : motivations, valeurs et sens de l'action Expliciter ses valeurs en lien avec son profil professionnel et les caractéristiques de sa personnalité
- Esquisser les 1ères pistes de réflexion sur son projet professionnel

#### **Phase 5 - Investigation "Identification de son projet"**

1 temps pour construire un profil professionnel intégrant les éléments obtenus lors de la phase d'investigation

- Définir le projet professionnel à partir des éléments obtenus lors de la phase d'investigation
- Projeter la personne vers son poste idéal
- Mettre en lumière les résistances, les peurs, les changements

#### **Phase 6 /7/8 - Investigation "Validation de son projet et des hypothèses "**

1 temps pour fixer des pistes, des objectifs et plan d'actions engagé

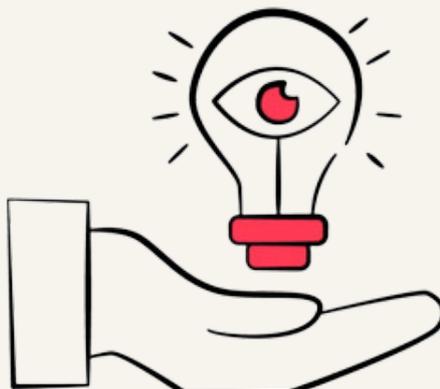
- Spécifier vos pistes d'orientations, métiers, fonctions, activités émergentes
- Définir précisément le projet professionnel à partir du travail sur les aires d'existence
- Déterminer les modalités d'action, les conditions de réussite du projet, les moyens d'actions au regard des enquêtes réalisées
- Construire le projet professionnel et mise en conclusion
- Choisir la stratégie pour atteindre l'objectif professionnel fixé

#### **Phase 9 - Conclusion "La synthèse"**

1 temps d'harmonisation autour des actions à concrétiser pour soutenir le projet professionnel visé.

- Harmoniser les actions à concrétiser pour soutenir le projet professionnel visé
- Remise de la synthèse
- Evaluation du bilan de compétences

A l'issue du bilan et dans les 6 mois qui suivent, un entretien sera réalisé afin d'évaluer le bilan et sa mise en oeuvre et soutenir l'élan du bénéficiaire dans ses fondations.



## Public concerné et effectif

Nos bilans de compétences s'adressent à toute personne qui souhaite prendre du recul sur sa trajectoire professionnelle. Ils sont réalisés en individuel.

## Prérequis

Aucun prérequis n'est demandé.

## Moyens techniques et pédagogiques

En présentiel : Le bilan de compétence se déroulera dans une salle de formation équipée avec accès Internet ou en cabinet.

En distanciel : une plateforme de visioconférence avec un lien de connexion à chaque séance.

## Évaluations

La mesure de satisfaction des apprenants sur l'organisation, les qualités pédagogiques de la consultante, les méthodes et supports utilisés se font par QCM. L'évaluation est co-réalisée au cours des séances par la personne accompagnée et la consultante en bilans de compétences. Un rendez-vous de bilan et perspectives est proposé à 6 mois.

## Situation de handicap

Vous présentez une situation d'handicap ou d'inconfort ? Au sein de notre organisme de formation, une référente Handicap est formée pour vous accompagner au plus près de vos besoins. Notre bilan de compétences est conçu pour prendre en compte chacun.e. Tout besoin d'adaptation(s) pour suivre les séances peut être étudié sur simple demande, nous vous invitons à prendre contact avec nous par mail [k.deltour@le100esinge.com](mailto:k.deltour@le100esinge.com)

## Date limite d'inscription

Pas de limite d'inscription. Entrée et sortie permanente

## Consultante

**Ce bilan de compétences est conçu et dispensé par Karine DELTOUR, spécialiste en évolution , reconversion professionnelle et processus de transition. (20 ans d'expertise professionnelle dans l'accompagnement individuel et des collectifs de travail). Approche attentive, créative et soutenante centrée sur une communication bienveillante, authentique et humaniste.**

## Contact

**Pour toute demande d'informations, n'hésitez pas à nous contacter : [k.deltour@le100esinge.com](mailto:k.deltour@le100esinge.com)**