

UNA EXPERIÈNCIA
AMB IMPACTE SOCIAL



Carrer del Bisbe Morgades, 46
08500 Vic, Barcelona

T: 93 130 72 12
hola@fundacioimpulsa.org
www.fundacioimpulsa.org

IMPULSA MENTORIA



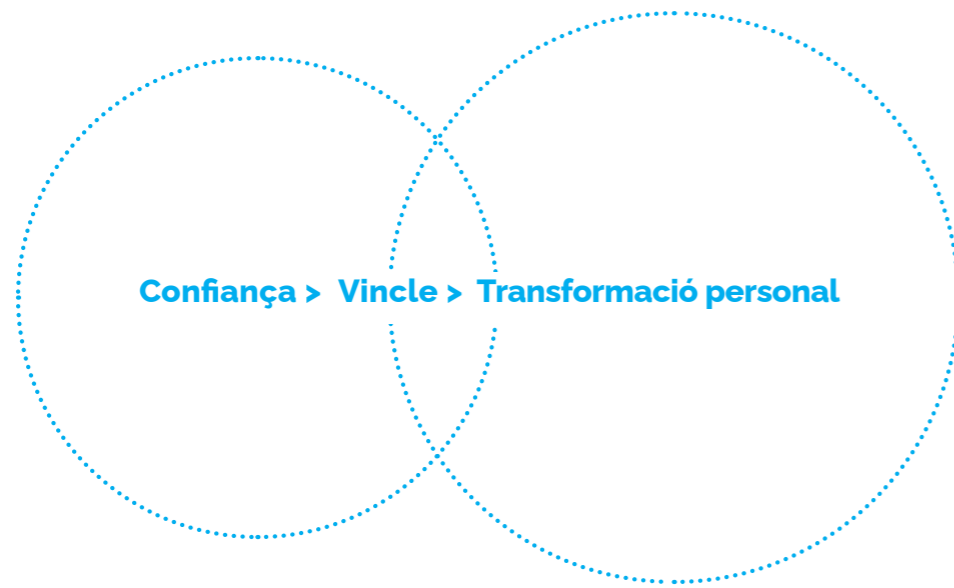
Programa de formació i
acompanyament de joves i mentors

joves | formació | oportunitats

Fundació **Impulsa**

Creem relacions de confiança que potencien el creixement personal, social i professional dels joves i les persones mentores

La Fundació Impulsa promou relacions transformadores entre joves i mentors. Oferim un pla de formació i acompanyament a les persones mentores per tal que l'experiència els permeti desenvolupar-se i alhora oferir un suport proper, reflexiu i sense judicis als joves.



Selecció de mentors



Cerquem persones amb una trajectòria vital i professional consolidada i/o actives en l'àmbit social, que transmetin valors com l'empatia, el compromís, la responsabilitat i l'autenticitat.

Parelles de mentoria



Segons els perfils de les persones mentores i els joves becats generem les parelles de mentoria tenint en compte la branca professional, la personalitat, els interessos i la disponibilitat. Cuidem les unions una a una per garantir que l'acompanyament sigui profitós per a totes dues parts.

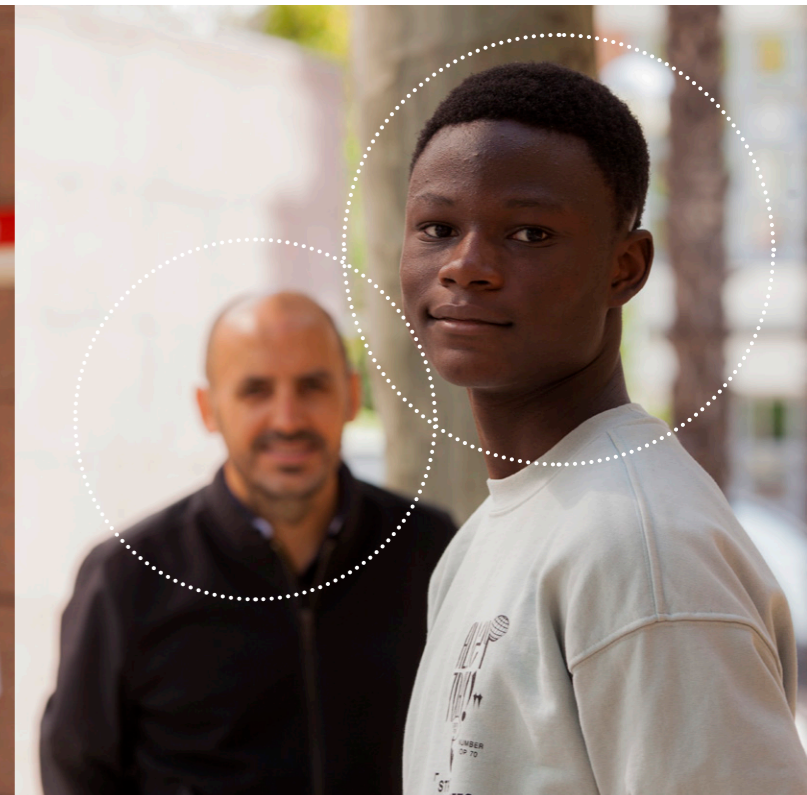
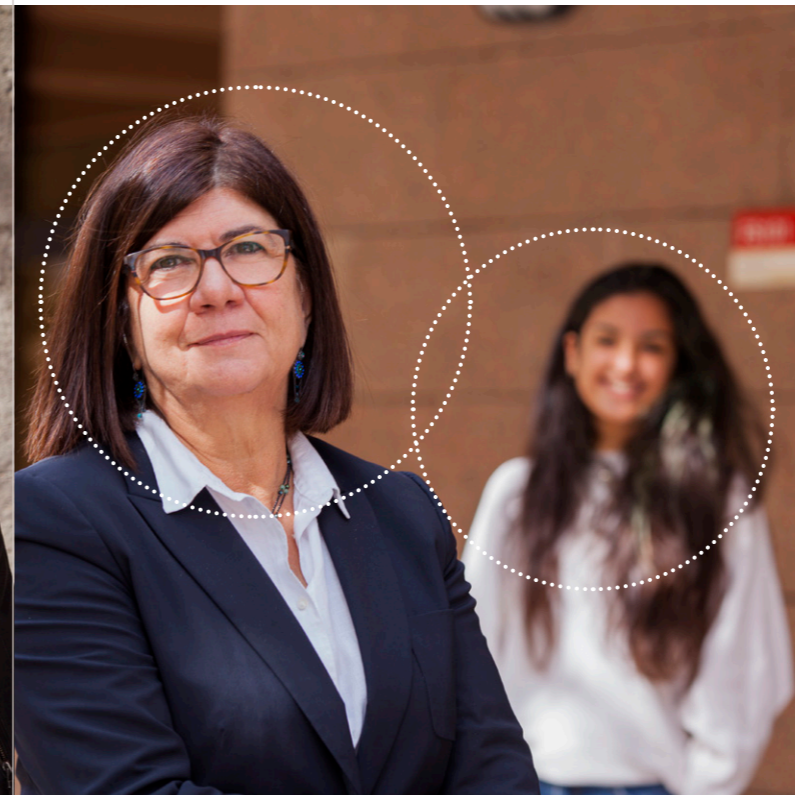
Trobades



La persona mentora i l'alumne es troben periòdicament en un espai còmode per generar una conversa d'igual a igual, lliure de judicis i en total confidencialitat. L'objectiu és generar vincles i confiança a llarg termini.

Formació en mentoria

Les persones mentores que acompanyen els joves becats reben formació per tenir la informació i recursos necessaris, així com el suport de l'equip psicopedagògic de la Fundació Impulsa.



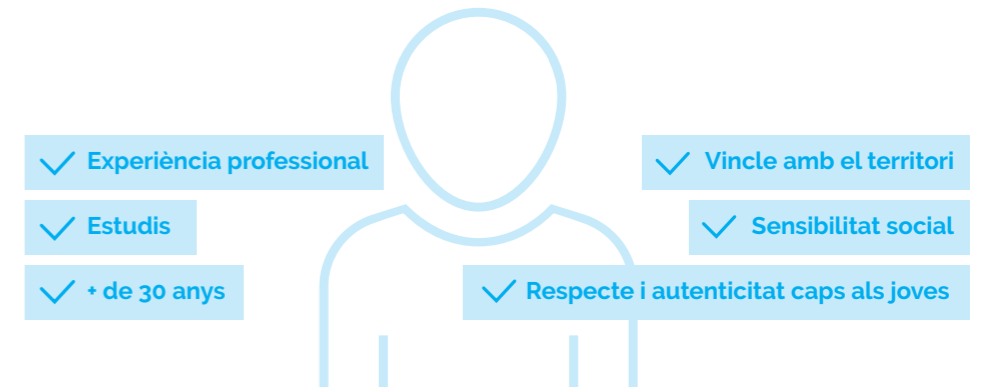
Jove Impulser

El Programa de Mentoria és un valor afegit de l'acompanyament de la Fundació Impulsa



Als joves becats per la Fundació Impulsa els assigna una persona mentora, una persona de referència amb trajectòria personal i professional sòlida que els acompanya en el seu desenvolupament personal i professional. Una relació de confiança i aprenentatge mutu que ofereix al jove becat un nou món de relacions i maneres de fer a l'hora d'orientar la seva trajectòria vital i professional.

Persona Mentora



Oportunitats

Aprofundir en les habilitats per crear vincles, per potenciar la comunicació assertiva, afectiva i horitzontal, i per empoderar els joves i les seves necessitats.

Adquirir coneixements sobre adolescència i desigualtats des d'una perspectiva interseccional.

Promoure les actituds d'empatia, motivació i flexibilitat.

Sumar experiència en l'acompanyament a joves i en el teixit associatiu.

Compromisos

minim 1 any — òptim 2 anys

Amb el Jove Impulser

Trobades quinzenals o mensuals

Contacte proper i fluid

Seguiment dels aspectes personals, acadèmics i professionals

Amb la Fundació Impulsa

Seguiment del Pla de formació per a persones mentores.

Resposta als qüestionaris, registres i interlocucions.

Compromís mínim de dos anys.

Una dedicació de 5 h/mes aproximadament entre trobades amb el jove, formacions i seguiment amb la tècnica de referència de la Fundació.

Pla de formació i acompanyament per a persones mentores

FASE 0: 1 — 4 mesos	FASE 1: 5 — 12 mesos	FASE 2: 10 — 18 mesos	FASE 3: 19 — 23 mesos	FASE 4: 24 mesos
Selecció i parelles Seleccionar els mentors i crear les parelles de mentoria.	Construir el vincle Crear confiança, detectar les necessitats del jove i plantejar objectius.	Potenciar la relació Dissenyar un pla d'acció per respondre a les necessitats del jove, descobrir l'entorn i crear xarxa.	Alimentar la relació Orientar professional i acadèmicament al jove.	Tancament Posar en valor la feina feta i tancar la relació.

Seguiment i coordinació amb l'equip psicopedagògic de la Fundació Impulsa

Selecció i encaix de perfils per garantir un bon vincle mentor - jove.	Seguiment fluid amb la tècnica de referència de l'equip psicopedagògic de la Fundació Impulsa per garantir la bona relació mentor - jove i registre de les trobades al CRM de la Fundació Impulsa.	Suport en l'orientació professional i personal del jove, i registre de les trobades al CRM de la Fundació Impulsa.	Valoració de la relació de mentoria per part del jove i del mentor.
--	--	--	---

Els mentors i mentores tenen assignada una tècnica de referència de l'equip psicopedagògic per fer el seguiment de la relació de mentoria.

Cronograma formatiu

	Març — Juliol
Selecció	FASE 0
Formació	Entrevista personal + Qüestionari postentrevista Formació inicial en mentoria social
Material	Guia genèrica de mentoria Impulsa

Cronograma subjecte a canvis durant el curs

any 1

Formació
Material i activitats

Setembre	Octubre	Novembre	Desembre	Gener	Febrer	Març	Abril	Maig	Juny
FASE 1									
Match + Formació en desigualtats	Acte d'inici de curs Presentació mentor-jove	Sessió divulgativa 1 Formació sobre escolta activa	Sessió Compartir. Experiències 1	Formació en empatia i comunicació horitzontal	Sessió Compartir. Experiències 2	Formació en empoderament i autonomia	Sessió Compartir. Experiències 3	Sessió divulgativa 2	Acte de clausura del curs
Fes-te conèixer de l'alumne	Recursos + Guia sobre la preparació de trobades	Guia per a la creació de confiança	Guia de detecció de necessitats	Activitat del mes: ampliem la mirada					

any 2

Formació
Material i activitats

Setembre	Octubre	Novembre	Desembre	Gener	Febrer	Març	Abril	Maig	Juny
FASE 2		FASE 3			FASE 4				
	Acte d'inici de curs Formació en pla d'acció	Sessió divulgativa 1	Sessió Compartir. Experiències 1	Formació en orientació professional	Sessió Compartir. Experiències 2	Estratègies de motivació	Sessió Compartir. Experiències 3	Sessió divulgativa 2 Tancament grupal de relacions	Acte de clausura del curs
Activitat del mes: ampliem la mirada									
	Guia de pla d'acció						Guió de tancament de relacions		

La Fundació Impulsa ofereix una formació de dos anys en habilitats personals i d'acompanyament, adaptada a la fase de maduresa en què es troba cada relació de mentoria.

S'ofereixen tres tipologies de formacions i el contingut varia en funció de la fase en què es troba cada relació:

Formacions tècniques Es treballen habilitats com l'empatia, l'escolta activa, la comunicació horitzontal, les estratègies de motivació o el pla d'acció, etc.	Formacions pràctiques Es fan trobades en grups reduïts de mentors amb la tècnica de referència per compartir experiències i rebre eines i recursos per a la gestió de la relació de mentoria.	Formacions divulgatives S'ofereixen formacions en temàtiques transversals potencialment d'interès per als mentors com comunicació virtual, adolescència, etc.
---	---	---

Trobades de networking. A banda, es realitzen actes i trobades periòdiques entre els mentors, organitzacions col·laboradores, ambaixadors i patrons de la Fundació.

Sessions tècniques	Sessions pràctiques	Sessions divulgatives	Sessió de networking
--------------------	---------------------	-----------------------	----------------------

Programa de mentoria social per a les organitzacions

Oportunitats

Desenvolupar la política d'RSC vinculant-se a un projecte social arrelat al territori.

Incentivar els treballadors a través d'una experiència personal amb impacte social poc intensiva en hores però que genera un gran impacte social en el jove mentorat.

Fomenta el compromís i la pertinença dels treballadors en relació amb l'empresa.

Experiència vital molt enriquidora per al treballador, tant a nivell de participació directa en un projecte social, com de formació i *networking*.

Compromisos

Vinculació estable de dos anys (durada del pla de formació de mentoria).

Implicació en el cost de formació i acompanyament de les persones mentores.

mínim 1 any — òptim 2 anys

Places
limitades

Col·laboració econòmica amb la Fundació en el Pla de formació i acompanyament de les persones mentores / treballadors

Preu del servei: 1.500 € mentor/any

L'aportació econòmica es pot efectuar a través d'una donació econòmica a la Fundació o a través del pagament d'una factura que la Fundació pot emetre en concepte de formació als treballadors.

Categoria	Donació anual	1r mentor	2n mentor o posteriors
Amiga	1.500 € - 3.000 €	Sense cost	1.000 €
Aliada	> 3000 € - 6000 €	Sense cost	500 €
Honorífica	> 6.000 € - 15.000 €	Sense cost	A determinar
Estratègica	> 15.000 € - 50.000 €	Sense cost	A determinar
Mecenes	> 50.000 €	Sense cost	A determinar

Desgravacions per a organitzacions

| 35% | 40% | Quan es doni a la mateixa entitat un import igual o superior per tercer any consecutiu.

de l'impost de societats fins al 10 % de la base líquida

Les organitzacions donants tenen descompte, en funció de l'import de la donació s'ofereix l'escalat següent:

Vicky Martínez Richarte Mentora de la Fundació Impulsa

Terapeuta psicocorporal, després d'anys en el món de l'Administració, decideix fer un gir a la seva trajectòria per treballar en un vincle més estret amb les persones. Propera, pràctica i senzilla, en la seva vida i en el seu acompanyament als Joves Impulsers.



“Es tracta que, en un moment de dubte, sàpiguen que tenen algú de confiança”

Què t'atrau de la mentoria social?

Ser a prop dels joves. La seva mirada de descoberta constant, així com certa seguretat innocent, em dona frescor i m'enriqueix; n'aprenc. Alhora, em fa sentir bé pensar que l'acompanyament que reben els aporta alguna cosa, en l'àmbit que sigui: estudis, professió, desenvolupament com a persones. Crec que, per a ells pot ser valuós i enriquidor, sentir que compten amb una persona amb qui poden confiar.

Com és el dia a dia de l'acompanyament?

Cada mentor s'organitza com vol. Jo acostumo a fer trobades periòdiques de seguiment amb els joves, a més d'algunes formacions puntuals que organitza la Fundació Impulsa. Per a mi, sobretot es tracta de teixir una relació de confiança perquè comptin amb tu. Jo ho faig essent propera, explicant-los coses de la meua vida, igual que espero que ells me n'expliquin de la seva, escoltant el que m'expliquen, compartint la meua visió, sense jutjar-los, essent present sense envair.

Va més enllà dels estudis.

Sí. Perquè sempre hi ha un acompanyament en altres àmbits i a nivell emocional, però també perquè enfortir els vincles entre persones amb qui potser no haguéssim coincidit mai ens fa ser millors persones, i això després ho traspasse a altres aspectes de la teua vida. En aquest sentit, la Fundació Impulsa fa una feina molt important d'enxarxar joves, mentors i empreses, i la fa d'una manera bonica i eficient. Això, quan dediques temps al voluntariat, s'agraeix.

Quina relació estableixes amb la Fundació Impulsa?

Sempre són presents per donar-te suport en la mentoria. Però, sobretot, jo destacaria que és una entitat que té clar els seus objectius i els passos per arribar-hi. Tenen un equip de professionals motivat i uns programes clars, que faciliten que els joves es desenvolupin.

> FAQ'S

Soc una organització i vull adherir-me al Programa Impulsa Mentoria com a acció d'RSC. Com ho faig?

L'organització que decideix col·laborar amb la Fundació Impulsa a través del Programa de Mentoria, en primer lloc decideix a quants treballadors els vol fer participis. L'organització planteja la mentoria als professionals seleccionats com un incentiu i reconeixement al seu esforç, els hi explica el Programa de Mentoria i l'impacte social de la col·laboració. En qual-sevol cas, la tasca de mentor sempre ha de ser voluntària, és a dir, el treballador ha de voler involucrar-se personalment en aquest projecte i disposar del temps per fer-ho.

Soc una organització i m'he adherit al Programa Impulsa Mentoria. Com faig l'aportació econòmica?

L'aportació econòmica es pot fer a través d'una donació econòmica a la Fundació Impulsa o a través del pagament d'una factura que la Fundació Impulsa pot emetre en concepte de formació als treballadors. Per a més informació, consulta l'apartat "Programa de mentoria social per a les organitzacions".

Hi ha un nombre màxim de treballadors que, com a organització, puc oferir a la Fundació Impulsa?

En principi no hi ha cap límit, però sempre estarà condicionat al fet que la Fundació trobi un jove que pugui encaixar amb el perfil del mentor i/o que en el moment en que l'organització vulgui col·laborar-hi hi hagi places de mentoria disponibles. En cas contrari, els treballadors passarien a formar part de la borsa de mentors a l'espera d'una plaça disponible o a l'inici del curs escolar següent al mes de setembre, quan entraran nous joves al programa.

Quina diferència hi ha entre fer de mentor a títol particular o fer-ho a través de la meva organització?

La tasca de mentor és la mateixa tant si la fas a títol individual com a través de l'organització, consisteix a acompanyar un jove de la Fundació Impulsa en el seu creixement personal i professional. Ara bé, si la mentoria es fa a través de l'organització, aquesta s'emmarca dins de la seva acció de responsabilitat social corporativa, com a col·laboració amb la Fundació Impulsa.

Com a mentor, quant de temps hi dedicaré?

La dedicació és de 5 hores al mes aproximadament entre trobades amb el jove, formacions i seguiment amb la tècnica de referència de la Fundació Impulsa.

En quin horari es fan les trobades entre mentor i jove i amb quina freqüència?

L'horari es tria de mutu acord entre mentor i jove. Durant el primer trimestre de relació, les trobades tenen lloc cada quinze dies i, després d'aquest temps s'espaien i passen a ser mensuals, sempre que la relació estigui prou madura i sota criteri tècnic de la Fundació Impulsa.

En quins espais físics és més recomanable fer les trobades?

Recomanem fer les trobades en espais públics com centres cívics, casals, parcs, bars... En cap cas es permet fer les trobades en els domicilis particulars del mentor ni del jove.

Es preveu la possibilitat de fer la mentoria virtual?

La mentoria virtual no és possible durant el primer any de relació, ja que impediria generar un bon vincle. A partir del segon any es poden fer un 50 % de les trobades virtualment sempre que l'equip tècnic de la Fundació valori que la relació professional està prou madura.

Què passa quan un mentor entra per acompanyar un jove que ja fa un curs que és a la Fundació?

L'equip tècnic de la Fundació es valorarà com es reestructura la formació per tal de garantir els objectius de coneixença i confiança del primer any, així com els d'orientació del segon.

És positiu que una relació de mentoria duri 3 o 4 cursos?

En termes generals, considerem que l'òptim són 2 cursos. Tot i així, l'equip tècnic de la Fundació valorarà cas per cas si cal fer alguna excepció.

“De la mentoria m'atrau la proximitat amb els joves. La seva mirada de descoberta constant, així com certa seguretat innocent, em dona frescor i m'enriqueix; n'aprenc. Ahora sento que, amb l'acompanyament, jo també els puc donar valor”

—

Vicky Martínez Richarte,
mentora de la Fundació Impulsa