

Faites germer vos projets

Catalogue de formation

Sommaire :

1. Mon Approche
2. Programme Bilan 12h
3. Programme Bilan 16h
4. Programme Bilan 20h
5. Programme Bilan 24h
6. Cadre réglementaire du bilan de compétences

satisfaction
client de
9.8/10

**+ de 50
bénéficiaires
accompagnés
en 6 ans**

recommandation
client de
10/10

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

N° Siret 892 953 837 00010 - Code APE 9609Z - Numéro NDA 84070126307- TVA non applicable



Pour moi chaque personne a, en elle, un potentiel propre, qui la caractérise. Et si chacun se reconnectait en cette identité de Vie, qui lui est propre et s'acceptait tel quel, chacun pourrait évoluer en conscience et harmonie avec lui-même et les autres.

Se reconnecter à Soi et à son Être profond sont donc la source de mes accompagnements. Que ce soit par les bilans de compétences en connaissance profonde de Soi, les bilans d'orientation et les bilans enfants, mais aussi par l'hypnose, la thérapie en écoute active ou le coaching.

J'ai à cœur de vous accompagner sur le chemin qui est le vôtre, par mon écoute et ma bienveillance, dans toutes les dimensions de votre Être, pour que vos projets rayonnent de votre énergie intérieure.

Ce bilan permet de se reconnecter à Soi, pour élaborer un chemin professionnel qui vous corresponde vraiment.

- * Partir à la connaissance de Soi
- * Se (re)découvrir
- * Comprendre son fonctionnement interne, ses besoins propres et ses élans intérieurs
- * Identifier ses forces, ses élans, ses compétences et ses blocages
- * S'autoriser à explorer ce qui nous anime
- * Elaborer un projet qui fait sens pour nous
- * Explorer les différentes possibilités de s'investir sur un projet concret et réalisable pour nous

sont ceux vers quoi, je vous accompagne, tout au long de ce bilan de compétences.

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

N° Siret 892 953 837 00010 - Code APE 9609Z – Numéro NDA 84070126307- TVA non applicable

Faites germer vos projets

Programme bilan 12 h

Public :

Toute personne active voulant confirmer et valider son projet professionnel
(Salarié, demandeur d'emploi, chef entreprise, travailleur indépendant)

Délais d'accès :

2 semaines (financement individuel ou autres organismes)
2 semaines (financement CPF)
1 mois (financement OPCO)

Durée :

12 Heures

100% du temps
en entretien
individuel

Tarif :

1 400€
Non assujetti à la TVA

Lieu de formation :

En présentiel :
Espace pour Soi
1 rue de la république
07130 Saint Péray

En distanciel

En présentiel
ou
en distanciel

Date :

Calendrier de formation à établir

Handicap :

Nous contacter, pour envisager les modalités possibles

Objectifs Pédagogiques :

- Identifier son potentiel et ses compétences pour faire le point sur sa situation professionnelle
- Préciser ou valider un projet professionnel
- Identifier ses forces et ses points de vigilance

PROGRAMME

PHASE PRÉLIMINAIRE :

- Prise de connaissance
- Information sur les modalités de formation
- Identification des besoins
- Définition des objectifs
- Evaluation de personnalité du stagiaire

PHASE D'INVESTIGATION : 5 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Évaluation des compétences, aptitudes, motivations et ressources.
- Analyse du parcours professionnel et personnel.
- Identification des environnements professionnels adaptés.
- Exploration et analyse des pistes professionnelles selon les besoins du bénéficiaire.
- Élaboration ou validation du projet professionnel.
- Construction du plan d'action personnalisé.

PHASE DE SYNTHÈSE : 1 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Restitution de la synthèse d'analyse des compétences
- Conclusion du plan d'action

MODALITES D'EVALUATION DES OBJECTIFS :

- Elaboration du plan d'action personnalisé
- Questionnaire fin de bilan

+ de 50
bénéficiaires
accompagnés
en 6 ans

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

Faites germer vos projets

Programme bilan 16 h

Public :

Toute personne active voulant confirmer et valider son projet professionnel
(Salarié, demandeur d'emploi, chef entreprise, travailleur indépendant)

Délais d'accès :

2 semaines (financement individuel ou autres organismes)
2 semaines (financement CPF)
1 mois (financement OPCO)

Durée :

16 Heures

Tarif :

1 750€
Non assujéti à la TVA

Lieu de formation :

En présentiel :
Espace pour Soi
1 rue de la république
07130 Saint Péray

En distanciel

Date :

Calendrier de formation à établir

Handicap :

Nous contacter, pour envisager les modalités possibles

Objectifs Pédagogiques :

- Identifier, explorer et se projeter sur différentes pistes professionnelles en adéquation avec moi-même
- Identifier ses forces et ses points de vigilance

PROGRAMME

PHASE PRÉLIMINAIRE :

- Prise de connaissance
- Information sur les modalités de formation
- Identification des besoins
- Définition des objectifs
- Evaluation de personnalité du stagiaire

PHASE D'INVESTIGATION : 7 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Évaluation des compétences, aptitudes, motivations et ressources.
- Analyse du parcours professionnel et personnel.
- Identification des environnements professionnels adaptés.
- Exploration et analyse des pistes professionnelles selon les besoins du bénéficiaire.
- Élaboration ou validation du projet professionnel.
- Construction du plan d'action personnalisé.

PHASE DE SYNTHÈSE : 1 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Restitution de la synthèse d'analyse des compétences
- Conclusion du plan d'action

MODALITES D'EVALUATION DES OBJECTIFS :

- Elaboration du plan d'action personnalisé
- Questionnaire fin de bilan

100% du temps
en entretien
individuel

En présentiel
ou
en distanciel

+ de 50
bénéficiaires
accompagnés
en 6 ans

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

N° Siret 892 953 837 00010 - Code APE 9609Z - Numéro NDA 84070126307- TVA non applicable

Faites germer vos projets

Programme bilan 20 h

Public :

Toute personne active voulant confirmer et valider son projet professionnel (Salarié, demandeur d'emploi, chef entreprise, travailleur indépendant)

Délais d'accès :

2 semaines (financement individuel ou autres organismes)
2 semaines (financement CPF)
1 mois (financement OPCO)

Durée :

20 Heures

Tarif :

2 050€
Non assujetti à la TVA

Lieu de formation :

En présentiel :

Espace pour Soi
1 rue de la république
07130 Saint Péray

En distanciel

Date :

Calendrier de formation à établir

Handicap :

Nous contacter, pour envisager les modalités possibles

Objectifs Pédagogiques :

- Définir un projet professionnel concret
- Identifier ses forces et ses points de vigilance

PROGRAMME

PHASE PRÉLIMINAIRE :

- Prise de connaissance
- Information sur les modalités de formation
- Identification des besoins
- Définition des objectifs
- Evaluation de personnalité du stagiaire

PHASE D'INVESTIGATION : 9 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Évaluation des compétences, aptitudes, motivations et ressources.
- Analyse du parcours professionnel et personnel.
- Identification des environnements professionnels adaptés.
- Exploration et analyse des pistes professionnelles selon les besoins du bénéficiaire.
- Élaboration ou validation du projet professionnel.
- Construction du plan d'action personnalisé.

PHASE DE SYNTHÈSE : 1 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Restitution de la synthèse d'analyse des compétences
- Conclusion du plan d'action

MODALITES D'EVALUATION DES OBJECTIFS :

- Elaboration du plan d'action personnalisé
- Questionnaire fin de bilan

100% du temps
en entretien
individuel

En présentiel
ou
en distanciel

+ de 50
bénéficiaires
accompagnés
en 6 ans

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

N° Siret 892 953 837 00010 - Code APE 9609Z - Numéro NDA 84070126307- TVA non applicable

Faites germer vos projets

Programme bilan 24 h

Public :

Toute personne active voulant confirmer et valider son projet professionnel
(Salarié, demandeur d'emploi, chef entreprise, travailleur indépendant)

Délais d'accès :

2 semaines (financement individuel ou autres organismes)
2 semaines (financement CPF)
1 mois (financement OPCO)

Durée :

24 Heures

Tarif :

2 400€
Non assujetti à la TVA

Lieu de formation :

En présentiel :

Espace pour Soi
1 rue de la république
07130 Saint Péray

En distanciel

Date :

Calendrier de formation à établir

Handicap :

Nous contacter, pour envisager les modalités possibles

Objectifs Pédagogiques :

- **Construire, approfondir et sécuriser un projet professionnel**
- Identifier ses forces et ses points de vigilance

PROGRAMME

PHASE PRÉLIMINAIRE :

- Prise de connaissance
- Information sur les modalités de formation
- Identification des besoins
- Définition des objectifs
- Evaluation de personnalité du stagiaire

PHASE D'INVESTIGATION : 11 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Évaluation des compétences, aptitudes, motivations et ressources.
- Analyse du parcours professionnel et personnel.
- Identification des environnements professionnels adaptés.
- Exploration et analyse des pistes professionnelles selon les besoins du bénéficiaire.
- Élaboration ou validation du projet professionnel.
- Construction du plan d'action personnalisé.

PHASE DE SYNTHÈSE : 1 RDV INDIVIDUEL DE 2 Heures

- Restitution de la synthèse d'analyse des compétences
- Conclusion du plan d'action

MODALITES D'EVALUATION DES OBJECTIFS :

- Elaboration du plan d'action personnalisé
- Questionnaire fin de bilan

100% du temps
en entretien
individuel

En présentiel
ou
en distanciel

+ de 50
bénéficiaires
accompagnés
en 6 ans

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39



Faites germer vos projets

Cadre réglementaire du bilan

Cadre légal du Bilan de Compétences

- Tous nos Bilans rentrent dans le cadre légal défini par les textes suivants :
- Articles L. 1233.71, L. 6313-1, L. 6313-4 et R. 6313-4 à R. 6313-8 du Code du travail.
- LOI n° 2018-771 du 5 septembre 2018 pour la liberté de choisir son avenir professionnel
- Décret n° 2018-1330 du 28 décembre 2018 relatif aux actions de formation et aux bilans de compétences

Objectifs du bilan :

- Permettre aux travailleurs d'analyser leurs compétences professionnelles et personnelles ainsi que leurs aptitudes et leurs motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

Déroulé du bilan compétences :

Chaque bilan de compétences débute par un entretien préalable permettant d'analyser la demande, les objectifs du bénéficiaire et le niveau d'approfondissement souhaité. La formule retenue est définie conjointement, en fonction des besoins identifiés, des modalités de financement et du temps nécessaire à l'accompagnement.

Phase préliminaire :

- Analyser la demande et les besoins du bénéficiaire.
- Déterminer le format le plus adapté à sa situation et à ses objectifs.
- Définir conjointement les modalités de déroulement du bilan (rythme, présentiel/distanciel...).

Phase d'investigation :

- Construire le projet professionnel et vérifier sa pertinence vis-à-vis de la personne et du bassin d'emploi
- L'élaborer une ou plusieurs alternatives, lorsque cela est nécessaire.

Phase de conclusion :

- Remettre et commenter la synthèse du bilan de compétences qui reprend : l'analyse des compétences professionnelles et personnelles, le projet professionnel concret d'évolution ou de réorientation professionnelle, les conditions et moyens favorisant la réalisation du ou des projets professionnels, la proposition d'un entretien de suivi.
- Le bilan doit permettre de déterminer clairement un projet professionnel et d'avoir clairement identifié ses compétences professionnelles et personnelles pouvant être valorisées avec prise en compte des besoins socio-économiques du territoire d'activité et du bassin de vie.

Les modalités :

- Durée maximale : 24 heures
- L'accompagnement doit être personnalisé et doit donner lieu à plusieurs entretiens étalés dans le temps
- Il peut se faire en distanciel ou en présentiel.
- Il peut se réaliser en dehors du temps de travail, l'employeur n'a pas à être informé ou pendant le temps de travail avec l'accord de l'employeur.

Date de mise à jour : 30.06.2026

Jenny Benistant – Au contact de Soi
Espace pour Soi - 1 rue de la république - 07130 St Péray
07.69.38.35.39

N° Siret 892 953 837 00010 - Code APE 9609Z - Numéro NDA 84070126307- TVA non applicable