

LE BILAN DE COMPETENCES

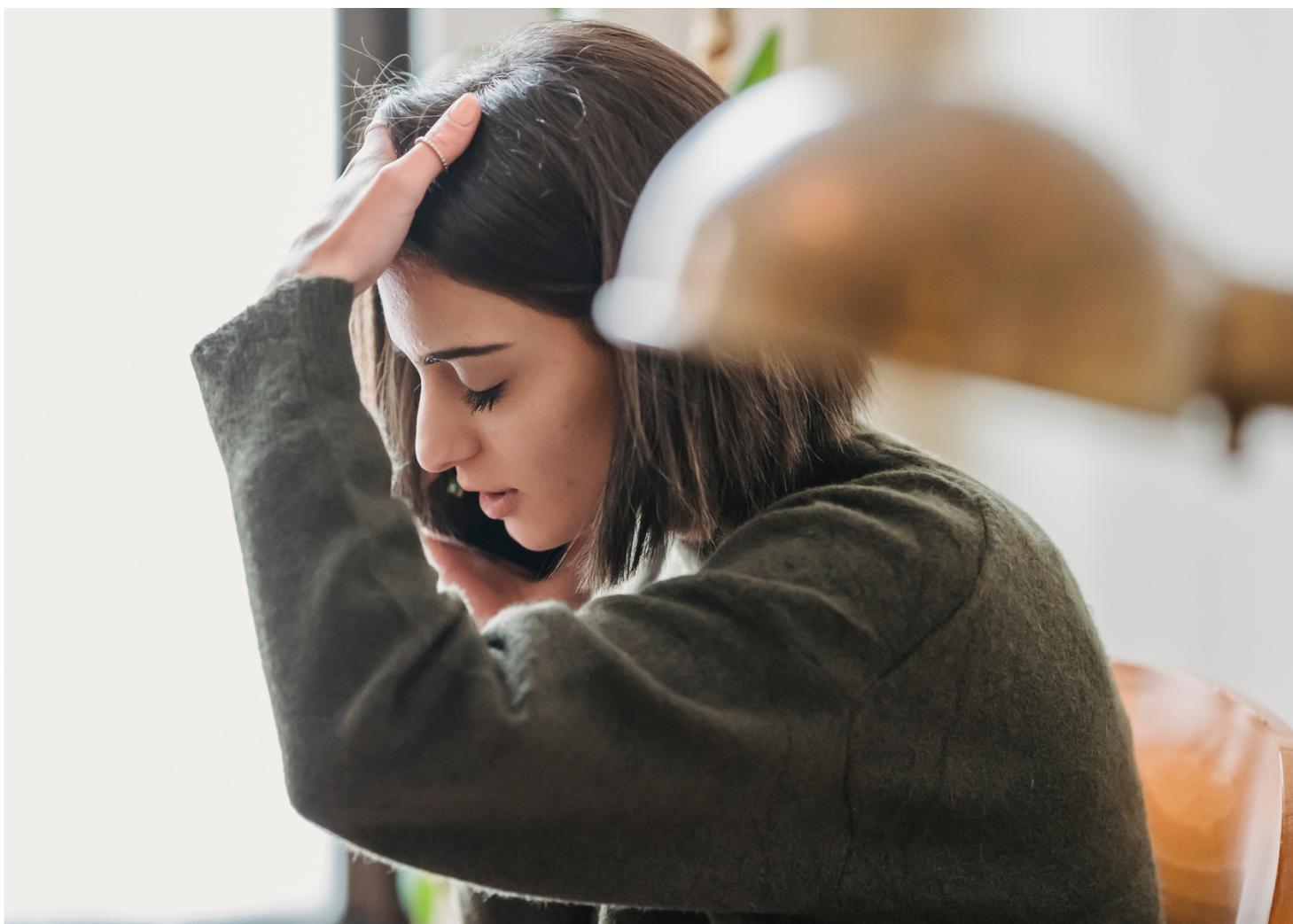
Vers un nouvel horizon professionnel

AVEC MERAKI



Meraki





## LA VIE NOUS BOUSCULE

Tout changement dans notre vie, qu'il soit décidé ou subi, est potentiellement génératrice d'angoisse par le seul fait qu'il nous projette dans un avenir inconnu par définition.

## ET NOUS CHALLENGE ...

Nous ne sommes pas égaux devant cette source d'inconfort. Notre gestion de ses conséquences dépend de notre mental, de notre parcours de vie, de la qualité du soutien de notre entourage.



## JE NE M'ÉPANOIS PLUS DANS MON ACTIVITÉ

Des conditions de travail qui se dégradent, une position hiérarchique fragilisée, des tensions entre collaborateurs, une situation qui m'échappe : le doute s'installe, la motivation s'estompe, l'envie disparaît.

Que je sois salarié ou chef d'entreprise, ma confiance en moi se fissure, ce qui modifie mon attitude, et par conséquent celle de mon entourage.

Un cercle vicieux se met en place. Je pars au travail la boule au ventre...

**Licenciement, rupture conventionnelle, démission... quelque soit la raison, je suis sorti du monde des actifs.**

**Il s'agit de retrouver un poste en adéquation avec mes compétences, et, plus encore, avec mes envies et mes talents.**

**Mais ai-je réellement conscience de mes atouts ?**

**Saurai-je transformer ma disponibilité temporaire en formidable opportunité de mettre ma future activité en accord avec mes aspirations profondes ?**



**JE CHANGE D'ACTIVITÉ**

C'est décidé !

Je crée ma propre structure.

Devant le mur d'incertitude et l'ampleur de la tâche, les questions fusent:

Vais-je y arriver ?

Comment anticiper les zones de progrès ? Est-ce que j'ai les compétences nécessaires ?

Comment dépasser mes peurs ?



**JE CRÉE MON ACTIVITÉ**

**JE VIS UNE DE CES  
SITUATIONS ?**

**Je veux m'épanouir dans  
mon travail !**

**Je veux changer  
d'activité !**

**Je veux créer mon  
entreprise !**



**IL EST TEMPS DE  
PRENDRE MON  
ENVOL !**

# LA RÉPONSE ?

# UN BILAN DE COMPÉTENCES



UN BILAN DE  
COMPÉTENCES ...  
... AUTREMENT !



# 7 HEURES

d'accompagnement  
individuel sur-mesure



# 14 HEURES / 2 JOURS

de stage collectif dans  
un environnement  
exceptionnel

# Phase 1 : Etape initiale

## L'accompagnement individuel en amont

- Nous recueillons vos attentes et créons l'indispensable lien de confiance
- Nous identifions le contexte et le point de rupture initial
  - Situation et parcours professionnel
  - Description et évaluation de votre poste actuel ou de celui que vous venez de quitter
- Nous qualifions la nature de votre demande : envie, besoin ou nécessité de changement
- Nous clarifions vos motivations
- Nous précisons votre objectif professionnel initial

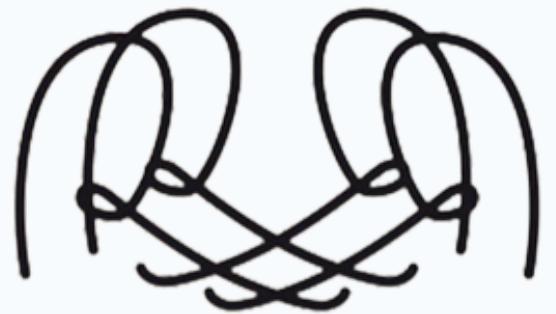
4 heures



# Phase 2 : Révélez vos talents

dans un cadre incroyable !





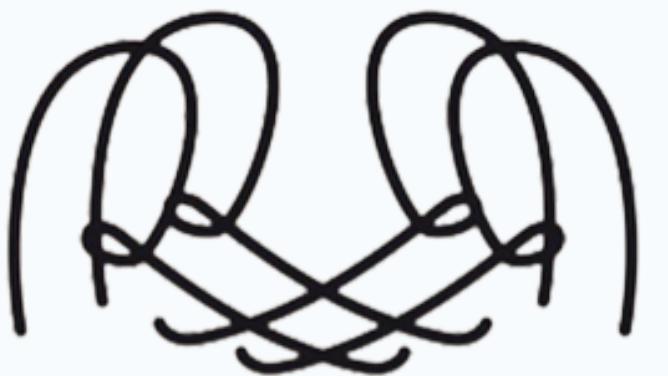
Régis Frères

## LE STAGE A VIDAUBAN AU DOMAINE RÉGIS FRÈRES

- A 1h15 de Nice.
- Domaine niché au milieu de 6 hectares de vignes.
- Galerie d'Art, artistes en résidence
- Musique, peinture, sculpture, théâtre, relaxation ...



**PHASE 2 : 2 JOURS  
EN PLEINE NATURE  
EN PENSION  
COMPLÈTE**



Régis Frères

## LE STAGE A VIDAUBAN AU DOMAINE RÉGIS FRÈRES

- Chambres doubles et individuelles
- Le cachet de l'authenticité
- Cuisine familiale, produit frais et de saison
- Le spot idéal pour conjuguer efficacité et sérénité



## Phase 2

### Le stage de 2 jours à VIDAUBAN

#### ● PARTAGE

Un groupe de huit stagiaires maximum pour enrichir sa réflexion de multiples expériences et capitaliser sur l'intelligence collective

#### ● DÉCONNECTION

Un environnement unique pour lâcher-prise et se recentrer dans une forme d'équilibre entre besoins personnels et projet professionnel



... se ressourcer, retrouver une dynamique saine...

## Phase 2

### Au cœur de votre projet

#### ● PRODUCTIVITÉ

Un concentré de travail sur soi avec un binôme d'encadrement dédié, pour le meilleur rapport temps/efficacité.

#### ● CRÉATIVITÉ

Toutes les formes d'expression artistique et sensorielle sont à portée de main. Musique, arts plastiques, littérature, théâtre, gastronomie



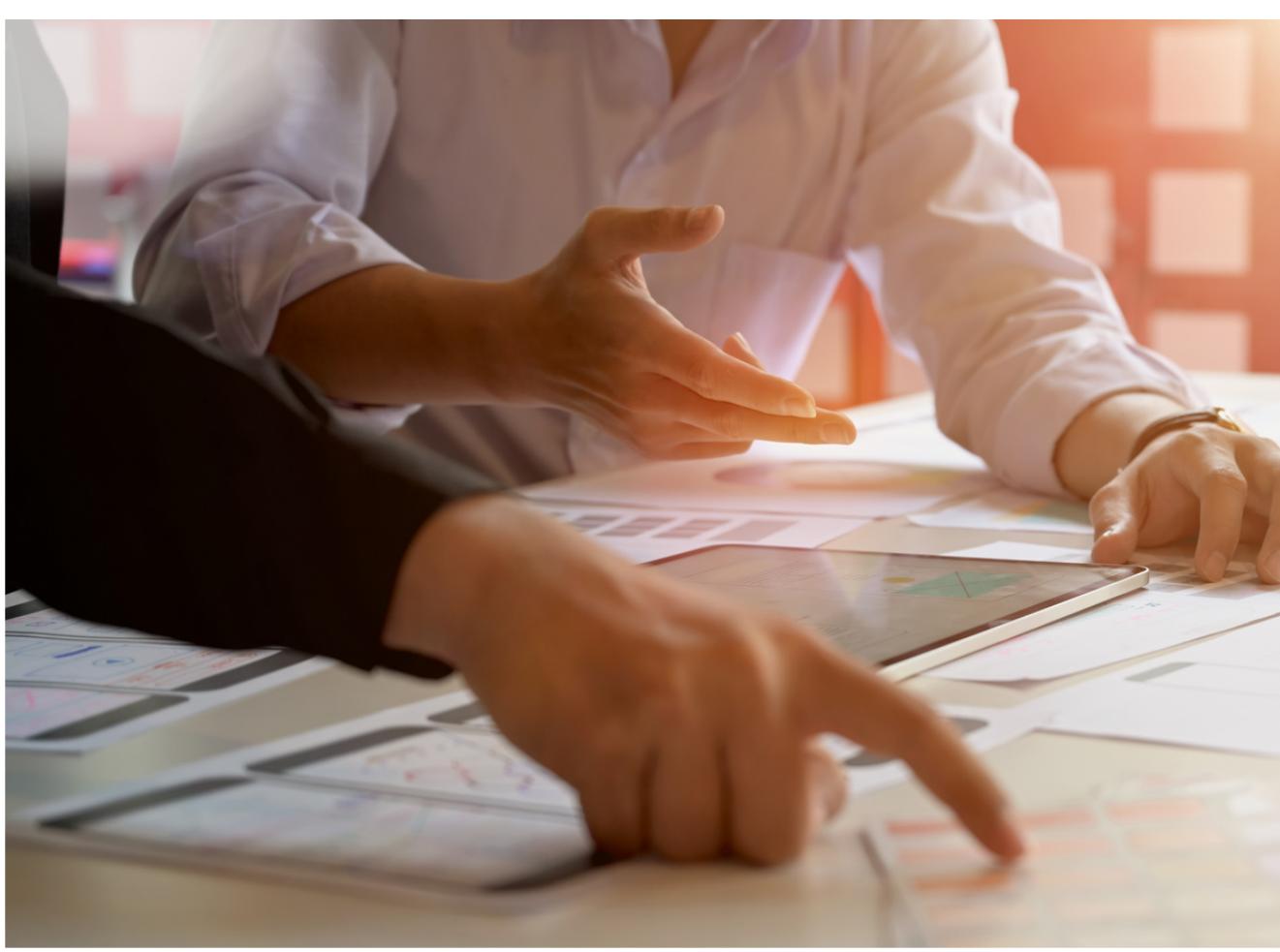
... se découvrir d'incroyables talents

Dans un cadre idéal pour se poser et se recentrer, le premier jour sera consacré à faire le point sur :

- Mes ressources internes:
  - Valeurs personnelles
  - Talents
  - Compétences professionnelles
  - Savoir-être professionnel
- Mes ressources externes
  - Entourage personnel et professionnel
  - Pression sociale ou éducative
  - Soutien, mentorat

## Phase 2

### 2 jours en immersion



JOUR 1  
7 HEURES

Le deuxième jour est consacré à la mise en perspective de mes talents.

- Je définis les options possibles et je les approfondis
- Je valide mon objectif professionnel réel et sa compatibilité avec les ressources internes et externes que j'ai identifiées pendant le jour 1.
- J'analyse et j'identifie les écarts
- J'établis mon plan d'action
  - Objectif
  - Etapes
  - Timing

## Phase 2

### 2 jours en immersion



JOUR 2  
7 HEURES

# EN INDIVIDUEL

De retour de stage, ce sont trois heures d'accompagnement qui vont me permettre de rentrer dans l'opérationnel de mon plan d'action:

- **Mobilisation de mes ressources externes**
  - Réseau professionnel
  - Entourage personnel
  - Formations et accompagnement
- **Avec mon coach, je fais la synthèse du bilan et je suis mon plan d'action.**

Laché dans la nature? Bien sûr que non. Le suivi est réel. Trois mois plus tard, on se revoit pour faire le point.

## Phase 3

### Plan d'action et synthèse



3 HEURES

# L'EQUIPE

## Le maître d'œuvre



**Laurence RUBIO  
NAWROSKI**  
Dirigeante de MERAKI  
Coach et formatrice



**Fabrice ROY**  
Dirigeant  
d'Excellence Expérience  
Client

## Les partenaires



**Jean-François REGIS**  
Propriétaire  
au Domaine  
Régis Frères

# Laurence Rubio Nawroski

## Dirigeante de MERAKI Coach et formatrice



Titulaire d'un diplôme d'Etat d'infirmière, d'une certification en neuro-pédagogie obtenue auprès de l'université de Harvard, Laurence Rubio Nawroski s'est spécialisée en intelligence émotionnelle et gestion du stress à l'UAM de Madrid. Coach certifiée en programmation Neuro Linguistique à Palo Alto, elle crée Meraki afin de développer auprès des professionnels une pédagogie sur-mesure dans l'épanouissement et la qualité de vie au travail.

[En savoir plus...](#)

# Fabrice Roy

## Dirigeant d'Excellence Expérience Client

### "Les Clés du Savoir Être"



Titulaire d'un Master Finance à Neoma Business School, Fabrice Roy a mené une carrière de Directeur Exécutif à l'international et il a dirigé les centres de formation d'Alain Ducasse. Il met ensuite son expérience au service du journalisme et de la formation. Auteur, acteur et metteur en scène, il se spécialise dans le coaching d'équipe et les enjeux de la relation-client.

Il est également professeur de communication à l'Université de Nice Côte d'Azur.

[En savoir plus...](#)

# Jean-François Régis

## Propriétaire au Domaine Régis-Frères



Cet architecte paysagiste a créé dans le monde entier d'incroyables espaces où prévalent l'harmonie, la fonctionnalité et la coexistence esthétique entre la nature et l'humain.

Il accueille ses visiteurs dans le domaine familial, ancienne magnanerie du 18ème siècle transformée en véritable galerie d'art.

[En savoir plus...](#)

# Les plus du bilan de compétence MERAKI

- **La phase de préparation en amont**

- En partant de la spécificité de ma situation, les coachs créent un parcours réellement personnalisé

- **L'écoute active**

- Pour les coachs de Meraki, c'est une réalité, pas une formule commerciale...

- **La bienveillance**

- Personne n'est dans le jugement
  - On tient compte du contexte qui est le mien

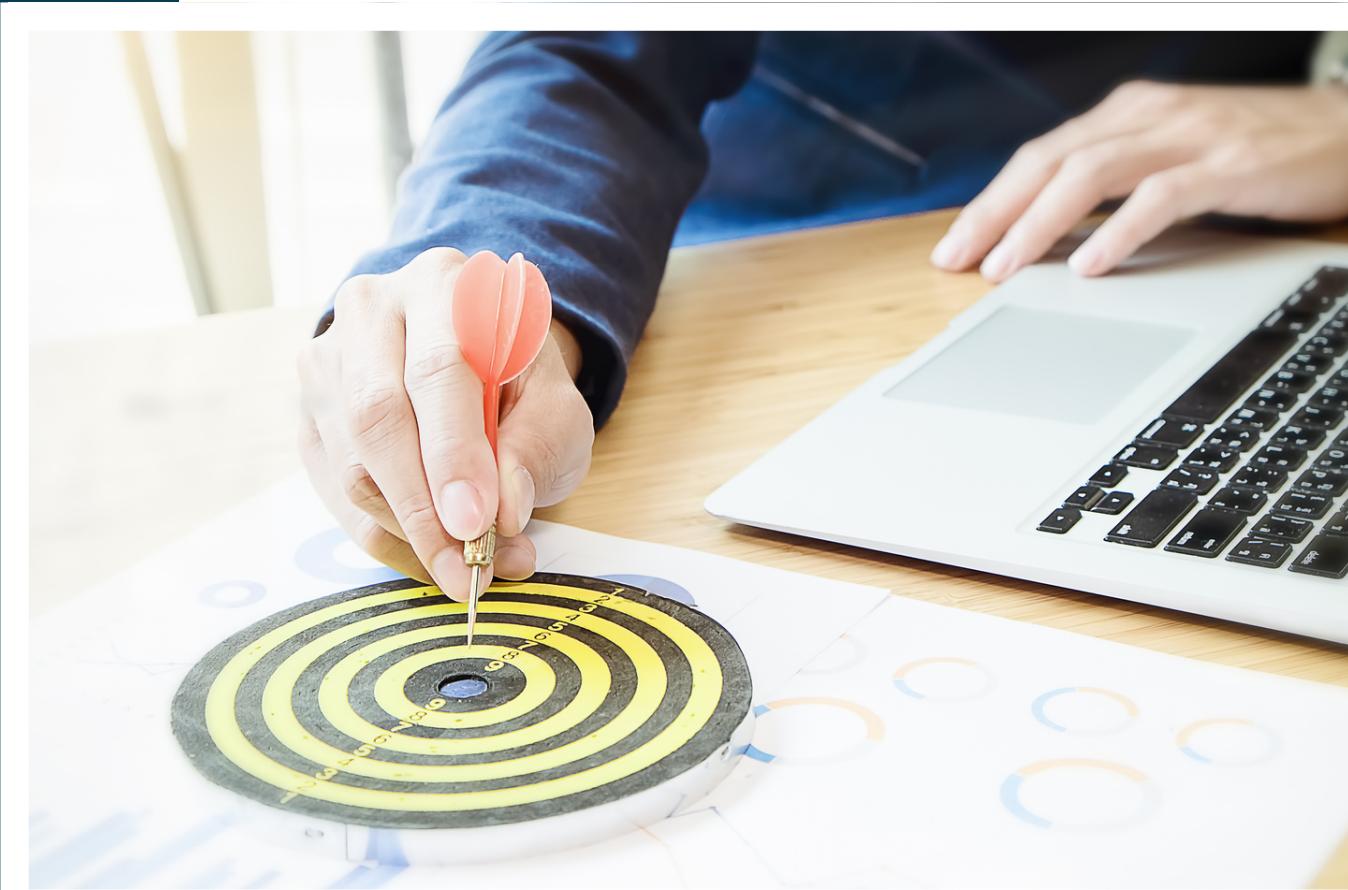
- **L'Analyse**

- On utilise et on interprète des outils performants qui m'aident à mieux me connaître...



# Les plus du bilan de compétence MERAKI

- **Je renforce ma motivation**
  - Certes, on regarde un peu dans le rétro. Mais on se concentre surtout sur mes talents et la meilleure façon de les mettre en valeur.
- **Je valide mon objectif**
  - On s'aperçoit souvent que notre objectif initial n'était pas le bon. C'est toute la puissance du bilan de compétence de Méraki que de me faire découvrir ce que je souhaite vraiment.
- **J'ai mon plan d'action personnel**
  - C'est le mien et c'est du sur mesure
- **Je suis suivi**
  - On fait systématiquement un point d'étape et mon coach me connaît.



# Les plus du bilan de compétence MERAKI

- La combinaison accompagnement individuel et stage
  - Une opportunité unique de rencontres, d'échanges, de retours d'expérience.
- Un stage systématiquement animé par un binôme de coachs professionnels de haut niveau.
  - Une prise en charge individuelle avec la force du collectif.
- Un environnement incroyable pour deux jours inoubliables:
  - Les vignes, le musée, la musique, la peinture
  - Une rencontre avec les artistes en résidence
  - Un hébergement et des repas de qualité



# Les plus du bilan de compétence MERAKI

- Accompagnement assuré par des coaches professionnels certifiés, formés en programmation Neuro Linguistique et Neurosciences
- Meraki Formation est certifiée Qualiopi
- Cette offre est éligible à Mon Compte Formation
- Pour les salariés, financement avec l'aide du CPF (Compte Personnel de Formation)
- Pour les dirigeants ou entrepreneurs indépendants, financement possible par les OPCO



# Tarif et prestations

Option résidentielle au domaine Régis Frères à Vidauban :

- Comprend
  - L'ensemble du programme
  - La pension complète pour 2 jours dont 4 pauses, 2 déjeuners, un dîner, chambre single et 1 petit déjeuner
  -
- Ne comprend pas:
  - Les frais de déplacement vers et depuis Vidauban (covoiturage possible)



# Renseignements et inscriptions

Je prends mon envol avec le  
bilan de compétences  
"Autrement" de Meraki !

C'est parti !





*Meraki*

MERAKI | 38 Bis Boulevard Victor HUGO NICE (06000) 06000 | Numéro SIRET: 89920724500015 |  
Numéro de déclaration d'activité: 93060923806 (auprès du préfet de région de: PACA)

Version 1.1 Mis à jour le 04/01/2022