BILAN DE COMPETENCES



Prenez de la hauteur sur votre parcours, et choisissez la suite.

JUSTINE MACE

Accompagnement à la transition professionnelle | Bilan de compétences
7, avenue de Verdun 64500 SAINT-JEAN-DE-LUZ
06 70 34 41 98 - contact@justinemace.com

4 bonnes raisons

de se lancer dans un bilan de compétences

1. Mieux se connaître pour **faire les bons choix.**
2. Redonner du **sens** à son parcours professionnel.
3. Préparer une reconversion en toute **confiance**.
4. **Valoriser ses compétences** et booster sa carrière.

Le bilan de compétences

Objectifs d'un bilan de compétences

Préparer une reconversion professionnelle.
Evoluer au sein de son entreprise, son secteur d'activité.
Vérifier un projet professionnel.

Délai d’accès

Le bilan de compétences est réalisé en individuel, **en présentiel ou à distance par visioconférence**. Le délai d’accès est immédiat après avoir respecté les délais de rétractation en vigueur.

Durée et déroulement d'un bilan de compétences :

La durée maximale du bilan de compétences est de 24h

La démarche est progressive et basée sur une méthodologie en 3 phases, respectant le Code de Déontologie des bilans de compétences.
Phase 1 - Phase préliminaire
Phase 2 - Phase d'investigation
Phase 3 - Phase de conclusions

Compétences visées

A l’issue d’un bilan de compétences, les bénéficiaires sont capables d’identifier leurs compétences clés et transférables, leurs points forts et axes d’amélioration dans un cadre professionnel, leurs moteurs et sources de motivation au travail, de définir leurs besoins et conditions de travail idéales, d’analyser la faisabilité d’un ou plusieurs projets professionnels, de construire un plan d’action opérationnel pour la mise en œuvre du projet et de formaliser un projet professionnel structuré et argumenté.

Public visé

Que vous soyez salarié(e) du public ou du privé, indépendant(e), à la recherche d’un emploi, avec ou sans diplômes, le bilan de compétences est ouvert à tous. Dans la majorité des cas, il s’agit d’une initiative personnelle mais il peut être réalisé à la demande de votre employeur dans le cadre d’une gestion prévisionnelle des emplois et des compétences et pour favoriser la mobilité interne.
Si vous êtes en situation de handicap, je me tiens à votre disposition en vue de vous informer sur les accès possibles liés à votre situation et vous proposer un aménagement lors de votre accompagnement.

- **Lieu des rendez-vous en présentiel et accès :**

7, avenue de Verdun
64500 SAINT-JEAN-DE-LUZ

Parking gratuit à proximité :

Parking de la gare, côté Lycée Maurice Ravel (à noter que le parking est très vite saturé)

Mon conseil : se garer avenue Pierre Larramendy au bord de la Nivelle derrière la gare et lycée Maurice Ravel.
Les parkings des résidences sont accessibles, il y a également un parking au niveau de l'aire de jeux à 8 min à pied du local.



- **Accessibilité aux personnes en situation de handicap**

Soucieuse de rendre l'accompagnement le plus accessible possible, je vous propose d'étudier avec vous, en amont du bilan, les modalités d'adaptation éventuelles selon votre situation. En tant que référente handicap, je suis disponible pour échanger avec vous de manière confidentielle afin de déterminer ensemble les conditions les plus favorables à la réalisation de votre bilan de compétences.
N'hésitez pas à me contacter pour en discuter à l'adresse suivante : contact@justinemace.com

• Méthode utilisée

Le bilan est une alternance d'entretien individuels et de travail asynchrone encadré selon une méthodologie fournie.

Vous bénéficiez d'un accompagnement continu (par mail, par téléphone), entre 2 rendez-vous.

Vous réalisez des enquêtes métiers terrains.

• Outils utilisés

Chaque entretien est réalisé en démarche "miroir", je vous aide à faire émerger vos potentiels, motivations, valeurs, envies, en travaillant dans la neutralité la plus totale. Tous les entretiens sont individuels et confidentiels.

J'utilise les tests de personnalité de Central Test et AFC Holland RIASEC (Analyse de la personnalité, Inventaire des intérêts professionnels, restitution de domaines d'activités et des métiers en adéquation avec la personnalité).

Une évaluation 360°. Un simple questionnaire en ligne qui recueille les perceptions de votre entourage sur vos traits de personnalité dominants et vos talents.

Des apports d'informations (ressources, emploi, métiers, création d'entreprise, VAE, projet de transition pro...) vous seront fournis pour la réalisation de vos enquêtes métiers et l'établissement de votre plan d'action.

Une synthèse vous est remise à l'issue du bilan, celle-ci est strictement confidentielle.

• Méthode d'évaluation

Tout au long du bilan
Chaque séance se termine par un court temps d'échange pour faire le point : ce que vous avez retenu, ce qui reste flou, les difficultés rencontrées. Le travail réalisé entre les séances est lui aussi évalué au rendez-vous suivant.
Ces points réguliers me permettent d'ajuster la méthode, le rythme ou les outils à votre situation, et de recadrer l'objectif de la séance suivante si besoin.

En fin de bilan
Une synthèse écrite, rédigée par mes soins, vous est remise. Elle retrace l'ensemble du travail réalisé pendant le bilan et présente le ou les projets retenus ainsi que le plan d'action à mettre en œuvre. Ce document est strictement confidentiel et vous appartient.
Lors du dernier rendez-vous, vous complétez un questionnaire d'évaluation "à chaud".
Il vous permet d'évaluer le contenu du bilan, sa pertinence au regard de vos objectifs et la qualité de l'accompagnement.

Les formules proposées

Programmes 2026

Programme “Ascension”

- 8 rendez-vous durant le bilan (~24h)
- Un parcours progressif, structuré et sécurisé pour prendre le temps d’explorer en profondeur votre situation professionnelle et construire un projet solide.

Il s’adresse particulièrement aux personnes qui souhaitent faire un point global sur leur parcours, envisagent une reconversion professionnelle, ressentent le besoin d’être fortement accompagnées et guidées, souhaitent explorer plusieurs pistes avant de faire un choix.

Au fil des séances, nous avançons étape par étape :

- analyse de votre parcours et de vos compétences,
- identification de vos valeurs, motivations et traits de personnalité,
- exploration de pistes professionnelles réalistes,
- confrontation des projets à la réalité du marché,
- construction d’un plan d’action concret et réalisable,

Entre les rendez-vous, des exercices et réflexions personnelles vous permettent de mûrir votre projet et d’avancer à votre rythme.

Tarif : 2000 EUR

Programme “La Voie directe”

- 6 rendez-vous durant le bilan (~16h)
- Un parcours pensé pour les personnes qui ont déjà amorcé leur réflexion et souhaitent structurer, sécuriser ou valider leur projet professionnel.

Il est particulièrement adaptée si vous avez déjà une idée de reconversion ou d’évolution, vous souhaitez clarifier et tester la faisabilité de votre projet, vous êtes à l’aise avec le travail de réflexion personnelle entre les séances.

L’accompagnement reste structuré autour des étapes essentielles du bilan de compétences :

- analyse de votre parcours et de vos compétences clés,
- clarification de vos motivations et de vos priorités,
- approfondissement et validation de votre projet,
- construction d’un plan d’action concret.

Ce format demande un peu plus de travail personnel entre les séances, mais permet d’avancer efficacement lorsque la direction est déjà relativement identifiée.

Tarif : 1600 EUR

Les + de mon accompagnement

1-Le Mouvement au service de votre projet : L'approche "en mouvement"

Dans mes accompagnements, je propose d'intégrer la marche en extérieur comme un levier puissant lors des étapes clés de votre réflexion.

Pourquoi intégrer la marche ?
Le mouvement physique facilite le mouvement de la pensée. Sortir du cadre habituel du bureau permet de :

- Lever les blocages : Le face-à-face peut parfois être intimidant ; marcher côte à côte libère la parole et la créativité.
- Clarifier la vision : L'oxygène et l'espace aident à prendre du recul sur des situations complexes.
- Ancrer les décisions : Associer une prise de conscience à une action physique permet de mieux mémoriser ses avancées.

Cette approche est proposée en milieu de parcours sur 1 ou 2 séances, mais elle reste à votre entière discrétion. Si vous préférez le confort du bureau, je m'adapte.

Précision importante : *Il ne s'agit en aucun cas d'une randonnée sportive ou d'une sortie en montagne. Je ne suis pas accompagnatrice en moyenne montagne. C'est une marche d'échange, sur terrain plat, sans aucune difficulté technique ni dénivelé, accessible à tous et adaptée à votre rythme.*

2-Un suivi à votre rythme après le bilan

Le bilan se termine, mais l'accompagnement ne s'arrête pas là.
Pendant les 12 mois qui suivent, vous pouvez programmer, à votre initiative, un ou plusieurs échanges de 30 minutes (vous aurez accès à mon agenda), dès que vous en ressentez le besoin : faire le point sur la mise en œuvre de votre plan d'action, lever un blocage, réajuster votre cap.

Ces échanges se déroulent par téléphone ou en visioconférence, sur simple réservation en ligne.

Financement de votre bilan

Le bilan de compétences est finançable via le CPF (Compte Personnel de Formation) dans la limite de 1 600 €.

Le CPF peut donc couvrir tout ou partie du coût du bilan selon le montant dont vous disposez.

Une participation financière obligatoire, appelée "ticket modérateur", peut s'appliquer. Il s'agit d'un montant forfaitaire (fixé à 150 €) demandé pour mobiliser vos droits CPF, sauf cas d'exonération (notamment pour les demandeurs d'emploi).

Concrètement :

- Si votre CPF couvre intégralement le coût du bilan (par exemple pour une formule à 1 500 € avec un solde CPF suffisant), vous aurez à régler cette participation forfaitaire de 150 € (sauf si vous êtes demandeur d'emploi).
- Si votre CPF ne couvre pas la totalité du coût (par exemple pour une formule à 1 900 €), un reste à charge s'applique. Dans ce cas, la participation obligatoire est déjà incluse dans ce montant et ne s'ajoute pas en supplément.

Exemple :
Pour un bilan à 1 900 € avec 1 600 € mobilisables via le CPF, le reste à charge est de 300 €.

Si vous êtes salarié(e) :

- Si le bilan est réalisé à votre initiative personnelle, vous pouvez mobiliser votre CPF. Le bilan se déroule alors en dehors de votre temps de travail.
- Si votre solde CPF ne couvre pas la totalité du coût, un reste à charge peut s'appliquer. Votre CPF peut également être abondé (complété) par des financeurs tiers comme les OPCO ou votre employeur.
- Si le bilan est à l'initiative de votre employeur, il est financé dans le cadre du plan de développement des compétences. Votre accord est indispensable.

Si vous êtes en recherche d'emploi :

- Vous pouvez mobiliser votre CPF.
- Si votre solde est insuffisant, vous pouvez demander un abondement auprès de France Travail (sous réserve d'acceptation).
- Dans certains cas, France Travail peut également financer directement le bilan.

Si vous êtes agent(e) de la fonction publique :
Vous disposez d'un CPF alimenté en heures. Celui-ci peut être mobilisé pour financer tout ou partie un bilan de compétences, avec l'accord de votre employeur.
Pour les agents de la fonction publique hospitalière, l'ANFH peut, dans certains cas, financer tout ou partie du bilan.

Si vous êtes indépendant(e) :
Vous pouvez mobiliser votre CPF.
Des organismes comme l'AGEFICE ou le FAFCEA peuvent également participer au financement selon votre activité.

Financement personnel :
Un financement personnel est possible.
Un paiement en plusieurs fois (jusqu'à 4 fois sans frais) peut être proposé.

QUI SUIS-JE ?



Je suis Justine, j'habite sur la côte basque à Urrugne depuis plus de dix ans. Je suis originaire de la région nantaise.

Mon métier consiste à accompagner des personnes qui souhaitent faire évoluer leur vie professionnelle : changer de voie, redonner du sens à leur travail, ou construire un nouveau projet. J'interviens principalement à travers la réalisation de bilans de compétences, auprès de salariés, demandeurs d'emploi ou indépendants.

Moi-même issue d'une reconversion professionnelle, j'ai d'abord travaillé pendant près de 10 ans dans le secteur du tourisme avant de me tourner vers les ressources humaines en 2018. J'avais envie de remettre l'humain au cœur de mon activité et de contribuer à l'épanouissement professionnel de chacun.

J'ai ainsi validé un Master Responsable Ressources Humaines en 2018, puis travaillé en entreprise et en cabinet de recrutement avant de me lancer en indépendante en 2020. Certifiée à la pratique du bilan de compétences depuis 2021, j'ai accompagné plus d'une centaine de personnes dans leur réflexion et leurs transitions professionnelles.

Aujourd'hui, j'accompagne également des entrepreneurs et des organismes de formation dans le développement et la structuration de leurs activités. Cette diversité d'expériences me permet d'avoir une vision concrète du monde du travail et des évolutions professionnelles possibles.

Mes prestations :

- Bilans de compétences pour les personnes souhaitant évoluer, se reconvertir ou redéfinir leur projet professionnel.
- Accompagnement des entrepreneurs et des structures de formation dans le développement et l'évolution de leurs activités.

Mon site : www.justinemace.com

Engagements déontologiques et respect du cadre légal

Rappel du cadre légal du bilan de compétences (En accord avec l'article L6313-4 du Code du Travail)

Les bilans de compétences mentionnés au 2° de l'article L. 6313-1 ont pour objet de permettre à des travailleurs d'analyser leurs compétences professionnelles et personnelles ainsi que leurs aptitudes et leurs motivations afin de définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation. Ce bilan ne peut être réalisé qu'avec le consentement du travailleur. Le refus d'un salarié d'y consentir ne constitue ni une faute ni un motif de licenciement. Les informations demandées au bénéficiaire du bilan doivent présenter un lien direct et nécessaire avec son objet. Le bénéficiaire est tenu d'y répondre de bonne foi. Il est destinataire des résultats détaillés et d'un document de synthèse. Ce document de synthèse peut être communiqué, à sa demande, à l'opérateur du conseil en évolution professionnelle mentionné à l'article L. 6111-6. Les résultats détaillés et le document de synthèse ne peuvent être communiqués à toute autre personne ou institution qu'avec l'accord du bénéficiaire. Les personnes chargées de réaliser et de détenir les bilans sont soumises aux dispositions des articles 226-13 et 226-14 du code pénal en ce qui concerne les informations qu'elles détiennent à ce titre. La durée du bilan de compétences ne peut excéder vingt-quatre heures par bilan.

Engagements déontologiques et qualité :

Chaque bilan s'inscrit dans le respect du code de déontologie du bilan de compétences régit par l'application de la loi R. 6322-32 à 60 du Code du Travail.

Afin de répondre au mieux aux besoins de chaque bénéficiaire, je m'engage dans une démarche qualité et d'amélioration continue.

Mes engagements :

Traitement des demandes

Je m'engage à mettre tout en œuvre dans le traitement rapide des demandes de personnes désireuses de s'informer sur le bilan de compétences.

Informations des bénéficiaires

Je m'engage à fournir une offre claire et compréhensible pour chaque bénéficiaire précisant la méthodologie, le coût, les objectifs et les modalités. Je m'engage à favoriser le lien avec d'autres professionnels dans l'hypothèse où mes compétences professionnelles ne seraient plus en adéquation avec la demande du bénéficiaire.

Respect de la personne

Je m'engage à adopter une démarche de bilan de compétences respectant l'application des principes généraux de l'éthique professionnelle par le respect de la personne humaine, d'indépendance de jugement et d'action, d'honnêteté, de neutralité, de respect de la confidentialité professionnelle (articles 226-13 et 226-14 du code pénal).

Ecoute & Bienveillance

Je m'engage à accompagner chaque bénéficiaire par un questionnement approprié et une écoute bienveillante dans l'objectif de faire émerger un projet réaliste et épanouissant.

Respect de la confidentialité

Chaque bilan est réalisé en toute confidentialité. Les rendez-vous sont individuels dans un lieu garantissant la confidentialité des informations recueillies.

Adéquation des outils et des méthodes

Je m'engage à utiliser des outils fiables et adaptés aux objectifs du bilan. Chaque bilan est personnalisé. Le recours aux tests dépend de l'accord du bénéficiaire et de la pertinence de la situation à évaluer.

La démarche du bilan proposée comprend les 3 phases prévues par les textes législatifs et réglementaires (art. R-6313-4 du décret 2018-1330 du 28 décembre 2018). La nature et la teneur des investigations menées doit avoir un lien direct avec l'objet du Bilan de compétences du bénéficiaire.

Mise à disposition de ressources documentaires
Je mets à disposition de chaque bénéficiaire un espace ressources lui permettant d'effectuer ses recherches et de rendre compte de son travail personnel (enquêtes métiers, travail sur les compétences...) en vue d'élaborer un projet professionnel réaliste et cohérent.

Démarche progressive
Je m'assure de la bonne compréhension de chaque étape du bilan afin de favoriser la mise en action ainsi qu'une interaction positive. Un bilan à mi-parcours est réalisé et formalisé afin de s'assurer de l'avancée du bénéficiaire dans son bilan et de ses éventuelles difficultés rencontrées.

Remise d'une synthèse
Chaque fin de bilan donne lieu à la remise d'une synthèse écrite conforme aux indications réglementaires.

Satisfaction
Un questionnaire de satisfaction est systématiquement remis au bénéficiaire en fin de bilan pour évaluer la qualité de la prestation.

Suivi post bilan
Un rendez-vous de suivi à 6 mois après la fin du bilan de compétences est systématiquement proposé pour faire le point ensemble sur les actions menées et l'atteinte des objectifs fixés. Ce rendez-vous est essentiel, il peut être l'occasion de (re)motiver le bénéficiaire si nécessaire.

Professionnalisme
Je m'astreints à une obligation de moyens et mets en œuvre l'ensemble des moyens convenus contractuellement pour optimiser la réussite de la mission confiée correspondant aux attentes du bénéficiaire du Bilan, définies en début de processus. Je m'engage à faire évoluer ma pratique grâce à des actions de formation.

Engagements handicap

En tant que **référente handicap**, je me tiens à l'écoute de votre projet professionnel si vous êtes en situation de handicap pour faciliter l'accès à l'action de développement des compétences.
L'entretien préliminaire (obligatoire) au bilan de compétences me permettra de cerner votre situation et les aménagements nécessaires à mettre en place dans le respect des limites organisationnelles du bilan (horaires aménagés, rythme du bilan...)

Mon rôle :

- Informer, orienter, accompagner les salariés/demandeurs d'emploi en situation de handicap (évolution ou reconversion professionnelle, entrée en formation, retour après un long arrêt, évolution de l'organisation évolution professionnelle, accompagnement RQTH…)
- Vous accompagner dans la recherche d'un projet professionnel épanouissant, réaliste tout en garantissant une adéquation santé/poste.
- Faciliter le lien entre les différents acteurs que pourront rencontrer les personnes en situation de handicap.
- Sensibiliser les entreprises sur l'emploi des personnes en situation de handicap.

Les acteurs du handicap près de chez vous :

- CAP EMPLOI

Cap emploi sont des organismes de placement spécialisés (OPS) exerçant une mission de service public. Ils sont chargés de la préparation, de l'accompagnement, du suivi durable et du maintien dans l'emploi des personnes en situation de handicap. Ils accueillent et accompagnent plus de 100 000 personnes en situation de handicap chaque année.
Votre contact à Bayonne : 05 58 56 18 58

- MDPH

La MDPH offre aux personnes handicapées et à leur entourage un espace d'accueil et d'écoute, un accès unique aux droits et prestations qui leur sont réservés et un appui pour la formation, l'emploi ou l'orientation vers les établissements et services médico-sociaux.
Ses principales missions :
- Elle informe et accompagne les personnes en situation de handicap et leur famille dès l'annonce du handicap et tout au long de son évolution.
- Elle met en place et organise l'équipe pluridisciplinaire (médecin, assistants sociaux, ergothérapeute, infirmière, psychologue....) qui évalue les besoins de la personne sur la base du projet de vie et propose un plan personnalisé de compensation du handicap.
- Elle reçoit toutes les demandes de droits ou prestations qui relèvent de la compétence de la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH).
- Elle assure l'organisation de la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH).
- Elle gère le fonds départemental de compensation du handicap.
- Elle organise une mission de conciliation par des personnes qualifiées en cas de désaccord avec les décisions de la CDAPH.
- Elle assure le suivi de la mise en œuvre des décisions de la CDAPH.
- Elle organise des actions de coordination avec les dispositifs sanitaires et médico-sociaux (hôpitaux, services éducatifs, établissements...) et désigne en son sein un référent pour l'insertion professionnelle.
Contacts : 05 59 27 50 50 - mdph.pau@mdph64.com

- AGEFIPH NOUVELLE AQUITAINE

L'Agefiph est chargée de soutenir le développement de l'emploi des personnes handicapées. Pour cela, elle propose des services et aides financières pour les entreprises et les personnes
Contact : 0 800 11 10 09

- FIPHFP NOUVELLE AQUITAINE

Le FIPHFP agit, au côté des employeurs publics et de leurs partenaires, en Nouvelle-Aquitaine.
Contact Handi-Pacte Nouvelle Aquitaine : Emeline SIMONDET handipacte-nouvelleaquitaine@adeoconseil.com
Consultez l'annuaire pour trouver d'autres contacts utiles : référent handicap, employeurs, partenaires...
Les actions du FIPHFP en Nouvelle-Aquitaine

Evaluation du bilan par les bénéficiaires

Note globale donnée par les bénéficiaires : ***5/5***
(Indicateurs 2025)

	Très satisfaisant	**Satisfaisant**	**Moyennement satisfaisant**	**Insatisfaisant**
QUALITE DE L'ACCOMPAGNEMENT - clarté des informations et préconisations données, - réponses à vos questions, - rythme et durée, - disponibilité et écoute de la conseillère.	100%			
CONTENU DU BILAN - Méthodologie et démarche progressive, - qualité et pertinence des ressources mises à disposition.	100%			
Local d'accueil	80%	20%		

Et après le bilan, que se passe t-il ?

- 63 % des bénéficiaires se sont engagés dans une reconversion totale.
- 23 % ont pu évoluer au sein leur entreprise après le bilan.
- 14% se sont confortés sur leur poste.

(actualisation réalisée en décembre 2025)

Quelques retours d'expériences...

Lisa M.

Saint-Jean-de-Luz

J'ai adoré suivre ce bilan de compétences avec Justine, je me suis dirigée vers elle car on me l'avait conseillé et je ne suis pas déçue! Justine m'a aidé a réalisé mon objectif tout ça dans la bienveillance. Son suivi est complet, vous pouvez compter sur elle.
Encore merci

Pauline M.

Sant-Jean-de-Luz

J'ai eu l'occasion de faire un bilan de compétences avec Justine. C'est une professionnelle très à l'écoute et de bons conseils. Je recommande vivement ses services! Merci Justine

Paul D.

Urrugne

Une personne à l'écoute, de bon conseil, qui n'impose pas sa vision, qui apporte structure et sérieux à une réflexion importante sur son avenir professionnel. Merci à Justine. Je recommande vivement.

Géraldine S.

Hendaye

J'ai eu le plaisir d'être accompagnée par Justine pour mon bilan de compétences
La qualité de son travail et son professionnalisme est excellent, j'ai terminé mon bilan avec une piste très concrète 😊 aujourd'hui le 07 mai 2024 j'ai réussi mes oraux d'entrée dans ma future école pour 2 ans.
Je suis tellement heureuse et Justine y est pour quelque chose.
Alors n'ayez aucune hésitation à faire votre bilan de compétences avec elle, elle est superbe et a des qualités professionnelles indéniables.
Merci beaucoup Justine

Marion M.

Urrugne

Merci Justine pour ton accompagnement lors de mon bilan de compétence.
Tu sais trouver les mots justes pour consolider mes réflexions. J'ai apprécié ta bienveillance, ton écoute et ta disponibilité.

À vos côtés pour franchir chaque étape de votre transition professionnelle avec courage, bienveillance et détermination.

Mis à jour Avril 2026