



Ai
RH

RESSOURCES
HUMAINES
INTELLIGENCE
EMOTIONNELLE

Découvrez aujourd'hui votre

Bilan de Compétences

*" NOTRE RÉUSSITE DÉPEND MOINS DE NOS DIPLÔMES QUE DE NOTRE
SAVOIR-FAIRE EMOTIONNEL" DANIEL GOLEMAN*

Objectifs d'un bilan de compétences

Élaborer ou vérifier un projet professionnel

Mieux comprendre son positionnement professionnel

Préparer une reconversion ou une évolution interne

Identifier et valoriser ses compétences

Explorer la création ou la reprise d'une entreprise

Reprendre confiance en ses capacités

Bilan de Compétences

Prendre conscience de ses valeurs et motivations profondes

Identifier ses besoins essentiels pour un travail épanouissant

Lever des freins invisibles (peurs, croyances, loyautés)

Réconcilier son histoire personnelle et son avenir professionnel

Mieux cerner son profil entrepreneurial (autonomie, créativité, gestion du risque...)

Se reconnecter à ses aspirations et retrouver un élan durable



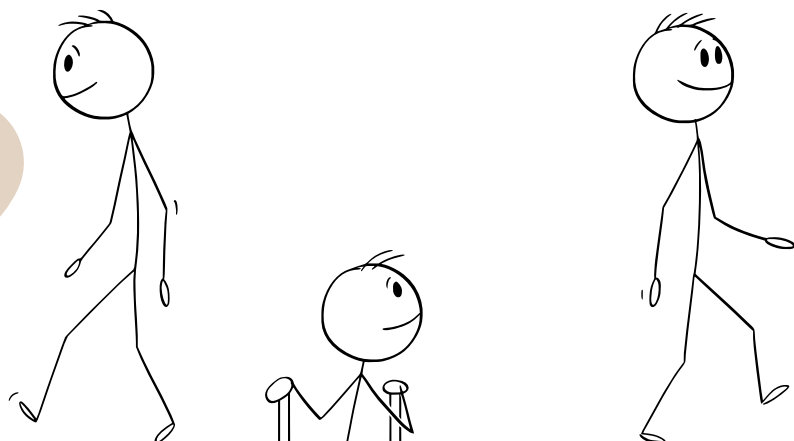
Nos 3 offres adaptées à vous

Trois parcours pour accompagner chaque étape de votre vie professionnelle

Parce que les besoins ne sont pas les mêmes selon les moments de la vie professionnelle, nous avons conçu trois parcours de bilan de compétences, chacun adapté à une étape particulière de votre trajectoire.

Essentiel

Certaines personnes ressentent simplement le besoin de mieux se connaître et de poser des repères solides pour la suite de leur parcours.



Alignement

D'autres perçoivent que quelque chose n'est plus tout à fait aligné dans leur vie professionnelle et souhaitent agir avant que la fatigue ou la perte de sens ne s'installent.

Rebond

Enfin, certaines traversent une période de rupture ou de transition profonde, nécessitant un accompagnement plus approfondi pour se reconstruire et redéfinir leur trajectoire.

Ces trois parcours ont été pensés pour respecter ces différents moments de vie, tout en s'appuyant sur l'approche du cabinet AIRH : un accompagnement humain, structuré et fondé sur une meilleure connaissance de soi.

Essentiel

🕒 Durée : entre 2 à 4 mois

1 Bilan Essentiel

Poser des repères solides pour la suite de votre parcours.

Ce bilan s'adresse particulièrement :

aux jeunes actifs ou aux personnes en début de parcours professionnel, qui ressentent le besoin de mieux se connaître, de comprendre leur manière de fonctionner et de mettre du sens sur certaines difficultés ou blocages rencontrés dans leur parcours. L'objectif est de pouvoir avancer ensuite de manière plus alignée, durable et respectueuse de leur équilibre.

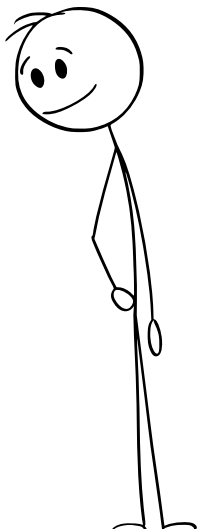
à celles et ceux qui ressentent le besoin de faire un point structuré sur leurs compétences, leurs motivations et leurs valeurs, accompagnés par des professionnels des ressources humaines et de l'accompagnement.

à des personnes qui, parfois après plusieurs années de vie professionnelle, réalisent qu'elles n'ont jamais réellement pris le temps de réfléchir à leur trajectoire professionnelle, et souhaitent enfin poser un regard plus conscient sur leur parcours.

à toute personne qui se reconnaît dans cette démarche, quel que soit son âge, et qui souhaite prendre un temps de recul avant que des signaux plus forts n'apparaissent (fatigue, perte de sens, épuisement).

Ce bilan constitue une première brique pour construire un avenir professionnel plus aligné. Il offre un temps de recul, un moment pour « dézoomer », prendre soin de soi et s'accorder l'espace nécessaire pour réfléchir à son parcours et à soi-même, afin de mieux se comprendre et de s'aligner davantage avec ce qui nous correspond.

À ce moment clé du parcours, cette réflexion offre des outils de connaissance de soi qui peuvent accompagner toute la vie professionnelle, afin de faire des choix plus alignés, d'avancer avec davantage de conscience et d'éviter de s'éloigner progressivement de ce qui nous correspond vraiment, tout en préservant son équilibre et son énergie.



2 Bilan Alignement

Se réaligner avant que l'épuisement ne s'installe.

Ce bilan s'adresse aux personnes qui sentent que quelque chose n'est plus tout à fait juste dans leur vie professionnelle, mais qui souhaitent agir avant d'atteindre un point de rupture. **Il peut correspondre à des situations comme :**

une perte progressive de sens dans son travail

des signaux faibles de fatigue ou de désengagement

l'impression de s'être éloigné de ses valeurs ou de ses aspirations

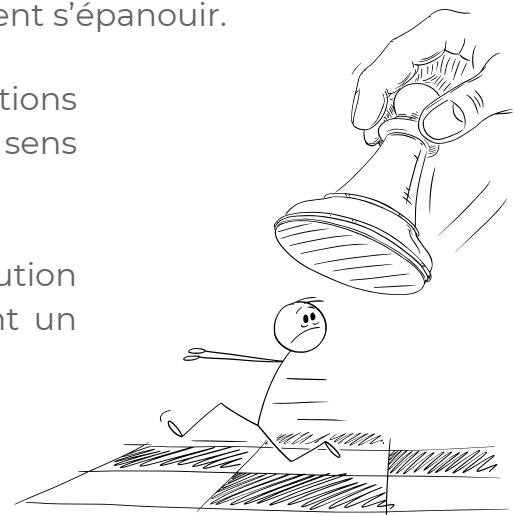
une envie d'évolution ou de reconversion qui commence à émerger

Ce bilan permet de prendre du recul sur son parcours professionnel et sur les dynamiques relationnelles ou organisationnelles dans lesquelles on évolue, afin de comprendre ce qui se joue réellement.

Grâce aux outils d'analyse comportementale DISC et Forces Motrices, il devient possible d'identifier plus finement son mode de fonctionnement, ses besoins profonds et les environnements professionnels dans lesquels on peut réellement s'épanouir.

Ce travail permet de se réaligner avec ses valeurs, ses motivations et son énergie, avant que les tensions, la fatigue ou la perte de sens ne s'installent durablement.

L'objectif est de retrouver de la clarté, sécuriser une évolution professionnelle ou amorcer une reconversion, en construisant un projet cohérent et réaliste.



Rebond

📌 Durée : entre 4 à 8
mois

3 Bilan Rebond

Reconstruire après une rupture ou une crise professionnelle.

Ce parcours s'adresse aux personnes traversant une période de transition profonde, souvent après une étape difficile de leur vie professionnelle.

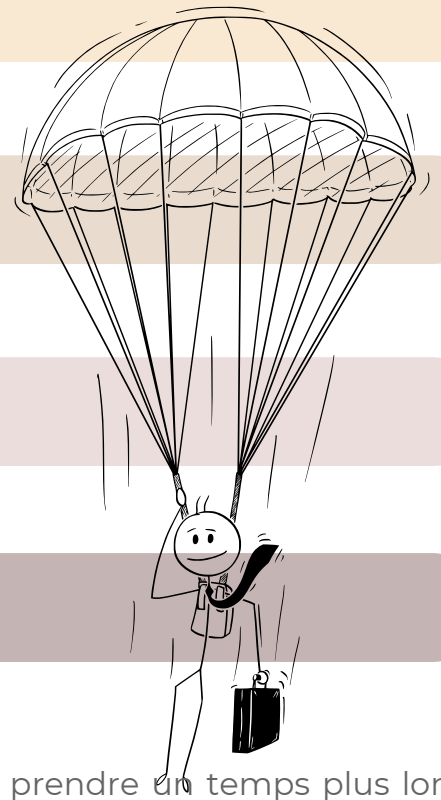
Il peut notamment concerner :

un burn-out ou un épuisement professionnel

une perte brutale de sens dans son travail

un licenciement ou une rupture professionnelle

une remise en question importante de sa trajectoire.



Dans ces moments charnières, il est souvent nécessaire de prendre un temps plus long pour relire son parcours, comprendre ce qui s'est joué et reconstruire un projet professionnel plus respectueux de soi.

Ce bilan permet d'explorer en profondeur les mécanismes qui ont conduit à la situation actuelle, de retrouver confiance dans ses ressources et de redéfinir les conditions nécessaires à un équilibre durable.

L'accompagnement s'appuie notamment sur les outils DISC, Forces Motrices et EQ-i 2.0 (intelligence émotionnelle) afin de mieux comprendre son fonctionnement, ses réactions face au stress et les environnements professionnels dans lesquels il est possible de se reconstruire sereinement.

L'objectif est de transformer cette période de rupture en une étape de reconstruction et de redéfinition de sa trajectoire professionnelle.

Nos 3 offres adaptées à vous

Offre	Essentielle	Alignement	Rebond
Pour qui ?	Pour les personnes qui souhaitent poser des repères professionnels solides et mieux comprendre leur mode de fonctionnement au travail. Souvent adapté aux jeunes actifs ou aux personnes qui n'ont jamais réellement pris le temps de faire le point sur leur parcours.	Pour les personnes qui sentent que quelque chose n'est plus tout à fait juste dans leur vie professionnelle et souhaitent se réaligner avant que la fatigue, la perte de sens ou le désengagement ne s'installent durablement.	Pour les personnes traversant une rupture ou une période de transition profonde : burn-out, perte de sens, licenciement, transition professionnelle importante ou remise en question majeure de leur trajectoire professionnelle
Phase préliminaire	1 séance individuelle	1 séance individuelle	1 séance individuelle
Phase d'investigation	5 séances individuelles	7 séances individuelles	10 séances individuelles
Phase de conclusion	1 séance individuelle	1 séances individuelles	2 séances individuelles
Test DISC-COULEURS réalisé par des consultants certifiés Assesment24x7	✓	✓	✓
Test FORCES MOTRICES réalisé par des consultants certifiés Assesment24x7	✓	✓	✓
Test Eq-i 2.0 (Intelligence Emotionnelle) réalisé par des consultants certifiés par le centre de l'intelligence émotionnelle français		✓	✓
Participation illimitée aux ateliers collectifs AIRH	✓	✓	✓
Séance suivi à 6 mois	✓	✓	✓
Séance suivi à 12 mois			✓
Nombre total de séances	8	10	15
Tarifs	1750 €	1900 €	2400 €

Durée et Financement

Prise en charge

Si votre entreprise vous propose de faire un bilan :

Votre consentement est indispensable.

Le **bilan est réalisé sur le temps de travail**.

Il est financé **via le plan de développement des compétences**, dans le cadre d'une convention tripartite (salarié, entreprise, cabinet).

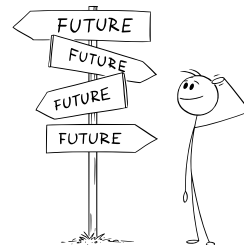
Si vous réalisez votre bilan à titre individuel :

Vous pouvez utiliser votre Compte Personnel de Formation (**CPF**).

Le bilan peut être réalisé **hors temps de travail, sans obligation d'informer votre employeur**.


Il peut aussi se faire **sur votre temps de travail**, avec **l'accord préalable de votre employeur**, selon les règles propres au CPF.

Le **document de synthèse est strictement confidentiel** : il ne peut être transmis à un tiers sans votre autorisation.



Durée

- ↪ En amont : un **entretien préalable gratuit** (45 min à 1h) pour faire connaissance, cerner vos attentes et définir ensemble les modalités
- ↪ Entre chaque séance : du **travail personnel guidé** (questionnaires, exercices introspectifs, recherches, écriture...)
- ↪ **7 à 12 séances individuelles d'1h30**, en fonction du programme choisi

 *24 heures en tout sur une durée de 2 à 8 mois*

Un accompagnement qui s'inscrit dans la durée

- ↪ **Entretien à 6 mois pour les 3 bilans** : Pour faire le point sur la mise en œuvre de votre projet, identifier les avancées, les freins rencontrés, et ajuster si besoin.
- ↪ **Entretien à 12 mois pour le bilan "rebond"** : Pour mesurer l'impact du bilan sur votre trajectoire, célébrer les étapes franchies, et redonner de l'élan si nécessaire.

 *Délais d'accès : Nous nous engageons à vous recevoir dans les 7 jours pour l'entretien préalable, et nous pouvons envisager un démarrage respectant les délais légaux sous 15 jours.*

NOS OUTILS & NOTRE APPROCHE : UN ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

Chez AIRH, le bilan de compétences va bien au-delà d'un simple état des lieux. Nous vous **accompagnons pour (re)donner du sens à votre parcours et vous reconnecter à vos aspirations profondes**, avec des outils puissants... mais surtout une écoute fine, humaine et personnalisée.

Nos outils : pour mieux vous connaître et vous projeter



Notre accompagnement s'appuie sur une expertise certifiée et une sélection d'outils à la fois rigoureux et sensibles. Ils permettent de mieux se connaître, de prendre du recul sur son parcours et de projeter un avenir professionnel aligné.

> Test DISC & Forces Motrices (certifiée TTI Success Insights)

➡ Pour identifier votre style comportemental naturel, votre manière d'interagir et vos moteurs d'engagement au travail.

> Test d'intelligence émotionnelle EQ-i 2.0 (certifiée MHS)

➡ Pour renforcer votre conscience de soi, votre assertivité, votre capacité d'adaptation et la qualité de vos relations interpersonnelles.

> Photolangage, écriture narrative, storytelling professionnel

➡ Pour faire émerger vos ressentis, vos représentations et ce qui donne du sens à votre trajectoire.

> Grilles de positionnement, portefeuille de compétences, méthode SCORE...

➡ Pour structurer votre parcours, valoriser vos savoir-faire et bâtir un projet professionnel solide et cohérent.

> Courbe de vie, blason identitaire, arbre de la perte et arbre de vie

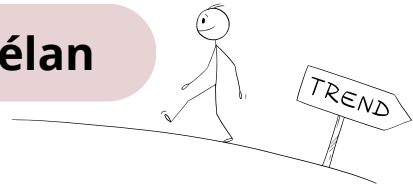
➡ Pour relire votre histoire, reconnaître vos forces profondes, faire le deuil d'une étape, et ouvrir une nouvelle dynamique.

> Cartographie de faisabilité, profil entrepreneurial, environnement professionnel idéal

➡ Pour mettre en lumière les conditions de réussite d'un projet réaliste, désirable et aligné avec vos besoins.

NOS OUTILS & NOTRE APPROCHE : UN ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

Les ateliers AIRH : prolonger la réflexion, nourrir l'élan



Tout ce dont vous avez besoin est déjà en vous. Ces ateliers sont là pour vous aider à l'activer.

Parce qu'un bilan de compétences est aussi une **aventure humaine et collective**, nous vous proposons des **ateliers thématiques** de 2 heures tout au long de l'année.

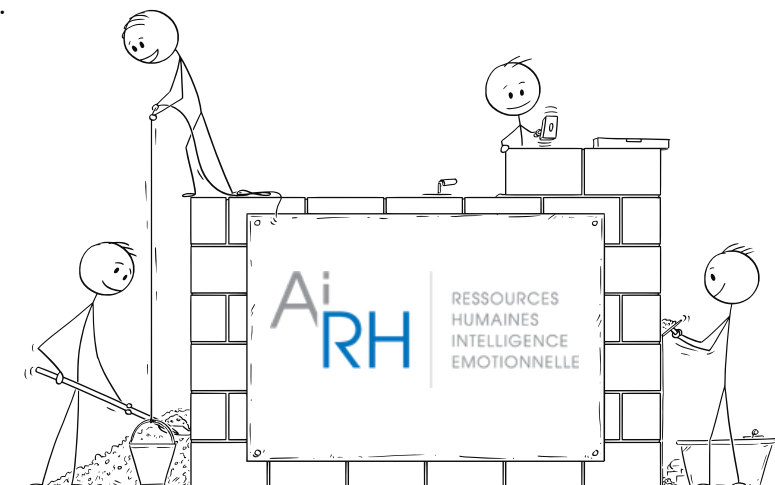
Ces temps d'exploration sont **inclus dans le tarif du bilan**, sans surcoût, et viennent en **complément des séances individuelles**.

Ils sont **facultatifs, accessibles pendant votre parcours** mais aussi **après**, si vous ressentez le besoin d'un coup de pouce ou d'un espace de recentrage.

Ces ateliers permettent de :

- Approfondir **certaines thématiques clés**, grâce à des apports concrets et ciblés
- **Prendre du recul**, poser des mots sur vos ressentis, clarifier vos choix
- Échanger, **partager vos expériences**, vos questionnements, vos élans
- **Garder l'élan**, même après le bilan, dans un **cadre bienveillant et soutenant**

En participant à ces ateliers, vous devenez **membre de la communauté AIRH** :
Un espace de partage, d'inspiration, et de soutien, pour **continuer à avancer à votre rythme**, bien après la fin du bilan.



NOS OUTILS & NOTRE APPROCHE : UN ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE

Les ateliers AIRH : prolonger la réflexion, nourrir l'élan

Au sein du cabinet AIRH, nous croyons que la transformation opère par l'**action**, par le **collectif**, par l'**expérience** et aussi par la **théorie**.

C'est l'alliance de ces dimensions qui favorise l'évolution, le réajustement et l'alignement. C'est pourquoi nous proposons plusieurs formats d'accompagnement, selon les besoins et les objectifs de chacun.

1

Les Ateliers-Conférences

j'explore un thème

Échanges et interactions avec le groupe

Apports théoriques accessibles

Centrées sur un domaine précis

Mini-jeux ou outils concrets pour ancrer les notions

Format participatif et interactif

Introspection collective et utilisation écoute active

Idéal pour ouvrir la réflexion et susciter des prises de conscience

2

Les Ateliers-Expériences

je vis un exercice

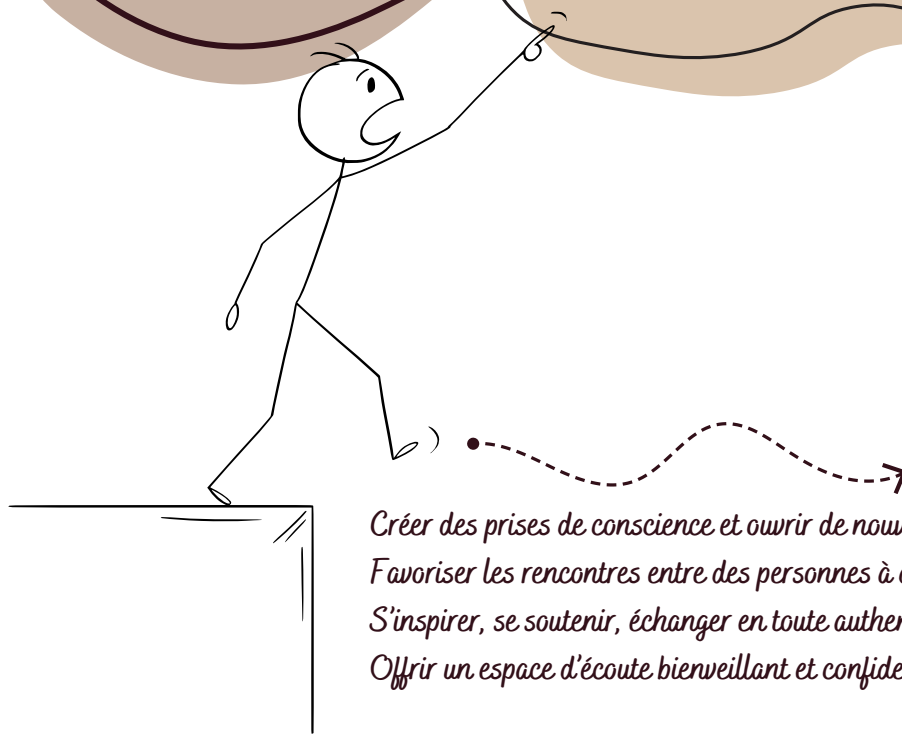
Centrées sur une pratique concrète

Approche immersive et sensorielle

Exercices introspectifs et créatifs

Exploration individuelle dans un cadre collectif sécurisant

Mise en mouvement des émotions, du corps et de l'imaginaire



Créer des prises de conscience et ouvrir de nouvelles perspectives.

Favoriser les rencontres entre des personnes à différents stades de leur bilan.

S'inspirer, se soutenir, échanger en toute authenticité.

Offrir un espace d'écoute bienveillant et confidentiel.

NOS OUTILS & NOTRE APPROCHE : DES ATELIERS POUR ALLER PLUS LOIN

1

Les Ateliers-Conférences *j'explore un thème*

→ Émotions et
cerveau réactif



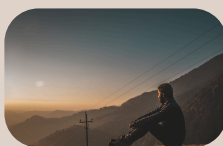
Explorer la puissance de vos émotions et comprendre ce qu'elles cherchent à vous dire. Découvrir comment votre cerveau déclenche vos réactions et vos impulsions, et apprendre à réguler ces mécanismes avec douceur. Un atelier pour transformer vos émotions en alliées.

→ Introduction à la
communication
consciente et l'écoute
active



Un espace pour ralentir, écouter ce qui se passe en soi, accueillir les émotions et formuler des demandes claires. Vous découvrirez les bases de l'écoute active et de la Communication Non Violente, pour des échanges plus apaisés.

→ Estime de soi : l'art de
se reconnecter



Nous irons rencontrer nos émotions, transformer nos croyances limitantes et nos ressources pour avancer avec plus de confiance. C'est un temps pour cultiver la gratitude, renforcer la confiance et retrouver l'harmonie avec qui nous sommes.

→ Gestion du temps et
des priorités



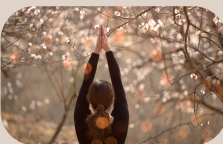
Cet atelier vous invite à mieux comprendre vos fonctionnements, à clarifier vos priorités et à mettre en place des leviers concrets pour retrouver un équilibre harmonieux entre vie professionnelle et personnelle. Vous y découvrirez également des outils efficaces de gestion du temps.

→ Découverte de
l'Analyse
Transactionnelle



En découvrant les « états du moi » (Parent, Adulte, Enfant), vous apprendrez à repérer vos schémas relationnels, sortir des automatismes, et cultiver des interactions plus saine. Un temps pour renouer avec soi... et avec l'autre.

→ Storytelling :
Raconter son
histoire, son projet



Comment donner envie de vous suivre ? Comment marquer les esprits lors d'un entretien ou d'une rencontre réseau ? Apprenez à raconter votre projet avec impact, émotion et authenticité.

→ À la découverte
de nos couleurs
DISC



Un atelier en deux niveaux pour explorer vos couleurs DISC et vos forces motrices afin de mieux vous connaître et comprendre les autres. Nous décrypterons vos comportements, vos réactions en situation de stress et ce qui vous motive au quotidien.

NOS OUTILS & NOTRE APPROCHE : DES ATELIERS POUR ALLER PLUS LOIN

2

Les Ateliers-Expériences

je vis un exercice



Laisser parler son intuition: VISION BOARD



Un atelier intuitif pour vous reconnecter à votre boussole intérieure. Laissez vos mains, vos ressentis et votre imagination vous guider pour créer un tableau qui attire à vous ce qui vous fait vibrer.



Atelier sur l'Arbre de Vie



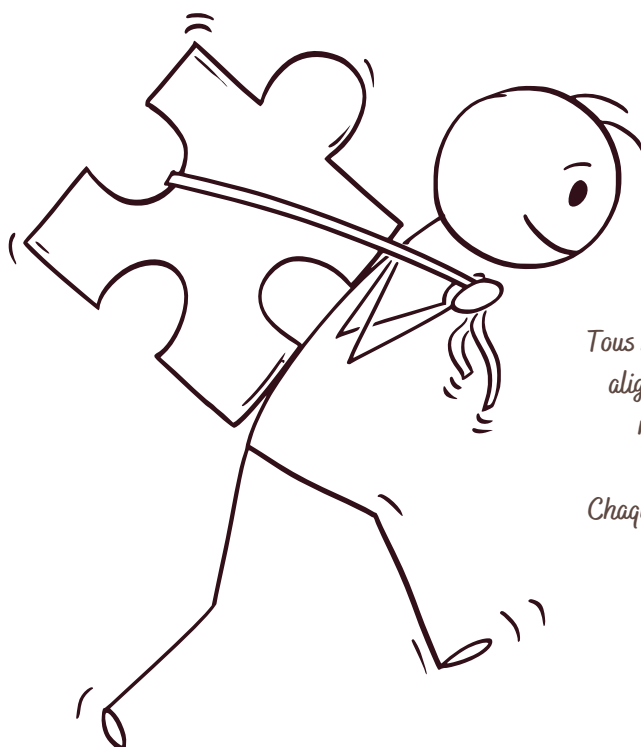
Votre parcours est une mine d'or ! Grâce à l'Arbre de Vie, transformez votre vécu en une source d'inspiration et de puissance. Renforcez votre estime de vous-même, valorisez vos réussites et alignez votre futur projet avec ce qui vous rend unique.



Atelier d'écriture



Le cœur de cet atelier : écrire une lettre à votre futur vous, un exercice puissant de projection et d'alignement. Vous y posez vos intentions, vos engagements et ce que vous souhaitez réellement pour la suite de votre parcours.



Tous nos ateliers poursuivent le même objectif : vous accompagner vers un alignement entre vos objectifs professionnels et personnels, jusqu'à ce moment où l'on se sent pleinement à sa place sans dissonance.

Chaque atelier est une clé, un morceau du puzzle qui vous aide à retrouver votre équilibre.









Votre bilan en 3 phases

Phase 1 Preliminaire

- Analyser votre demande et votre besoin
- Déterminer le format le plus adapté à la situation et aux besoins
- Définir conjointement les modalités de déroulement du bilan
- Vérifier que vous êtes volontaire pour réaliser votre bilan notamment dans le cas où celui-ci est prescrit et cofinancé par votre entreprise.

Boîte à outils








-  Grille APS
-  Objectifs SMART
-  SCORE
-  Photolangage
-  Écriture créative
-  Contrat d'engagement

Phase 2 Investigation

- Construire votre projet professionnel et en vérifier la pertinence
- Elaborer une ou plusieurs alternatives, notamment un projet de formation, un projet de validation des acquis de l'expérience..., en cohérence avec vos besoins

Boîte à outils



-  Tests psychométriques (Eq-i - DISC...)
-  Grille d'autopositionnement
-  Portefeuille de compétences
-  Recherches documentaires
-  Outils d'explorations

Phase 3 Conclusion

- Vous approprier les résultats détaillés de la phase d'investigation : analyse des compétences professionnelles et personnelles
- Recenser les conditions et moyens favorisant la réalisation du ou des projets professionnels avec des propositions concrètes d'évolution ou de ré-orientation professionnelles
- Prévoir les principales modalités et étapes du ou des projets professionnels
- Mettre en place et réaliser votre entretien de suivi

Boîte à outils



-  Synthèse du bilan de compétence

FAITES QUELQUES CHOSES
AUJOURD'HUI QUI VOUS PLAIRA
DANS LE FUTUR

Ai
RH

RESSOURCES
HUMAINES
INTELLIGENCE
EMOTIONNELLE



LOCALISATION ET HORAIRE

Localisation



Nous sommes situés au :

225 chemin de Saint Michel, à Aubagne, dans un environnement très accessible.

Nous disposons du **grand parking gratuit** du cimetière des Passons.

Nous sommes également situé à 5 minutes à pied de la gare d'Aubagne, et en face de l'arrêt de bus "médiathèque" ligne 2, sachant que les transports sont gratuits.

Dans un environnement arboré, au calme, vous pourrez aborder sereinement ce temps de bilan.

Des horaires flexibles, pensés pour vous



Parce que chaque parcours est unique, nous veillons à adapter le rythme et les horaires du bilan à vos contraintes professionnelles et personnelles. Nos créneaux s'étendent au-delà des horaires classiques de bureau, afin de vous garantir une expérience fluide, accessible et respectueuse de votre équilibre.

UN LIEU DÉDIÉ AU BILAN

Le lieu

Parce que nous sommes plus que convaincus par les neurosciences, nous savons que l'environnement de travail est extrêmement important pour permettre la concentration et la fluidité nécessaire à la mise en place d'**un moment aussi important** que celui de votre bilan de compétences.

Nous souhaitons que vous vous sentiez bien dans un environnement intérieur comme extérieur pour faire le bilan et poser les bases solides du futurs.



Un bilan de compétence accessible à tous

AiRH se mobilise autour du handicap : toute personne doit pouvoir être en mesure d'effectuer un bilan de compétences quelle que soit sa situation.

Il nous appartient d'envisager ensemble les mesures nécessaires en lien avec les organismes spécialisés pour aménager au mieux la démarche.

N'hésitez pas à nous contacter via le formulaire mis à disposition sur notre site web ou bien directement par téléphone au **04 42 36 00 15** ou sur **contact@cabinet-airh.com**





Ils nous ont fait confiance

Ils nous ont fait confiance



9,7/10	100 %	96 %	98 %
Satisfaction globale	Recommanderaient AIRH	Satisfaction globale des critères évalués	Satisfaction concernant l'accompagnement

Ce qu'ils retiennent de leur accompagnement

« J'aimerais que ça dure encore. »

« Un accompagnement humain, bienveillant et structuré qui m'a permis d'avancer sereinement dans mon projet. »

« Je me suis sentie écoutée, comprise et accompagnée tout au long de mon parcours. »

Retrouvez également nos avis sur Google.

5,0 ★★★★★ (31 avis) ⓘ

Axel ("Addictive13")
Local Guide • 79 avis • 527 photos

★★★★★ Il y a 43 semaines

Amélie, et toute l'équipe, ne m'ont pas seulement aidé dans ma reconversion professionnelle, mais ils ont participé à faire émerger un projet, à croire en mes capacités... Et à mettre en oeuvre toutes les ressources pour mener à bien cette version de moi. Je ne peux que recommander cette équipe aussi sensible qu'efficace. De ces rencontres qui peuvent changer le cours d'une vie.

Julie Cha...
Local Guide • 35 avis • 0 photo

★★★★★ Il y a 4 jours **NOUVEAU**

Ce bilan de compétences avec Amélie est une expérience extraordinaire, un formidable cadeau dans ma vie professionnelle et personnelle. L'occasion de faire un pas de côté, de prendre le temps d'écouter mes besoins et mes aspirations. Toute l'équipe du cabinet AIRH assure un accueil génial grâce auquel je me suis sentie en sécurité absolue tout au long du bilan. L'écoute et l'immense expertise d'Amélie, avec de nombreux outils construits et mis à jour au fil des années d'expériences assurent un accompagnement d'une qualité exceptionnelle. Les ateliers collectifs pour creuser les outils et notions utilisés (DISC, émotions, croyances, storytelling...) apportent un vrai +, l'occasion de rencontrer des personnes merveilleuses qui sont dans la même démarche d'introspection et de changement.

Je souhaite à chacun d'avoir la possibilité de faire un bilan une fois dans sa vie, et je recommande vivement le cabinet Airh pour la qualité de l'accompagnement.

Visité en mai

Nico P...
Local Guide • 26 avis • 0 photo

★★★★★ Il y a 7 semaines

Après une période difficile suite à mon licenciement, j'ai eu la chance de rencontrer Amélie et Alice lors de mon bilan de compétences.

Leur écoute, leur bienveillance et leur professionnalisme m'ont profondément marqué. Elles ont su me redonner confiance en moi, me remettre en mouvement et surtout me redonner de l'énergie pour avancer.

Cet accompagnement a été bien plus qu'un simple bilan : une véritable expérience humaine, sincère et marquante, qui m'a aidé à reprendre ma vie en main et à retrouver un cap. Je ressors grandi de cette rencontre et profondément reconnaissant pour tout ce qu'elles m'ont apporté.

Encore mille merci pour votre soutien et votre humanité.

Je recommande vivement.

Nicolas.

L B
Local Guide • 86 avis • 6 photos

★★★★★ 10 févr. 2025

Tellement de choses positives à dire sur l'équipe du Cabinet Air H. Plus particulièrement Amélie et Alice, 2 femmes à l'écoute sans jugements. Dans le cadre d'un bilan de compétences, je ne peux que les remercier de leur sincérité, de leurs conseils, toujours dans la bienveillance. Si vous avez perdu votre chemin elles seront vous guider objectivement pour vous recentrer et trouver la bonne voie. L'alignement est le secret mais ça vous le comprendrez en venant faire votre bilan.

Merci mille fois encore vous me manquez déjà

Visité en février 2025



UNE EQUIPE

L'équipe du cabinet dans son ensemble



Amélie



*Thomas
Réfèrent Handicap*



Ingrid



Alice



UNE ÉQUIPE.. UNE HISTOIRE

L'équipe dédiée au bilan



Amélie

"Le secret, chère Alice, c'est de s'entourer des gens qui font sourire ton cœur. Alors seulement, tu seras au Pays des Merveilles."

Amélie a tracé son chemin avec passion, authenticité et une profonde humilité. Dès le début de ses études, elle a posé les fondations d'une carrière résolument centrée sur l'humain en obtenant une double licence en droit à Grenoble, et en management public et gouvernance territoriale à Aix-en-Provence. Elle a ensuite enrichi son parcours avec un Master 1 à l'IGS Paris et un Master 2 doublé d'un Diplôme Universitaire en gestion de la relation humaine délivré par l'IAE d'Aix-en-Provence. Sa soif d'apprentissage et son engagement pour le développement des talents se reflètent également à travers ses certifications : certification DISC Couleurs ainsi que les niveaux 1 et 2 en intelligence émotionnelle.

Pendant ses études, Amélie a su apprendre au contact d'environnements prestigieux, notamment en collaborant avec la DRH du musée du Louvre et en se perfectionnant dans l'univers raffiné de la bijouterie-joaillerie de luxe. Par la suite, en occupant des fonctions de Directrice des Ressources Humaines, elle a œuvré dans des secteurs variés, de la grande distribution à l'outplacement en passant par le monde des bailleurs sociaux, enrichissant ainsi sa vision d'un management authentiquement humain.

Animée par la conviction que chaque parcours est une richesse et que l'humain doit demeurer au cœur de toute décision, elle a fondé en 2015 le cabinet AIRH. Son ambition est de transformer chaque bilan de compétences en un chemin d'alignement, où l'harmonie entre talents et aspirations personnelles se conjugue avec excellence pour révéler le potentiel unique de chacun.

Ses valeurs : l'écoute, l'authenticité, la transmission

Son engagement : aider chacun à révéler son potentiel et à transformer ses expériences en opportunités

Son expertise : le bilan de compétences, le coaching et la formation, avec une approche certifiée en DISC et intelligence émotionnelle

Ses couleurs DISC : Rouge et Vert

UNE EQUIPE.. UNE HISTOIRE

L'équipe dédiée au bilan



Alice

« L'intégrité, c'est faire ce qui est juste, même quand personne ne regarde. » – C.S. Lewis

Alice incarne une approche profondément humaine de l'accompagnement, où l'écoute, la bienveillance et la justesse relationnelle occupent une place centrale. Curieuse des parcours de vie et attentive aux besoins de chacun, elle construit sa posture de consultante avec sensibilité, professionnalisme et authenticité.

Diplômée d'une licence de Psychologie obtenue à Aix-Marseille Université, elle est également titulaire d'un Master en Management des Ressources Humaines de l'école PERRIMOND à Marseille. Ce double regard, à la fois humain et organisationnel, lui permet de comprendre avec finesse les enjeux liés aux relations professionnelles, à la qualité de vie au travail et à l'évolution des individus dans leur environnement.

Son parcours s'est enrichi d'expériences variées, notamment dans l'accompagnement en EHPAD, où elle a développé une grande capacité d'adaptation, une écoute sincère et une présence rassurante auprès des personnes accompagnées. Ces expériences ont renforcé chez elle une conviction forte : chaque personne mérite d'être entendue, comprise et accompagnée avec respect dans les périodes de transition ou de questionnement.

Aujourd'hui, au sein du cabinet AIRH, Alice intervient dans l'accompagnement des bilans de compétences, les ateliers collectifs et les actions de formation, avec une approche à la fois douce, structurée et profondément humaine. Elle accorde une attention particulière à la qualité du lien, à la compréhension des émotions et à la valorisation des ressources individuelles.

Animée par des valeurs d'authenticité, de respect et de transmission, elle souhaite contribuer à créer des espaces d'échange où chacun peut avancer à son rythme, retrouver confiance et redonner du sens à son parcours professionnel.

Ses valeurs : authenticité, écoute, bienveillance, respect

Son engagement : accompagner chacun avec humanité tout en structurant son évolution professionnelle

Son expertise : accompagnement humain, écoute active, relation d'aide, dynamique relationnel

Ses couleurs DISC : Jaune et Vert

UNE EQUIPE... UNE HISTOIRE

L'équipe dédiée au bilan



Thomas- Référent Handicap

"Inspire de l'amour, expire de la gratitude."

Couteau suisse du cabinet AIRH, Thomas est bien plus qu'un expert technique : il est une force motrice qui allie pragmatisme, engagement et capacité d'adaptation. Son parcours atypique témoigne de son goût pour le challenge et sa capacité à faire évoluer les organisations.

Diplômé d'un DEUST Gestion des Espaces Naturels et Milieux Aquatiques Continentaux à Arles, suivi d'une Licence en Biologie des Organismes à Rimouski (Québec) et d'un Master 2 en Biodiversité, Écologie et Environnement à Grenoble, il débute sa carrière dans la dépollution et la réhabilitation des sites et sols pollués. Il y évolue rapidement jusqu'à devenir Responsable Adjoint d'Agence à Marseille pendant 6 ans.

Sa polyvalence et son leadership le mènent ensuite vers la gestion d'entreprise : d'abord Responsable Technique dans une société de gestion de patrimoine, il gravit rapidement les échelons pour en devenir Directeur d'Agence, puis Directeur Régional (Auvergne et Rhône Alpes). En quête de sens et d'impact, il choisit de mettre son expertise au service d'une cause qui lui tient à cœur : l'insertion professionnelle des personnes en situation de handicap. Il devient alors Directeur Régional d'une entreprise adaptée, où il œuvre à créer un environnement professionnel inclusif et performant.

Depuis 2021, il a rejoint AiRH en tant que Chargé d'Affaires et référent handicap. Véritable pilier du cabinet, il est en charge des aspects les plus techniques de la gestion de la paie et de l'administration du personnel, tout en accompagnant les entreprises dans l'élaboration de leurs Documents Uniques d'Évaluation des Risques Professionnels. Son approche pragmatique et son engagement font de lui un partenaire clé pour les entreprises cherchant à structurer leur gestion RH et à développer des environnements de travail plus inclusifs.

Ses valeurs : réactivité, persévérance, adaptation

Son engagement : structurer, accompagner et optimiser les organisations avec une approche humaine et technique

Son expertise : stratégie RH et optimisation, administration du personnel, référent handicap, prévention des risques professionnels

Ses couleurs DISC : Vert et Bleu

L'instant AIRH

Notre gazette mensuelle



L'Instant Airh

UN TEMPS POUR VOUS, UN TEMPS POUR AVANCER - AVEC
AIRH

Chaque mois, *L'Instant AIRH* accompagne votre parcours de bilan de compétences. Pensée comme une parenthèse de lecture et de réflexion, cette gazette vous propose des contenus variés pour nourrir votre cheminement, susciter des prises de conscience et vous aider à avancer, pas à pas, vers ce qui fait sens pour vous. Vous y retrouverez :

- **Une lecture du mois**, Amélie lit beaucoup (des romans, des essais, des témoignages de vie, des ouvrages de développement personnel) et sélectionne chaque mois un texte qui fait écho aux réflexions traversées pendant un bilan de compétences. Ces lectures sont choisies avec le cœur : pour ouvrir une porte intérieure, faire naître une émotion ou réveiller une envie. Il arrive aussi qu'Alice y ajoute un podcast, une musique, un film ou une série qui l'a touchée. Vous trouverez toutes nos lectures dans notre boîte à livres au cabinet, dans laquelle vous pouvez venir piocher librement...
- **Un portrait de reconversion**, chaque parcours est unique, et c'est ce qui fait toute la richesse de ces portraits. Vous y découvrirez le chemin singulier de personnes accompagnées chez AIRH : leur point de bascule, leurs blessures parfois, leurs ressources surtout. Des trajectoires inspirantes, humaines et vraies, où les doutes et les élans cohabitent.
- **Un éclairage sur une compétence en intelligence émotionnelle**, à partir du modèle de Daniel Goleman, nous explorons une compétence par mois pour mieux comprendre comment elles influencent nos choix, nos relations, notre façon de nous situer dans le monde professionnel. Ces clés sont en lien direct avec les autres rubriques de la gazette, pour créer des ponts entre la réflexion et l'action.
- **Un article thématique**, chaque mois, nous mettons en lumière un sujet fort, souvent issu des échanges en séance. Syndrome de la bonne élève, peur de ne pas être à la hauteur, quête de sens, résilience, reconquête de l'élan... Ces articles sont concrets, accessibles et nourris de nos expériences sur le terrain.
- **Échos du cabinet**, un retour en images et en mots sur les moments forts vécus chez AIRH. Ateliers collectifs, interventions extérieures, formations, projets portés par l'équipe... L'occasion de partager avec vous les coulisses de notre engagement et les temps d'inspiration vécus ensemble.

“ Le premier pas est toujours le plus difficile,
mais c’est celui qui transforme un rêve en projet
et un projet en réalité.”





Ai
RH

RESSOURCES
HUMAINES
INTELLIGENCE
EMOTIONNELLE

SARL Cabinet AIRH
824 342 109 000 33 - NDA 931131749913
225 chemin de St Michel 13400 AUBAGNE
04 42 36 00 15 - contact@cabinet-airh.com
Certificat QUALIOP1 : RNQ-24/04/2157-1