

## ★ OBJECTIFS

- Analyser ses compétences personnelles et professionnelles, ses aptitudes et ses motivations ;
- Définir son projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation ;
- Utiliser ses atouts comme un instrument de négociation pour un emploi, une formation ou une évolution de carrière.

## i INFORMATIONS

- **Durée :** 14'00'00 + accompagnement



## FINANCEMENT

Le bilan de compétences peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO, CPF ou pôle Emploi. Mon bilan de compétences étudie les dossiers au cas par cas et vous accompagne dans les démarches de financement.

## MOYENS

### Pédagogiques :

- Activités en ligne
- Études de cas
- Questions/Réponses

## CONTACT

**Tél :** 01 87 44 28 29

**E-mail :** contact@monbilandcompetences.info

**NDA :** 24450405545

**Nom de l'accompagnateur :**  
Frédéric FOURAGE

## 🕒 HORAIRES

Du lundi au vendredi de 09h-18h

## ACCOMPAGNEMENT

En plus des heures programmées avec votre praticien, notre équipe pédagogique vous accompagne tous au long de vos séances pour vous apporter un service le plus complet et adapté possible.

## (Prise de contact)

### Phase introductive

- Présentation générale
- Questionnaire d'objectifs
- Votre CV

### Partie n°1 : Je me découvre / redécouvre (première phase)

- Introduction de la 1ère phase
- Activité n°1 : Le test de personnalité
- Qu'est-ce que la motivation ?
- Activité n°2 : Lister ses motivations et les décrire
- Activité n°3 : Mes réussites et mes échecs
- Activité n°4 : Je fais le tri

### Partie n°2 : Travail sur ses valeurs et ses besoins

- Activité n°5 : Qu'est-ce que les valeurs ?
- Activité n°6 : Construire la pyramide des besoins

### Partie n°3 : J'étudie le champ des possibles (2ème phase)

- Introduction de la 3ème phase
- Activité n°7 : Qu'est-ce qu'une compétence ?
- Activité n°8 : Lister les compétences
- Activité n°9 : Comprendre les recruteurs en 2023
- Activité n°10 : Je refais mon CV

### Partie n°4 : Choisir les métiers à investiguer

- Introduction de la 4ème phase
- L'enquête métier
- Activité n°11 : Choisir les métiers à investiguer ?
- Activité n°12 : Bilan des compétences
- Activité n°13 : Le jeu quitte ou double
- Fin de module

### Partie n°5 : Je crée mon plan d'action

- Activité n°14 : Le jeu « trace ta route »
- Activité n°15 : Recherche de formation

# Bilan de compétences (14'00 heures) BIL-14

## ★ OBJECTIFS

- Analyser ses compétences personnelles et professionnelles, ses aptitudes et ses motivations ;
- Définir son projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation ;
- Utiliser ses atouts comme un instrument de négociation pour un emploi, une formation ou une évolution de carrière.

## i INFORMATIONS

- **Durée :** 14'00'00 + accompagnement

## 🏛️ FINANCEMENT

Le bilan de compétences peut faire l'objet d'une prise en charge OPCO, CPF ou pôle Emploi. Mon bilan de compétences étudie les dossiers au cas par cas et vous accompagne dans les démarches de financement.

## 👥 MOYENS

### Pédagogiques :

- Activités en ligne
- Études de cas
- Questions/Réponses

## 💬 CONTACT

**Tél :** 01 87 44 28 29

**E-mail :** contact@monbilandcompetences.info

**NDA :** 24450405545

**Nom de l'accompagnateur :**

Frédéric FOURAGE

## 🕒 HORAIRES

Du lundi au vendredi de 09h-18h

## ACCOMPAGNEMENT

En plus des heures programmées avec votre praticien, notre équipe pédagogique vous accompagne tous au long de vos séances pour vous apporter un service le plus complet et adapté possible.

- Activité n°16 : Combien de temps pour rebondir ?
- Fin de module

**Total : 14'00'00**