

# Bilan de compétence

## Trouver sa voie... Transformer sa vie ! - 5 jours

---

### Contrat de formation

#### Entre

L'association Jardin Gourmand, représentée par Gérard Verret, formateur et président,  
Association répertoriée à l'INSEE sous le N° 501 324 750 00014  
Enregistrée au titre de la formation professionnelle sous le N° 42 67 03913 67,  
exerçant ses activités de formation sous l'enseigne "Ecole Buissonnière ©"  
Certifiée **DataDock** et référencée **Carif-alsace**  
Dont le siège est 3b, rue de Bassemberg – 67220 Lalaye

Et (*nom du stagiaire*)

.....

#### est conclu

le présent contrat de formation, application du livre IX du Code du travail, et en particulier de l'article L920-13.

#### Article 1 - Durée de l'action de formation et lieu

La formation se déroulera sur la période du            au  
Le module central de cinq jours correspond à une durée de 35 heures dont 24 heures pour le bilan de compétences proprement dit  
16 heures viennent en complément principalement au titre de la culture générale économique dans les domaines alternatifs et de la connaissance de soi.  
Ce module central est précédé d'un échange préalable individuel et mise en route de la collecte des premiers éléments qui seront nécessaire pour la suite ; compter environ 2 heures  
Il est suivi, selon les besoins, d'un complément individuel d'accompagnement de 4 heures.  
Lieu : 3b, rue de Bassemberg – 67220 Lalaye (Vallée de Villé)

#### Article 2 – Objectifs pédagogiques

##### Objectifs définis par Pôle Emploi

Trouver un emploi ou simplement faire le point : cela nécessite d'inventorier vos aspirations, vos expériences, vos connaissances, votre savoir-être et votre savoir-faire. C'est ainsi qu'il sera alors possible d'identifier les pistes pour construire votre projet professionnel.  
Vous accompagner pour "faire le point" et mieux vous projeter dans l'avenir. Vous aider à traverser une période difficile. Vous accompagner pour traverser une période de transition.

##### Complément pour un élargissement

Approfondissement du volet "connaissance de soi" pour arriver à un projet harmonieux conciliant vie personnelle et vie professionnelle.  
Volet "culture générale dans les domaines alternatifs" en matière économique, administrative, financière, juridique, commerciale, etc. pour mieux comprendre l'environnement d'une activité salariée et a fortiori, indépendante.

#### Article 3 – Compétences visées

##### Acquis évoqués par Pôle Emploi

Connaissance de soi  
Connaissance de l'environnement  
Confiance en soi  
Elaboration d'une autre image du rapport au travail  
Motivation et outils pour poursuivre, de la manière la plus autonome possible, l'élaboration d'un projet professionnel clair et réaliste

##### Complément

Ce programme visant une véritable "maturation professionnelle" permet aux personnes rêvant d'activités à caractère écologique de faire la part du fantasme et du réalisable. La perspective de sa concrétisation demande une bonne connaissance des multiples expériences et ressources dans les démarches alternatives, bien au-delà du seul domaine de l'économie sociale et solidaire.

## **Article 4 – Le programme**

### **Contenu défini par Pôle Emploi**

Définir vos besoins

Analyser vos motivations, recenser vos aspirations, identifier vos talents et compétences, esquisser vos possibilités d'évolution professionnelle.

Etablir un projet professionnel avec le recensement précis des diverses étapes nécessaires.

Synthèse et plan d'action pour l'après-stage

### **Complément**

Mécanismes du changement

Approfondissement du travail de connaissance de soi

Culture générale économique, particulièrement dans les domaines alternatifs

## **Article 5 – Public visé**

Toute personne en recherche d'emploi, mais aussi celles ne supportant plus leur vie professionnelle ou personnelle, ressentant le besoin d'un changement et s'interrogeant sur la nécessité de faire de nouveaux choix plus en harmonie avec leurs valeurs.

## **Article 6 - Les pré-requis**

Aucun pré requis.

## **Article 7 – La progression pédagogique**

La formation alternera les réflexions générales sur la thématique du changement avec l'utilisation de supports permettant de faire émerger ses rêves, ses talents, ses compétences, ses passions en vue d'identifier ou d'affiner un projet de vie. A ce propos, le travail en groupe est d'une précieuse richesse. Les outils opérationnels pour incarner ses aspirations sont présentés en fin de stage.

Synthèses régulières : chaque soir avec une FIP Feuille d'Incitation Personnelle, et surtout en fin de stage avec un PAP Plan d'Action Personnalisé accompagné d'un rétro-planning précis. Suivi après le stage dans le cadre d'un groupe de discussion et par entretiens individuels selon les besoins.

A préciser que le déroulement de la semaine prend en compte les trois phases habituelles propres aux bilans de compétences, à savoir :

1. Phase préliminaire de définition des besoins
2. Phase d'investigation en vue d'identifier les compétences et talents du bénéficiaire :
3. Phase de conclusion avec entretiens personnalisés et remise du document de synthèse.

## **Article 8 – Les moyens pédagogiques**

### **• Les exposés et discussions**

Le stage développe les réflexions sur la démarche de changement, inventorie les motivations à la lumière des valeurs de référence personnelle et des opportunités économiques. Exploration des pistes pour concilier épanouissement personnel, respect de l'environnement et efficacité économique. Présentation des outils pour monter un projet et clarifier ses dispositions personnelles au regard du changement. Informations générales pour porter un regard neuf sur son activité de salarié ou sur la perspective de création et de fonctionnement d'une entreprise.

### **• Les ateliers**

Des ateliers vont permettre à chacun de faire le point sur ses aspirations ; les réflexions partagées seront essentielles pour créer une dynamique visant à renforcer sa motivation, à surmonter ses peurs, à faire confiance à son potentiel, etc. Projection de courtes vidéos inspirantes.

### **• Les photocopiés**

Ils sont nombreux –plus d'une centaine- à disposition selon les centres d'intérêt des stagiaires. Ils disposent ainsi de ressources documentaires en fonction de leurs besoins présents et à venir pour être en mesure d'affiner l'émergence de leur projet ou de l'ajuster en fonction de nouveaux paramètres. La multiplicité des documents permet ainsi de répondre à des centres d'intérêt et des besoins variant d'un stagiaire à l'autre. Une partie est remise en version papier tandis que le reste est à télécharger selon les besoins particuliers de chacun.

### **• Reportage et suivi après stage**

Mise en place d'un cercle de discussion afin de suivre l'évolution des projets des stagiaires, la mise en œuvre de leurs résolutions et de répondre à leurs questions.

Les questions susceptibles de rester en suspens à la fin de la semaine pourront, si nécessaire, être abordées individuellement après le stage dans la limite d'une demi journée.

## **Article 8 – Les moyens d'évaluation**

Le contrôle des connaissances et le suivi de la progression du projet professionnel s'effectuent au fur et à mesure des échanges, puis par un "bilan" chaque soir (Fiche d'Incitation Personnelle) puis par un "bilan" de fin de stage (Plan d'action Personnalisé) avec retroplanning identifiant toutes les actions à conduire dès le retour. Chaque fois, partage au niveau du groupe et ajustements individuels. Les divers ateliers sont autant d'occasions de mettre immédiatement en application les outils présentés : certains pourront constituer des supports à reprendre après le stage.

Les repas réalisés dans l'esprit du stage sont aussi une excellente occasion d'apprécier l'intégration dans le quotidien des grands principes du vivant qui sont par ailleurs source d'inspiration pour la définition du concept de l'entreprise « naturelle » ou « symbiotique ».

Sanction de la formation : une attestation de stage sera délivrée.

## **Article 9 - L'encadrement de l'action de formation**

Toute la formation est dispensée par Gérard Verret, concepteur et fondateur de l'association Jardin Gourmand. Ses actions de formation se déroulent dans le cadre de son affiliation au réseau Alsace Nature. Il exerce par ailleurs une activité agricole de ramasseur et transformateur de plantes sauvages. Il propose également des repas pédagogiques dans le cadre de sa table d'hôtes. Il est formateur auprès de groupements professionnels et de diverses structures de formation. Il a exercé pendant 30 ans comme expert-comptable et commissaire aux comptes libéral. Ce parcours est complété par une nouvelle période de 30 ans consacrée à l'exploration de multiples activités à caractère écologique. Ces compétences et ces expériences en font un animateur pluridisciplinaire à même d'assurer le suivi continu des stagiaires.

## **Article 10 - Effectifs concernés par l'action de formation**

La session accueille un maximum de 8 stagiaires.

## **Article 11 – Rétractation**

Dans le délai de dix jours à compter de la signature du contrat, le stagiaire peut se rétracter par lettre recommandée avec accusé de réception. Si, par suite de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre la formation, le contrat peut être résilié. Dans ce cas, seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au contrat. Aucune somme ne peut être exigée du stagiaire avant l'expiration du délai de rétractation prévu à l'alinéa précédent. Il ne peut être payé à l'expiration de ce délai une somme supérieure à 30 p. 100 du prix convenu. Le solde sera à régler lors de la formation.

## **Article 12 - Modalités de paiement ainsi que conditions financières prévues en cas de cessation anticipée de la formation ou d'abandon en cours de stage.**

Le coût est de 600 euros : cette somme sera à régler comme suit :

- Un acompte de 30%, soit 180 euros à l'inscription, après le délai de rétractation de 10 jours.
- Le solde, soit 420 euros pendant le stage. Un échelonnement est possible.

En contrepartie de cette somme, l'organisme de formation s'engage à réaliser l'action prévue dans le cadre du présent contrat. A noter que ce tarif « modique » est rendu possible grâce aux interventions bénévoles de l'animateur

Si le stage ne se déroulait pas jusqu'à son terme, les frais ne seraient pas dus.

Fait le

Signature du stagiaire

Signature du représentant de l'organisme de formation



**JARDIN GOURMAND**  
3b, rue de Bassemberg  
67220 LALAYE  
Tél. 03 88 58 91 44

# Programme

Contenu
<b>Présentation générale</b>
Introduction
<ul style="list-style-type: none"><li>• Déroulement logistique du stage</li><li>• Présentation du plan de la semaine</li></ul>
Programme détaillé
Liste des photocopiés de base
Liste des histoires
Liste des annexes
Liens vers le blog pour articles complémentaires
Liens vers les vidéos diffusées en cours de stage
<b>I - Connaissance des mécanismes du changement Connaissance de soi</b>
<b>Introduction au changement</b>
Ikigai en introduction
Le changement, manifestation de la magie de la vie
Retrouver son enfant intérieur
Développer son énergie créatrice
<b>Les obstacles à la créativité</b>
Le poids du cadre de référence
Autres manipulations entravant notre liberté
L'estime de soi
Les émotions
Nos modes de fonctionnement
Les peurs
<b>Les énergies-complices de la créativité</b>
La force inspirante de l'amour : l'authenticité
La danse avec les forces de vie
<ul style="list-style-type: none"><li>• La confiance</li><li>• Le lâcher-prise</li><li>• La persévérance</li></ul>
Les retrouvailles avec la vie
La présence
L'attention
Le corps
Changer de regard
L'étonnement, émerveillement, gratitude
Définir sa juste place

## Les mécanismes du changement

Le changement et la vie

Pourquoi devrions-nous changer ?

Changement intérieur

Changer à quel rythme ?

Late bloomer

Le changement... une opportunité

Le plus grand risque de votre vie

**II - Identification des aspirations, des attentes,  
des contraintes, des obstacles**  
**III - Compétences, talents et activité à identifier**

## Identification de vos valeurs et souhaits

Pour une nouvelle vie épanouie

Valeurs écologiques

Inventaire des valeurs fondamentales

## Partir à la rencontre de votre projet de vie

Exercice affirmations positives

Identifiez vos compétences

Trouvez vos talents

Cultivez vos rêves

Capacités de visualisation et projection

Utilisation de la "carte mentale"

Imaginez une vie réussie

Organisation idéale de mon travail

L'essence de ce qui vous anime

A la recherche d'idées

Où et Qui ?

Comment ?

Quoi ?

Boîte à idées

Mission de vie et vocation

Ikigai en synthèse

## IV - Culture générale

### Culture générale économique

Le concept de l'entreprise naturelle

Fonctionnement durable

Economie circulaire

Economie non violente

Economie sociale et solidaire

Financements participatifs

Transition

Economie symbiotique

Circuits de commercialisation alternatifs

## **Culture générale en matière de relations**

Nouvelles formes de gouvernance : sociocratie, holacratie...

Communication non violente

Intelligence collective

Education alternative et pédagogie de la coopération

## **Culture générale touristique**

Les domaines d'activité touristique

Notion d'éco-tourisme

Labels éco-tourisme

Avantages et contraintes des activités agri-touristiques

## **Culture générale agricole : les écoles**

Agroécologie

Biodynamie

Agrologie

Le jardin en mouvement et Gilles Clément

Permaculture ou agriculture permanente

Agriculture énergétique

Agroforesterie

Activités agricoles-SMI

## **Culture générale agricole : les mises en pratique**

Le centre de Terre et Humanisme

Le centre des Amanins

La Ferme du Bec-Hellouin

La Ferme du Bouchot

Le centre de Terre Vivante

La Ferme Ste Marthe, etc.

## **Culture générale : sources de documentation**

Repères pour donner du sens

Personnages inspirants

Magazines intérêt général

Magazines orientation développement perso

Magazines orientation écologie

Documentation botanique et agricole

Associations sauvegarde plantes anciennes

Associations écologie autres

Fondations

La démarche bénévolat : formation et recherche de sa voie

Divers

## **Spécificités d'une activité indépendante**

Les qualités d'un chef d'entreprise : la volonté d'entreprendre, l'aptitude à se dépasser et l'esprit d'initiative, la ténacité, le sens du risque, la capacité de décision, la capacité à s'automotiver, la capacité de travail

Evaluation des multiples compétences

<b>Culture générale gestion</b>
Des outils de gestion propres à une démarche écologique
Culture générale comptable et administrative
Financement et partenaires
<b>Options juridiques</b>
Création, reprise, location ou franchise
Projet individuel, de couple, en équipe, associés et partenaires
Projet collectif, environnement éco-village ou autre.
Cluster
Statut juridique, fiscal, social et patrimonial
Régime de l'auto-entrepreneur
Couveuses, pépinières, incubateurs
<b>V - Le projet professionnel Salarié ou indépendant</b>
<b>Montage du dossier activité indépendante</b>
<b>Les multiples paramètres</b>
Définir ses objectifs : méthode SMART
Etude de marché
Moyens humains et investissements
Prévisions financières et outils de gestion
De quelles bases dispose-t-on ? Atouts et points à améliorer.
Le passage de l'ancien au nouveau : transition envisagée ?
Matrice SWOT : forces et faiblesses – opportunités et menaces
Montage financier
Stratégie marketing, commerciale et de développement
Publicité et communication
Fournisseurs et bonnes adresses
La mise en route et formalités
Engagements avec rétro-planning
<b>Synthèse business plan</b>
Validation des options envisagées
Ebauche d'un Business plan
Elaboration d'un Suivi-évaluation de projet
Abandon de l'option "indépendant" pour une activité salariée
<b>Projet professionnel salarié</b>
Matrice SWOT
Engagements pour concrétiser
Comment identifier les employeurs potentiels
Comment communiquer : rédaction CV, etc.
<b>Conclusion</b>
Les outils pour assurer le suivi
Mise en place groupe de discussion
Bilan et évaluation // Conclusion