

# Bilan de compétences "Rebondir après la maladie"



Envie de vous projeter dans un nouvel avenir professionnel après un arrêt long ?

## CE BILAN S'ADRESSE À VOUS SI VOUS...

- Reprenez le travail après un arrêt long (maladie, aidant, ...)
- Avez besoin de retrouver confiance en vos compétences
- Souhaitez redonner du sens à votre parcours
- Hésitez entre retour à votre poste ou nouvelle orientation

## OBJECTIFS DU BILAN "REBONDIR"

Revisiter votre **parcours** et valoriser toutes vos **expériences**, y compris celles liées à l'épreuve vécue.

Identifier vos **ressources**, **compétences** et **atouts** mobilisables pour la suite.

Clarifier vos **besoins**, vos **aspirations** et vos **priorités** pour votre avenir professionnel.

Explorer **différentes pistes** d'évolution professionnelle.

Construire un **projet** professionnel concret et réaliste, adapté à votre situation

Définir les **critères** essentiels de votre futur travail (équilibre, sens, conditions de réussite).

Élaborer un **plan d'action** opérationnel pour vous mettre en mouvement

*Et si cette épreuve ouvrait la voie vers une nouvelle aventure professionnelle, porteuse de sens et d'élán ?*

Envie d'en savoir plus ?  
Contactez-moi sans engagement  
06.35.59.98.84 - [claire@learnandshare.fr](mailto:claire@learnandshare.fr)

# DE QUOI S'AGIT-IL ?

Ce bilan de compétences s'appuie sur une **méthodologie** et des outils robustes (questionnaires, outils réflexifs, ...) ainsi que sur l'accompagnement du coach avec l'apport des **pratiques narratives**, qui facilitent ce cheminement et ce processus créatif. Composé d'entretiens en face à face et d'un travail personnel, il comprend 3 phases et se déroule sur une période de 3 à 4 mois :

1. **La phase préliminaire** qui permet d'adapter le déroulé du bilan de compétences pour répondre à vos besoins et attentes spécifiques
2. **La phase d'investigation** qui permet d'explorer et de formaliser ce qui vous caractérise, vos besoins, vos forces, vos motivations et vos valeurs.
3. **La phase de conclusion** qui permet d'étudier des pistes d'évolution et de construire un plan d'action d'exploration de ces pistes.

## POUR QUI ?

Ce bilan de compétences est ouvert à toutes et tous, sans prérequis. Il a été conçu et imaginé pour les personnes qui sortent d'une épreuve de vie les ayant éloignées du travail pendant plusieurs mois. Je suis à l'écoute des spécificités de chacun pour adapter au mieux le déroulé. Pour les personnes en situation de handicap, des adaptations des modalités de ce bilan seront étudiées ensemble et avec vos partenaires handicap.

## QUI SUIS-JE ?

Forte de 30 ans d'expérience dans le développement des personnes, et de mon expérience personnelle de la maladie, j'accompagne depuis plusieurs années en coaching les personnes dans leur retour au travail après un long arrêt. J'ai conçu ce bilan de compétences comme un espace sécurisant, alliant outils structurés et créatifs, pour vous permettre d'explorer vos possibles et d'écrire un nouveau chapitre professionnel et personnel.



## LES FORMULES

### BILAN **HORIZON**

Un bilan de compétences complet et personnalisé : 8 séances soit 16h en face à face, visio, ou hybride

### BILAN **FOCUS**

Un bilan de compétences ciblé sur vos priorités : 6 séances soit 12h en face à face, visio ou hybride

Envie d'en savoir plus ?  
Contactez-moi sans engagement  
06.35.59.98.84 - [claire@learnandshare.fr](mailto:claire@learnandshare.fr)

*Le bilan de compétences est un dispositif régi par le code du travail (Articles R6313-4 à R6313-8). Il peut être financé par le biais de votre CPF, en accord avec votre entreprise ou France Travail ou via vos fonds propres sur devis (tarifs et conditions de paiement adaptés).*

*Learn And Share est un organisme de formation enregistré sous le numéro 11788665378. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.*

