



# Bilan de compétences

## UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

### À qui s'adresse ce bilan ?

Ce programme s'adresse aux adultes de 26 ans et plus, quel que soit leur statut (salarié, indépendant, en transition...). Il est idéal pour celles et ceux qui :

- ressentent un besoin de changement sans savoir par où commencer
- veulent réévaluer leur trajectoire professionnelle après un épuisement ou un désalignement
- souhaitent explorer de nouvelles pistes ou clarifier une orientation floue
- ont besoin de reprendre confiance en leurs compétences et en leur potentiel
- envisagent un projet entrepreneurial ou une reconversion en accord avec leur identité profonde

### Et si vous faisiez le point sur votre parcours, vos talents et vos aspirations profondes ?

Notre bilan de compétences est bien plus qu'une simple évaluation : c'est un espace d'exploration, de recentrage et de projection, pensé pour celles et ceux qui souhaitent redonner du sens à leur vie professionnelle. Conçu dans une approche respectueuse, bienveillante et structurée, il vous permet de construire un projet réaliste, cohérent avec vos besoins, vos valeurs et vos contraintes personnelles

### L'accompagnement

- 18 heures en sessions individuelles, réparties en séances adaptées aux besoins, sur 3 à 4 mois
- Accompagnement 100 % à distance (Zoom, Teams, ou autre)
- Environ 4 heures de travail personnel guidé entre les séances
- Suivi personnalisé 3 à 6 mois après la fin du bilan



# Bilan de compétences

## UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

### Un parcours de bilan structuré en trois grandes phases

#### **La phase préliminaire : Comprendre vos besoins et vos attentes**

Lors de cette phase, nous analysons ensemble votre situation, vos besoins, vos motivations à engager ce travail, et les conditions de sa réussite. Nous définissons les objectifs spécifiques du bilan et validons les modalités pratiques, y compris l'adaptation en cas de situation de handicap. Cette phase consiste en une ou deux réunions téléphoniques non facturées.

#### **La phase d'investigation - Explorer, révéler, relier**

Cette phase est dédiée à l'exploration de votre parcours, de vos compétences, de votre personnalité et de vos aspirations. À travers des entretiens approfondis, des exercices ciblés, et des outils comme le RIASEC, vous identifiez ce qui vous anime, ce que vous savez faire et ce que vous souhaitez vraiment faire. Nous mettons en lumière vos ressources, vos freins et vos leviers d'action pour construire une vision claire de vos options.

#### **La phase de conclusion - Consolider et projeter**

Nous validons ensemble la ou les pistes professionnelles identifiées, leur cohérence avec votre réalité et vos désirs, et construisons un plan d'action précis. Vous repartez avec une synthèse écrite complète et confidentielle, ainsi que des pistes concrètes à activer immédiatement ou à moyen terme.

### Un suivi post-bilan gratuit

Un entretien d'environ 1 heure sur votre demande prévu 3 à 6 mois après la fin du bilan pour faire le point sur la mise en œuvre de votre projet. Cet échange permet d'ajuster votre plan d'action si besoin, de lever d'éventuels blocages et de vous soutenir dans la continuité de votre démarche.



Optimum Synergies SAS  
15 allée Federico Garcia Lorca, 49240 Avrillé  
SIRET 89498034100016 - Code APE : 8559A - N° de déclaration d'activité : 52490383549  
✉ [contact@optimumsynergies.com](mailto:contact@optimumsynergies.com) ☎ 07 78 57 19 39



# Bilan de compétences

## UN PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

### Les bénéfices de votre bilan de compétences

#### À l'issue de ce parcours, vous aurez :

- pris conscience de vos forces, ressources et limites
- clarifié vos valeurs motrices, vos besoins essentiels et vos moteurs d'engagement
- identifié des pistes professionnelles concrètes et adaptées à votre réalité développé un plan d'action cohérent avec le contenu présenté.
- élaboré un projet de transition, de reconversion ou d'évolution motivant et réalisable
- construit un plan d'action structuré et progressif pour réaliser votre projet

### Méthodes mobilisées

Notre approche est centrée sur la personne, respectueuse de son rythme et de son unicité. Elle s'appuie sur différentes méthodes (auto-évaluation, exploration biographique, projection et créativité, etc). Les outils utilisés sont sélectionnés avec soin pour soutenir votre réflexion, sans jamais vous enfermer dans une case.

### Accessibilité et confidentialité

Le bilan est accessible à toute personne, avec ou sans handicap. Toute situation particulière est évaluée dès la phase préliminaire. Les données personnelles sont traitées conformément au RGPD, dans le strict respect de votre vie privée. Aucune information n'est transmise à des tiers sans votre accord écrit.

### Tarif

Prix: 1,700€ HT soit 2,040 TTC

### Renseignements complémentaires

**Contactez Frédéric Stell**

Mail : [stell@optimumsynergies.com](mailto:stell@optimumsynergies.com)

Mob. : +33 7 78 57 19 39



Optimum Synergies SAS  
15 allée Federico Garcia Lorca, 49240 Avrillé  
SIRET 89498034100016 - Code APE : 8559A - N° de déclaration d'activité : 52490383549  
✉ [contact@optimumsynergies.com](mailto:contact@optimumsynergies.com) ☎ 07 78 57 19 39

