



Bilan de compétences Nouveau Cap Pro

4 mois pour redonner du sens
et une nouvelle direction à votre vie professionnelle

C'est quoi un bilan de compétences ?



C'est un accompagnement individuel qui permet de définir un projet d'évolution professionnelle cohérent et réaliste

- Il est conçu pour vous permettre de **mieux vous connaître**, d'explorer les options qui s'offrent à vous et de **construire un projet professionnel épanouissant, aligné avec vos aspirations** et la réalité du marché de l'emploi.
- Il vous aide à **vous poser les bonnes questions** pour définir votre nouveau cap pro (évolution ou reconversion) et à **passer à l'action** étape par étape.
- Il s'étend sur une **durée de 3 à 5 mois**, à votre rythme.



Il est **finançable** par votre Compte Personnel de Formation (CPF).

Un bilan de compétences, c'est pour qui ?



Pour toutes les personnes qui veulent redonner du sens et une nouvelle direction à leur vie professionnelle

- Vous ne vous sentez plus à votre place dans votre travail, sans motivation ni enthousiasme, et vous avez envie de changement...
- Vous sentez qu'un changement s'impose, mais vous ne savez pas encore quelle direction prendre...
- Vous avez quitté votre emploi et voulez définir votre prochaine étape mais vous ne savez pas par où commencer...
- Vous souhaitez mieux vous connaître, faire le point sur vos compétences, talents et aspirations pour clarifier vos options...
- Vous avez besoin d'un cadre structuré et d'un accompagnement bienveillant pour avancer sereinement vers un projet aligné avec vos valeurs et vos envies...



Alors le bilan de compétences Nouveau Cap Pro est fait pour vous !

Les 3 phases du bilan de compétences



Phase préliminaire

Une première phase pour faire le point sur votre situation, vos attentes, et valider ensemble que cet accompagnement est adapté à votre besoin.

Gratuit et sans engagement.

1 séance de 45 mn



Phase d'investigation

Cette phase est le cœur du bilan de compétences. Elle vous permet d'explorer vos aspirations, vos compétences et vos motivations en profondeur.

Grâce à des outils ciblés et une réflexion guidée, vous clarifiez vos atouts, identifiez puis investiguez de nouvelles pistes professionnelles alignées avec qui vous êtes.

8 séances d'1h30



Phase de conclusion

La phase de conclusion transforme votre réflexion en un plan d'action concret.

Vous définissez votre projet professionnel, identifiez les étapes clés pour le réaliser et repartez avec une feuille de route claire et motivante pour la suite de votre parcours.

1 séance de 2h



La phase préliminaire

Un entretien gratuit et sans engagement de 45 mn pour :

- Faire connaissance.
- Ecouter vos besoins et vos attentes.
- Vérifier que le bilan de compétences est bien l'accompagnement adapté à votre situation.
- Valider que je suis la bonne personne pour vous accompagner.
- Définir ensemble les modalités et les objectifs de votre bilan de compétences.



Comme l'ensemble du bilan, cet entretien peut être réalisé soit en visio, soit en présentiel dans mon bureau à Sceaux (92).



La phase d'investigation

8 séances individuelles d'1h30 pour :

Mieux vous connaître, explorer votre parcours et vos aspirations

- Revisiter votre trajectoire professionnelle et identifier ce qui vous anime réellement
- Mettre en lumière vos qualités, vos compétences, vos talents et vos valeurs
- Explorer les pistes d'évolution qui vous correspondent

Définir votre cap

- Tester la faisabilité de différentes options professionnelles (recherches, enquêtes métiers...)
- Choisir votre projet (plan A et plan B) et identifier les ressources et compétences nécessaires pour le réussir
- Prendre en compte les impacts de votre transition sur votre vie personnelle et votre équilibre global

Lever les freins et structurer votre projet

- Identifier et dépasser les blocages (peurs, croyances limitantes, doutes...)
- Construire un projet professionnel clair, réaliste et motivant
- Élaborer une stratégie concrète pour passer à l'action



Tout au long de cette phase, je choisis les outils les plus adaptés pour vous faire avancer.

Vous ancrez vos découvertes en séance et réalisez des exercices hors séance dans votre carnet de voyage.



La phase de conclusion

Une séance de 2h pour :

- Valider votre projet de coeur, ainsi qu'un plan B.
- Finaliser votre plan d'action détaillé.
- Relire ensemble un document de synthèse reprenant l'ensemble du travail réalisé.
- Programmer une séance de suivi dans 6 mois pour faire le point sur vos avancées.



A l'issue de votre bilan, vous repartez avec votre carnet de voyage personnalisé complet, le document de synthèse du bilan et votre plan d'action.

Le Bilan de Compétences Nouveau Cap Pro en résumé

Le bilan Nouveau Cap Pro a été conçu comme un voyage transformateur en plusieurs étapes. Prêt à découvrir de nouveaux horizons ?



6. Vous prenez un nouveau départ vers votre objectif !

Vous avez un plan d'action détaillé pour l'atteindre, le chemin vers votre épanouissement professionnel est balisé.

5. Vous optimisez vos chances d'arriver à destination

Vous repérez les compétences à développer ainsi que ce qui pourrait vous freiner dans votre voyage (croyances, limites, besoins...) et vous levez ces freins.

4. Vous fixez votre nouveau cap pro

Vous avez toutes les clés en main pour décider du chemin que vous souhaitez prendre (plan A et plan B).

3. Vous ouvrez le champ des possibles

Votre boussole en main et sur la base de vos intérêts professionnels, vous identifiez de nouvelles voies possibles et vous les explorez.

2. Vous partez à la recherche de votre boussole intérieure

Vous êtes guidé étape par étape pour mieux vous connaître et identifier ce que vous aimez, ce en quoi vous êtes doué et compétent, ce à quoi vous aspirez, ce qui vous anime... Vous identifiez vos critères de choix pour votre future destination.

1. On démarre !

Vous définissez votre intention pour ce voyage : attentes et objectif.

- Un cadre clair et structuré
- 14 h de séances individuelles
- La coach comme un compagnon de voyage bienveillant et à l'écoute pour avancer en confiance.
- Un carnet de voyage numérique personnalisé pour ancrer vos découvertes.

Les bénéfices à la fin du voyage

A l'issue du bilan, vous repartez avec une feuille de route claire pour avancer sereinement vers votre nouveau projet. D'autres résultats en chemin :

Prise de recul

Vous comprenez ce qui fonctionne ou non dans votre parcours actuel.

Sécurité

Vous validez la faisabilité de votre projet, vous en évaluez tous les aspects (financiers, besoins de formation, perspectives...) pour structurer votre réflexion et prendre une décision éclairée.

Connaissance de soi

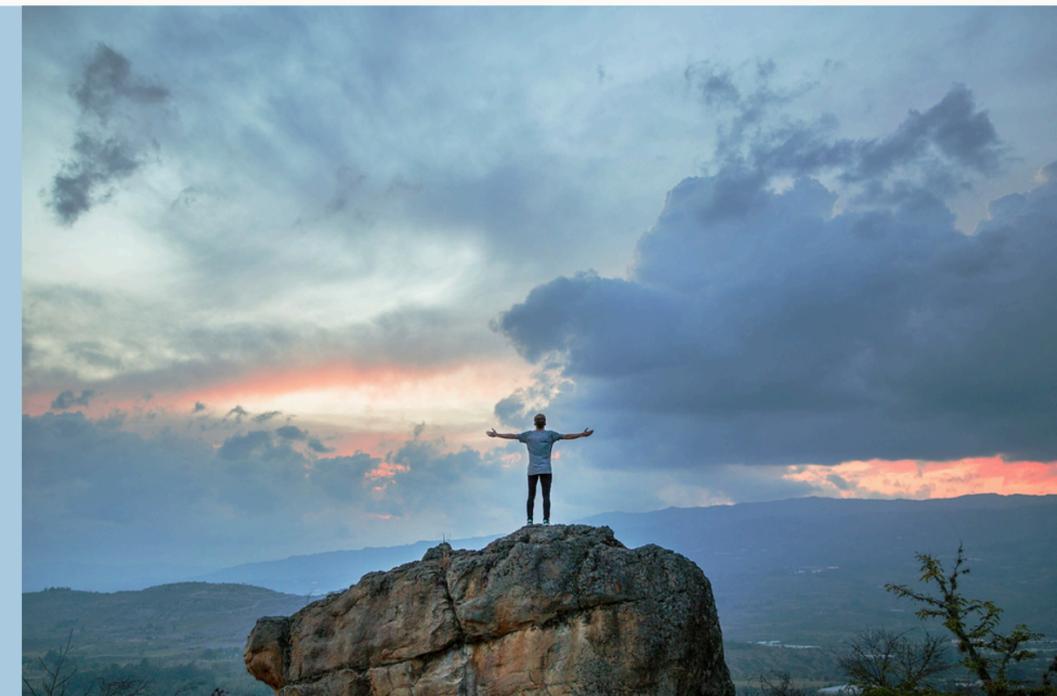
Vous trouvez votre boussole intérieure, en vous reconnectant à ce qui compte vraiment pour vous, à vos besoins, à vos centres d'intérêts.

Sens retrouvé

Vous prenez des décisions alignées avec vos valeurs, avec qui vous êtes et ce qui vous motive. C'est autant de pas de plus vers votre épanouissement professionnel et personnel.

Confiance

Vous prenez conscience de vos forces, de vos qualités et de vos compétences et vous savez comment les mettre en avant.



Un accompagnement sur-mesure 14h de face-à-face + 10h environ de travail personnel



Ecoute active - questionnement fin - exercices variés et personnalisés, en séance et entre les séances

Je privilégie l'usage d'approches et d'outils variés, pour mieux les adapter à votre situation et à votre personnalité. Je mets aussi à votre disposition des ressources pour faciliter vos recherches. Quelques exemples :

- **Pour mieux se connaître** : Ligne de vie, roue des valeurs, jeu des besoins, questionnaire des ancrs professionnelles...
- **Pour prendre conscience de ses forces** : enquête de retour d'image, arbre de vie, inventaire de compétences en ligne...
- **Pour identifier ses intérêts professionnels et ouvrir de nouvelles pistes** : test AFC Holland, photolangage, jeu des métiers...
- **Pour explorer les pistes**, l'accès facilité à des ressources : sites, podcast, vidéos...



Un accompagnement constant : je reste disponible entre les séances pour répondre à vos questions et vous soutenir, par mail, téléphone ou via votre carnet de voyage numérique personnalisé.

Qui suis-je ?



Mon petit truc en plus ?

Une confiance joyeuse et sereine dans le potentiel de chacun, et une force tranquille pour vous aider à avancer avec clarté et confiance.

Je suis Marie-Claire Audhuy, coach professionnelle certifiée et fondatrice d'ORIENTATIO. 

Ma mission ? Vous accompagner sur le chemin de votre épanouissement professionnel.

Mon parcours

J'ai travaillé 20 ans en entreprise, dans la presse jeunesse et l'édition, à des postes de direction marketing et éditoriale. J'y ai accompagné des équipes et des auteurs, structuré des projets et développé une vision stratégique.

J'ai aussi vécu de nombreux changements personnels et professionnels : reconversion, expatriation, reprise d'études, recherche d'un équilibre entre vie pro et vie perso. Je connais les défis liés aux phases de transition de l'intérieur et vous aide à les surmonter avec lucidité et bienveillance.

Ma formation

- Diplômée d'HEC et d'un master de lettres
- Coach professionnelle certifiée RNCP niveau 6 (Haute Ecole de Coaching)
- Je respecte le code de déontologie des fédérations de coachs de référence, je me forme en continu et suis supervisée pour améliorer ma pratique.

Modalités

- **Tarif** : 1900€ net de TVA (exonéré de TVA selon l'article 261.4.4a du CGI).
- **Financements possibles** : CPF avec reste à charge de 102,23€ / financement par votre employeur / financement personnel.
- **Délai d'accès au bilan** : En cas de prise en charge CPF, votre bilan peut démarrer après un délai incompressible de 11 jours suite à la validation de votre dossier. En cas de financement personnel, votre bilan peut démarrer immédiatement, sous réserve de nos disponibilités respectives.
- **Bénéficiaires** : tout public majeur (salariés, demandeurs d'emploi). Aucun prérequis.
- **Modalités d'organisation possibles** : présentiel, distanciel ou mixte.
- **Modalités d'évaluation** : la progression du bénéficiaire est évaluée tout au long de l'accompagnement grâce aux échanges et exercices proposés ainsi que lors de la dernière séance avec la remise de la synthèse et l'élaboration du plan d'action. Un questionnaire de satisfaction permet d'évaluer la prestation à la fin du bilan de compétences. Enfin, un entretien de suivi à 6 mois est prévu pour faire le point sur l'avancée du projet.
- **Taux de satisfaction** : à venir fin 2025.
- **Accessibilités aux personnes en situation de handicap** : Vous êtes porteur de handicap ? N'hésitez pas à nous contacter pour discuter des adaptations possibles : marie-claire.audhuy@orientatio.com.



Une question ? N'hésitez pas à me contacter : 06 15 09 10 88 - marie-claire.audhuy@orientatio.com

A BIEN TOT !

Marie-Claire Audhuy

06 15 09 10 88

marie-claire.audhuy@orientatio.com

Pour prendre rendez-vous : <https://calendly.com/marie-claire-audhuy-orientatio/appel-decouverte-gratuit>