



Spirale & Sens

BILAN DE COMPETENCES

Objectifs et méthode



Nous vous proposons une version revisitée du Bilan de Compétences, en phase avec le Cadre légal et les modes de vie actuels, intégrant les outils du coaching pour mieux se connaître, retrouver confiance en soi, identifier ses compétences et ses forces, dépasser ses freins et s'aligner avec ses valeurs profondes afin de construire un projet professionnel réaliste et réalisable, qui donne du sens à sa vie et qui est équilibré entre 4 points d'appui :

- Ses ressources (qualités personnelles, compétences professionnelles)
- Ses aspirations (valeurs universelles, niveau d'impact sur le monde)
- Ses pôles d'activité (motivations professionnelles, métiers alignés et inspirants)
- Ses réalités (contraintes matérielles et familiales, territoire socio-économique)

Le projet professionnel élaboré peut s'inscrire dans 3 niveaux de changement :

- Une transition professionnelle totale : nouveau métier, création d'une entreprise
- Une transition partielle : évolution dans son métier, hybridation (ouverture sur des activités connexes)
- Un ajustement de sa vie professionnelle : nouvel emploi, reconnaissance de son parcours, choix des temps de vie pro / perso

La démarche comprend l'élaboration d'un projet de formation complémentaire et/ou professionnalisant, un projet de VAE, le cas échéant, un accompagnement personnalisé pour les créateurs d'entreprise, une stratégie de recherche d'emploi pour se positionner efficacement auprès des recruteurs, ainsi que la production d'un document de synthèse.

Elle prend en compte les besoins spécifiques des personnes en situation de handicap (nous contacter pour une étude de vos besoins).

---

V.1 - Mis à jour le 02/01/2024

Véronique Petot – Spirale & Sens

Coopération et joie au travail

Tel. : 06 14 93 31 71 | Email : veroniquepetot@me.com | 4 rue Emile Aron 37200 TOURS

EIRL déclarée auprès de la DREETS Centre Val de Loire en tant que prestataire de formation

NDA : 24370472837 | Exonérée de TVA pour les opérations du champ de la formation professionnelle

SIRET 537 810 970 00039 | NAF 7022Z | TVA intracommunautaire FR09537810970



S'engager dans un bilan de compétences ne nécessite aucun pré-requis. Toute personne qu'elle soit en recherche d'emploi, salariée ou travailleur indépendant peut en faire la demande, et mobiliser les financements nécessaires (Pôle Emploi, CPF, Employeur, fonds privés).

La durée d'un bilan de compétences est de 24H maximum réparties en 3 phases et étalées sur une période de 2 à 3 mois. La démarche alterne des questionnaires, des recherches d'informations (enquêtes métiers par exemple) et des entretiens personnalisés avec une intervenante qualifiée, pour un total de 17H de face à face et de 7H de travail personnel.

### Les 3 phases du bilan de compétences Spirale & Sens sont les suivantes :

#### Phase préliminaire :

- ✓ Analyser votre demande et vos besoins par rapport à votre parcours, et identifier le format le plus adapté à votre situation et à vos attentes
- ✓ Valider votre engagement et votre volonté d'entreprendre la démarche de bilan de compétences, et vous présenter les règles de confidentialité et de discrétion
- ✓ Définir ensemble les modalités de déroulement de votre bilan de compétences, et vous présenter les méthodes, techniques et outils utilisés

#### Phase d'investigation :

- ✓ Identifier les éléments clefs utiles à la construction d'un projet professionnel aligné, réaliste et réalisable, en termes de :
  - apprentissages d'expériences, connaissance de soi
  - qualités, motivations, aspirations et valeurs
  - compétences comportementales, techniques et transverses
  - freins au développement personnel et professionnel
- ✓ Élaborer des pistes d'évolution professionnelle et les confronter aux réalités du marché du travail, à partir de sources d'informations publiques (métiers, emplois, secteurs d'activité, création d'entreprise) et de contacts directs avec des professionnels des métiers visés
- ✓ Analyser le réalisme et la faisabilité de votre projet professionnel, ainsi que d'alternatives, le cas échéant, et identifier les écarts entre "situation présente" et "situation souhaitée"
- ✓ Étudier vos besoins en formation complémentaire, et formuler un projet de formation le cas échéant

#### Phase de validation et de conclusion :

- ✓ Élaborer un plan d'actions pour mettre en œuvre votre projet professionnel, et définir les étapes et moyens utiles à sa concrétisation à court, moyen ou long terme
- ✓ S'appropriier les résultats de la phase d'investigation par la co-rédaction d'un document de synthèse confidentiel
- ✓ S'accorder sur les modalités d'un suivi à 3 mois pour faire le point sur la mise en œuvre du projet

---

V.1 - Mis à jour le 02/01/2024

Véronique Petot – Spirale & Sens  
Coopération et joie au travail

Tel. : 06 14 93 31 71 | Email : veroniquepetot@me.com | 4 rue Emile Aron 37200 TOURS  
EIRL déclarée auprès de la DREETS Centre Val de Loire en tant que prestataire de formation  
NDA : 24370472837 | Exonérée de TVA pour les opérations du champ de la formation professionnelle  
SIRET 537 810 970 00039 | NAF 7022Z | TVA intracommunautaire FR09537810970



**Intervenante :** Véronique PETOT, psychologue du travail, formée au coaching professionnel, certifiée Coach Process Communication Model, justifiant de 30 ans d'expérience en gestion des carrières (recrutement, évaluation des potentiels, mobilité) et accompagnement des transitions professionnelles, et respectant 3 codes éthiques : celui des psychologues (respect de la personne, choix de ses méthodes de travail), celui des Analystes Transactionnels (autonomie et responsabilité du client), et celui de l'EMCC (formation et supervision permanente des coachs).

**Modalités d'évaluation :** questionnaires d'auto-évaluation à chaque phase, en fin de parcours et à 3 mois.

**Lieu :** 2 rue du Plat d'Étain 37000 TOURS. Formule hybride possible alternant rdv sur site et en visio (Zoom) selon vos préférences.

**Modalités d'accès :** à partir de votre demande d'information par mail ou téléphone, nous vous recontactons sous 48H pour une première analyse de votre demande. En fonction de vos attentes et des modalités de financement à mettre en œuvre, la démarche de bilan de compétences peut être initiée sous un mois. Contact : 06 14 93 31 71 | [veroniquepetot@me.com](mailto:veroniquepetot@me.com)

**Coût :** 1900 € HT (exonéré de TVA) pour 24H (autres durées / coûts possibles, selon vos besoins)