PAUSE & OSE
ORIENTATION PROFESSIONNELLE

Bilan de compétences Pause&Ose

Livret d'accueil

PAUSE & OSE
ORIENTATION PROFESSIONNELLE

PRESENTATION GENERALE DE LA DEMARCHE

Pause&Ose accompagne chaque année de nombreux candidats désireux de se réorienter et de **redonner du sens à leur vie professionnelle.**

L'objectif du bilan de compétences est de vous apporter le support méthodologique, les informations, les conseils et surtout **le recul, la neutralité et la bienveillance d'un regard extérieur et professionnel** pour vous permettre de faire le point sur vos compétences, aptitudes et vos motivations afin de construire un projet professionnel ou un projet de formation adapté. (*Article L.6313-10 du code du travail)*

Le projet se co-construit mais n'oubliez pas que **vous êtes pleinement acteur dans ce processus**, c'est à vous de jouer pour vous approprier la méthode et construire votre plan d'action.

La méthodologie s'appuie sur trois phases : une phase préliminaire, une phase d'investigation et la conclusion, conformément au Code du Travail*

Elle peut se **moduler selon vos attentes ou besoins** dans le cas par exemple, d'un projet déjà défini que vous souhaitez valider, un projet de formation ou encore une situation personnelle compliquée. Elle se déroule néanmoins dans le même esprit, cadre légal et méthodologique et avec le même souci de protéger ou de développer son employabilité.

Vous rencontrerez votre consultant **8 fois en moyenne**, soit un minimum de 12 à 14 heures de face à face, hors travail personnel. Ces rendez-vous s'étalent généralement au rythme de 1 par semaine, selon vos contraintes et vos besoins, sur une durée totale de **trois mois en moyenne.**

Le travail personnel d'investigation et de documentation entre les séances, va prendre environ 10 heures. Le bilan est un processus actif, entre chaque séance, il vous faudra prendre **un temps nécessaire d'appropriation et de maturation.** Un entretien de suivi aura lieu selon ce qui a été prévu en plan d'action 6 mois, après la phase de conclusion.

Les acteurs en jeu sont **l'organisme financeur** (soit OPCO, soit l'employeur dans le cadre du plan formation), le salarié volontaire initialisant la démarche (CPF) **et Pause&Ose** en tant que prestataire, engagés dans le cadre des conditions de la convention bipartite ou tripartite signée. **Dans le cadre d'un financement CPF ou d'un auto-financement, les délais pour commencer le bilan seront de 11 jours ouvrés minimum. Dans le cadre d'un financement par un organisme financeur, le bilan commencera dès que l'accord sera formalisé par les 3 parties.**

Dans tous les cas, les résultats de la démarche sont votre propriété exclusive, vous seul pouvez décider de transmettre éventuellement le document de synthèse à une tierce personne. Pause&ose s'engage à **la plus stricte confidentialité** sur les informations recueillies. **(Art. R. 6322-33)**. Pause et Ose « procède à la destruction des documents élaborés pour la réalisation du bilan de compétences, dès le terme de l'action. Toutefois, les dispositions du premier alinéa ne s'appliquent pas pendant un délai de trois ans :

-au document de synthèse dans le cas mentionné au troisième alinéa de l'article L. 6313-4 ;
-aux documents faisant l'objet d'un accord écrit du bénéficiaire fondé sur la nécessité d'un suivi de sa situation. »
(Article R6313-7,Modifié par Décret n°2023-1350 du 28 décembre 2023 - art. 4)

Le bilan de compétences est adapté aux situations et profils des bénéficiaires, c'est pourquoi nous vous encourageons à nous mentionner tous besoins spécifiques en amont de la formation. Si toutefois, nous n'étions pas en mesure de fournir un service adapté, nous nous engageons à donner la ressource la plus adéquate dans les plus brefs délais. Au sein de notre cabinet, nous avons une référente handicap : Emilie Martin-Sanchez : 07 77 70 11 30 / emiliemartinsanchez@gmail.com. Remarque : toute la démarche se déroule de façon individuelle. Aucune étape ne donne lieu à des séances collectives.

*CODE DU TRAVAIL :ARTICLES L 6313-1 ET 4, R 6313-4 A 8, R. 6332-25 ET D. 6353-1

VOTRE BILAN DE COMPETENCES

Public visé : Toute personne souhaitant faire le point sur sa situation actuelle et envisager une réorientation professionnelle.

Objectifs : Permettre au candidat d'analyser son parcours, ses compétences, motivations, contraintes afin d'élaborer un projet professionnel et/ou de formation réaliste et réalisable. (*Article L.6313-10 du code du travail*)

Durée : 24H sur 3 mois environ.

Modalité : 8 entretiens individuels de 2H + 1heure de travail personnel au bureau à Bayonne ou en distanciel.

Méthode : Entretiens individuels personnalisés, déclinaison de ses compétences intérêts, motivations et contraintes. Enquêtes métiers, stage en entreprise, pré-projets, définition d'un projet professionnel réaliste et réalisable, plan d'actions à court moyen et long terme.

Outils : Livret pédagogique, questionnaires, tests de personnalité et d'intérêt professionnels, synthèses.

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de :
-Identifier et se réapproprier ses ressources : compétences, atouts, aptitudes = ***reprendre confiance en soi***
-Avoir une idée claire sur ses axes de développement et définir un projet professionnel réaliste et réalisable.
-Etablir un plan d'action, à court, moyen et long terme = ***reprendre du pouvoir sur sa vie***.

Evaluation de l'action : Evaluation de satisfaction à compléter à la fin de la formation et 6 mois plus tard.

Validation du stage : Document de synthèse/ plan d'actions à court, moyen et long terme/ suivi à 6 mois prévu.

Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire, si ce n'est le cadre réglementaire des bilans de compétences en vigueur.

Prix : 1950 euros TTC, *exonération de la TVA au titre de l'article 261-4-4a du CGI*

Financement : Employeurs, OPCO, Etat, Régions, Pôle emploi, Agefiph et les FAF de non salariés.
Les salariés peuvent mobiliser **leurs droits CPF** pour financer un bilan de compétences. C'est simple et rapide !

Cadre déontologique: Engagement réciproque, écoute, bienveillance, neutralité et confidentialité.

Consultant: Emilie Martin-Sanchez, contact@pause-et-ose.fr/ 07 77 70 11 39

Lieu de la prestation : 28-30 chemin de Sabalce, 64100 Bayonne. Une convocation détaillée sera envoyée avant la formation (adresse, carte etc)
Nous vous encourageons à nous mentionner tous besoins spécifiques en amont de la formation. Si toutefois, nous n'étions pas en mesure de fournir un service adapté, nous nous engageons à donner la ressource la plus adéquate dans les plus brefs délais.
Au sein de notre cabinet, nous avons une référente handicap :
Emilie Martin-Sanchez : 07 77 70 11 30 / emiliemartinsanchez@gmail.com

Plus de la prestation : Un seul interlocuteur ! **Diplômé d'un Master 2 en Carriérologie à Montréal avec une solide expérience dans le domaine de l'orientation et l'employabilité en France et à l'étranger.**
Un accompagnement individualisé, personnalisé et modulable en fonction de vos besoins et votre situation personnelle.

PAUSE & OSE
ORIENTATION PROFESSIONNELLE

LE PROGRAMME DE VOTRE BILAN DE COMPETENCES

➢ L'ENTRETIEN D'INFORMATION PREALABLE

Un premier échange téléphonique sera réalisé puis un RDV sur site (ou en visio) sera planifié en fonction de vos disponibilités et de vos besoins.
Si vous êtes en situation de handicap, une évaluation préalable de vos besoins sera faite afin de répondre au mieux à votre situation (modalités, ressources appropriées).

Objectif :

- Analyser votre demande et vos besoins et répondre à vos questions.
- Vous apporter toute l'information nécessaire sur : le cadre légal, la confidentialité, le déroulement de la démarche, les moyens et méthodes mis en œuvre.
- Clarifier vos besoins, attentes et objectif souhaité du bilan.

MOYENS ET OUTILS, DURÉE :

➔ Remise du programme du bilan de compétences et du planning prévisionnel détaillé
➔ Présentation des tests et outils d'auto-investigation
➔ Visite des locaux si entretien réalisé en présentiel
➔ Durée : 1 h en moyenne, gratuit.

➢ PHASE 1- PHASE PRELIMINAIRE

Un entretien permet alors d'initialiser le bilan : il s'agit d'organiser le travail, de remettre et d'expliquer les supports, et d'élaborer un planning de rendez-vous.

ETAPES ET OBJECTIFS

- Analyse partagée de la situation (professionnelle et personnelle), et de la demande
- Définition conjointe des objectifs
- Co-construction du programme et du planning en fonction des objectifs et des disponibilités du bénéficiaires
- Présentation des méthodes et des outils mis en œuvre, remise des supports
- Confirmation de l'engagement dans la démarche et signature des documents contractuels.

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ Modalité d'évaluation : Convention co-construite
➔ Remise des supports d'auto-investigation version papier (livret pédagogique) et / ou transmission par courrier électronique
➔ Signature de la convention
➔ Réalisation du planning prévisionnel adapté et personnalisé
➔ Remise de l'attestation d'entre en formation
➔ Durée : 2 h en moyenne

➢ PHASE 2- PHASE D'INVESTIGATION

2.1- Votre bilan personnel et professionnel

Objectif : L'objectif est d'analyser votre parcours professionnel, les réalisations et les activités extra-professionnelles, de faire l'inventaire des connaissances et des savoir-faire, d'identifier les aptitudes et les atouts personnels, les potentialités et de cerner les intérêts et les motivations. L'objectif est de mieux vous connaître et vous réapproprier votre parcours et votre potentiel.

⇨ ***Exploration de votre parcours personnel et professionnel :***

- Analyse du parcours professionnel / biographie
- Identification de vos freins
- Formalisation de vos attentes par rapport au bilan

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ Récit de vie
➔ Liste d'accélérateur de bonheur
➔ Durée : 2 h en moyenne

⇨ ***Identification de vos compétences,* intérêts, aptitudes, motivations**

- Réalisation de votre inventaire des compétences
- Travail sur vos réelles envies ou limitations éventuelles
- Identification de vos compétences transférables

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ Inventaire des compétences
➔ Durée : 2 h en moyenne

⇨ ***Identification de votre personnalité et fonctionnement psychologique***

- Exploration de votre personnalité
- Travail sur vos motivations et valeurs et conditions de travail souhaitées

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ RIASEC, MBTI, NEO PI R

Le RIASEC permet de donner des indications sur des traits de personnalité et des domaines d'activité liés à ceux-ci.

➔ Autoévaluation sur les motivations et valeurs
➔ Durée : 6 h en moyenne

2.2-Vos pistes et vos projets

⇨ Les pré-projets

Objectifs : Vous explorez et travaillez sur des pistes de métier. Vous confrontez ensuite vos valeurs, intérêts réels, aptitudes au réalisme des pistes sélectionnées.

- En recherchant des informations (internet, magazines spécialisés, documentation interne)
- En interrogeant ses propres représentations par rapport à chacune des pistes envisagées
- En cherchant à avoir des entretiens avec des professionnels dans la (les) activités choisie(s) pour avoir une meilleure appréhension de ce qui se passe sur le terrain
- En faisant un stage d'observation
- Il se renseigne sur les débouchés, localement et nationalement

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ Utilisation du site CIDJ
➔ Liste de 10 métiers
➔ Liste d'entreprise
➔ Durée : 4 h en moyenne

⇨ Les projets « Je hiérarchise mes pistes et je les teste sur le terrain »

Objectifs : Si plusieurs projets se pré dessinent, vous évaluez les risques et avantages à choisir telle ou telle piste. A ce stade, vous devriez être en mesure de prioriser vos pistes et formaliser votre projet.

- Vous formalisez les raisons de ses choix et de ses rejets.
- Vous mettez en perspective vos choix avec les freins relevés : priorisation des pistes
- Vous quantifiez le besoin en formation en comparant ses acquis/compétences et ceux requis
- Vous identifiez plusieurs organismes de formation susceptibles de vous convenir en fonction de la situation géographique, du contenu proposé, du diplôme visé ci-besoin
- Vous définissez vos besoins en termes de temps, de financement, d'investissement personnel

MOYENS ET OUTILS, DUREE

➔ Arbre de choix
➔ Liste d'appel aux organismes de formation
➔ Durée : 4 h en moyenne

➢ PHASE 3 : PHASE DE CONCLUSION

Objectif : Il s'agit de finaliser la démarche et valider le(s) projet(s).

- Vous prenez toute la mesure de vos ressources : compétences, atouts, aptitudes
- Vous avez conscience de vos axes de développement, des freins qui peuvent se présenter.
- Vous pouvez établir un plan d'action, à court, moyen et long terme, pour mener à bien votre ou vos projets.
- Vous avez aussi envisagé une ou des alternatives si la réalisation demande du temps ou si les financements sont longs à obtenir. Plan A et B

MOYENS ET OUTILS, DUREE

- ➔ Transmission de la synthèse écrite des résultats du bilan
- ➔ Attestation de réalisation
- ➔ Questionnaire de satisfaction
- ➔ Durée : 4 h en moyenne

➢ Phase de suivi : 6 mois plus tard (par téléphone ou mail)

- Envoi d'un questionnaire de satisfaction suivi 6 mois.

Nous resterons en contact avec vous jusqu'à 6 mois après le bilan.