

# Bilan de Compétences

## Demandeurs d'emploi



### Public concerné

Toute personne à la recherche d'un emploi souhaitant réaliser un bilan de compétences pour mieux se connaître, valoriser ses compétences et définir un projet professionnel en cohérence avec ses aspirations personnelles et professionnelles.

### Prérequis

Aucun prérequis est nécessaire.

### Durée

La durée de l'accompagnement est de 21 heures, réparties comme suit :

- 15H30 avec le Consultant
- 5H00 en autonomie

### Tarif

Notre bilan de compétences "Demandeurs d'emploi" est éligible à différents financements.

Contactez-nous pour un devis personnalisé et un accompagnement sur les modalités de prise en charge.



## Attestation de réalisation

Une attestation de réalisation du bilan de compétences sera remise à l'issue de la démarche

## Objectif

Permettre au bénéficiaire d'analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations, afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

## Modalités Pédagogiques

Le bilan de compétences est réalisé en distanciel, accompagné par un consultant dédié, incluant :

- Des entretiens individuels
- Des travaux personnels guidés
- Des tests de personnalité

## Modalités de suivi et d'évaluation

- Analyse de la demande et des besoins du bénéficiaire
- Définition des objectifs du bilan
- Exercice d'analyse des compétences (savoirs, savoir faire, savoir être)
- Tests (personnalité, intérêts professionnels, valeurs...)
- Echanges réguliers avec le consultant pour mesurer l'évolution
- Elaboration d'un projet professionnel réaliste et argumenté
- Questionnaire de satisfaction et de suivi



## Les 3 phases réglementaires

### **Phase 1 – Phase préliminaire (3h30)**

#### Objectifs :

- Clarifier le vécu professionnel et les attentes actuelles
- Recueillir des indicateurs sur le fonctionnement professionnel
- Identifier les forces et points d'appui
- Reconstituer le fil du parcours et repérer les ressources
- Synthétiser « moi / envies / contraintes »

### **Phase 2 – Phase d'investigation (11h00)**

#### Objectifs :

- Faire émerger forces, ruptures et irritants dans le parcours professionnel
- Poser clairement « ce que je veux / ne veux plus » et définir les conditions de bien-être au travail
- Produire et hiérarchiser des pistes professionnelles réalistes
- Identifier les familles d'intérêts dominantes
- Affiner les contextes et environnements de travail souhaités
- Repérer moteurs et repoussoirs professionnels
- Identifier ce qui ressource et ce qui draine
- Formuler clairement « ce que j'apporte »
- Comparer 2 à 3 options professionnelles réalistes
- Évaluer le niveau de clarté, de confiance et de préparation à la mise en œuvre du projet
- Tester la faisabilité et définir les étapes
- Mesurer les aptitudes et affiner les moteurs de motivation
- Sécuriser la décision et la posture professionnelle



### Phase 3 – Phase de conclusion (7h30)

#### Objectifs :

- Préparer ses idées et clarifier les messages clés
- Valider les acquis et vérifier la cohérence du projet professionnel
- Renforcer l'engagement et la projection personnelle
- Transformer les intentions en objectifs clairs, mesurables et atteignables
- Identifier les leviers internes, ressources et opportunités d'évolution
- Définir les étapes, leviers et échéances du projet
- Résumer clairement les prochaines actions à entreprendre

### Modalités techniques

Les bénéficiaires doivent utiliser leur propre matériel (ordinateur, tablette ou smartphone) avec une connexion internet.

### Accessibilité PSH

L'accompagnement est accessible aux personnes en situation de handicap (PSH).

Omayma Foulad, référente handicap, est chargée d'étudier avec chaque bénéficiaire concerné les aménagements pédagogiques adaptés, en fonction des besoins spécifiques identifiés.

### Inscription & Délai d'accès

Pour toute demande d'inscription, veuillez nous contacter au 09.80.80.29.80 ou par email : [o.foulad@myrh-france.fr](mailto:o.foulad@myrh-france.fr) .

Un délai minimum et incompressible de 14 jours entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

## Contact et renseignements

### **Omayma FOULAD**

Directrice et Référente Handicap

Tél. : 09 80 80 29 80 / 06 68 61 49 74

Mail : o.foulad@myrh-france.fr

### **Marjorie ROUSSET**

Gestionnaire Administrative et RH

Tél. : 09 80 80 29 80 / 06 03 31 29 65

Mail : contact@myrh-france.fr

Version actualisée le 02/02/2026