



BILAN DE COMPÉTENCES

● UNE EXPERTISE INDIVIDUELLE SUR MESURE

Il s'agit d'un accompagnement personnalisé, sous la forme d'entretiens individuels, dans le but de développer votre potentiel, votre projet, faire le point sur vos pratiques.

En vous questionnant, la consultante provoquera des prises de conscience, vous ouvrira d'autres points de vue, de nouvelles compétences pour être plus agile, tant dans votre savoir-être que votre savoir-faire.

Vous construirez une boîte à outils personnelle et durable, directement exploitable dans de multiples situations - présentes et futures - pour contribuer à votre réussite et pour agir en phase avec votre projet professionnel et vos aspirations.

● DES ATELIERS COLLECTIFS DE CRÉATION

«Créer pour lâcher prise» est une approche qui permet d'exprimer vos émotions, de libérer vos tensions et de vous reconnecter avec vous-même.

Vous serez dans l'instant, sans jugement afin d'offrir une liberté d'expression.

L'objectif sera de provoquer des accidents créatifs où l'erreur devient une force, une philosophie.

Pour comprendre ce qui ne nous convient plus, il faut commencer par définir ce qui nous conviendrait!

ATELIERS COLLECTIFS

Les ateliers collectifs proposés sont un outil d'accès à soi et permettent d'ouvrir une porte sur ses propres perspectives.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Phase préliminaire : Analyse de votre demande et de vos attentes

Phase d'investigation : Exploration de vos compétences, tests de personnalité et entretiens

Phase de conclusion : Synthèse et élaboration de votre plan d'actions

- UN BILAN DE COMPÉTENCES EST UNE **PARENTHÈSE CONSTRUCTIVE** POUR :
 - PRENDRE DU **RECU**
 - APPRENDRE À MIEUX APPRÉHENDER SES **CAPACITÉS**
 - APPRENDRE À MIEUX CERNER SES **COMPÉTENCES**
 - AVOIR LES CLÉS POUR OPTIMISER SES **RESSOURCES PERSONNELLES**
 - RÉ ORGANISER SES **PRIORITÉS** PROFESSIONNELLES
 - MIEUX SE **CONNAITRE**
 - IDENTIFIEZ SES **FORCES** ET SES MOTIVATIONS
 - REPRENDRE **CONFIANCE**
 - OUVRIR DE NOUVELLES **PERSPECTIVES**
- OSER** et...
PASSER À L'ACTION !

- **NOS POINTS FORTS**

Un cycle court, en dehors du quotidien, l'expérience du groupe comme stimulant de travail sur soi.
 Une prestation de 30h minimum
 Un suivi jusqu'à 6 mois après le bilan
 Une complémentarité entre l'atelier collectif et le suivi individuel
 Une prestation adaptée à tout public

- **LIEU**

Prestation sur mesure sur le territoire des Monts du Lyonnais, du Forez, du Roannais et du Pilat

- **TARIF**

1 250 € TTC [tout compris - hors transport et repas]



www.tekap.fr - contact : association@tekap.fr - Tél : 07 81 48 62 63

Tkap : 68 Allée le petit bois - 69 610 Grézieu-le-marché

Association tekap enregistrée sous le numéro : 84692606669 - Siret : 992 106 000 19