



# PROGRAMME DU BILAN DE COMPÉTENCES POST BURN-OUT

Programme remis à jour juin 2024

## **PUBLIC :**

Ce bilan s'adresse aux femmes et aux hommes traversant ou ayant traversé un épuisement professionnel, ainsi qu'aux personnes actuellement en surchauffe.

## **PRÉ-REQUIS :**

Absence de pré-requis. Notez toutefois que le bilan s'adresse aux personnes majeures ayant au moins une première expérience professionnelle. Une bonne compréhension de la langue française est par ailleurs nécessaire pour utiliser nos supports pédagogiques.

## **MODALITÉS :**

Votre bilan se déroule en distanciel + 12 modules e-learning.

Nous définissons la période ainsi que le calendrier de vos séances avec vous, au démarrage de votre

bilan. Nous vous remettons un document indiquant le calendrier de vos séances en début d'accompagnement.

**Pour l'accès aux personnes porteuses d'un handicap, consultez notre référent handicap, Marina Bourgeois : [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)**

**PRIX DE LA FORMATION :** 3900 euros TTC. 100% CPF.

**MOYENS TECHNIQUES :** Plateformes utilisées :

- Zoom pour la visioconférence (ou autre plateforme si vous le souhaitez) ;
- Digiforma pour la partie e-learning.

**LABEL QUALITÉ :** Certification Qualiopi

**NOUS CONTACTER :** [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)

## **OBJECTIF DE LA FORMATION ET COMPÉTENCES VISÉES**

**À l'issue du bilan, le bénéficiaire sera capable de mettre en œuvre les compétences suivantes :**

- Clarifier son projet de vie et réaligner sa trajectoire professionnelle
- Mettre en place une stratégie de reprise et/ou un projet professionnel en accord avec ses besoins et ses ressources.
- Articuler projet de vie et projet personnel via la mise en place d'une écologie personnelle durable.

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Questionnaire d'auto-évaluation de votre capacité à vous auto-orienter en amont du bilan
- Questionnaire d'auto-évaluation à chaud à l'issue du bilan
- Questionnaire d'auto-évaluation à froid a minima 6 mois après le bilan.



10 rue de Penthièvre - 75008 PARIS | Mail : [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)

[www.oser-rever-sa-carriere.com](http://www.oser-rever-sa-carriere.com)

SIRET n°840 659 023 00013 | Numéro de déclaration d'activité : 11756198775 auprès du préfet de région Île-de-France

## MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

### **Suivi de l'exécution :**

- Feuilles de présences signées par le bénéficiaire et l'accompagnante.
- Attestation de fin de bilan.
- Remise d'une synthèse personnalisée et confidentielle.

### **Appréciation des résultats :**

- Questionnaire de satisfaction à chaud en fin de bilan.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

### **Modalités pédagogiques :**

- Evaluation des besoins & attentes du bénéficiaire
- Entretiens individuels à distance
- Modules e-learning
- Travaux inter séances/Exercices pratiques
- Fiches outils
- Bibliographie

### **Référent pédagogique :**

Le bilan est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation, Madame Marina Bourgeois.

### **Personnes en situation de handicap :**

La formation est ouverte à tout public et toutes les situations de handicap seront prises en compte dans la limite des compétences, des moyens humains et matériels proposés dans le cadre de la prestation. Si nous ne disposons pas des moyens matériels, techniques et humains pouvant répondre à la demande du (de la) bénéficiaire en situation de handicap, alors ce(tte) dernier(ère) sera orienté(e) soit vers le référent handicap du centre de formation, Marina Bourgeois, soit vers un organisme partenaire du réseau Oser Rêver Sa Carrière. Pour contacter Marina Bourgeois, référente handicap : [contact@orsc.email](mailto:contact@orsc.email)

[Nos CGV](#)

[Notre règlement intérieur](#)

[Notre organigramme fonctionnel](#)

[Notre certification Qualiopi](#)

[Cadre légal & réglementaire du bilan](#)

