

## TEREA FORMATION

31 avenue Commandant Bret

06 400 CANNES



tereformation@outlook.fr



06.64.04.18.00



**TEREA**  
FORMATION

*Dernière mise à jour : mars 2026*

## Programme de formation : Bilans de compétences : Formule Express

Un bilan de compétences est une démarche individuelle, encadrée par le Code du travail. Il vous permet d'analyser vos compétences professionnelles et personnelles, ainsi que vos leviers de motivations.

**Durée** : 13 heures d'accompagnement sur une durée de 12 à 16 semaines selon votre rythme et vos disponibilités lors de rendez-vous se déroulant entre 1h30 et 2h.

**Profils des stagiaires** : toute personne souhaitant faire le point sur son parcours professionnel, identifier ses forces, et définir un projet d'évolution ou de reconversion adapté à ses aspirations

**Prérequis** : aucun

**Modalités** : en présentiel ou à distance

**Prix** : 1200 €

**Référence** : BCFX03

### Objectifs pédagogiques

Le bilan de compétences a pour but **de vous accompagner dans votre réflexion** sur votre plan de carrière, votre souhait d'évolution ou de changement d'orientation professionnelle.

Il s'agit d'un accompagnement entièrement individualisé, qui s'adapte à vos besoins et qui se réalise à distance ou en présentiel selon votre souhait et les possibilités pratiques.

Il vous permettra d'identifier plusieurs pistes professionnelles, de les prioriser et de définir un plan d'action personnalisé en vous basant sur vos motivations, intérêts et vos points d'appui.

# TEREA FORMATION

31 avenue Commandant Bret

06 400 CANNES



tereformation@outlook.fr



06.64.04.18.00



**TEREA**  
FORMATION

## Organisation de l'accompagnement

**Avant l'accompagnement** : un entretien initial d'1 heure aura lieu avec le consultant certifié afin de recueillir vos besoins, identifier votre problématique et ainsi s'assurer du type d'accompagnement le plus approprié à votre situation. Une fois cette phase réalisée et l'accord de partenariat établi, le bilan de compétence se déroulera en deux temps :

### 1. Phase d'investigation

- Analyser vos motivations
- Identifier vos compétences
- Envisager vos possibilités d'évolution professionnelle

### 2. Phase de conclusion

- Construire ensemble un projet professionnel réaliste
- Vous aider à poser les étapes de la mise en œuvre de celui-ci
- Remise d'un document de synthèse accompagné des conclusions détaillées du bilan

### 3. Suivi post bilan

Dans les 6 mois suivants la fin de votre bilan de compétences, vous avez la possibilité de nous recontacter pour faire le point sur le déploiement de votre plan d'action et, le cas échéant, de le corriger ou de l'adapter à votre situation.

### 4. Que vous apportera le Bilan de Compétences ?

Si vous avez perdu le plaisir d'aller au travail, que vous ne vous sentez plus à votre place, que vous avez envie d'autre chose mais vous ne savez pas quoi, ... Alors, le bilan de compétences est un moyen d'avancer.

Celui-ci vous apportera une meilleure connaissance de vous-même puisqu'il implique une démarche d'introspection et d'analyse objective de vos compétences.

## TEREA FORMATION

31 avenue Commandant Bret

06 400 CANNES



tereafomation@outlook.fr



06.64.04.18.00



**TEREA**  
FORMATION

Il permet également d'avoir une meilleure connaissance de l'environnement et des possibilités professionnelles existantes.

Si les motivations et objectifs sont propres à chacun, les apports sont les suivants :

- Une confiance en soi renforcée
- Une autre image du rapport au travail
- La construction d'un projet professionnel réaliste

Parce que l'envie ne suffit pas, être accompagnée par un professionnel peut vous aider à avancer.

### Organisation de la formation

Équipe pédagogique :

Tous les accompagnants aux Bilans de Compétences ont suivi une formation certifiante à l'accompagnement aux transitions professionnelles référencée au répertoire spécifique (RS).

Vous serez accompagnés par des professionnels, passionnés par l'accompagnement des personnes avec la volonté de vous aider à construire le projet qui vous convient.

Un Bilan de Compétences est strictement confidentiel donc toutes les informations sont exclusivement transmises au stagiaire.

Moyens pédagogiques et techniques :

- Selon les besoins du stagiaire, **différents tests** pourront être utilisés pour aider à une meilleure connaissance de soi-même.
- **Des entretiens réguliers auront lieu en présentiel ou à distance** selon le choix du stagiaire.
- Si le bilan de compétences est réalisé **à distance**, alors le stagiaire devra **impérativement être équipé d'un ordinateur, d'une bonne connexion à internet** permettant de réaliser les entretiens en visio-conférence, **d'un micro et d'une caméra fonctionnels**.
- **Des travaux personnels** devront être réalisés par le stagiaire entre les séances.
- Une **synthèse écrite complète et strictement confidentielle** sera remise à l'issue de l'accompagnement.

## TEREA FORMATION

31 avenue Commandant Bret

06 400 CANNES



tereafomation@outlook.fr



06.64.04.18.00



**TEREA**  
FORMATION

### Accessibilité aux personnes porteuses de handicap :

Nous nous engageons à mettre tout en œuvre pour que nos formations soient accessibles à toute personne porteuse d'un handicap. Dans ce cas, un échange aura systématiquement lieu au préalable entre le référent handicap et la personne en question.

### Personne de référence :

Pour toute question relative au bilan de compétences, n'hésitez pas à **contacter Sandrine** :



[tereafomation@outlook.fr](mailto:tereafomation@outlook.fr)



06 66 04 18 00

