

BILAN DE COMPÉTENCES

Livret d'accueil

Votre parcours, vos ressources, un projet professionnel construit et réaliste.

◆ Cadre légal ◆ Déroulement ◆ Modalités ◆ Accessibilité ◆ Confidentialité

ZEN ACADEMY

10 rue de Penthièvre, 75008 Paris

01 76 35 06 84 · contact@zen-academy.fr · www.zenacademy.fr

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11 75 65675 75 auprès du préfet de région d'Île-de-France. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Certifié Qualiopi n° 3390 OF (Qualianor Certification) — actions de formation ; bilans de compétences. Valable du 28/02/2025 au 27/02/2028.

Version

1.1

20 août

2026

I. Bienvenue chez Zen Academy

Vous avez choisi d'engager une réflexion structurée sur votre parcours professionnel. Ce livret vous présente de manière claire les étapes du bilan, les modalités d'accompagnement et les garanties qui encadrent votre démarche.

2 modalités	Accompagnement individuel, dans nos bureaux (Paris 8 ^e) ou en visioconférence, selon votre préférence.
13 h / 24 h	Deux formats, préconisés après analyse du besoin.
3 phases	Préliminaire, investigation et conclusions.
1 référent	Un consultant dédié pendant tout le parcours.
6 mois	Un entretien de suivi est proposé après le bilan.

Notre engagement

Un accompagnement humain, confidentiel et objectif, fondé sur l'écoute active, la co-construction et la prise en compte des réalités du marché de l'emploi.

Votre place dans la démarche

Vous restez acteur de vos choix. Les outils, analyses et hypothèses sont discutés avec vous ; le consultant ne décide jamais à votre place.

2. Pourquoi réaliser un bilan de compétences ?

Le bilan vous permet de

- ◆ prendre du recul sur votre parcours ;
- ◆ analyser vos compétences professionnelles et personnelles ;
- ◆ clarifier vos motivations, valeurs et aspirations ;
- ◆ construire un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

Il s'adresse notamment aux personnes qui souhaitent

- ◆ évoluer dans leur emploi ou leur secteur ;
- ◆ préparer une reconversion ;

- ◆ retrouver du sens ou clarifier leurs priorités ;
- ◆ valoriser leurs compétences ;
- ◆ sécuriser une transition ou un retour à l'emploi.

Une démarche volontaire

Le bilan ne peut être réalisé qu'avec votre consentement. Vous pouvez exprimer vos besoins, poser vos limites et demander l'adaptation des modalités.

Aucun prérequis académique

Une disponibilité réelle, un équipement numérique adapté et une participation active sont toutefois nécessaires (l'équipement numérique pour un parcours en visioconférence).

Accessibilité

Les besoins liés à une situation de handicap sont analysés en amont afin d'étudier les adaptations possibles ou une orientation adaptée.

3. Les résultats attendus

Le bilan ne délivre ni diplôme ni certification. Il aboutit à des résultats concrets, personnalisés et directement mobilisables.

Connaissance de soi	Compétences, aptitudes, motivations, valeurs, modes de fonctionnement et ressources.
Pistes analysées	Exploration de métiers, environnements et scénarios cohérents avec votre profil.
Projet vérifié	Confrontation au marché, aux contraintes, aux besoins territoriaux et aux conditions de réussite.
Plan d'action	Étapes, échéances, ressources, formations éventuelles et points de vigilance.
Document de synthèse	Restitué et commenté avec vous, confidentiel et remis au seul bénéficiaire.
Capacité d'action	Des choix plus lisibles et une stratégie pour avancer avec méthode.

4. Le cadre légal du bilan de compétences

Une action encadrée

Le bilan de compétences est défini par les articles L. 6313-4 et R. 6313-4 à R. 6313-8 du Code du travail. Sa durée ne peut pas excéder 24 heures. Il se déroule obligatoirement en trois phases sous la conduite du prestataire.

Confidentialité des résultats

Vous êtes destinataire des résultats détaillés et du document de synthèse. Ils ne peuvent être communiqués à un tiers qu'avec votre accord. Les consultants sont soumis à une obligation stricte de confidentialité.

Conservation maîtrisée

Les documents de travail élaborés pour le bilan sont détruits au terme de l'action. Le document de synthèse et les documents nécessaires au suivi ne peuvent être conservés que dans les cas et durées prévus par la réglementation, notamment avec votre accord écrit.

5. Avant toute inscription : l'entretien préalable

Un entretien préalable **gratuit et sans engagement** est organisé avant l'envoi de toute proposition de commande.

1. Comprendre	Situation professionnelle, objectifs, contraintes, degré de maturité du projet et attentes.
2. Vérifier	Le bilan doit constituer une réponse adaptée. Sinon, une autre orientation peut être proposée.
3. Préconiser	La durée et le rythme sont choisis au regard du besoin, jamais en fonction du montant des droits CPF.
4. Informer	Programme, prix, modalités, travaux personnels, accessibilité, confidentialité et engagements réciproques.

Dans le cadre du CPF, Zen Academy n'accède jamais à votre compte, ne demande pas vos identifiants FranceConnect+ et ne réalise aucune démarche à votre place.

6. Les trois phases réglementaires

I

Phase préliminaire

Analyser la demande et le besoin. Déterminer ou confirmer le format adapté. Définir conjointement les modalités de déroulement, les objectifs et le calendrier.

2

Phase d'investigation

Analyser le parcours, les compétences, aptitudes, motivations et valeurs. Explorer des pistes. Construire un projet et en vérifier la pertinence ou élaborer des alternatives.

3

Phase de conclusions

S'approprier les résultats. Retenir un ou plusieurs projets. Identifier les conditions de réussite et les principales étapes. Formaliser le plan d'action et le document de synthèse.

7. Méthodes et outils mobilisés

Entretiens
individuels

Échanges semi-directifs, reformulation, analyse du parcours, clarification et co-construction.

Questionnaires	Compétences, motivations, intérêts, valeurs, besoins et conditions d'exercice professionnel.
Outils d'exploration	Portefeuille de compétences, lignes de vie, matrices de décision, analyse de scénarios et fiches projets.
Recherche	Fiches métiers, données du marché, offres, formations, enquêtes métiers et analyse du territoire.
Tests, si pertinents	Uniquement si leur usage est adapté et si le consultant dispose des compétences ou habilitations nécessaires.
Plan d'action	Objectifs, étapes, priorités, ressources, échéances, alternatives et indicateurs de progression.

Les outils ne constituent jamais une fin en soi. Ils sont expliqués, contextualisés et restitués avec le consultant.

8. Un accompagnement réellement suivi, sur place comme à distance

Avant les séances

- ◆ programme et calendrier ;
- ◆ convocations et liens de connexion ;
- ◆ prérequis techniques ;
- ◆ consignes et durée estimée des travaux ;
- ◆ coordonnées des interlocuteurs.

Pendant le parcours

- ◆ visioconférences individuelles ;
- ◆ consultant référent ;

- ◆ retours personnalisés et points d'étape ;
- ◆ adaptation du rythme ;
- ◆ relances en cas d'absence ou de retard.

Assistance technique

- ◆ aide à la connexion ;
- ◆ assistance pour les documents et l'émargement ;
- ◆ nouveau lien ou report en cas d'incident ;
- ◆ traçabilité des demandes et solutions apportées.

9. Évaluation, progression et preuves de réalisation

Évaluation initiale	Objectifs individuels, attentes, situation, contraintes, ressources et critères de réussite formalisés.
Jalons intermédiaires	À chaque étape : travaux réalisés, appropriation des résultats, cohérence des pistes et objectifs de la séance suivante.
Évaluation finale	Validation du projet principal et des alternatives, plan d'action, entretien de conclusions et questionnaire de satisfaction.

Éléments de traçabilité susceptibles d'être conservés comme preuves administratives de réalisation :
positionnement et préconisation · calendrier et convocations · émargements électroniques · durée des rendez-vous · fiches de suivi et jalons · preuves d'assistance et de relance · preuve de remise de la synthèse · certificat de réalisation.

10. Durée, rythme et financement

Deux formats individualisés

Formule 13 h — 13 heures d'accompagnement effectif, 1 780 € TTC.

Formule 24 h — 24 heures d'accompagnement effectif, 3 580 € TTC.

Chaque formule se déroule dans nos bureaux (Paris 8^e) ou en visioconférence, selon votre préférence.

Le format est préconisé après analyse du besoin.

Travail personnel complémentaire

Questionnaires, exercices, recherches ou enquêtes métiers peuvent être proposés entre les séances. Leur durée est estimée et annoncée. Ils ne sont pas compris dans les heures d'accompagnement financées au titre du CPF.

Financements possibles

Mon Compte Formation, dans la limite des règles et plafonds en vigueur · employeur ou financeur · financement personnel. Le prix est indiqué sur l'offre ou le devis et n'est jamais fixé selon le montant des droits CPF disponibles.

II. Confidentialité et protection des données

Vos résultats vous appartiennent

Le document de synthèse et les résultats détaillés sont remis au bénéficiaire. Aucune transmission à un employeur, financeur ou tiers n'intervient sans accord exprès, hors obligations légales.

Données limitées et sécurisées

Zen Academy ne collecte que les données nécessaires. Les accès sont limités aux personnes habilitées et les prestataires techniques agissent dans un cadre contractuel conforme aux règles de protection des données.

Des durées distinctes

Les travaux confidentiels sont détruits selon le Code du travail. Les preuves administratives nécessaires au contrôle et les pièces comptables suivent leurs durées légales propres. Vous pouvez exercer vos droits auprès de Zen Academy.

12. Accessibilité et adaptations

Les besoins d'accessibilité sont recueillis avant le démarrage et peuvent être réévalués pendant le parcours.

1. Recueillir	Échange confidentiel sur les besoins, contraintes, outils et rythme.
2. Étudier	Analyse de faisabilité avec la référente handicap et le consultant.
3. Adapter	Supports, rythme, organisation, modalités techniques ou pédagogiques.
4. Orienter	Lorsque l'adaptation ne peut être mise en œuvre directement, mobilisation ou orientation vers les ressources compétentes.

Contact accessibilité

Sandra Deschamps, référente handicap — via 01 76 35 06 84 ou contact@zen-academy.fr (objet : Accessibilité).

13. Votre équipe et vos interlocuteurs

Responsable pédagogique — Emouna Lilti

Psychologue du travail et coach de carrière. Elle supervise la qualité pédagogique, l'individualisation et l'amélioration continue du dispositif.

Consultant référent

Le consultant est choisi au regard de votre situation et de vos objectifs. Son identité, ses titres ou qualités et ses coordonnées vous sont communiqués avant le démarrage.

Référente handicap — Sandra Deschamps

Conseillère en évolution professionnelle. Elle analyse les besoins d'adaptation et coordonne, lorsque nécessaire, la mobilisation de ressources spécialisées.

14. Réclamation et médiation

Réclamation. Écrivez à contact@zen-academy.fr. Un accusé de réception et une réponse motivée vous seront adressés dans les meilleurs délais.

Médiation de la consommation. Après une réclamation écrite préalable restée sans solution, vous pouvez saisir la Société Médiation Professionnelle.

Prêt(e) à construire la suite de votre parcours ?

Toute l'équipe de Zen Academy est à votre disposition pour répondre à vos questions et organiser votre entretien préalable gratuit et sans engagement.

01 76 35 06 84 · contact@zen-academy.fr · www.zenacademy.fr