

Bilan d'Orientation Professionnelle

■■■■■■■■■■ — ■■■■■■■■■■ — Version COMPLÈTE

Un mot pour toi, ■■■■■■■■■■

■■■■■■■■■ j'ai lu tes réponses attentivement — et ce qui me frappe en premier, c'est un paradoxe. Tu es clairement une organisatrice-née : tu gères en simultané tes patients, un dîner de 25 personnes, un medley pour l'orchestre et une livraison de fleurs pour ta mamie — tout ça avec de la légèreté et de la fierté. Et pourtant, tu exerces un métier qui t'épuise avant même de commencer la semaine. Ce bilan n'est pas là pour te trouver 'un deuxième métier d'infirmière' — il est là pour te montrer exactement vers quelle direction tes compétences réelles et tes besoins profonds te pointent.

1. Ton portrait

Profil RIASEC dominant

Conventionnel / Social

Tes 5 valeurs essentielles

- Repos
- Stabilité
- Équilibre
- Famille
- Sécurité

Environnements à éviter absolument

- Travail en horaires décalés ou hors normes — empêche toute vie personnelle
- Être 'à la merci de tous' — perte d'autonomie et de paix intérieure
- Compétition et pression de performance permanentes
- Impossibilité d'équilibrer vie personnelle et professionnelle

Tes compétences naturelles

- Organisation et coordination — capable de gérer simultanément plusieurs projets complexes dans des contextes différents (Q9)
- Leadership naturel et prise d'initiative — 'sans moi certains projets n'auraient jamais vu le jour' (Q10)
- Adaptation rapide — jongle entre patients, événements et projets avec la même efficacité (Q6, Q9)
- Transmission et prévention — enseigner, éduquer, vulgariser des informations médicales (Q22)
- Bienveillance en action — applique les règles et répond aux besoins avec légèreté (Q11)

Tes compétences techniques

- Maîtrise des outils technologiques (à valoriser sur CV selon logiciels utilisés comme IDEL)
- Langues : anglais et espagnol (niveau conversationnel)
- Création de contenus (communication, prévention santé)
- Enseignement et pédagogie : éducation thérapeutique, prévention santé
- Coordination administrative : gestion planning, relation patients, facturation IDEL
- Expérience terrain : plus de 3 ans comme infirmière libérale à [REDACTED]

Tes conditions non-négociables

- [REDACTED] — pas de déménagement, rester en [REDACTED] (Q27)
- Horaires de bureau réguliers — fini les gardes et week-ends imposés (Q24, Q15)
- Salaire minimum 2 000€ net/mois — seuil défini (Q29)
- CDI exclusivement — sécurité absolue, pas de freelance ni d'entrepreneuriat (Q30)
- Équilibre vie personnelle/professionnelle non-négociable — valeur centrale (Q14, Q15)

Document confidentiel — réservé à [REDACTED] — Serenity Process™

2. Ce qui te nourrit, ce qui t'épuise

Ce qui te nourrit

Les journées où elle fait autre chose qu'infirmière — le simple fait de changer de cadre la fait se sentir vivante (Q13). Le temps avec sa famille et ses amis — besoin de lien et de présence rarement nourri dans son quotidien actuel. Les projets d'organisation où elle prend les devants : dîner Vietnam pour 25 personnes, medley d'orchestre, livraison de fleurs — elle y retrouve légèreté, fierté et une vraie satisfaction d'accomplissement (Q9, Q13). La sérénité et la stabilité — se lever le matin sans boule au ventre, savoir ce qui l'attend.

Ce qui t'épuise

Son métier actuel dans son intégralité : elle se sent vidée avant, pendant et après sa semaine de travail (Q12). La perpétuelle proactivité imposée par son rôle d'infirmière libérale — elle ne peut jamais vraiment s'arrêter (Q8). Le fait d'être 'à la merci de tous' sans pouvoir se reposer ni recharger (Q15). L'absence totale de sérénité : peur, angoisse, colère, frustration et épuisement dominant toute sa semaine.

L'écart identifié

■■■■■ a ■■■■■ et exerce comme infirmière libérale depuis plus de 3 ans — sans jamais vraiment souffler. Elle pense à changer depuis au moins 3 ans, ce qui n'est pas une envie passagère. Sa vision dans 3 ans : un matin ordinaire, chez elle, avec le temps de prendre son petit déjeuner et se maquiller, apaisée avant d'aller travailler. L'écart : entre une vie entièrement construite autour des urgences des autres et une vie où elle décide de son rythme, dans un CDI en entreprise à ■■■■■

Tes désirs vrais (élans confirmés)

- Faire un autre métier qu'infirmière — désir central, formulé plusieurs fois (Q19, Q31)
- Être contente d'aller travailler — le travail comme source de satisfaction, pas de contrainte (Q16, Q19)
- Prendre du temps pour elle et sa famille — vivre à son propre rythme, se ressourcer (Q19, Q20)

Les freins identifiés

- Peur de la charge mentale dans un poste polyvalent ou organisationnel (Q32 scénarios 1 et 2)
- Difficulté à lâcher prise — rôle de 'la forte' qui l'empêche de déléguer et de se mettre en retrait (Q6, Q7)
- Incertitude sur la reconversion : ne sait pas encore quel poste en entreprise correspond à ses compétences (Q31)

Ta vision dans 3 ans

« Je veux créer une vie où je me sens légère et sereine, en faisant un métier dans lequel je me sens bien, avec une vie équilibrée. »

Les émotions que tu veux ressentir chaque jour

Apaisement ♦ Excitation ♦ Utilité

Document confidentiel — réservé à [REDACTED] — Serenity Process™

3. Tes pistes métiers alignées

Ces pistes ont été construites à partir de tes réponses — tes compétences réelles, tes valeurs, tes contraintes.

Piste	Transition	Tarif estimé	Délai
Chargée de coordination / Office Manager	FAIBLE	2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED] selon expérience	3 à 6 mois
Chargée de prévention santé / Coordinatrice bien-être en entreprise	FAIBLE	2 000-2 800€ net/mois en CDI ou fonction publique à [REDACTED]	3 à 6 mois
Assistante de direction / Chargée de projets en entreprise	FAIBLE	2 000-2 800€ net/mois selon secteur à [REDACTED]	3 à 6 mois
Community Manager / Chargée de communication digitale	MOYEN	2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED] selon expérience	6 à 12 mois
Chargée de recrutement / Assistante RH	FAIBLE	2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED]	3 à 6 mois
Gestionnaire / Coordinatrice de structure de santé	FAIBLE	2 000-3 000€ net/mois selon structure et responsabilités	3 à 6 mois

Piste 1 — Chargée de coordination / Office Manager

L'office manager ou chargée de coordination est le pivot d'une entreprise ou d'un service : elle organise les plannings, coordonne les équipes, gère les projets transverses et assure la fluidité des opérations au quotidien. Poste polyvalent, rythmé, en CDI, souvent avec des horaires de bureau. A [REDACTED] ce profil est recherché dans les PME, ESN, cabinets et structures de santé.

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Q9 : a coordonné 25 personnes pour un dîner tout en gérant ses patients en simultané → compétence d'organisation réelle et prouvée
- Q10 : 'âme de leader, prise d'initiative, organisation' — reconnue par les autres exactement pour les qualités clés de ce poste
- Q26 : 'organisation et de la gestion' → profil Conventionnel dominant, ce métier est son terrain naturel
- Q31 : direction explicite 'travailler en entreprise' + 'rythme correct' → CDI bureau, exactement ça
- Anti-valeur 'être à la merci de tous' (Q15) → en entreprise, les responsabilités sont délimitées et prévisibles
- Besoins Stabilité + Sécurité (Q14) + Q30 CDI exclusivement → ce poste offre exactement ce cadre

Niveau de transition requis : FAIBLE

Formation / chemin :

- Ses compétences de coordination et d'organisation sont directement transférables.
- Option : Titre professionnel Assistant·e de Direction (AFPA, CNAM, ~6 mois, finançable CPF) · ou formation Office Manager (OpenClassrooms, ~300€).

Plateformes : LinkedIn Jobs [REDACTED] · Indeed · Welcome to the Jungle · APEC (si bac+3)

Tarif : 2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED] selon expérience

Ton action concrète : Cette semaine : faire une recherche LinkedIn Jobs 'office manager [REDACTED] CDI' et noter les 3 offres qui t'attirent le plus — observer ce qu'elles demandent comme compétences

Piste 2 — Chargée de prévention santé / Coordinatrice bien-être en entreprise

La chargée de prévention santé accompagne des équipes en entreprise, des mutuelles ou des collectivités dans leurs actions de santé au travail : ateliers prévention, communication santé, coordination de programmes QVT. Elle utilise ses connaissances médicales sans exercer le soin — dans un cadre de bureau, à heures fixes. Collectivités, mutuelles et grandes entreprises [REDACTED] recrutent régulièrement ces profils.

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Formation infirmière → expertise santé directement valorisable dans un contexte non-clinique (Q22)
- Q22 : 'éducation/prévention' — compétence explicitement nommée par [REDACTED] comme point fort
- Q11 : 'application des règles et des besoins dans la bienveillance' → ton et posture parfaits pour la prévention
- Anti-valeur 'être à la merci de tous' (Q15) → en prévention, elle conçoit et anime, elle ne répond plus à l'urgence
- Émotions cibles Utilité + Apaisement (Q21) → ce poste nourrit ces deux émotions directement
- CDI dans une collectivité ou grande entreprise (Q30) → offres stables, concours fonction publique possibles

Niveau de transition requis : FAIBLE

Formation / chemin :

- Diplôme infirmier = base reconnue. Valoriser l'aspect 'prévention / éducation santé' dans le CV.
- Option : DU Education Thérapeutique du Patient (université [REDACTED] ~1 000€, partiel en ligne) · ou DIU Santé au Travail.

Plateformes : LinkedIn Jobs · Pôle Emploi · ANFH (fonction publique hospitalière) · Mutuelles régionales

Tarif : 2 000-2 800€ net/mois en CDI ou fonction publique à [REDACTED]

Ton action concrète : Cette semaine : rechercher 'chargée de prévention santé' ou 'coordinatrice QVT CDI' sur LinkedIn et Indeed — contacter 1 personne en poste pour comprendre son quotidien

Piste 3 — Assistante de direction / Chargée de projets en entreprise

L'assistante de direction ou chargée de projets assiste un dirigeant ou une équipe dans la gestion administrative, la coordination de projets, le suivi de dossiers et la communication interne. Polyvalent par nature, ce poste correspond à quelqu'un qui aime toucher à tout sans faire la même chose tous les jours. CDI courant dans les PME et ETI de — aérospatial, numérique, santé.

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Q32 scénario 2 : 'travailler dans une entreprise dans un poste polyvalent' — c'est sa propre formulation de ce qu'elle veut
- Q9 : gère simultanément patients, événements, projets musicaux et famille → capacité multitâche prouvée
- Q10 : 'âme de leader, organisation, adaptation' → trois qualités exactes que les DRH cherchent pour ces postes
- Q24 : routine structurée → l'assistante de direction a un cadre prévisible avec des variations intéressantes
- Q23 : mix seule/équipe → ce poste alterne travail en autonomie et interactions directes
- Besoins Stabilité + Équilibre (Q14) + CDI → poste très stable une fois la place trouvée

Niveau de transition requis : FAIBLE

Formation / chemin :

- Compétences directement transférables — insister sur la coordination, la gestion et la relation dans le CV.
- Option : BTS Assistant de Manager (1 an, finançable CPF, alternance possible à — · ou formation Project Management (CAPM, PMI).

Plateformes : LinkedIn Jobs · Welcome to the Jungle · Cadremploi · Indeed —

Tarif : 2 000-2 800€ net/mois selon secteur à —

Ton action concrète : Cette semaine : écrire 5 compétences issues de ton expérience IDEL que tu pourrais valoriser dans un CV pour un poste en entreprise — coordination, gestion de planning, relation, prévention, prise d'initiative

Piste 4 — Community Manager / Chargée de communication digitale

Le ou la community manager gère la présence en ligne d'une entreprise : création de contenus, animation des réseaux sociaux, stratégie de communication. Ce poste peut être exercé en CDI dans une entreprise ou une agence, à [REDACTED] — pas besoin d'être freelance. Dans le secteur santé, les cliniques, mutuelles et associations recherchent des CM avec une sensibilité médicale : un profil que [REDACTED] cumule naturellement.

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Q33 : 'community manager' — [REDACTED] le cite explicitement comme un métier qui l'attire depuis longtemps
- Q22 : 'créer des contenus' — compétence déjà nommée, déjà pratiquée
- Q11 : 'bonne humeur, légèreté' → les qualités relationnelles et tonales essentielles en CM
- Q9 : medley d'orchestre — a su proposer des améliorations créatives de manière spontanée → sensibilité créative réelle
- Background santé → avantage unique pour travailler en CM pour des structures médicales ou paramédicales à [REDACTED]
- Q32 scénario 1 : enthousiasme pour 'organiser des choses' → rédiger un calendrier éditorial, c'est exactement ça

Niveau de transition requis : MOYEN

Formation / chemin :

- Formation recommandée pour maîtriser les outils (Meta Business Suite, Canva, analytics).
- Option : Formation Community Manager (Openclassrooms, ~800€ finançable CPF, 3 mois) · ou BUT Métiers du multimédia et de l'internet (bac+3, université [REDACTED]).

Plateformes : LinkedIn Jobs [REDACTED] · Welcome to the Jungle · Agences de communication [REDACTED] · Réseaux santé et médical

Tarif : 2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED] selon expérience

Ton action concrète : Cette semaine : créer ou retravailler un compte Instagram sur un sujet qui t'intéresse — santé, bien-être, lifestyle — et publier 3 posts pour tester si tu aimes le format

Piste 5 — Chargée de recrutement / Assistante RH

La chargée de recrutement ou assistante RH gère les processus de recrutement d'une entreprise : rédaction et diffusion des offres, présélection des candidats, organisation des entretiens, suivi administratif. Poste 100% CDI, horaires de bureau, très présent à [REDACTED] dans les cabinets de recrutement, ESN, groupes industriels et structures de santé. Son background infirmier est un avantage concret pour recruter des profils médicaux et paramédicaux.

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Q10 : 'âme de leader, gentillesse de prendre du temps' → les qualités humaines du recrutement — écouter, évaluer, accompagner
- Q9 : organisation, prise d'initiative, gestion de plusieurs dossiers simultanément → quotidien direct du recruteur
- Q11 : 'bonne humeur, légèreté, bienveillance' → ton idéal pour mettre les candidats à l'aise en entretien
- Background infirmier → atout différenciant pour les cabinets spécialisés santé ou les RH d'hôpitaux privés, cliniques, EHPAD
- Q24 : routine structurée → le recrutement a ses cycles prévisibles (sourcing, entretiens, validation)
- CDI systématique, horaires de bureau, zéro urgence nocturne → répond exactement à ses conditions non-négociables (Q30, Q15)

Niveau de transition requis : FAIBLE

Formation / chemin :

- Compétences relationnelles et organisationnelles directement transférables.
- Option : Titre professionnel Chargé-e de Recrutement (AFPA, ~6 mois, finançable CPF) · ou Licence Pro RH (université [REDACTED] 1 an).

Plateformes : LinkedIn Jobs [REDACTED] · Indeed · Welcome to the Jungle · Cabinets RH santé (Adecco Medical, Appel Medical)

Tarif : 2 000-2 800€ net/mois en CDI à [REDACTED]

Ton action concrète : Cette semaine : identifier 3 cabinets de recrutement spécialisés santé à [REDACTED] sur LinkedIn et observer leurs offres d'emploi pour chargé-e de recrutement junior

Piste 6 — Gestionnaire / Coordinatrice de structure de santé

La gestionnaire ou coordinatrice de structure de santé assure le fonctionnement administratif d'un cabinet médical, d'une clinique, d'un centre de santé ou d'un EHPAD : gestion des plannings, coordination des équipes soignantes, relation avec les patients et les partenaires, suivi administratif et réglementaire. CDI stable, horaires réguliers, secteur qui recrute en permanence à [REDACTED]

Pourquoi cette piste correspond à ton profil :

- Son diplôme infirmier lui donne une compréhension des contraintes médicales qu'aucun autre profil administratif n'a → avantage majeur
- Q22 : coordination, éducation/prévention, relation soignant-patient → compétences directement réutilisables côté gestion
- Q9 : gestion de planning, multitâche, organisation sous contrainte → exactement le quotidien de ce poste

- Anti-valeur 'être à la merci de tous' (Q15) → en tant que coordinatrice, elle organise — elle ne répond plus aux urgences de soin
- Émotions cibles Utilité + Apaisement (Q21) → rester dans la santé sans en subir la pression clinique
- CDI systématique, secteur très stable, 2 000€+ atteignable dès l'entrée (Q29, Q30)

Niveau de transition requis : FAIBLE

Formation / chemin :

- Diplôme infirmier = base solide et reconnue. Valoriser la gestion et la coordination dans le CV.
- Option : DU Management des Organisations de Santé (université [REDACTED] ~1 000€) · ou VAE vers un titre de cadre de santé (parcours plus long mais très valorisé).

Plateformes : LinkedIn Jobs · ANFH · Indeed [REDACTED] · Pôle Emploi secteur médical · Réseaux EHPAD et cliniques privées

Tarif : 2 000-3 000€ net/mois selon structure et responsabilités

Ton action concrète : Cette semaine : rechercher 'coordinatrice cabinet médical [REDACTED] ou 'gestionnaire centre de santé CDI' sur Indeed — noter 2 offres et lire attentivement ce qu'elles demandent

Document confidentiel — réservé à [REDACTED] — Serenity Process™

4. Tes 3 premières semaines

Un plan d'action concret pour avancer dès maintenant, sans te disperser.

Semaine 1 — Clarifier et remettre son CV à jour

Lister 5 compétences concrètes issues de son expérience IDEL valorisables en entreprise : coordination, gestion de planning, relation patient, prévention santé, prise d'initiative. Mettre à jour son profil LinkedIn — pas 'infirmière libérale' mais 'coordinatrice, organisatrice, spécialiste prévention santé'. Ce sont les fondations sans lesquelles aucune candidature ne peut démarrer.

Semaine 2 — Explorer les métiers en vrai

Choisir 2 pistes parmi celles de ce bilan. Trouver sur LinkedIn 1 personne en poste dans chaque piste à [REDACTED] et lui envoyer un message court et sincère pour demander un échange de 20 minutes. Chercher aussi 3 offres d'emploi sur ces 2 pistes pour comprendre ce que le marché demande vraiment.

Semaine 3 — Premier pas concret

Postuler à 1 seule offre d'emploi — pas par obligation, mais pour tester la réponse du marché à son profil. Si une formation courte est identifiée comme nécessaire : vérifier son solde CPF sur moncompteformation.gouv.fr et voir ce qui est finançable. L'objectif de cette semaine : au moins 1 contact humain et 1 candidature envoyée.

Document confidentiel — réservé à [REDACTED] — Serenity Process™