

An aerial photograph of a cityscape. In the foreground, a large, multi-story industrial building with a grey corrugated metal roof and a tall brick chimney stands out. The building has many windows and a series of solar panels on its roof. Behind it, a dense urban area with various residential and commercial buildings is visible. In the background, there are rolling hills and mountains under a cloudy sky. A dark semi-circular graphic is overlaid on the bottom right of the image, containing the text.

MENTORIA ENTRE IGUALS

EMAVORIENTA

QUÈ ÉS LA MENTORIA ENTRE IGUALS?

La mentoria entre iguals es basa en la idea que les persones que comparteixen experiències i reptes similars poden oferir-se suport mutu de manera efectiva.



QUI POT SER MENTOR/A?

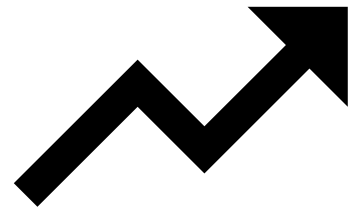
Perfil Ideal:

Els mentors i mentores són estudiants de segon any que volen ajudar els seus companys/es de primer any o d'altres cicles. Per ser mentor/a, es busquen persones que:

- Estiguin motivades per compartir les seves experiències i coneixements.
- Posseeixin habilitats interpersonals com la paciència, la comunicació clara i l'escolta activa.
- Tinguin ganes d'aprendre, ja que ser mentor/a també és una oportunitat per al creixement personal.

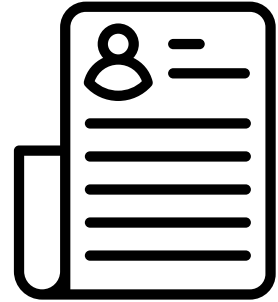
Participar en el programa implica formar part d'una comunitat de suport, dedicant temps a les sessions de mentoria i a les activitats de cohesió.

BENEFICIS PER A LES PERSONES MENTORES



Desenvolupament de Competències:

Convertir-se en mentor/a et permet desenvolupar habilitats clau com la comunicació efectiva, el lideratge i l'empatia. Aquestes competències no només t'ajudaran durant la teva formació, sinó que també seran molt valorades en el món laboral.



Millora del Currículum:

Participar en el programa de mentoria et proporciona una experiència que destaca al teu CV. La mentoria mostra la teva capacitat per treballar en equip, prendre responsabilitats i aportar valor als altres.



Satisfacció Personal:

El fet de saber que estàs ajudant als teus companys/es a superar reptes, adaptant-se millor a l'entorn i creixent personalment, et proporciona una gran satisfacció i un sentiment de contribució.

COM FUNCIONA EL PROGRAMA?

FASES

- 01. Formació Inicial:** Les persones mentores reben una formació en una primera jornada intensiva on aprenen habilitats de comunicació, tècniques de mentoria i orientació acadèmica.
- 02. Sessions de Mentoria:** Reunions regulars entre persones mentores i mentoritzades responent a la necessitat.
- 03. Activitats de Cohesió:** Les persones mentores també necessiten suport. Durant el curs es duran a terme activitats per enfortir les relacions entre els i les mentores.
- 04. Seguiment Continu:** El programa inclou sessions trimestrals de seguiment per adaptar el suport segons les necessitats de cada participant.
- 05. Valoració Final:** En acabar el curs es farà una activitat de tancament per a fer una valoració.

ACTIVITATS DE COHESIÓ

Les activitats de cohesió estan dissenyades per enfortir el treball en equip, fomentar les relacions entre els mentors i crear un ambient de confiança i suport mutu.



Promoure la comunicació efectiva i el suport entre iguals.



Facilitar la creació de vincles personals que ajuden a establir una comunitat sòlida de mentors/es.

T'ANIMES A SER MENTOR/A?

Posa't en contacte amb **orientacio@emav.com**

- 01.** Escaneja el QR
- 02.** Completa el formulari amb la teva informació i disponibilitat.
- 03.** Assisteix a la 1a jornada de formació



SCAN ME

