

# Desafia-te!



*Info Pack do Programa MentorART*  
**Mentores MentorART**

*versão 2 | novembro de 2024*

## Bem-vindo ao Programa MentorART!

Entusiasmado com a possibilidade de fazeres parte da nossa rede de mentores MentorART?

Esta é uma oportunidade única para transformares a vida de crianças e jovens, ao mesmo tempo que desenvolves as tuas próprias competências.

Aqui, encontras todas as informações sobre o processo de recrutamento, as responsabilidades de um mentor e o impacto que podes ter com a tua participação.



## 1. O que é o Programa MentorART?

O Programa MentorART é uma iniciativa de mentoria social que junta mentores voluntários — jovens do ensino secundário, universitários ou jovens profissionais — com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade. Através deste apoio, vais ajudar o teu mentorando a superar desafios, a desenvolver competências e o seu potencial.

## 2. O que é a Mentoria?

A mentoria é uma relação de apoio e orientação entre ti e o teu mentorando. Como mentor, vais estar ao lado dele para:

- Motivar e inspirar: Ajudar o mentorando a acreditar nas suas capacidades e superar desafios.
- Desenvolver competências pessoais: Comunicação, resolução de problemas e gestão de tempo.
- Ajudar nos estudos: Organizar o tempo e explorar métodos de estudo eficazes.

## 3. O que a Mentoria NÃO É:

- Não são explicações escolares: O teu papel não é dar aulas, mas sim orientar o mentorando na organização e planeamento dos estudos.
- Não é psicoterapia: Ofereces apoio emocional, mas não é terapia.
- Não é uma solução rápida: O progresso é contínuo e resulta de uma relação de confiança e dedicação durante alguns meses.

## 4. O Perfil do Mentor: As 8 Características que Procuramos

- Ser estudante universitário ou já a trabalhar.
- Elevado compromisso, responsabilidade e ética profissional.
- Mentalidade de crescimento e vontade de aprender (sentido de possibilidade e alta expectativa).
- Cidadania ativa, orientado para resultados, com pensamento crítico e criativo.
- Humildade, empatia e autonomia.
- Elevada capacidade de comunicação e potencial de liderança.
- Disponibilidade de cerca 2 horas por semana.
- Alinhamento com a missão e valores do Programa MentorART.

Os mentores do Programa MentorART vêm de diferentes áreas de estudo, mas partilham a vontade de transformar a sociedade e fazer a diferença na vida de crianças e jovens. Embora não sejam “profissionais” de educação, com o incentivo e a orientação certos, são capazes de produzir um impacto muito significativo.

## 5. Fases do Processo de Recrutamento e Seleção

- Formulário Online: Preenche o formulário para partilhares a tua motivação e experiência.
- Entrevista: Se fores pré-selecionado, terás uma entrevista com a equipa de coordenação.
- Formação Inicial: Participarás numa formação especializada em mentoria.
- Contrato de Compromisso: Após a formação, será necessário assinar um contrato de compromisso de um ano letivo, formalizando o teu envolvimento no programa.



**Recrutamento e capacitação de Mentores**

Fase 1



Campanha intensiva de **divulgação** que mobiliza estudantes a candidatarem-se preenchendo um **formulário online**

Fase 2



**Entrevistas, seleção e pré-matching**

Fase 3



Mentores pré-selecionados são convidados a participar no **Bootcamp Capacitante** (i.e.: formação inicial e última etapa de recrutamento)

## 6. Responsabilidades: As 5 Principais

- Realizar sessões semanais de mentoria (na escola entre novembro e junho).
- Planear e refletir sobre as sessões de Mentoria.
- Participar numa reunião mensal de acompanhamento com o coordenador.
- Comparecer às formações mensais (presença mínima recomendada de 50%).
- Contribuir para a medição de impacto do Programa.

## 7. Funções do Mentor: As 3 Principais

**1) INSPIRAR:** Ser uma referência positiva e encorajadora para crianças e jovens, despertando neles novas perspetivas e aspirações.

**2) CAPACITAR:** Promover o desenvolvimento de competências fundamentais e fomentar a confiança, construindo uma base sólida para o sucesso académico e pessoal.

**3) TRANSFORMAR:** Marcar profundamente a experiência educativa e social dos mentorandos, através de uma relação segura, significativa e orientada para resultados, baseada na proximidade, empatia e diálogo.

As sessões de mentoria são realizadas semanalmente (ou bissemanais), preferencialmente na escola do mentorando, oferecendo um espaço de aprendizagem, partilha e crescimento único.

## 8. Vantagens para o Mentor: As 6 Principais

- Acesso a um programa estruturado de capacitação inicial e contínua, potenciando o teu desenvolvimento e impacto.
- Suporte contínuo e próximo do coordenador MentorART.
- Oportunidade de desenvolver competências interpessoais, liderança, comunicação e resolução crítica e criativa de desafios.
- Envolvimento num trabalho de aprendizagem em serviço, que beneficia o teu desenvolvimento pessoal e profissional.
- Conhecer pessoas incríveis, expandir a tua rede de contactos e contribuir para a transformação da sociedade com entusiasmo e profissionalismo.
- Experiência educativa significativa, com a oportunidade de alterar percursos de vida de crianças e jovens de contextos sociais mais vulneráveis.



## 9. Voluntariado Inclusivo (NOVO)

Não queremos que ninguém fique de fora na nossa comunidade de oportunidades, por isso, este ano, poderás candidatar-te a uma bolsa de voluntariado inclusivo com base em:

- Assiduidade e pontualidade: Presença regular nas sessões e formações.
- Envolvimento ativo: Compromisso e participação ativa.
- Feedback positivo: Avaliação positiva do mentorando e da equipa de coordenação.
- Contexto socioeconómico familiar: Análise de fatores socioeconómicos para garantir que a bolsa apoia quem mais necessita.

### Terás também acesso a:

- Seguro do Voluntário.
- Cartão de Mentor.
- Formação especializada em Mentoria.
- Acompanhamento contínuo.
- Certificado Oficial de Participação.
- Nota descritiva como Cidadão Ativo/Mentor Voluntário no Diploma/Certificado Final de Curso.

## FAQs – Perguntas Frequentes

### 1. Quanto tempo dura o programa?

O compromisso é para um ano letivo, com sessões realizadas semanalmente, de novembro a junho.

### 2. O que faço se não puder comparecer a uma sessão?

Avisa a equipa de coordenação e o teu mentorando com antecedência. A assiduidade é essencial para assegurar o sucesso da mentoria.

### 3. Posso candidatar-me à bolsa de voluntariado inclusivo?

Sim, após demonstrares um compromisso exemplar com o programa. A elegibilidade depende da assiduidade, do feedback do mentorando, da participação ativa e do contexto socioeconómico familiar, para que possamos apoiar quem mais necessita.

### 4. Como funciona o acompanhamento?

Terás reuniões mensais de acompanhamento com o coordenador e formação contínua para garantir o teu desenvolvimento e o impacto da tua mentoria.

### 5. Como recebo o certificado de mentor e/ou nota descritiva?

Após terminares o Programa, e com uma participação positiva, receberás um certificado oficial de participação e, se aplicável, uma nota descritiva de cidadania ativa no teu diploma de final de curso.

### 6. Onde e quando serão realizadas as sessões?

As sessões são feitas, preferencialmente, na escola e de acordo com a disponibilidade do mentorando e do mentor, uma ou duas vezes por semana.

Estamos muito entusiasmados com a possibilidade de te ter connosco no Programa MentorART e acreditamos que, juntos, podemos fazer uma diferença significativa na vida de crianças e jovens! Se estás pronto para começar, completa o formulário online e dá o primeiro passo para te tornares mentor.

A equipa do MentorART

# Mas afinal o que é a MENTORIA?

## Perspetiva | Mentorando

Imagina que tens um **amigo mais velho** na escola, alguém que já sabe mais coisas porque já passou por muitas das situações que tu estás agora a começar a viver. Esse amigo ajuda-te não só no apoio aos teus estudos, como também te **ensina a resolver problemas**, a fazer amigos e até a **descobrir o que gostas** de fazer quando estás a brincar ou a estudar.

Neste Programa de Mentoria, nós chamamos esse amigo de "**mentor**". Um mentor é como um **guia** ou um **treinador**, mas para a vida na escola e fora dela. Ele ou ela é alguém que te ouve, que se **importa contigo** e que te ajuda a seres melhor em tudo o que fazes. É alguém que está lá para te apoiar quando tens dúvidas ou quando algo não corre bem.

O mentor não é um professor, mas é alguém que te **inspira a aprender e crescer**, mostrando-te como alcançar os teus sonhos. E sabes que mais? Ao teres um mentor, vais sentir-te mais confiante e motivado para enfrentar desafios e alcançar coisas incríveis!

## Perspetiva | Mentor

Imagina que tens a **oportunidade de ser uma inspiração** e um apoio para alguém mais novo que está a tentar encontrar o seu caminho. Como mentor no nosso Programa de Mentoria, não estarás apenas a ajudar alguém a melhorar nas disciplinas da escola, mas também a desenvolver confiança, resolver problemas e enfrentar os desafios da vida diária.

Ser mentor é como ser o **treinador pessoal do desenvolvimento** de alguém. A tua experiência e conhecimento são incrivelmente valiosos, e ao partilhá-los, podes fazer uma diferença real. Isto não é apenas sobre ensinar, é sobre ouvir, compreender e guiar. És uma ponte entre o que o teu mentorando sabe e o que ele pode saber, entre o que ele é e o que ele pode ser.

Além disso, como mentor, também vais crescer. Vais desenvolver novas habilidades, como **liderança, comunicação e empatia**. Vais aprender muito sobre ti mesmo enquanto ajudas alguém a aprender sobre si. É uma troca, uma aliança de aprendizagem — cada sessão de mentoria dá-te a chance de aprenderes algo novo.

Portanto, ao pensares em tornar-te um mentor, considera não apenas o impacto que podes ter na vida de outra pessoa, mas também como essa experiência pode enriquecer a tua própria vida. É uma oportunidade para fazer a diferença e ao mesmo tempo ser desafiado, **crescer e até inspirar-te** a atingir os teus próprios objetivos.

## Perspetiva | Comunidade Educativa

A mentoria, no contexto educativo, constitui uma **parceria de apoio e desenvolvimento pessoal** que ultrapassa as fronteiras convencionais da educação formal. Contrariamente ao que alguns possam pensar, a mentoria não substitui o papel vital dos professores ou famílias. Pelo contrário, complementa e enriquece a experiência educativa.

Para os Docentes: A mentoria é uma ferramenta valiosa que complementa o vosso trabalho em sala de aula. Ao participar ou ao encorajar a participação dos vossos alunos em programas de mentoria, estão a abrir portas para que eles desenvolvam **habilidades sociais, emocionais e académicas** de forma mais personalizada e profunda. Os mentores atuam como um **suporte adicional**, trabalhando lado a lado convosco para motivar os alunos, especialmente aqueles que podem estar a enfrentar desafios particulares que requerem atenção individualizada que vai além do currículo.

Para os Encarregados de Educação: Como pais e responsáveis, é natural aspirar ao melhor desenvolvimento possível para os vossos educandos. A mentoria oferece aos jovens uma **oportunidade única de receber orientação e apoio contínuo de mentores confiáveis e dedicados**. Este relacionamento direciona-se ao **crescimento pessoal e académico**, proporcionando aos jovens um espaço seguro para explorar suas capacidades e aspirações. Ao envolverem-se com mentores, os vossos educandos podem aprender a estabelecer metas, a resolver problemas e a desenvolver resiliência, complementando a educação que recebem em casa e em sala de aula.

Conclusão: **A mentoria não é um substituto, mas sim um reforço à educação tradicional**. Ela oferece uma abordagem holística, preparando os vossos alunos / educandos não apenas para os exames e avaliações, mas para a vida. Ao abraçar a mentoria, estamos a investir numa comunidade educativa mais forte, solidária e coesa, numa geração de jovens mais capacitados e conscientes.

MentorART, uma comunidade de oportunidades!

Mentoria,  
uma aposta **win-win**  
para todos os intervenientes!





ansforma.

Inspira. Capacita. **Transforma.**

Inspira. Cap