

## PROGRAMME

### BILAN DE COMPETENCES

## CADRE LEGAL ET REGLEMENTAIRE

Le bilan de compétences permet de :

- Explorer et valoriser les compétences personnelles et professionnelles, les aptitudes et les motivations ;
- Définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation ;
- Utiliser les atouts mis en lumière comme un instrument de négociation pour un emploi, une formation ou une évolution de carrière ;
- Analyser la faisabilité du projet au regard du contexte socio-économique.

Le bilan est défini par la loi n°2018-771 du 5 septembre 2018 et le décret n°2018-1330 du 28 décembre 2018. Il s'inscrit dans le cadre réglementaire défini par le Code du travail et les réformes successives, dont la mise à jour de février 2026 relative aux modalités de financement via le CPF.

Vous pouvez consulter le cadre légal et réglementaire du Bilan de compétences.

**Source : Ministère du Travail** : <https://travail-emploi.gouv.fr/formation-professionnelle/droit-a-la-formation-et-orientation-professionnelle/bilan-competences>

## ETHIQUE ET DEONTOLOGIE

L'accompagnement est réalisé dans le respect du code de déontologie de la profession, garantissant :

- La confidentialité absolue,
- Le respect de la personne,
- Une posture bienveillante et non-directive,
- Un environnement propice à l'expression et à la réflexion.

## PUBLIC CONCERNE

Toute personne souhaitant faire le point sur son parcours :

- Salariés du secteur privé ou public,
- Indépendants,
- Demandeurs d'emploi,
- Personnes en transition professionnelle
- Personnes souhaitant anticiper une évolution ou une reconversion

Il est particulièrement adapté aux personnes qui souhaitent :

- Clarifier leur situation professionnelle ou retrouver des repères
- Identifier ou valider une orientation
- Explorer de nouvelles pistes professionnelles
- Mieux comprendre leurs compétences, leurs besoins et leurs motivations
- Sécuriser un projet d'évolution ou de reconversion

- Avancer dans un cadre structuré, bienveillant et personnalisé

Les trois formules proposées (16h – 20h – 24h) permettent d’adapter l’accompagnement :

- Au niveau d’exploration souhaité,
- Au temps disponible,
- A la profondeur d’analyse recherchée,
- Au besoin de consolidation du projet.

## OBJECTIFS GENERAUX

Le bilan de compétences a pour objectif de permettre au bénéficiaire de :

- Faire le point sur sa situation professionnelle et personnelle en lien avec son parcours
- Identifier, analyser et valoriser ses compétences, aptitudes et ressources
- Repérer ses motivations, valeurs, besoins et conditions d’épanouissement
- Explorer une ou plusieurs pistes professionnelles ou de formation
- Vérifier la pertinence et la faisabilité des pistes envisagées
- Définir ou consolider un projet professionnel réaliste et cohérent
- Élaborer un plan d’action structuré pour engager la mise en œuvre du projet

Ces objectifs sont identiques pour les trois formules (16h, 20h, 24h). La profondeur de l’exploration varie selon la durée choisie.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

À l’issue du bilan de compétences, le bénéficiaire sera capable de :

- Identifier et formuler ses compétences transférables et ses ressources personnelles
- Repérer ses motivations, valeurs, besoins et conditions d’épanouissement
- Analyser les réalités du marché du travail en lien avec ses pistes professionnelles
- Définir une ou plusieurs pistes professionnelles argumentées et cohérentes
- Vérifier la faisabilité des pistes envisagées
- Élaborer un plan d’action structuré et adapté à son projet
- Présenter clairement son projet, ses appuis et ses axes de développement

La profondeur du travail réalisé pour atteindre ces objectifs varie selon la formule choisie (16h, 20h ou 24h).

## DEROULE PEDAGOGIQUE

### Entretien gratuit et sans engagement

---

Cet entretien permet de :

- Vérifier que le bilan correspond bien aux attentes,
- Présenter la méthodologie,
- Instaurer un premier contact humain et rassurant.

Le bilan de compétences se déroule en trois phases, conformément au cadre légal. La méthodologie est identique pour toutes les formules ; seule la profondeur d’exploration varie selon la durée choisie.

## **Phase préliminaire : Une phase essentielle pour poser les bases du travail.**

---

Cette première étape permet d'installer un cadre sécurisant et de clarifier les besoins prioritaires du bénéficiaire. Elle prépare l'ensemble du bilan en définissant les objectifs et les modalités adaptées

### **Objectifs de la phase préliminaire**

- Analyser la demande, le contexte et les attentes,
- Clarifier les motivations et les besoins immédiats,
- Présenter la méthodologie et les outils mobilisables,
- Définir ensemble les objectifs du bilan,
- Convenir des modalités pratiques (rythme, planning, engagements mutuels).

### **Approche**

Un temps d'écoute active permettant d'installer un cadre sécurisant, de comprendre la situation et d'adapter le bilan à la formule choisie.

## **Phase d'investigation : Explorer, analyser, comprendre, ouvrir les possibles adapté selon la durée**

---

Cette phase permet d'explorer les éléments nécessaires à la construction d'une orientation professionnelle réaliste et cohérente. Les outils et approfondissements sont mobilisés en fonction des besoins identifiés et du temps disponible selon la formule choisie.

### **Objectifs de la phase d'investigation**

- Analyser le parcours professionnel et les expériences significatives.
- Identifier les compétences mobilisées, transférables et celles encore peu exploitées.
- Repérer les motivations, intérêts, valeurs et besoins essentiels.
- Déterminer les conditions favorables à l'épanouissement professionnel.
- Identifier une ou deux pistes professionnelles réalistes et cohérentes.
- Vérifier la pertinence et la faisabilité des pistes retenues.

### **Contenus et axes de travail possibles (mobilisés selon les besoins et la formule) :**

- Analyse du parcours professionnel et extraprofessionnel
- Mise en lumière des compétences, aptitudes et ressources
- Exploration des motivations, intérêts et besoins actuels
- Identification des environnements de travail compatibles
- Exploration de plusieurs directions professionnelles
- Analyse des éléments facilitants, limitants et conditions de réussite
- Travail sur les outils professionnels (CV, pitch, valorisation des compétences) selon la formule

### **Approche pédagogique**

L'accompagnement s'appuie sur :

- Des exercices expérientiels et réflexifs,
- Des outils visuels (photolangage, métaphores, récits de vie),
- Des questionnaires d'intérêts (type RIASEC) si pertinent,
- Des ressources documentaires ciblées.

Les outils sont choisis **en fonction des besoins prioritaires** et du temps disponible, afin de garantir une exploration efficace et structurée.

## **Phase de conclusion : Une phase d'intégration et de projection.**

Cette dernière étape permet de synthétiser les éléments clés du bilan et de valider une orientation ou une piste prioritaire. Elle vise à structurer et sécuriser la suite du parcours professionnel, avec un niveau de détail adapté à la formule choisie.

### **Objectifs**

- Synthétiser les résultats de l'investigation.
- Identifier les points d'appui et les obstacles.
- Valider le ou les projets professionnels.
- Élaborer un plan d'action clair et réaliste.
- Co-rédiger le document de synthèse

### **Document remis à l'issue du bilan :**

- Une attestation de réalisation
- Une attestation de remise de synthèse et d'autorisation de conservation
- Le document de synthèse commenté et validé en séance.

## **Entretien de suivi des 6 mois**

Un temps proposé pour :

- Faire le point sur l'avancée du projet,
- Ajuster si nécessaire,
- Soutenir la mise en action.

## **MODALITES ET OUTILS D'EVALUATION**

<b>Selon les étapes</b>	<b>Modalités et outils</b>
En amont de votre bilan	Un entretien gratuit et sans engagement est prévu afin de vérifier votre motivation et la validation en amont de la phase d'inscription. Remise de brochures d'informations sur les modalités relatives au déroulement du bilan de compétences. Echange avec la consultante dans le but d'individualiser le projet au préalable.
Durant votre bilan	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b><i>A l'issue de la phase préliminaire :</i></b> Signature d'un document de contractualisation avec la définition des objectifs de travail co-construit en séance</li><li>• <b><i>Pendant le bilan :</i></b> Suivi des acquis au fil des séances.</li><li>• <b><i>En fin de bilan et lors du suivi des 6 mois :</i></b> Évaluation des objectifs en fin de bilan. Questionnaire de satisfaction « à chaud ». Questionnaire « à froid » à 6 mois.</li></ul>

## Témoignages et avis

- Les témoignages d'anciens bénéficiaires qui ont souhaité partager leur expérience consultables sur :
  - Le site [www.mcm-sensettransitions](http://www.mcm-sensettransitions),
  - La page Google
  - le profil linkedin [linkedin.com/in/marie-claude-maréchal-rh](https://www.linkedin.com/in/marie-claude-maréchal-rh)
- Les notations sur la plateforme « mon compte formation »

## FINANCEMENT ET MODALITES D'ACCES

Le bilan de compétences peut être financé de la manière suivante :

- Compte Personnel de Formation, avec un reste à charge possible selon la situation du bénéficiaire (150 euros à compter du 2 avril 2026)
- Financement public lié à un statut particulier (ANFH, financement des indépendants...)
- Plan de développement des compétences (entreprise) ;
- Autofinancement.

Après un 1er contact téléphonique ou par mail, un entretien gratuit et sans engagement précède la proposition commerciale adaptée aux besoins et attentes de la personne.

Le délai pour commencer un bilan peut varier selon le mode de financement :

Mode de financement	Modalités d'accès
CPF privé	<p>Délai minimum de 11 jours imposé par la législation après la validation complète de l'inscription avant de pouvoir démarrer le bilan.</p> <p>Chaque titulaire du CPF, ayant des droits suffisants pour couvrir le coût d'une formation, se verra demander une participation fixe de 150 euros (montant en vigueur au 02/04/2026). Cette somme est payée directement sur la plateforme Mon Compte Formation.</p> <p>Sont cependant exonérés du paiement de ce reste à charge :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les demandeurs d'emploi</li><li>• Les titulaires qui bénéficient d'un financement de la part de leur employeur, pour les financements versés à compter du 2 mai 2024</li><li>• Les titulaires qui bénéficient d'un financement de la part de leur OPCO, d'un accord de branche, d'un accord de groupe...</li><li>• Les titulaires qui mobilisent leurs droits dans le cadre de leur Compte professionnel de prévention (C2P)</li><li>• Les titulaires qui bénéficient d'un abondement « accident du travail ou maladie professionnelle » (AT/MP)</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Les titulaires de CPF bénéficiant d'abondements ou de dotations pour tout autre cas ne seront pas exonérés (compte engagement citoyen, fonds d'assurance formation des travailleurs indépendants ...).</li> </ul>
France Travail	Délai minimum de 21 jours après la demande déposée sur la plateforme Kairos et sous réserve d'acceptation de votre dossier par votre conseiller
OPCO de l'employeur	Délai minimum de 10 jours après l'envoi de la convention, délai que le salarié dispose pour faire connaître son acceptation en restituant la convention qu'il aura signée.
Financement public (CPF public, ANFH...)	Délai à respecter selon l'instruction du dossier (entre 2 semaines et 2 mois en général)
Autofinancement	Démarrage possible dès la signature de la convention et la validation du planning, dans la limite des disponibilités.

## TARIF & DUREE

Le bilan de compétences est proposé en trois formules, permettant d'adapter l'accompagnement au niveau d'exploration souhaité et au temps disponible.

- **Formule 16h – Essentiel**

Un accompagnement ciblé pour clarifier rapidement une situation professionnelle et définir une ou deux pistes réalistes.

**Tarif : 1 600 € TTC**

- **Formule 20h – Équilibre**

Un accompagnement plus complet permettant d'explorer plusieurs directions professionnelles, d'approfondir certains éléments personnels et de construire un plan d'action structuré.

**Tarif : 1 990 € TTC**

- **Formule 24h – Approfondi**

Un accompagnement approfondi permettant d'explorer, comparer et consolider plusieurs pistes, d'analyser les conditions de réussite et de sécuriser un projet professionnel durable.

**Tarif : 2 300 € TTC**

*Les tarifs incluent l'ensemble des entretiens individuels, les outils pédagogiques, les ressources documentaires, la rédaction du document de synthèse et l'entretien de suivi à 6 mois.*

Un travail personnel entre chaque séance sera à réaliser en parallèle. La durée est estimée au minimum à 1 heure hebdomadaire, pouvant varier selon les personnes, les phases du bilan et les projets.

Pour exemple : l'étape sur la phase de veille documentaire et les enquêtes métier demande plus de temps pour réaliser l'étude de son/ses projet(s).

Elle s'étend sur une durée moyenne de 3 à 5 mois selon les situations et les périodes.

## ENCADREMENT, METHODES PEDAGOGIQUES ET OUTILS

Mode	Descriptif
Modalités	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En présentiel au bureau situé Chauny - Pépinière d'entreprises Innovalis - 3 rue Georges Pompidou (02300)</li> <li>• En distanciel sur une plateforme dédiée</li> <li>• Mixte présentiel/distanciel</li> </ul>
L'encadrement/consultant	<p>L'encadrement, l'animation et le suivi du bilan de compétences sont assurés par <b>Marie-Claude MARÉCHAL</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>20 années d'expérience en Ressources Humaines</b> : atout pour aider le bénéficiaire à comprendre le monde de l'entreprise, ses besoins en termes d'emploi, de compétences et de recrutement.</li> <li>• <b>Praticienne en bilan de compétences et consultante en Ressources Humaines depuis 2019</b> : accompagnement de personnes en transition professionnelle, reconversion, perte de sens ou reprise après épuisement.</li> <li>• <b>Titulaire de la certification "Accompagner les transitions professionnelles"</b>.</li> <li>• <b>Formée à :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ La démarche d'accompagnement <b>ADVP</b> (Activation du Développement Vocationnel et Personnel) et l'<b>ACP</b> (Approche Centrée sur la Personne),</li> <li>○ <b>L'accompagnement des personnes en burnout</b>,</li> <li>○ <b>L'accompagnement à la résilience</b>,</li> <li>○ <b>L'Arbre de Vie</b> comme outil de l'approche narrative de mise en lumière des ressources, du parcours et des possibles.</li> </ul> </li> </ul>
Les outils et l'approche pédagogiques du consultant	<p><b>Approche centrée sur l'humain</b> : Son approche donne priorité à l'humain, à l'intelligence émotionnelle et au ressenti. Ses outils sont issus des pratiques de l'ADVP, de l'ACP, des approches de récit de vie du Bilan de Compétences. Sa pédagogie est dite "active", privilégie les interactions et</p>

l'expression à travers les exercices expérientiels, le photolangage, les citations, les métaphores, les jeux...

Ses références théoriques et ses outils :

- La procédure du Bilan de Compétences, telle que définie code du travail
- Le questionnaire des intérêts professionnels
- Des ressources pédagogiques et professionnelles
- L'Analyse Transactionnelle
- La Communication positive et bienveillante
- L'écoute active de Rogers
- L'exploitation des feed back.

Chaque accompagnement est individuel et personnalisé selon les objectifs de travail fixés au démarrage de votre bilan.

## ACCES HANDICAP

Des aménagements sont proposés selon les besoins : supports adaptés, rythme ajusté, modalités spécifiques.

## Les trois formules du bilan de compétences

Le bilan de compétences proposé par MCM Sens & Transitions suit une méthodologie unique, conforme au cadre légal. Les trois formules permettent d'adapter l'accompagnement au temps disponible, au niveau d'exploration souhaité et à la profondeur d'analyse nécessaire pour sécuriser le projet professionnel.

**Les trois formules disponibles :**

- **16h – Essentiel** : pour une exploration ciblée et une clarification rapide
- **20h – Équilibre** : pour explorer plus largement et structurer un plan d'action
- **24h – Approfondi** : pour approfondir, comparer et consolider un projet durable

Le tableau comparatif ci-dessous présente clairement ce que permet chaque formule.

**Tableau comparatif  
entre les 3 formules de bilan de compétences**



Ce qui différencie les formules : le temps disponible pour explorer et approfondir

Formule	Ce que permet la durée	Concrètement, cela change...
<b>16h – Essentiel</b>	Se concentrer sur l'essentiel et clarifier la situation	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Exploration ciblée</li> <li>✓ Exercices sélectionnés en fonction des besoins</li> <li>✓ Mise en lumière des pistes possibles</li> <li>✓ Construction d'un plan d'action réaliste</li> </ul>
<b>20h – Équilibre</b>	Disposer d'un temps confortable pour explorer plus largement	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Plus d'exercices et donc plus de recul</li> <li>✓ Approfondissement de certains éléments personnels (fonctionnement, besoins, sources d'énergie)</li> <li>✓ Exploration de plusieurs directions professionnelles</li> <li>✓ Élaboration d'un plan d'action en cohérence avec les pistes retenues</li> <li>✓ Travail sur le CV possible selon l'avancement</li> </ul>
<b>24h – Approfondi</b>	Approfondir en profondeur et consolider un projet solide	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Exercices complets et approfondis</li> <li>✓ Analyse fine du fonctionnement, des besoins et des leviers d'épanouissement</li> <li>✓ Exploration approfondie et comparaison des différentes pistes professionnelles</li> <li>✓ Travail détaillé sur les éléments facilitants, limitants et conditions de réussite</li> <li>✓ Structuration complète et sécurisation du projet</li> <li>✓ Consolidation du projet avec un plan d'action détaillé et sécurisé</li> <li>✓ Travail sur le CV et les outils professionnels (pitch, valorisation des compétences)</li> </ul>

