

BILAN YUMAN · BILAN DE COMPÉTENCES

Bilan de compétences YUMAN

Construire un projet professionnel réaliste, inspiré et durable

10 h d'entretiens individuels

24 h d'accompagnement au total

environ 3 mois

point à 6 mois

Le Bilan de compétences YUMAN vous permet de prendre du recul sur votre parcours, d'identifier vos ressources et vos motivations, puis de construire un projet cohérent avec vos aspirations et les réalités du marché.

UN ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL ET CONFIDENTIEL

Chaque parcours est adapté à votre situation. Il aboutit à un projet professionnel argumenté, à des alternatives lorsque cela est utile et à un plan d'action concret.

DANS CETTE BROCHURE

- Le cadre, le public et les objectifs
- Les trois phases réglementaires et votre programme personnalisé
- Les méthodes et moyens mobilisés
- L'offre et le tarif
- Le financement et les modalités pratiques
- La confidentialité, l'accessibilité et les résultats
- Votre consultant
- Le programme détaillé

L'entretien préalable

Un échange gratuit et sans engagement de 45 minutes permet d'analyser votre demande, de vérifier que le bilan de compétences constitue la réponse appropriée et de préparer votre programme personnalisé.

01 — LE CADRE

Comprendre le bilan de compétences

Le bilan de compétences est une action concourant au développement des compétences encadrée par le Code du travail. Il permet d'analyser ses compétences professionnelles et personnelles, ses aptitudes et ses motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation.

Il est notamment régi par les articles L. 6313-1 et L. 6313-4 ainsi que par les articles R. 6313-4 à R. 6313-8 du Code du travail. Sa durée maximale légale est de 24 heures.

À RETENIR

Le bilan repose sur le consentement et l'engagement du bénéficiaire. Il ne délivre ni diplôme ni certification et ne constitue ni une VAE, ni une évaluation professionnelle, ni une prestation d'outplacement ou de coaching.

À qui s'adresse-t-il ?

- Salariés souhaitant évoluer, se reconverter ou retrouver du sens.
- Cadres, responsables et dirigeants préparant une nouvelle étape.
- Entrepreneurs souhaitant réinterroger leur trajectoire.
- Personnes en recherche d'emploi.
- Toute personne souhaitant sécuriser une transition ou confirmer un projet.

Prérequis. Aucun diplôme ni niveau de qualification particulier n'est exigé. En visio : ordinateur ou tablette, connexion stable, caméra, microphone, navigateur à jour et adresse électronique.

02 — RÉSULTATS ATTENDUS

Les objectifs du bilan

À l'issue du bilan, le bénéficiaire est en capacité de :

- Identifier ses compétences professionnelles et personnelles, et leur transférabilité.
- Repérer ses aptitudes, ses intérêts, ses motivations et ses valeurs, et comprendre sa manière de fonctionner.
- Explorer plusieurs pistes professionnelles cohérentes avec son profil.
- Vérifier sur le terrain la faisabilité de ses pistes face au marché de l'emploi.
- Choisir un projet professionnel réaliste, le cas échéant avec un projet de formation, et établir le plan d'action qui le met en œuvre.

Vos livrables

- Un document de synthèse confidentiel, relu et validé ensemble.
- Un projet principal argumenté et, selon le besoin, des alternatives.
- Un plan d'action concret avec étapes et échéances.
- Un certificat de réalisation.

03 — DÉROULEMENT

Les trois phases réglementaires

1

Phase préliminaire

Analyse de la demande, clarification des objectifs, vérification de l'engagement volontaire et construction du programme personnalisé.

2

Phase d'investigation

Analyse du parcours, des compétences et des motivations ; construction puis confrontation des pistes professionnelles.

3

Phase de conclusion

Appropriation des résultats, validation du projet, formalisation du plan d'action et remise du document de synthèse.

Votre programme personnalisé

Le programme détaillé présenté en fin de brochure est ajusté avec vous en séance 1 et formalisé dans votre programme personnalisé, signé en début de bilan. Il précise les modalités et les ajustements convenus ensemble.

04 — MÉTHODES ET MOYENS

Une méthode individualisée

- Entretiens individuels confidentiels, avec le même consultant du début à la fin.
- Approche biographique et analyse structurée du parcours.
- Grille d'analyse partagée de situation.
- Activités de connaissance de soi et de formalisation des compétences.
- Tests psychométriques adaptés à votre parcours.
- Analyse des postes et expériences de travail.
- Recherches documentaires, enquêtes métiers et rencontres de professionnels.
- Confrontation des pistes aux réalités du marché.
- Espace en ligne YUMANconnect pour les activités guidées et les documents du bilan.
- Accompagnement à la formalisation du projet et du plan d'action.

TESTS PSYCHOMÉTRIQUES

Les tests psychométriques sont choisis selon votre parcours, puis administrés et restitués par un consultant certifié. Ils soutiennent la réflexion sans se substituer aux entretiens et à l'analyse partagée.

Suivi et évaluation

- Programme personnalisé validé et signé conjointement.
- États d'émargement signés à chaque séance.
- Point de satisfaction à mi-parcours pour ajuster la suite.
- Analyse de la faisabilité du projet et validation du plan d'action.
- Remise de la synthèse, attestation de remise et questionnaire de satisfaction à chaud.
- Point de suivi à 6 mois.

05 — L'OFFRE ET LE TARIF

Une offre unique

OFFRE	ENTRETIENS INDIVIDUELS	ENTRE LES SÉANCES	OUTILS	TARIF
Bilan de compétences YUMAN	10 h	≈ 14 h	Tests psychométriques adaptés à votre parcours	1 750 €

Soit **24 h d'accompagnement au total**, sur environ 3 mois, avec un point à 6 mois.

Le tarif est net de TVA — TVA non applicable, article 261-4-4° a du Code général des impôts.

Cela comprend

- 10 séances individuelles d'1 h, dont 2 séances sur mesure choisies selon vos besoins.
- Un programme personnalisé, construit et signé ensemble.
- Des tests psychométriques adaptés à votre parcours.
- Des activités guidées entre les séances sur YUMANconnect, accessible sans limitation de durée à compter de l'ouverture du compte.
- Un document de synthèse confidentiel et un plan d'action.
- Un certificat de réalisation.
- Un point de suivi à 6 mois.

06 — ORGANISATION

Modalités pratiques

En visio, ou en présentiel sur demande

Les entretiens se déroulent en visio. Un rendez-vous en présentiel est possible sur demande : il se tient alors dans un lieu convenu ensemble, qui préserve la confidentialité des échanges.

Rythme du parcours

Le bilan se déroule sur environ 3 mois. Entre les séances, des activités guidées, des tests, un temps d'exploration et une enquête métier représentent environ 14 h de travail. Le calendrier est défini selon vos objectifs, vos disponibilités et votre programme personnalisé.

DÉLAI D'ACCÈS

11 jours ouvrés à compter de la validation de l'inscription, sous réserve des disponibilités et des délais imposés par le financeur. Le bilan débute après l'expiration du délai de rétractation applicable, à une date fixée d'un commun accord. Pour le CPF, le démarrage respecte les conditions de la plateforme Mon Compte Formation.

07 — FINANCEMENT

Financer votre bilan

Le bilan peut être financé par le CPF, l'employeur, un OPCO ou un fonds d'assurance formation, France Travail, l'AGEFIPH, un autre dispositif adapté ou sur fonds personnels. Toute prise en charge reste soumise aux critères et à l'accord du financeur.

Règles CPF applicables en 2026

- Plafond de droits CPF mobilisables pour un bilan de compétences : 1 600 €.
- Condition liée à l'absence de bilan financé par un organisme public ou privé au cours des cinq années précédentes.
- Seules les heures d'accompagnement réalisées par le prestataire sont finançables ; le travail entre les séances est exclu.
- Participation financière obligatoire de 150 € depuis le 1er avril 2026, sauf exonération ou prise en charge prévue.
- Le reste à charge exact est calculé par la plateforme selon la situation du bénéficiaire.

08 — CONFIANCE

Vos droits et nos engagements

Confidentialité

Vous êtes seul destinataire des résultats détaillés et du document de synthèse. Ces éléments ne peuvent être communiqués à un tiers qu'avec votre accord écrit.

Protection des données

Les documents de travail sont détruits au terme du bilan. Par exception, le document de synthèse et les documents conservés avec votre accord écrit pour les besoins du suivi peuvent être conservés pendant trois ans, conformément à l'article R. 6313-7 du Code du travail. Les pièces administratives et comptables suivent leurs durées légales propres.

Vous pouvez exercer vos droits d'accès, de rectification, d'effacement, de limitation, d'opposition et de portabilité à l'adresse arnaud@yuman.life.

Accessibilité et handicap

Les besoins d'aménagement sont étudiés dès l'entretien préalable et peuvent être signalés pendant le parcours. Le rythme, les modalités, les supports ou le matériel peuvent être adaptés. Si nécessaire, YUMAN mobilise l'AGEFIPH, Cap emploi ou le réseau Ressource Handicap Formation.

RÉFÉRENT HANDICAP

Arnaud BARAËR — 06 66 44 29 40 — arnaud@yuman.life

Réclamations et médiation

Toute réclamation peut être adressée à arnaud@yuman.life ou au siège. Un accusé de réception est envoyé sous trois jours ouvrés et une réponse sous dix jours ouvrés. Après une réclamation préalable non résolue, le consommateur peut saisir gratuitement CM2C — 49 rue de Ponthieu, 75008 Paris — www.cm2c.net — 01 89 47 00 14.

09 — INDICATEURS

Nos résultats

Période observée : du 4 décembre 2025 au 1er septembre 2026

13

PARCOURS TERMINÉS

100 %

RÉALISATION COMPLÈTE

0 %

ABANDON

9,6/10

SATISFACTION

Recommandation moyenne : 9,6/10, calculée sur 8 réponses renseignées. La satisfaction globale est calculée sur 13 réponses.

10 — ACCOMPAGNEMENT

Votre consultant

Arnaud BARAËR est coach carrière, formateur et consultant en bilan de compétences. Entrepreneur depuis plus de vingt ans, il est le fondateur de YUMAN et de YUMANconnect. Il vous accompagne du début à la fin du bilan.

Qualifications principales

- Coach professionnel certifié de niveau 6 — ICI Genève, 2022–2023.
- Formation « Diriger un bilan de compétences » — organisme certifié, 2023.
- Praticien certifié Implicit Career Search® — niveau 2, 2023.
- Certifié pour l'administration et la restitution de tests psychométriques, depuis 2023.
- Praticien coach PNL — ICI Genève, 2023.
- Formation à l'Éducation thérapeutique du patient, 2023.
- Executive MBA Management — CNAM Angers, 2003–2005.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Bilan de compétences YUMAN

FINALITÉ

Mieux se connaître, explorer plusieurs pistes, les vérifier sur le terrain et décider d'un projet professionnel réaliste, avec un plan d'action concret.

ACCOMPAGNEMENT	AUTONOMIE	TOTAL	TARIF	OUTILS
10 h	≈ 14 h	24 h	1 750 €	Tests psychométriques adaptés au parcours

Phase préliminaire — 1 h

S1 · Poser le cadre

- Analyse de la demande, du contexte et des attentes.
- Vérification du caractère volontaire.
- Grille d'analyse partagée de situation : priorités et critères de réussite.
- Présentation de la démarche, co-construction et signature du programme personnalisé.
- Présentation des séances sur mesure.

Phase d'investigation — 8 h

S2 à S7 et 2 séances sur mesure

- **Mieux se connaître**
 - S2 · Relire son histoire : trajectoire, choix déterminants, personnalité.
 - S3 · Mon capital professionnel : réussites, compétences, transférabilité.
 - S4 · Ce qui compte pour moi : valeurs, intérêts, profil cible.
- **Séance sur mesure 1 · Approfondir**, un thème au choix :
 - dire ce qui compte au travail ;
 - mon fonctionnement sous pression ;
 - la place du travail dans ma vie ;
 - ma valeur ajoutée.
- **Explorer les pistes**
 - S5 · De mon profil aux pistes : point de satisfaction à mi-parcours, intérêts, ouverture des pistes.
 - Exploration en autonomie (2 semaines minimum) : 7 à 8 pistes documentées.
 - S6 · Choisir ses pistes : 2 ou 3 pistes retenues, préparation de l'enquête.
- **Vérifier sur le terrain**
 - Enquête (2 à 3 semaines) : rencontres de professionnels.
 - S7 · Valider ma piste prioritaire : analyse de l'enquête, contraintes, faisabilité.
- **Séance sur mesure 2 · Préparer la suite**, selon ce qui émerge :
 - sécuriser mon projet : budget, risques, plan de repli ;
 - faire évoluer mon poste : préparer l'échange avec l'employeur ;
 - à défaut, une seconde séance « Approfondir » ou une séance pour revenir sur une étape.

Phase de conclusion — 1 h

S8 · Conclure et m'engager

- Appropriation des résultats ; validation du projet principal et des alternatives.
- Formalisation du plan d'action : étapes et échéances.
- Présentation, relecture, validation et remise du document de synthèse.
- Planification du point de suivi à 6 mois.

Travail autonome indicatif — ≈ 14 h

Activités guidées sur YUMANconnect®, entre les séances

- Questionnaire biographique et inventaire des expériences : ≈ 2 h.
- Passation des tests psychométriques : ≈ 2 h.
- Exercices réflexifs (compétences, valeurs, motivations, fonctionnement) : ≈ 2 h.
- Exploration et documentation de 7 à 8 pistes : ≈ 3 h.
- Préparation, réalisation et compte rendu de l'enquête métier : ≈ 3 h.
- Préparation du plan d'action et relecture de la synthèse : ≈ 2 h.

Les séances sur mesure et le rythme sont ajustés selon les besoins du bénéficiaire. Les ajustements sont notés et signés dans le suivi du bilan.

NOUS CONTACTER

YUMAN — SASU ABEA

2 rue de la Vendée, 44115 Haute-Goulaine

06 66 44 29 40 · contact@yuman.life · www.yuman.life

Identification

- SIRET : 897 748 513 00016
- Code NAF : 7022Z
- RCS : 897 748 513
- NDA : 5244113044 auprès du préfet de la région Pays de la Loire. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.

Certification Qualiopi

ABEA est certifiée par QUALITIA Certification selon le Référentiel national qualité.

- Certificat n° 24FOR03110.1.
- Première certification : 6 décembre 2024.
- Validité : du 6 décembre 2024 au 5 décembre 2027, avec audit de surveillance du 18 septembre 2026.
- Catégories couvertes : actions de formation et bilans de compétences.
- Site certifié : 2 rue de la Vendée, 44115 Haute-Goulaine.

CERTIFICATION QUALITÉ

La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION ; BILANS DE COMPÉTENCES. Elle ne constitue ni un agrément de l'État ni une garantie de résultat individuel.