

---

## SOLUTIONS POUR LES PARTICULIERS

---

**Soutenir les transitions professionnelles :  
Des moteurs d'épanouissement et de quête  
de sens**

**Des accompagnements pour chaque étape du parcours professionnel et personnel.**

- **Bilan de compétences sur mesure** : explorer de nouvelles perspectives d'évolution, en interne comme en externe.
- **Coaching sur mesure** : accompagner les étapes clés de votre parcours pour un retour à la sérénité
  - Coaching après une longue absence
  - Coaching après un choc ou un licenciement professionnel
  - Coaching pour (ré)inventer sa retraite - Ma retraite clé en main
  - Coaching de transition

# BILAN DE COMPÉTENCES

## Le bilan de compétences : un tremplin pour ouvrir de nouvelles perspectives

Offrez-vous l'opportunité de révéler votre potentiel et de construire un équilibre durable entre sens et réussite.

### Vos bénéfices :

Pour mieux se projeter et s'épanouir dans leur carrière :

- Se connaître, clarifier son projet et avancer vers ses aspirations.
- Révéler ses talents et construire un parcours professionnel épanouissant.
- Explorer ses ressources, définir ses objectifs et réussir sa transition.
- Retrouver confiance, définir ses priorités et donner un nouvel élan.
- Prendre du recul pour construire un avenir professionnel équilibré et durable.



Indicateurs : mise à jour décembre 2025

PRISMAVIE RH : Révélez votre potentiel, colorez votre avenir

Chacun son parcours, chacun son bilan de compétences:

- Bilan de compétences classique : pour se reconvertis ou simplement faire le point
- Bilan de compétences burn out : pour prévenir ou rebondir l'épuisement
- Bilan terre de compétence : pour entrer, évoluer ou sortir dans le secteur agricole et agroalimentaire
- Bilan Santé de compétences : pour entrer, évoluer ou sortir dans le secteur santé
- Bilan de compétences Spécial senior : pour les profils expérimentés

## **SOLUTIONS DE COACHING**

### **Coaching après une longue absence: burn-out, maladie**

Revenir à soi, retrouver son énergie.

Maladie, épuisement professionnel, surcharge mentale, perte de sens... il y a souvent un avant et un après.

#### **Vos bénéfices :**

Retrouver sa juste place après une période de transition, avec confiance et sérénité.

- Se reconnecter à soi et à ses besoins essentiels.
- Retrouver énergie, confiance et estime de soi.
- Redéfinir son rapport au travail et ses priorités.
- Préparer un nouveau départ aligné et serein.

### **Coaching après un choc ou un licenciement professionnel**

Rebondir et redonner du sens à son parcours.

La perte d'un emploi est souvent vécue comme une secousse : identité professionnelle, sécurité, estime de soi.

#### **Vos bénéfices :**

- Accueillir et dépasser le choc émotionnel du licenciement.
- Retrouver confiance en ses compétences et en son potentiel.
- Redonner du sens à son parcours professionnel.
- Construire un nouveau projet motivant et réaliste.

## Coaching pour (re)inventer sa retraite

Donner du sens à cette nouvelle étape de vie.

La retraite bouleverse les repères du quotidien. Ce n'est pas seulement la fin d'une carrière : c'est aussi un moment pour redéfinir sa place, ses envies, son équilibre.

### Vos bénéfices :

- Transformer la retraite en terrain d'expérimentation et de découvertes.
- Réactiver ses passions et cultiver de nouvelles sources d'élan.
- Créer un quotidien aligné avec ses valeurs et aspirations.
- Ouvrir un nouveau chapitre de vie, libre et inspirant.

Pour aller plus loin : [ma retraite clé en main](#), un accompagnement spécialement conçu avec une experte retraite.

## Coaching classique : grandir, s'épanouir, progresser

Développement personnel, professionnel et réalisation de soi.

Mieux vous connaître, développer vos talents et construire la vie que vous souhaitez, dans tous les domaines : professionnel, personnel ou relationnel. Ce coaching s'adresse à vous si vous souhaitez progresser, gagner en confiance et atteindre vos objectifs, sans attendre un événement particulier de transition.

### Vos bénéfices :

- Mieux vous connaître et identifier vos forces et vos talents.
- Définir des objectifs clairs et motivants.
- Développer votre confiance en vous et votre autonomie.
- Apprendre à gérer vos émotions et votre stress.

# ENGAGEMENT / EXPERTISE

## Une promesse d'accompagnement

- ✓ Une consultante expérimentée et coach professionnelle: 20 ans dans l'accompagnement professionnel avec une double expertise en prévention du burn out et en coaching de manager & cadres dirigeants.
- ✓ Je crois profondément à la puissance du NOUS, c'est pourquoi je m'appuie également sur l'expertise d'une psychologue du travail et une experte retraite suivant l'accompagnement et le besoin de la personne.
- ✓ Une approche humaine et engagée : sensible aux transitions, respectueuse de votre rythme et de votre unicité.
- ✓ Des outils puissants et concrets : coaching systémique, tests psychométriques, Ennéagramme, Appréciative Inquiry, base enquêtes métier, suivi post-bilan.
- ✓ Certifiée QUALIOPI pour les actions de bilan de compétences.
- ✓ Un regard éclairant et authentique pour transformer le flou en clarté, et les doutes en énergie d'action.

Que ce soit à travers le coaching ou le bilan de compétences, ma mission reste la même :

**Vous accompagner avec exigence et authenticité, pour conjuguer épanouissement personnel et/ou professionnel.**

# **PRISMAVIE RH C'EST :**

**Un éclaircissement des parcours personnels et professionnels !**

**Prenez rendez-vous sans plus attendre !**



**Géraldine LEBRETON**

Coach Professionnelle  
Consultante Bilan de compétences

**Accompagner chaque personne, c'est investir là où naissent les transformations : en chacun**

**Contactez moi :**

[contact@prismavie-rh.fr](mailto:contact@prismavie-rh.fr)

06 07 79 79 20

[www.prismavie-rh.fr](http://www.prismavie-rh.fr)

**Suivez moi sur :**

LinkedIn & Facebook



**PRISMAVIE RH**