Bilan de compétences «Woman Power»

Objectifs de ce BILAN :

Le Bilan de compétences « Woman Power » est **un bilan personnalisé pour les femmes en milieu de vie qui permet de :**

- Identifier ses compétences, talents, et aspirations professionnelles.
- Valoriser l'expérience personnelle et professionnelle comme un chemin unique et singulier
- Accompagner dans une transition ou reconversion professionnelle, en tenant compte des enjeux spécifiques des femmes de plus de 45 ans.

1- Durée :

12 semaines (24 heures au total, réparties **en 11 séances individuelles** (dont 1h30 en e-learning et **1h30 de vidéocoaching**) , combinant bilan de compétences, coaching, **l'accès à un groupe télégram et des ateliers collectifs à thème**

2- Public cible :

Femmes de plus de 45 ans, en activité, ou en recherche d'emploi, ou envisageant une reconversion professionnelle ou un projet entrepreneurial, confrontées à un sentiment d'invisibilisation, de rejet social, ou à des peurs liées à leur âge sur le marché du travail

L'appellation Bilan de compétences entre dans le cadre strict de la loi n° 91-1405 du 31/12/1991 (Code du Travail, article R6322-32 à R6322-38 et R6322-56 à R6322-61 et R6321-2). Pour rappel, en respect de l'article L.6313-4 du code du travail : "Le bilan ne peut être réalisé qu'avec le consentement du travailleur".

3 - Conditions recommandées pour le bon déroulement de ce bilan (en distanciel) :

Il n'y a pas de pré-requis préalable à la réalisation de ce bilan

Ce bilan s'adresse aux personnes ayant au moins une expérience professionnelle. Une bonne compréhension de la langue française est nécessaire pour utiliser les supports pédagogiques.

Il est également indispensable de disposer d'outils informatiques pour suivre à distance le bilan et être en mesure de les utiliser.

4 - Accessibilité :

Soundari Formations – BGE COOP *s'engage à tout mettre en œuvre pour permettre l'accessibilité de son offre, en fonction des besoins et compte tenu des difficultés particulières liées au handicap des personnes concernées.*

Un entretien préalable à la formation identifiera les besoins spécifiques à la structure et au public accompagné.

5- Méthodologie :

- **Approche personnalisée** : Combinaison d'entretiens individuels, exercices pratiques, tests psychométriques, coaching intensif, et pratiques de développement personnel.
- **Coaching centré sur l'Empowerment féminin** : Exercices pratiques pour renforcer l'estime de soi et la perception positive de son parcours de vie
- **Soutien du collectif** : Ateliers de groupe et interactions avec d'autres femmes pour partager expériences, conseils, et motivation.
- **Prise en compte des enjeux systémiques spécifiques** : Discriminations liées à l'âge, charge mentale, conciliation vie pro/vie perso, et peurs liées à l'entrepreneuriat.

Programme :

Phase 1 : INTROSPECTION

Exploration et Renforcement de la connaissance de soi (sem 1 à 3 - 3 séances individuelles + 1 atelier collectif)

Objectif : faire l'historique du parcours, identifier les forces et les compétences, poser les bases de la confiance en soi, célébrer les réussites

- **Séance 1 : Cadrage et intention**
- **Séance 2 : Identification des compétences , des forces et des croyances limitantes**

- **Séance 3 : Valeurs, moteurs, aspirations, vision**
- **Atelier collectif 1**: étoile du Nord – affiner son pourquoi ?

Phase 2 : Construction du Projet (Semaines 4 à 8, 3 séances individuelles + 1 atelier collectif)

Objectif : Élaborer un projet professionnel ou entrepreneurial réaliste,

- **Séance 4 : Exploration des pistes et déconstruction des freins éventuels**
- **Séance 5 : Élaboration d'un projet entrepreneurial ou professionnel**
- **Séance 6 : Validation et ancrage du projet de manière plus détaillée**
- **Atelier collectif 2 :** créer ou élargir son reseau **///** codeveloppement

Phase 3 : Mise en Action et validation (Semaines 9 à 12, 3 séances individuelles + 1 atelier collectif)

Objectif : Passer à l'action, pérenniser les résultats, et renforcer les liens du réseau

- **Séance 7 :** Création ou optimisation des outils de candidature (CV ou, lettre de motivation, ou profil LinkedIn) **ou d'un business plan si projet entrepreneurial**
- **Séance de 8 : Suivi et ancrage des résultats du programme** - Bilan des actions entreprises et ajustements du plan d'action.
- **Séance 9** : Mise en place d'un plan de suivi à 3 mois et 6 mois. Echéancier et étapes planifiées
- **Atelier collectif 3 :** Célébration et engagement (Arbre de vie)

Objectif : Célébrer les progrès et s'appuyer sur le collectif pour soutenir le projet de chacune (échanges de compétences, business shower…)

+ 2 séances de suivi de 1h30 (à planifier de manière personnalisée) – coaching personnalisé

Livrables

- Synthèse écrite du bilan de compétences incluant :
    - Analyse du parcours et des compétences.
    - Projet professionnel ou entrepreneurial détaillé avec plan d'action.
    - Consulting personnalisé pour la mise en œuvre

- Outils de candidature optimisés (CV, lettre, profil LinkedIn) ou business plan.

Modalités Pratiques

- **Format** : Entretiens individuels et ateliers collectifs en ligne
- **Outils** : Tests psychométriques (RIASEC, MBTI adapté), fiches d'auto-évaluation, exercices de coaching, pratiques de développement personnel, et groupe télégram d'entraide et d'échanges

Points Forts du Programme

- **Approche personnalisée et adaptée aux défis de la femme en milieu de vie**
- **Coaching** : approche centrée sur le futur potentiel et la levée des blocages conscients et inconscients qui freinent le changement
- **Soutien d'une communauté** : Réseau d'entraide avec d'autres femmes pour sortir de l'isolement et se sentir soutenue à chaque étape
- **Flexibilité** : Programme adaptable aux contraintes personnelles
- **Focus sur l'Empowerment** : Valorisation des expériences et transmission d'outils pour une confiance durable et ancrée.

Moyens techniques :

- Utilisation de kmeet pour les entretiens individuels.
- Document partagé pour l'accès aux supports pédagogiques (sur un serveur infomaniak =
- Communication par mail et/ou sms entre les séances

TARIFS :

- **2150 €** ttc

Tous les prix sont nets de taxe. Prestation de formation professionnelle continue exonérée de TVA (Article 261-4-4 du CGI)

Intervenante :

Réalisé sous la responsabilité de **Chrystelle Henry, formatrice certifiée, coach professionnelle et consultante en bilan de compétences**, spécialiste des transitions professionnelles depuis 2017 – Elle est aussi formée à l'approche systémique et intégrale, ce qui lui permet d'envisager le changement professionnel en tenant compte du contexte de vie globale de l'accompagné(e).

Rétractation :

Le bénéficiaire dispose d'un délai de rétractation de 14 jours ouvrés à compter de la conclusion du contrat, durant lequel il peut librement se rétracter sans avoir à motiver sa décision ou à supporter d'autres coûts, conformément à l'article L221-18 du code de la consommation.

Si l'inscription a lieu en dehors du CPF, le délai est de 10 jours à compter de la signature du contrat avec lettre recommandé avec avis de réception, conformément à l'article L.6353-5 du code du travail.

Contact :

Chrystelle Henry - 06 79 67 58 87 – info@soundari.fr