



# RISE

*le bilan de  
compétences*



**L'AVENIR NE  
SE PRÉDIT PAS,  
IL SE PRÉPARE**



*Seul on va plus vite,  
ensemble on va plus loin*

## Le Bilan de Compétences RISE

→ **Réaliser, Identifier, Stimuler, Entreprendre**

**4 piliers fondateurs pour repenser et réussir sa transition professionnelle.**

- Pourquoi donner du sens à ma vie professionnelle ? (Réaliser)
- Identifier mon objectif suprême ? (Identifier)
- Réussir dans la vie ou réussir sa vie ? (Réaliser)
- Se délester de mes croyances limitantes (Stimuler)
- La notion de « bonne place » (Identifier)
- La question de l'énergie (Stimuler)
- Le concept de « flow » (Stimuler)
- Mon histoire de vie : se raconter (Réaliser)
- Mes aspirations et la qualité de mon entourage (Identifier)
- Mes valeurs (Identifier)
- Mes expériences à la loupe (Réaliser)
- Mes savoir-faire et mes savoirs théoriques (Stimuler)
- Image de soi : auto-évaluation et à travers le regard d'autrui (Identifier)
- Mes ancres de carrière : auto-évaluation et questionnaire (Identifier)
- MBTI® : mon mode de fonctionnement (Réaliser)
- STRONG® : l'inventaire de mes intérêts professionnels (Identifier)
- Analyse, évaluation de mes enjeux et de ma stratégie (Stimuler)
- Découvrir une profession (Entreprendre)

## Durée moyenne du Bilan de Compétences RISE :

### 3 mois, répartis comme suit :

- 6 séances de 2h pendant 3/4 mois
- 1 séance offerte 6 mois après le début du BC
- 1 entretien offert un an après le début du BC

14h d'entretiens avec votre coach professionnel.le certifié.e (présentiel ou distanciel)

10h de travail personnel asynchrone. Dates et délais d'accès : à définir.

**Accessibilité PMR :** contacter le référent handicap.

Perline Grandemange : perline@kintsu.fr - 06 25 04 66 89

## Moyens pédagogiques, méthodes et techniques d'encadrement :

Durant le bilan de compétences, le(a) bénéficiaire est accompagné.e par un.e coach professionnel.le certifié.e qui peut utiliser notamment les techniques suivantes :

- questionnaire de personnalité tel que le MBTI®,
- questionnaire sur les inventaires d'intérêts professionnels tel que STRONG®,
- questionnaires d'auto-évaluation,
- apports de connaissances,
- enquêtes métiers,
- 6 workbooks réalisés avec soin et pensés spécifiquement pour vous aider à conduire
- et structurer votre réflexion,
- co-rédaction d'une synthèse.

## Tarif

**3 000 euros TTC en présentiel**

**2 800 euros TTC à distance**

### **Le tarif comprend :**

- 14h avec votre coach professionnel.le certifié.e dédié.e à vos besoins spécifiques. Grâce à des questions ciblées, des exercices pratiques et des approches sur-mesure, vous serez guidé.e vers la réalisation de vos objectifs professionnels.
- 6 workbooks exclusifs, conçus pour vous aider à approfondir votre réflexion et à conduire un travail personnel structuré et efficace.
- l'achat et la passation du questionnaire MBTI®, avec analyse approfondie et debriefing personnalisé. Profitez de cette opportunité unique, car ce questionnaire ne peut être acheté et interprété que par un.e coach certifié.e MBTI®.
- l'achat et la passation du questionnaire STRONG®, avec analyse détaillée et debriefing sur mesure. Accédez à des insights précieux sur vos intérêts professionnels, interprétés par un coach certifié STRONG®
- Accès à des ressources complémentaires : webinars, articles, et vidéos pour continuer votre développement personnel et professionnel même après le coaching.
- Suivi post-bilan : bénéficiez d'une séance de suivi à 1 an avec votre coach professionnel.le certifié.e après la fin du bilan de compétences, pour vous assurer que vous mettez en pratique les apprentissages et que vous continuez à progresser vers vos objectifs.
- Réseautage : en fonction de vos besoins, votre coach professionnel.le et l'ensemble du cabinet vous ouvriront leur carnet d'adresses si cela a du sens avec votre projet professionnel.
- Plan d'action personnalisé : repartez avec un plan d'action clair et détaillé, conçu spécifiquement pour vous aider à atteindre vos objectifs et à maximiser votre potentiel.