

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE

Bilan de compétences CAP

Bilan de compétences

Conformément aux articles L.6313-4 et R.6313-4 à R.6313-8 du Code du travail

Le bilan de compétences a pour finalité de permettre au bénéficiaire d'analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes, ses motivations et ses ressources afin de définir un projet professionnel réaliste et réalisable et, le cas échéant, un projet de formation.

7 heures accompagnées • 3 à 4 semaines • 100 % à distance • Accompagnement individuel • 970 € TTC

Public concerné	Prérequis
Le bilan de compétences CAP s'adresse aux salariés, agents de la fonction publique, travailleurs indépendants et demandeurs d'emploi qui ont déjà une idée ou un projet professionnel en tête, sans nécessairement en avoir défini tous les contours. Il permet d'approfondir cette piste, d'en vérifier la cohérence et la faisabilité, et de préparer les étapes de sa concrétisation.	Aucun diplôme ni niveau de qualification spécifique n'est exigé. Le bénéficiaire doit disposer : • d'une démarche volontaire d'évolution ou de réflexion professionnelle • d'un accès internet stable • d'un ordinateur ou support compatible avec la visioconférence • d'une bonne compréhension écrite et orale du français permettant le suivi du bilan
Accessibilité	
Ici et Demain Formation étudie toute demande d'adaptation liée à une situation de handicap afin de mettre en œuvre, dans la mesure du possible, les aménagements nécessaires au bon déroulement du bilan de compétences. <i>Référente handicap, Bahia Yacine : contact@ici-et-demain-formation.com – 07 44 97 68 70</i>	

Le bilan de compétences CAP est une prestation d'accompagnement individualisée destinée aux personnes ayant déjà une idée ou un projet professionnel qu'elles souhaitent approfondir, préciser et confronter à la réalité.

Il permet d'analyser le parcours, les compétences, les aptitudes et les motivations du bénéficiaire afin d'évaluer la cohérence et la faisabilité du projet envisagé et d'identifier les étapes nécessaires à sa concrétisation.

Cette action relève de la catégorie des bilans de compétences, conformément aux dispositions du Code du travail.

FINALITÉ DU BILAN DE COMPÉTENCES

Le bilan de compétences CAP a pour finalité d'accompagner le bénéficiaire dans l'approfondissement d'une idée ou d'un projet professionnel déjà envisagé, afin d'en préciser les contours, d'en évaluer la cohérence et la faisabilité et de préparer sa concrétisation.

Il vise notamment à permettre au bénéficiaire de :

- faire le point sur sa situation et son parcours professionnel ;
- identifier ses compétences, ses ressources et ses points d'appui ;
- analyser ses motivations, ses valeurs et ses aspirations ;
- préciser les contours du projet envisagé ;
- confronter ce projet à la réalité du marché, aux possibilités de formation et à ses contraintes personnelles ;
- identifier les éventuels ajustements nécessaires ;
- formaliser un plan d'action concret et progressif.

Une idée en tête. Un projet à approfondir. Un cap à construire.

Chez Ici et Demain Formation, nous sommes convaincus qu'un projet professionnel mérite d'être examiné sous tous ses angles avant de se concrétiser. CAP permet de prendre du recul sur une idée déjà identifiée, de la confronter à la réalité et d'en mesurer les possibilités de réalisation.

Notre accompagnement repose sur une démarche individuelle, structurée et confidentielle, adaptée à la situation et aux objectifs de chaque bénéficiaire.

Le bénéficiaire est pleinement acteur de sa démarche. Les entretiens individuels, les travaux personnels ciblés, les recherches documentaires et les investigations métier lui permettent d'approfondir son projet et d'en vérifier la cohérence.

Notre ambition : permettre au bénéficiaire de passer d'une idée professionnelle à un projet défini, réaliste et accompagné d'un plan d'action adapté à sa situation.

Durée : Le bilan comprend 7 heures d'accompagnement individuel, complétées par des travaux personnels guidés, réparties sur une période indicative de 3 à 4 semaines.

Le parcours comprend :

- 7 heures d'entretiens individuels avec votre consultant
- Des travaux personnels ciblés et des investigations guidées, adaptés au projet du bénéficiaire.

Lieu : Bilan de compétences dispensé à distance en visioconférence synchrone.

Calendrier : Les dates et le rythme des entretiens sont définis en concertation avec le bénéficiaire lors de la phase préliminaire, afin de tenir compte de ses contraintes personnelles et professionnelles.

Le parcours est organisé en trois phases réglementaires :

1. **Phase préliminaire** : analyse de la demande, clarification du projet déjà envisagé, définition des objectifs et du cadre d'accompagnement.
2. **Phase d'investigation** : analyse des compétences, motivations et ressources du bénéficiaire, approfondissement du projet et confrontation à la réalité du terrain pour en évaluer la cohérence et la faisabilité.
3. **Phase de conclusion** : formalisation du projet, identification des éventuels ajustements, construction d'un plan d'action personnalisé et remise du document de synthèse.

OBJECTIFS DE L'ACTION

Objectif général

>>> Le bilan de compétences **CAP** a pour objectif de permettre au bénéficiaire d'analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations afin d'approfondir une idée ou un projet professionnel déjà envisagé, d'en évaluer la cohérence et la faisabilité et de définir les étapes nécessaires à sa concrétisation.

Objectifs opérationnels

À l'issue du bilan de compétences, le bénéficiaire sera en mesure de :

- analyser son parcours personnel et professionnel au regard du projet envisagé
- identifier ses compétences acquises, ses ressources et ses compétences transférables utiles à ce projet
- préciser ses motivations, ses aspirations et ses attentes professionnelles
- identifier ses points d'appui et les éventuels freins à la réalisation du projet
- approfondir et préciser les contours de son projet professionnel
- confronter ce projet aux réalités du métier, du marché de l'emploi et, le cas échéant, des formations nécessaires
- évaluer sa cohérence et sa faisabilité au regard de ses compétences, de ses aspirations et de ses contraintes
- identifier les éventuels ajustements à apporter au projet
- élaborer un plan d'action concret, progressif et opérationnel pour préparer sa mise en œuvre.

Résultats attendus

À l'issue de l'accompagnement, le bénéficiaire dispose :

- d'une analyse de ses compétences et de ses ressources en lien avec son projet
- d'un projet professionnel approfondi, dont la cohérence et la faisabilité ont été évaluées
- d'une feuille de route personnalisée précisant les étapes nécessaires à sa concrétisation
- d'un document de synthèse conforme aux dispositions réglementaires.

MODALITÉS DE RÉALISATION

Le Bilan de compétences CAP comprend :

- 7 heures d'accompagnement individuel en visioconférence
- Des travaux personnels ciblés et des investigations guidées, adaptés au projet du bénéficiaire.

Modalités de réalisation

Le bilan de compétences est réalisé entièrement à distance, en visioconférence.

Le parcours combine :

- des entretiens individuels avec le consultant ;
- des travaux de réflexion et des investigations ciblées, réalisés personnellement par le bénéficiaire.

Rythme

L'accompagnement s'organise en séances individuelles de 1 à 2 heures, réparties à titre indicatif sur 3 à 4 semaines.

Le parcours alterne des temps d'échange avec le consultant et des travaux personnels permettant d'approfondir le projet, d'en vérifier la faisabilité et de préparer sa mise en œuvre.

Les dates et le rythme sont définis avec le bénéficiaire lors de la phase préliminaire et peuvent être ajustés selon ses besoins et ses disponibilités, dans le respect du cadre pédagogique.

Confidentialité

L'ensemble des échanges, des informations recueillies et des documents produits dans le cadre du bilan de compétences est strictement confidentiel, conformément aux dispositions légales applicables aux bilans de compétences. Les documents de synthèse sont exclusivement destinés au bénéficiaire.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Le bilan de compétences CAP repose sur une démarche d'accompagnement individualisée, ciblée et participative, permettant au bénéficiaire d'approfondir une idée ou un projet professionnel déjà envisagé, à partir de l'analyse de son parcours, de ses compétences, de ses motivations et de ses aspirations.

L'accompagnement combine différentes modalités pédagogiques :

- entretiens individuels d'analyse et de réflexion
- travaux personnels de réflexion et d'investigation guidés ;
- questionnaires et outils d'auto-évaluation adaptés au projet ;
- exercices d'analyse du parcours, des compétences, des motivations et des valeurs ;
- recherches documentaires sur les métiers, les formations et le marché de l'emploi ;
- enquêtes métier et rencontres de professionnels lorsque cela est pertinent ;
- analyse de la cohérence et de la faisabilité du projet envisagé ;
- élaboration d'un plan d'action personnalisé pour préparer sa mise en œuvre.

Le consultant adapte les méthodes et les outils aux besoins, aux objectifs et à la situation de chaque bénéficiaire. L'ensemble du parcours repose sur une pédagogie active favorisant la réflexion, l'autonomie, l'analyse critique du projet et l'appropriation des résultats du bilan.

DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

>>> Le Bilan de compétences CAP est organisé en séquences réparties conformément aux trois phases réglementaires prévues par le Code du travail. Le parcours alterne des temps d'accompagnement individuel avec le consultant et des séquences guidées réalisées personnellement par le bénéficiaire.

PHASE PRÉLIMINAIRE

Séquence 1 – Analyse de la demande et définition des objectifs (1 heure 30 avec votre consultant)

Objectif : Clarifier le projet déjà envisagé, analyser la situation du bénéficiaire et définir les objectifs du bilan.

Contenu

- analyse de la situation actuelle
- présentation et clarification du projet envisagé
- identification des attentes et des contraintes
- définition des objectifs du bilan
- présentation de la méthodologie, du calendrier et des modalités de réalisation

Livrable → Objectifs du bilan validés conjointement.

PHASE D'INVESTIGATION : Analyser ses ressources et approfondir son projet

Séquence 2 – Retour sur le parcours professionnel (travail personnel guidé)

Le bénéficiaire revient sur ses expériences, identifie ses compétences et ses motivations, et repère les éléments de son parcours en lien avec le projet envisagé.

Livrable → Travail préparatoire à la séance suivante.

Séquence 3 – Analyse des compétences et cohérence du projet (2 heures avec votre consultant)

Objectif : Identifier les compétences, motivations et ressources du bénéficiaire et examiner leur adéquation avec le projet envisagé.

Contenu

- analyse des expériences et compétences transférables
- identification des motivations, valeurs et aspirations
- repérage des points d'appui et des freins éventuels
- analyse de la cohérence entre le profil du bénéficiaire et son projet

Livrable → Analyse des ressources et des points de vigilance en lien avec le projet.

Séquence 4 – Investigation du projet professionnel (travail personnel guidé)

Le bénéficiaire réalise des recherches ciblées sur le métier ou l'activité envisagée : conditions d'exercice, compétences attendues, débouchés et formations éventuelles. Une enquête métier peut compléter ces investigations.

Livrable → Synthèse des informations recueillies.

Séquence 5 – Évaluation de la faisabilité du projet (2 heures avec votre consultant)

Objectif : Confronter le projet aux réalités du terrain et identifier les conditions nécessaires à sa réalisation.

Contenu

- analyse des résultats des investigations
- vérification des conditions d'accès au métier ou à l'activité
- évaluation des compétences à acquérir ou à renforcer
- identification des contraintes et des éventuels obstacles
- détermination des ajustements nécessaires à la réalisation du projet

Livable → Analyse de faisabilité du projet et identification des conditions de réussite.

Séquence 6 – Préparation du plan d'action (travail personnel guidé)

Le bénéficiaire identifie les démarches à entreprendre, les ressources à mobiliser et les premières échéances pour concrétiser son projet.

Livable → Proposition de feuille de route.

PHASE DE CONCLUSION : Formaliser le projet et préparer sa mise en œuvre

Séquence 7 – Synthèse du bilan et plan d'action (1 heure 30 avec votre consultant)

Objectif : Formaliser les conclusions du bilan et définir les étapes concrètes de mise en œuvre du projet professionnel.

Contenu

- restitution et appropriation des résultats du bilan
- confirmation ou ajustement du projet envisagé
- identification des conditions de réussite
- finalisation du plan d'action personnalisé et de ses échéances
- présentation et remise du document de synthèse confidentiel
- présentation des modalités de suivi post-bilan

Livable → Document de synthèse individuel et plan d'action personnalisé.

SUIVI DE L'ACCOMPAGNEMENT & MOYENS MOBILISÉS

Le suivi de l'accompagnement est assuré tout au long du bilan CAP afin de mesurer la progression du bénéficiaire et l'atteinte des objectifs définis lors de la phase préliminaire.

Modalités de suivi de la progression

La progression du bénéficiaire est appréciée tout au long du parcours au travers :

- des échanges et analyses réalisés lors des entretiens individuels ;
- des travaux personnels guidés et des investigations menées ;
- de l'analyse progressive de la cohérence et de la faisabilité du projet ;
- de la validation des objectifs et de la formalisation du plan d'action.

À l'issue du bilan, le bénéficiaire complète un questionnaire de satisfaction portant sur le déroulement de l'accompagnement et la qualité de la prestation.

Un entretien de suivi est proposé dans les six mois suivant la fin du bilan afin de faire le point sur l'avancement du projet et les démarches engagées.

Modalités d'évaluation

L'atteinte des objectifs est évaluée progressivement au regard des objectifs définis avec le bénéficiaire lors de la phase préliminaire.

Cette évaluation repose sur les échanges individuels, les travaux réalisés, les résultats des investigations et l'analyse de faisabilité du projet.

En phase de conclusion, un bilan partagé permet de mesurer les objectifs atteints, d'identifier les éventuels ajustements nécessaires et de finaliser le plan d'action.

Moyens pédagogiques mobilisés

Afin de garantir un accompagnement individualisé et adapté aux besoins de chaque bénéficiaire, Ici et Demain Formation mobilise notamment les moyens pédagogiques suivants :

- entretiens individuels d'accompagnement ;
- supports de réflexion et d'investigation ciblés ;
- questionnaires d'analyse et d'auto-évaluation ;
- exercices d'identification des compétences, motivations et ressources ;
- outils d'analyse de la cohérence et de la faisabilité du projet ;
- recherches documentaires et enquêtes métier, lorsque cela est pertinent ;
- ressources sur les métiers, les formations et le marché de l'emploi ;
- élaboration d'un plan d'action personnalisé ;
- remise d'un document de synthèse conforme aux dispositions réglementaires.

Les méthodes et outils mobilisés sont adaptés au profil, aux objectifs et à la progression de chaque bénéficiaire.

Moyens techniques mobilisés

Le bilan CAP est réalisé intégralement à distance au moyen d'outils numériques permettant les échanges, la transmission des documents et le suivi de l'accompagnement.

Les moyens techniques mobilisés comprennent notamment :

- un outil gratuit de visioconférence, Google Meet, pour la réalisation des entretiens à distance
- des supports pédagogiques et documents de travail numériques ;
- des questionnaires et travaux personnels accessibles à distance ;
- des ressources documentaires adaptées au projet étudié.

L'ensemble des données et documents relatifs au bilan de compétences est traité dans le respect des règles de confidentialité applicables, du secret professionnel et de la réglementation en vigueur relative à la protection des données personnelles (RGPD).

Ressources humaines mobilisées

L'accompagnement CAP est assuré par un consultant en bilan de compétences disposant d'une expérience dans l'accompagnement des parcours professionnels, la conduite d'entretiens individuels et l'évaluation de projets d'évolution ou de reconversion professionnelle.

Le consultant justifie des compétences et qualifications nécessaires à la réalisation de la prestation.

Il veille à actualiser régulièrement ses connaissances sur l'évolution des métiers, les dispositifs de formation, le marché de l'emploi, la reconversion professionnelle et la réglementation applicable aux bilans de compétences.

CONDITIONS D'ACCOMPAGNEMENT

Modalités d'admission

L'entrée en bilan de compétences CAP est précédée d'un entretien préalable permettant d'analyser la demande du bénéficiaire, de préciser le projet professionnel déjà envisagé et de vérifier l'adéquation entre ses besoins et les objectifs de la prestation.

Cet échange permet notamment :

- de présenter le déroulement du bilan CAP et sa méthodologie ;
- de préciser le projet envisagé et les attentes du bénéficiaire ;
- de vérifier la pertinence d'un accompagnement ciblé de 7 heures ;
- de répondre aux interrogations du bénéficiaire ;
- de présenter les modalités d'organisation, les outils mobilisés et les engagements réciproques.

L'accompagnement débute après la signature des documents contractuels et le respect des délais légaux applicables.

Tarif

Le tarif du Bilan de compétences CAP est fixé à **970 € TTC**.

Modalités de financement

Le bilan de compétences CAP n'est pas éligible au Compte Personnel de Formation (CPF). D'autres possibilités de financement peuvent toutefois être envisagées selon la situation du bénéficiaire :

- **Employeur ou OPCO** : prise en charge possible dans le cadre des dispositifs applicables, sous réserve des critères d'éligibilité et de l'accord du financeur.
- **Fonds d'assurance formation** : financement possible pour les travailleurs indépendants, selon leur activité et les conditions de prise en charge du fonds concerné.
- **Financement personnel** : règlement direct par le bénéficiaire.

Ici & Demain Formation peut accompagner le bénéficiaire dans l'identification des possibilités de financement adaptées à sa situation.

Documents remis au bénéficiaire

Tout au long du parcours, le bénéficiaire reçoit les documents et supports nécessaires au bon déroulement du bilan de compétences.

À l'issue de l'accompagnement, lui sont notamment remis : un document de synthèse conforme aux dispositions des articles L.6313-4 et R.6313-4 à R.6313-8 du Code du travail et un certificat de réalisation du bilan de compétences.

Conformément à la réglementation en vigueur, le document de synthèse demeure la propriété exclusive du bénéficiaire et ne peut être communiqué à un tiers sans son accord exprès.

Cadre réglementaire

Le Bilan de compétences CAP est réalisé conformément aux dispositions du Code du travail relatives aux bilans de compétences, notamment les articles L.6313-4 et R.6313-4 à R.6313-8.

L'accompagnement est conduit dans le respect des principes de confidentialité, de neutralité, de bienveillance et d'indépendance, garantissant au bénéficiaire un espace de réflexion sécurisé et propice à l'élaboration de son projet professionnel. L'ensemble des informations recueillies au cours du bilan est traité dans le respect des obligations relatives au secret professionnel et à la protection des données personnelles (RGPD).



CONTACT

Pour toute question relative au bilan de compétences, à son organisation ou à ses modalités de réalisation :

→ **Bahia Yacine – Ici et Demain Formation**

contact@ici-et-demain-formation.com | 07 44 97 68 70