Charlotte.K

DE MA VIE D'IDE À MA VIE IDEALE

Le bilan de compétences spécialisé 100% IDE
par Charlotte K

Organisme de formation spécialisé dans
l'évolution professionnelle des infirmiers

Mise à jour le 18/08/2026

Sommaire

Programme 3

La plateforme de formation en ligne « de ma vie d'IDE à ma vie IDEale » 7

La formule charlotte k 9

Résultats des enquêtes 11

Témoignages 13

Les façons de financer le programme 14

Programme de formation

« De ma vie d'IDE à ma vie IDEale »

1. Objectifs

Le programme appartient à la famille des bilans de compétences. Il a pour objectif de permettre à un(e) salarié(e), un(e) demandeur(euse) d'emploi ou un(e) chef(fe) d'entreprise d'identifier ses aspirations (ses valeurs, ses besoins, sa personnalité) et d'analyser ses compétences (ses ressources, ses savoirs et ses savoir-faire, ses soft skills, sa valeur ajoutée) afin de définir un projet professionnel. Ce projet professionnel doit lui permettre d'améliorer son niveau de satisfaction au travail, mais aussi de développer son employabilité et de sécuriser son parcours. Il s'accompagne d'un plan d'action permettant de le mettre en œuvre. Le bilan de compétences est une projection positive vers l'avenir. Il vise également à développer des aptitudes, à s'orienter et à piloter sa carrière de façon autonome.

2. Compétences visées

Le bilan de compétences vise à développer la capacité à prendre des décisions quant à l'orientation de sa carrière professionnelle sur la base d'une meilleure connaissance de soi (ses valeurs, ses besoins, sa personnalité) et d'une meilleure connaissance de ses compétences (ses ressources, ses savoirs et ses savoir-faire, ses soft skills, sa valeur ajoutée). La capacité à analyser le marché de l'emploi, à détecter les compétences recherchées par les employeurs, à identifier des dispositifs pour se former est également développée dans le cadre du bilan de compétences.

3. Public visé et prérequis

Le bilan de compétences s'adresse à tous les publics. Une bonne compréhension de la langue française est nécessaire pour utiliser les supports de formation, répondre aux questionnaires et réaliser les tests.
Charlotte K est un organisme de formation spécialisé à 100 % dans l'évolution et la reconversion professionnelle des infirmiers diplômés d'État. Depuis 2020, plus de 4 500 infirmières et infirmiers ont été accompagnés par un collectif de 30 anciennes IDE devenues consultantes en bilan de compétences.

4. Moyens pédagogiques, méthodes et techniques d'encadrement

Durant le bilan de compétences, le ou la bénéficiaire est accompagné par une consultante en bilan de compétences. Toutes les consultantes Charlotte K sont d'anciennes infirmières diplômées d'État. Chacune est psychologue, titulaire d'un master en psychologie du travail, ou certifiée au RNCP comme consultante en bilan de compétences. Elle peut utiliser notamment les techniques suivantes :

- **Tests spécialisés** : test de centres d'intérêt, test de personnalité, test d'évaluation des soft skills, test du créateur d'entreprise, courbe du changement, test des valeurs (Schwarz).
- **Questionnaires d'autoévaluation** : roue d'auto diagnostique, familles de Holland, questionnaire des besoins.
- **Apports de connaissances** : marché de l'emploi, connaissance des métiers et des formations, des dispositifs de financement,
- **Enquêtes-métiers** : ces enquêtes ont pour objectif de rencontrer des professionnels des secteurs et/ou des métiers envisagés,
- **Les documents supports** : ces documents sont remis à l'issue de chaque séance (téléchargeables à tout moment sur la plateforme de formation) et rythment le déroulement du bilan de compétences (formation en distanciel asynchrone[1]),
- **Rédaction d'une synthèse** : la synthèse reprend les points structurants de la démarche, notamment le projet, les atouts pour réussir ainsi que le plan d'action.

5. Déroulement

Le déroulement du bilan de compétences suit les trois phases réglementaires inscrites au Code du travail.

1- Phase préliminaire :

a) Analyse de la demande du (de la) bénéficiaire et des besoins.
b) Détermination du format le plus adapté à la situation et au besoin,
c) Définition conjointe des modalités de déroulement du bilan.

2- Phase d'investigation :

a) Bilan personnel et tests d'orientation et de personnalité :
- Analyse du parcours personnel et professionnel,
- Exploration des valeurs, centres d'intérêts, motivations et personnalité,
- Réflexion autour des équilibres de vie.

b) Analyse métier /marché et recherches documentaires :

- Exploration des voies d'évolution professionnelle possibles,
- Analyse des compétences : savoir, savoir-faire et savoir-être,
- Identification des « possibles », définition du projet et du plan d'action.

3- Phase de conclusions :

a) Appropriation des résultats détaillés de la phase d'investigation,

b)Recensement des conditions et moyens favorisant la réalisation du ou des projets professionnels,

c)Définition des modalités et étapes du ou des projets professionnels, dont la possibilité de bénéficier d'un entretien de suivi avec le prestataire de bilan de compétences.

La durée totale du bilan de compétences inclut trois natures de temps : les entretiens individuels avec la consultante (présentiel ou distanciel synchrone), les séances collectives animées en direct (distanciel synchrone) et le travail guidé à l'aide de la plateforme de formation en ligne (distanciel asynchrone). Les temps de recherches personnelles et ceux consacrés aux enquêtes-métiers ne sont pas inclus dans la durée totale du bilan de compétences.

Confidentialité des résultats

Le ou la bénéficiaire est seul destinataire des résultats détaillés et du document de synthèse. Ils ne peuvent être communiqués à l'employeur ou à un tiers sans son accord écrit.

---

1 Une formation en distanciel synchrone est une formation via un outil de visioconférence, une formation en distanciel asynchrone est une formation via un document écrit ou une vidéo sans présence du formateur.

2 Décret n° 2018-1330 du 28 décembre 2018 relatif aux actions de formation et aux bilans de compétences.

6. Conditions de réalisation de la formation à distance

LES MOYENS D'ORGANISATION DE LA FORMATION À DISTANCE

La formation à distance (en distanciel asynchrone) s'appuie sur des documents de travail téléchargeables en format PDF. Ces documents de travail contiennent des exercices à réaliser ainsi que des tests. Ces documents sont à télécharger à l'issue de chaque entretien par le (la) bénéficiaire (par exemple, à l'issue de l'entretien n°1, le (la) bénéficiaire est invité(e) à télécharger les documents du module 1 de la plateforme de formation en ligne). La consultante explique le contenu des documents et donne les consignes au (à la) bénéficiaire oralement. En suivant les documents, le(a) bénéficiaire réalise les tests et les exercices en suivant les consignes indiquées.

Les entretiens individuels se déroulent en visioconférence. Ils peuvent se tenir en présentiel lorsque le dispositif de financement mobilisé le prévoit, notamment pour les bilans financés par l'ANFH. Les modalités sont alors définies avec le ou la bénéficiaire lors de la phase préliminaire.

ACCOMPAGNEMENT ET ASSISTANCE PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

L'accompagnement et l'assistance sont assurés par la même consultante que celle qui réalise le bilan de compétences. Cet accompagnement et cette assistance se font par email ou, en cas d'urgence, par téléphone. Les coordonnées de la consultante sont données au ou à la bénéficiaire au démarrage de la formation. La consultante répond dans un délai de 48 heures. En cas d'impossibilité de la joindre passé ce délai, le ou la bénéficiaire peut contacter la responsable pédagogique, dont les coordonnées figurent dans le Livret d'accueil.

Charlotte K s'assure que chaque consultante dispose des compétences nécessaires pour assurer l'accompagnement et l'assistance à distance. Outre sa qualification initiale, chaque consultante suit la formation interne « Mener un bilan de compétences », sanctionnée par une attestation de compétences. Cette formation porte sur l'accompagnement d'un bilan de compétences en présentiel comme en distanciel.

La plateforme de formation en ligne

« De ma vie d'IDE à ma vie IDEale »

7. Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et ses résultats

- À l'issue du bilan de compétences, une synthèse de son bilan de compétences est remise

au (à la) bénéficiaire,

- Au cours du bilan de compétences, le(a) bénéficiaire remplit une attestation de présence,
- À l'issue du bilan de compétences, le(a) bénéficiaire remplit un questionnaire de satisfaction lui permettant d'évaluer les apports de la formation,
- Il (Elle) répond également à un Quizz d'évaluation des connaissances,
- Six mois après la remise de la synthèse, le(a) bénéficiaire a la possibilité de reprendre contact avec la consultante pour faire un point sur son projet, ses freins et ses réussites au cours d'un entretien (physique ou téléphonique),
- Enfin, une fois par an, Charlotte K réalise une grande enquête sur l'avenir des bénéficiaires de bilans de compétences : « Qu'êtes-vous devenu(e) ? »

8. Personnes en situation de handicap

La prestation est ouverte à tout public. Pour les personnes en situation de handicap, les modalités de déroulement sont adaptées au cas par cas, en accord avec le ou la bénéficiaire, lors de la phase préliminaire. Ces adaptations peuvent porter sur le rythme des séances, leur durée, les supports utilisés ou le format de déroulement, y compris un parcours entièrement à distance en distanciel synchrone lorsque cela convient mieux à la situation.
Notre référent handicap est Charlotte Kerbrat :
bonjour@charlottek.fr ou 06 40 97 82 24. Vous pouvez la contacter en amont de votre inscription pour examiner les adaptations possibles.

9. Modalités et délais d'accès

Toute demande de prestation s'accompagne de la transmission d'un devis précisant le montant (TTC) de la prestation, ainsi que ses dates de réalisation. Le devis est transmis sous format électronique par email ou par voie dématérialisée par le biais de l'application moncompteformation.gouv.fr. La prestation, après acceptation du devis et signature du contrat ou de la convention de formation, peut démarrer en respectant un délai minimum de 14 jours calendaires. Renseignez-vous auprès de votre consultante référente pour mettre en place le planning de votre bilan de compétences.

10. Tarif

Voir la formule du bilan de compétences ou devis joint (ou commande adressée via moncompteformation.gouv.fr). Cette offre de formation est éligible au CPF* (*Compte Personnel de Formation).

La formule Charlotte K

De ma vie d'IDE à ma vie IDEale - CHARLOTTE K

- 1 entretien conseil, gratuit et sans engagement
- 2 entretiens individuels (3 h) pour identifier vos aspirations professionnelles et personnelles : vos valeurs, vos besoins, votre personnalité
- 2 entretiens individuels (3 h) pour identifier vos compétences et vos potentiels
- 2 entretiens individuels (4 h) pour définir votre plan d'action et rédiger la synthèse de votre bilan de compétences

- Les bilans sont réalisés par une consultante en bilan de compétences, ancienne infirmière diplômée d'État.
- La durée du bilan de compétences est de 10 à 12 semaines, à raison d'un entretien tous les 10 jours environ.
- 6 modules sont inclus dans la plateforme de formation en ligne de la méthode Charlotte K.
- Un parcours adapté est proposé aux agents de la fonction publique hospitalière dont le bilan est financé par l'ANFH, avec des modalités établies selon les critères de la délégation concernée.

Soit 24 heures de formation, dont 10 heures d'entretiens individuels en visioconférence, auxquelles s'ajoutent 8 heures de séances collectives animées en direct et 6 heures de travail guidé sur la plateforme de formation en ligne Charlotte K. Cette répartition 10 h / 8 h / 6 h concerne les parcours financés par le CPF, France Travail, un employeur ou en financement personnel.
Pour l'ANFH, le bilan représente également 24 heures au total, dont au minimum 8 heures en présentiel, comprenant le premier entretien et l'entretien de remise de la synthèse. Les heures réalisées sur la plateforme sont comptabilisées comme du travail personnel. Le reste du déroulé, le calendrier et la tarification sont établis avec la délégation ANFH et figurent dans le programme contractuel remis avant l'inscription.

Cette offre de formation est éligible à MON COMPTE FORMATION moncompteformation.gouv.fr

En financement personnel, les modalités sont communiquées par l'équipe

Tarif public : 1 990 € pour les financements CPF, France Travail et employeur.

Des facilités de paiement en 3 à 6 fois sont proposées. Pour l'ANFH, la tarification est établie avec la délégation qui instruit le dossier et figure dans le programme contractuel.

Autres Financements

- **ANFH, IDE de la fonction publique hospitalière : tarification établie selon les critères de la délégation concernée**
- **Employeur, via le plan de développement des compétences et son OPCO, pour les IDE du privé**
- **AGEFIPH ou FIPHFP, pour les IDE en situation de handicap**

Coordonnées de l'organisme de formation

CHARLOTTE K, organisme de formation enregistré sous le numéro 53290940829 auprès du Préfet de la Région Bretagne. Organisme certifié Qualiopi au titre des actions de bilans de compétences, membre des Acteurs de la compétence.
SIRET : 891 174 187 00015. Siège social : 13 rue de Lyon, 29200 Brest.

Contact : 06 40 97 82 24 – bonjour@charlottek.fr https://www.charlottek.fr/contact

Résultats des enquêtes de satisfaction

Chaque bénéficiaire renseigne un questionnaire de satisfaction à l'issue de son bilan de compétences. Les résultats ci-dessous portent sur :
1 415 questionnaires de fin de bilan recueillis entre 2022 et 2026

11. Niveau de satisfaction du bilan de compétences :

Note générale attribuée au programme : 9,1 sur 10
97,3 % des personnes ayant répondu déclarent qu'elles recommanderaient le bilan Vie IDEale, soit 1 377 personnes sur 1 415.
(Note CPF de 4,9/5 au 1er août 2026). Voir la fiche CPF

12. A l'issue du bilan

- 98,8 % déclarent mieux connaître leurs compétences, totalement ou en partie ; 83,8 % répondent pleinement oui.
- 97,0 % déclarent avoir gagné en confiance, totalement ou en partie ; 69,3 % répondent pleinement oui.
- 94,6 % déclarent avoir défini un projet professionnel, totalement ou en partie ; 68,6 % répondent pleinement oui.
- 90,8 % se sentent capables d'analyser le marché de l'emploi et d'identifier les dispositifs de formation[1].
- 84,7 % déclarent avoir réalisé au moins une enquête métier pendant le bilan, soit 1 198 personnes sur 1 415.

Réponses « oui » et « en partie » cumulées, hors la dernière ligne.
Base : 1415 bénéficiaires ayant terminé leur bilan entre le 01/01/2024 et le 31/12/2025.

[1] Résultat calculé à partir des réponses "Oui" et "En partie" à la question portant sur la capacité à analyser le marché de l'emploi, détecter les compétences recherchées et identifier les dispositifs de formation. Sur 1 415 personnes uniques ayant répondu au questionnaire de fin de bilan entre 2022 et 2026, 1 285 ont répondu "Oui" ou "En partie" : 612 "Oui" et 673 "En partie", soit 90,8 %.

13. Où en sont les bénéficiaires six mois après

Six mois après leur bilan Vie IDEale, parmi les 641 personnes ayant répondu au questionnaire de suivi, 73,3 % déclarent avoir engagé au moins une transition concrète : formation, mobilité professionnelle ou démarche entrepreneuriale. 40,6 % qualifient leur projet de confirmé et 52,6 % déclarent être encore en discernement.

Ces résultats correspondent aux trajectoires déclarées par les répondantes au questionnaire de suivi à six mois.

Pour Charlotte K, l'objectif d'un bilan de compétences n'est pas de changer de métier de façon systématique, mais de créer les conditions d'un nouvel équilibre plus motivant et plus épanouissant, tout en développant l'employabilité et en sécurisant le parcours.

Témoignages

Découvrez les témoignages des IDE que nous avons accompagnées en cliquant ici

Karine, mars 2026, infirmière hospitalière

J'ai entrepris ce bilan de compétences à un moment de ma vie où je me posais beaucoup de questions sur la façon dont j'exerçais mon métier. Après des difficultés de management à l'hôpital et des problèmes de santé liés au travail de nuit, je ressentais un profond épuisement et beaucoup de doutes. Pourtant, au fond de moi, une chose restait évidente : je n'avais pas envie de quitter le métier d'infirmière. Ce métier fait partie de moi. Mais je ne savais plus comment l'exercer en restant fidèle à mes valeurs. Faire ce bilan de compétences de Charlotte K a été une véritable rencontre et un tournant dans mon parcours. J'ai eu la chance d'être accompagnée par Marie J., dont la bienveillance et la disponibilité m'ont permis d'avancer.

Florence B., avril 2025, infirmière libérale

Ce bilan de compétences conçu par une infirmière pour des infirmières est une force pour nous aider à avancer dans nos projets pro. Ce bilan est intense mais tellement bénéfique grâce aux contenus et aux échanges que j'ai pu avoir avec ma coach, Amandine. Je suis reboostée et déterminée pour la suite de ma carrière pro. Après 20 ans de libérale j'ai confiance en moi pour arrêter mon activité et je n'ai pas peur de la suite. Je fais confiance en la vie et surtout je me fais confiance. Mon projet est clair et adapté à ma vie.

Gaëlle M., juillet 2024, infirmière salariée, aujourd'hui en recherche clinique

Au bout de 12 ans de pratique, j'ai totalement remis en question mon avenir en tant qu'infirmière. L'organisme Charlotte K m'a aidée à faire le point, à cibler ce qui me paraissait important pour m'épanouir à nouveau en tenant compte de mes expériences passées, bonnes ou mauvaises. Elles m'ont fait prendre conscience que je souhaitais continuer à « prendre soin » mais différemment. Aujourd'hui je suis infirmière en recherche clinique, un aspect de notre métier bien trop méconnu. Je me projette et m'épanouis à nouveau.

Les façons de financer le programme

1. Via le CPF

Depuis le 1er janvier 2017, le bilan de compétences peut être financé dans le cadre du Compte personnel de formation. La procédure est simplifiée, confidentielle vis-à-vis de l'employeur, et le délai d'acceptation du dossier est rapide. La demande se fait directement sur moncompteformation.gouv.fr.

Ce qui change en 2026 :

- Les droits CPF mobilisables pour un bilan de compétences sont plafonnés à 1 600 €, quel que soit le solde du compte.
- Une participation forfaitaire obligatoire de 150 € s'applique depuis le 2 avril 2026. Elle est comprise dans le reste à payer et n'est pas facturée en supplément. Les demandeurs d'emploi en sont exonérés.
- Le CPF ne peut pas être mobilisé si un bilan de compétences a déjà été financé par un organisme public ou paritaire au cours des cinq années précédentes.

À noter : dispositif accessible aux IDE salariés du privé et aux IDEL.

2. Via l'ANFH, fonction publique hospitalière

Si vous êtes agent de la fonction publique hospitalière, votre bilan de compétences est finançable par l'ANFH. La demande est instruite par votre délégation territoriale. Lorsque le dossier est accepté, la prestation est prise en charge et aucun complément ne vous est demandé. Les délais d'instruction sont plus longs que pour le CPF : rapprochez-vous de votre délégation dès le début de votre réflexion.

3. Via le financement personnel

C'est la solution la plus simple et la plus rapide pour financer son bilan de compétences, sans inconvénients et longueurs administratifs.

À noter : Nous accordons une facilité de paiement en 3, 4 ou 6 fois.

4. Via le plan de développement des compétences

Le bilan de compétences peut être financé via le « Plan de Développement des Compétences » de votre employeur (entreprise, association, collectivités). Vous bénéficiez alors du financement intégral de la prestation.

5. Via France Travail

Le bilan de compétences peut être financé par l'Aide Individuelle à la Formation (AIF) de France Travail. En tant que demandeur d'emploi, vous avez le droit de réaliser un bilan de compétences pour redéfinir votre projet professionnel et rebondir plus rapidement. La demande est examinée par votre conseiller au regard de la cohérence avec votre projet personnalisé d'accès à l'emploi.

6. Autres solutions de financement

Le bilan de compétences peut également être financé via d'autres dispositifs, notamment via l'AGEFIPH pour les personnes en situation de handicap ou via le service social de la CARSAT (Caisse de retraite et de prévoyance). Certains dispositifs spécifiques régionaux ou départementaux permettent également de financer cette prestation.

Mentions légales :

La structure générale, ainsi que les textes, photos, images de ce document sont la propriété de Charlotte Kerbrat. Toute reproduction, totale ou partielle, et toute représentation du contenu substantiel de ce document, par quelque procédé que ce soit, sans autorisation expresse de Charlotte Kerbrat, est interdite, et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Les informations, pictogrammes, photographies, images, textes, sont protégés par des droits de propriété intellectuelle. À ce titre, toute reproduction, représentation, adaptation, traduction et/ou modification, partielle ou intégrale de ce document sont interdits. La copie sur support papier à usage privé de ces différents objets de droits est autorisée conformément à l'article L122-5 du Code de la Propriété Intellectuelle. Leur reproduction partielle ou intégrale, sans l'accord préalable et écrit de l'auteur, est strictement interdite.