

Bilan de compétences Exploration

Plaquette de présentation

10 h d'entretiens · 8 à 10 semaines · Visio ou Bayonne
Éligible au Compte Personnel de Formation

Version 2026

EURL MP Conseil & Formation
15 prom. du Parc Belay · 64600 Anglet
SIRET 929 056 067 00010 · connectsens.fr

Sommaire

1 Présentation du bilan 3

2 Pour qui ? 4

3 Le bilan en un coup d'œil 5

4 Le déroulé en 3 phases 6

5 Phase 2 : l'investigation 7

6 Où et comment ? 8

7 Accès, évaluation et suivi 9

8 Tarif et financements 10

9 Votre consultante 11

10 Engagements et résultats 12

11 Contact 13

Présentation du bilan

Faire le point sur votre parcours, clarifier vos envies et bâtir un projet professionnel réaliste, avec un plan d'action concret. Une démarche tournée vers l'avenir.

1 Analyser

vos compétences, vos aptitudes et vos motivations

2 Définir

votre projet professionnel et, si besoin, votre projet de formation

3 Valoriser

vos atouts pour négocier un emploi, une formation ou une évolution

COMPÉTENCES VISÉES

Devenir acteur de sa vie professionnelle

Mieux se connaître, comprendre ses freins et ses atouts pour faire des choix pertinents.

Analyser le marché de l'emploi

Repérer ce que les employeurs attendent et les formations à suivre pour y répondre.

LE BILAN INCLUT

- Un rendez-vous préliminaire gratuit et sans engagement
- 10 h d'entretiens individuels, en visio ou à Bayonne
- 8 h minimum de travail personnel guidé
- Un test de personnalité ou des tests spécialisés
- Des livrets de suivi remis après chaque séance
- Des enquêtes métiers auprès de professionnels
- Une synthèse co-rédigée et un certificat de réalisation
- Un entretien de suivi à 6 mois

Pour qui ?

Toute personne qui s'interroge sur son avenir professionnel.

Salarié·e | Indépendant·e | Dirigeant·e | Demandeur·se d'emploi

VOTRE ENVIE DU MOMENT

1. Évoluer dans votre poste actuel
2. Changer de métier
3. Valider un projet de création ou de reprise d'entreprise
4. Simplement faire le point

Prérequis
Aucun

Aucun prérequis n'est exigé pour réaliser un bilan de compétences.

ACCESSIBILITÉ

Le bilan n'est pas accessible à toutes les situations de handicap. Un entretien préliminaire permet de cerner votre situation et les aménagements possibles : horaires, rythme du bilan…

Référente handicap : Marija Perez
marija.perez@connectsens.fr

Le bilan en un coup d'œil

10 h
d'entretiens individuels
soit 5 à 6 rendez-vous

8 h+
de travail personnel guidé
recherches, tests, enquêtes

8–10
semaines
à raison d'un entretien par semaine

2
formats au choix
en visio ou en présentiel à Anglet-Bayonne-Biarritz

6 mois
de suivi après le bilan
pour faire le point sur vos avancées

CE QUI FAIT LA DIFFÉRENCE

- Un rythme personnalisé, adapté à vos disponibilités
- Un accompagnement entre les séances, réponse sous 48 h ouvrées
- Un financement possible avec votre CPF

Le déroulé en 3 phases

1

PHASE 1
Préliminaire

Un rendez-vous gratuit et sans engagement, par téléphone ou visio.

- Analyser votre demande et vos besoins
- Choisir le format le plus adapté
- Définir ensemble le déroulement

Vous repartez avec un programme personnalisé

2

PHASE 2
Investigation

Le cœur du bilan : mieux vous connaître et tester vos pistes.

- Diagnostic, tests, bilan personnel et professionnel
- Enquêtes métiers sur le terrain
- Validation du projet et plan d'action

Détail page suivante

3

PHASE 3
Conclusion

On fait le bilan du travail accompli, ensemble.

- Appropriation des résultats détaillés
- Conditions et moyens pour réaliser votre projet
- Co-rédaction du document de synthèse

Vous repartez avec votre synthèse

6 m

Suivi à 6 mois : faire le point sur vos avancées et ajuster la stratégie

Phase 2 : l'investigation

Six étapes pour passer de « qui suis-je professionnellement ? » à un projet validé et un plan d'action.

1

Entretien de diagnostic

Un état des lieux de votre parcours et de votre histoire pour comprendre vos choix et vos envies de changement. L'objectif est clarifié et formalisé.

2

Passation des tests

Pour mettre en lumière vos points forts, vos axes de progrès, vos aspirations et vos motivations.

3

Bilan personnel

Personnalité, centres d'intérêt, valeurs, motivations : on les relie à vos projets déjà évoqués et on cible de nouvelles idées.

4

Bilan professionnel

Compétences acquises en savoirs, savoir-faire et savoir-être. Celles à développer, à abandonner ou à transférer.

5

Enquêtes métiers

Recherches personnelles, prise de contact et rencontres avec des professionnels pour tester vos pistes.

6

Analyse et validation

Écarts entre votre profil et les prérequis, faisabilité, projet principal et alternatives, plan d'action court, moyen et long terme.

Où et comment ?

À distance
partout en France

Un ordinateur, une adresse mail, une connexion internet et un logiciel de visio. Une assistance technique et pédagogique est assurée.

En présentiel
à Bayonne - Anglet - Biarritz)

Un bureau individuel réservé à chaque séance au coworking Kolorez Bizi, 6 chemin du Busquet. Parking gratuit à proximité.



VOS OUTILS

- Test de personnalité
- Livrets de suivi
- Fiches outils : Ikigai, SMART, SWOT, CNV
- Ressources en ligne
- Espace numérique partagé
- Synthèse et certificat

Entre les séances : accompagnement par mail ou whatsapp. Réponse sous 48 h ouvrées.

Accès, évaluation et suivi

ACCÈS

Toute l'année
Le bilan est disponible sur toute l'année.

Horaires adaptés
Fixés selon les disponibilités de chacun, y compris des salariés.

14 jours à 1 mois
Délai d'accès à partir de la signature du contrat ou de la convention.

ÉVALUATION ET SUIVI

1 — 2 — 3 — 4

Avant

- Évaluation de votre profil, de vos attentes et de vos besoins

Pendant

- Évaluation à chaque étape (synthèses, exercices, entretiens)
- Suivi des enquêtes métiers
- Attestation de présence signée à chaque séance

À la fin

- Résultats des tests
- Synthèse du bilan
- Certificat de réalisation
- Questionnaire de satisfaction
-

À 6 mois

- Entretien de suivi des avancées
- Questionnaire de satisfaction

Tarif et financements

BILAN « EXPLORATION »

1 600 €

net de TVA

- 10 h d'entretiens (5 à 6 RDV)
- 8 h minimum de travail personnel
- 8 à 10 semaines, 1 entretien par semaine

FINANCEMENT PAR LE CPF

1 600 €
financés au maximum parle CPF

150 €
departicipationforfaitaire (ticket modérateur), sauf casd'exonération,notamment demandeurs d'emploi.

Salarié·e	CPF utilisable à votre initiative, en dehors du temps de travail. Abondement possible par un OPCO ou votre employeur. À l'initiative de l'employeur : plan de développement des compétences, avec votre accord.
Demandeur·se d'emploi	CPF, avec abondement possible de France Travail (sous réserve d'acceptation). Parfois financement direct.
Fonction publique	CPF en heures, avec l'accord de l'employeur. Pour l'hospitalière, l'ANFH peut financer tout ou partie.
Indépendant·e	CPF, avec une participation possible de l'AGEFICE ou du FAFCEA selon votre activité.
Financement personnel	Paiement possible en plusieurs fois, jusqu'à 4 fois sans frais.

Votre consultante



Marija Perez

Consultante, Connect'Sens

Après 15 ans dans le recrutement, la formation et l'accompagnement d'entrepreneurs dans la finance, une question s'est imposée : comment contribuer à un monde du travail plus éthique, humain et porteur de sens ?

UN PARCOURS EN REBONDS

Enseignante Début de carrière	**Commerce** Reprise d'études	**Master RH** Recrutement en enseigne nationale	**Startup** Pôle B2B & Learning	**Connect'Sens** Agence certifiée Qualiopi

Ma conviction : chacun mérite de s'épanouir dans son métier et de trouver sa place dans un environnement en phase avec ses valeurs, tout en contribuant à une performance durable pour les entreprises.

Engagements et résultats

ÉVALUATION PAR LES BÉNÉFICIAIRES (INDICATEURS 2026)

5/5

100 %
sontallés auboutde leur bilan

100 %
très satisfaits de la méthodologie

100 %
recommanderont ce bilan

DÉONTOLOGIE

Clause de conscience

La consultante est libre d'accepter ou de refuser l'accompagnement.

Consentement

Vous vous engagez librement, quel que soit le financeur.

Secret professionnel

Tout ce qui vous concerne est couvert par le secret professionnel, régi par le Code pénal.

Confidentialité

Les échanges sont confidentiels, avec une attention portée aux conditions matérielles.

Cadre réglementaire

Démarche individuelle encadrée par la loi du 31 décembre 1991, la loi n° 2018-771 du 5 septembre 2018 « pour la liberté de choisir son avenir professionnel » et le Code du travail (art. L6313-1, L6313-4, R6313-4 à R6313-7), qui fixent les trois phases du bilan.

Hâte d'échanger sur votre projet !

Le premier rendez-vous est gratuit et sans engagement.

TÉLÉPHONE
06 15 41 75 17

MAIL
marija.perez@connectsens.fr

SITE
www.connectsens.fr

INSTAGRAM
@connectsens_coaching



EURL MP Conseil & Formation · 15 prom. du Parc Belay, 64600 Anglet · SIRET 929 056 067 00010 · APE 8559A · Déclaration d'activité n° 75640588664 auprès du préfet de région Nouvelle-Aquitaine (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État). Programme détaillé BDC_V3. Toute reproduction ou représentation, totale ou partielle, de ce document sans autorisation expresse de l'auteur est interdite (articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle).