

## BILAN DE COMPETENCES

Donner du sens à sa vie professionnelle, se sentir utile, être plus épanoui.e au quotidien,(re) trouver un équilibre entre sa vie professionnelle et personnelle, être à sa juste place, rebondir après un licenciement, un problème de santé...

Les raisons d'avoir besoin de faire un point sur son parcours professionnel, ses choix, et sur ses envies pour mieux rebondir ensuite sont nombreuses.

Selon nous la première étape est de repartir de soi, afin de mieux se connaître ou re(connaître).

S'affranchir des injonctions de notre environnement, repérer ses freins, son mode de fonctionnement et ses limites, se reconnecter à ses forces, ses besoins, ses envies, ses valeurs, ses rêves est primordial pour mieux décider vers où se situent nos projets et les prochaines étapes pour les mettre en oeuvre.

Notre leitmotiv : simplicité, non jugement, une grande ouverture des possibles en s'autorisant à rêver et à oser être soi même avant de travailler la faisabilité de pistes professionnelles.

**Un outillage est proposé à chacun afin d'aligner qui vous êtes avec des pistes concrètes et avoir un plan d'action précis à réaliser.**

### Votre professionnelle

Coach professionnelle certifiée depuis 2013 et Ingénieur de formation, j'exerce depuis plus de 30 ans dans les secteurs des ressources humaines et de la formation après un parcours technique en entreprise du végétal. Expertise inclusion et diversité.

Mon rôle sera de vous accompagner à identifier et à mobiliser vos ressources personnelles, vous permettant d'être acteur de votre mieux être au quotidien dans votre vie.

**Nos principes et engagements**  
**Bienveillance, respect des valeurs de chacun, confidentialité, éthique et déontologie professionnelle**  
(Membre EMCC France )  
**Diversité et inclusion**



**Parce que chaque personne est particulière  
chaque accompagnement est unique !**

**07 86 55 07 39**

**34 Route des Ponts de Cé  
49130 Ste Gemmes Sur Loire**

**creativ.coaching49@gmail.com**

**www.creativcoaching.fr**



**Coaching Accompagnement  
personnel & professionnel**

**Bilan de compétences  
Orientation**



**Sylvie DUCHENE**

**Coach professionnel certifié**

**"Oser révéler votre vraie nature  
et laisser fleurir vos talents"**

## COACHING PERSONNEL et PROFESSIONNEL

Les organisations de travail sont de plus en plus exigeantes et il nous faut trouver les ressources pour y faire face.

Un parcours professionnel est souvent ponctué de changements (mobilité, prise de poste, évolution de carrière, management d'équipe, conduite de projets...)

Il est important de se préserver des effets du stress, se prémunir du surmenage, dépasser nos blocages afin de maintenir notre motivation et notre efficacité professionnelle.

### Exemples de bénéfices

- Favoriser une reprise d'emploi
- Mieux vivre un changement, une transition professionnelle
- Améliorer sa communication
- Développer son efficacité au travail
- Prévenir ou récupérer d'un épuisement professionnel
- Renforcer ses relations professionnelles
- Mieux vivre son handicap en entreprise
- Améliorer sa confiance en soi
- Mieux gérer ses émotions, son stress
- S'affirmer dans différentes situations
- Mieux accepter sa maladie, son handicap
- Identifier ses ressources et les mobiliser

## COACHING EMPLOI

Je suis à la recherche de solutions pratiques en réponse à un besoin ou un objectif de recherche d'emploi.

Je souhaite améliorer mes méthodes, mes outils, dynamiser mes projets et optimiser ma réussite.

J'ai besoin d'un soutien personnel que je ne trouve pas auprès des organismes spécialisés.

### Exemples de thématiques proposées

- Rechercher des offres et connaître les sites de l'emploi
- Réaliser un CV adapté à sa cible
- Rédiger un lettre de motivation percutante
- Se préparer à un entretien d'embauche
- Rédiger un "bon" profil sur les réseaux sociaux
- Réaliser des enquêtes métiers
- Rencontrer des professionnels
- Financer une formation

"Pour prendre son envol ,  
il faut découvrir ce qui nous donne  
des ailes" Nicolas Proupain.



## BILAN ORIENTATION (ou de réorientation)

Le bilan sert à accompagner les collégiens, lycéens et étudiants dans leurs choix d'avenir.

Il permet de trouver son orientation en fonction de sa personnalité, son projet de vie, ses capacités et son niveau scolaire, notamment à l'aide de tests de personnalité et tests d'orientation.

Environ un étudiant sur trois décide de se réorienter après une année post-bac.

### Exemples de bénéfices

- Permettre d'identifier une formation
- Trouver un environnement d'études qui sera facteur de motivation et de chance de réussite
- Accéder à un métier qui corresponde aux attentes, aspirations, personnalité.
- Permettre un épanouissement personnel et professionnel à terme

## FORMATION

### Différentes thématiques

- Handicap, santé au travail
- Techniques de recherche d'emploi
- Ingénierie pédagogique
- Ingénierie de formation et autres sur demande