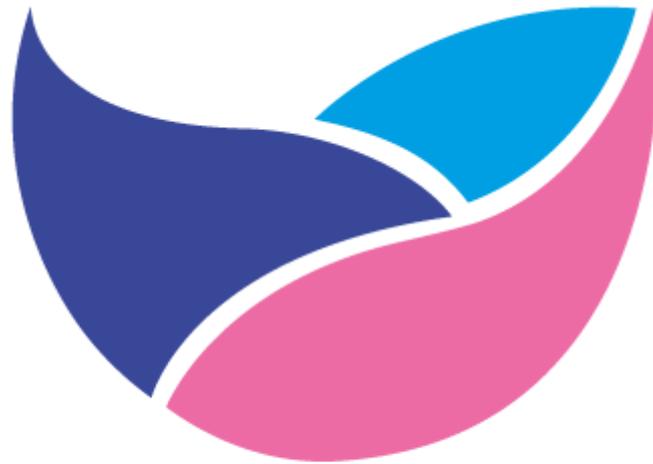


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas -

PROGRAM DARE IT

BeMyHelp - mentoring of women
returning to the labor market
Erasmus+ Programme of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

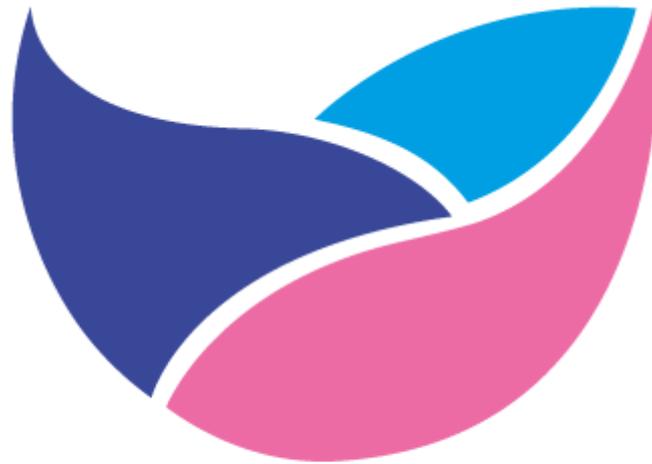
BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	PROGRAM DARE IT
Organizador	DareIT Sp. z o. o.
Breve descripción del programa	<p>El mayor programa de Polonia dirigido por expertos que trabajan en TI para mujeres que quieren iniciar su carrera en el sector. Dare IT Mentoring es un programa de 4 meses para mujeres que quieren encontrar su primer empleo en una de las especializaciones seleccionadas:</p> <ul style="list-style-type: none">• Desarrollo Front-end• Desarrollo back-end• Control de calidad y pruebas manuales• Análisis de negocio• Ciencia de datos• Investigación UX• Diseño UX• Diseño UI• Scrum Mastering• Gestión de proyectos de TI• Propiedad del producto
Objetivo de las actividades	<ul style="list-style-type: none">• El objetivo es aumentar la representación de las mujeres en todos los niveles de sus carreras en la industria de TI• Ayudar a las mujeres a reincorporarse y desarrollar su carrera profesional en el sector de las TI.• Ayudar a las empresas tecnológicas a contratar expertos• Las participantes en el programa de mentoría Dare IT no sólo tienen más probabilidades de conseguir un empleo en el sector de las TI, sino que también reciben más ofertas de trabajo y salarios más elevados (según una investigación de la Universidad de Stanford).

<p>Grupo objetivo</p>	<p>El programa Dare IT Mentoring está dirigido a mujeres que deseen encontrar su primer empleo en una de las especialidades seleccionadas (como se ha mencionado anteriormente).</p>
<p>Características distintivas del programa</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Sesiones individuales de mentoría con el apoyo de un mentor de Dare IT consulta y expertos en RRHH - prepárate para la contratación, consulta tu CV y ten acceso a una base de datos de 60 vídeos que responden a las preguntas más habituales. ● 10 seminarios web de expertos - adquiere conocimientos de profesionales de TI durante los seminarios web y las sesiones de preguntas y respuestas. ● Ferias virtuales de empleo y prácticas - la oportunidad de conocer las ofertas de contratación de los mejores empleadores de TI de Polonia. ● Contacto directo con empresas de TI - la oportunidad de conocer y establecer contacto con nuestros socios que están contratando actualmente. ● Acceso a una plataforma y una red dedicadas: inspiración y apoyo de cientos de expertos y debutantes en TI.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Proceso de selección de alumnos</p> <p>La base para la selección de los participantes será la solicitud y la capacidad de cumplir las expectativas del programa. La selección final la realizarán los mentores de Dare IT.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Recepción de la inscripción de los alumnos ● Información sobre los resultados de la selección ● Confirmación de la participación en el Programa. <p>Criterios de selección:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● la mujer ha estado desarrollándose en la especialización elegida durante un mínimo de 3 meses ● la mujer está motivada para participar plenamente en el programa ● la mujer no trabaja comercialmente en la especialización elegida ● la mujer está decidida a conseguir un empleo en TI en un plazo de 6 meses ● la mujer tiene objetivos claramente definidos y sabe lo que quiere de la mentoría ● la mujer quiere apoyar a la comunidad de mujeres en TI.

<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>"No puedo imaginar un mejor comienzo en la industria de TI que lo que ofrece la mentoría de DareIT. Conseguí un trabajo como UX researcher unas semanas después del final oficial de la mentoría y sé de primera mano que los reclutadores apreciaron mi experiencia con DareIT"</i></p> <p><i>"El programa me ofreció un gran mentor, amplió mi red de contactos, me abrió nuevas perspectivas y me garantizó el buen camino en mi desarrollo profesional. Estoy agradecida por esta oportunidad y, sin duda, puedo recomendar el programa a todas las mujeres que quieran entrar en TI con fuerza"</i></p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Buenas prácticas -
Deloitte**

BeMyHelp - repository of best practices
returning to the labour market
Project number: 101015881

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

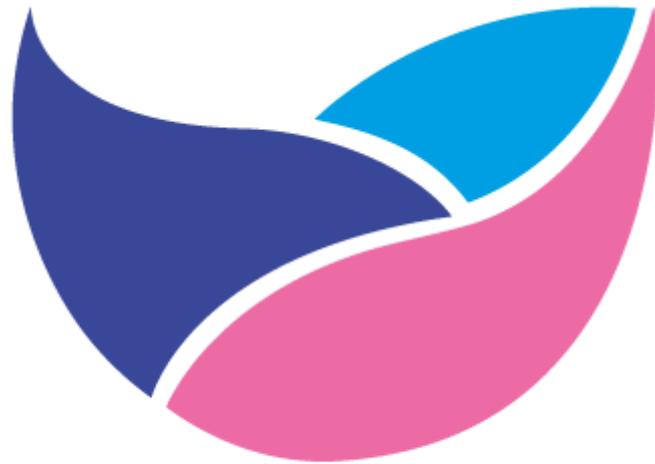
Título del programa	Woman that matters
Organizador	Deloitte
Breve descripción del programa	<p>Deloitte implements a number of initiatives supporting women's leadership. They have decided to go a step further and support female students in making conscious career choices.</p> <p><i>Woman that matters</i> is a mentoring program addressed to female students who are just entering the labor market and want to consciously plan their career path with the support of experienced experts. Thanks to meetings with the leaders of Deloitte Poland, they not only have space to exchange experiences, inspiration, and build a network of business contacts, but also learn about useful practices when starting a career in a specific industry.</p> <p>The program also includes the Woman that matters TECH path, which is dedicated to students who want to develop their technological skills with the support of experts experienced in these areas.</p>
Objetivo de las actividades	<p>El objetivo de los organizadores es enseñar a los participantes en el programa a articular con valentía sus necesidades, ambiciones y aspiraciones y a tener el valor de buscar oportunidades profesionales y aprovechar las que se les presenten. Los objetivos son</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Inspiración para actuar por parte de mujeres de negocios con experiencia ● Apoyo en la creación consciente de una futura carrera profesional ● Espacio para intercambiar experiencias ● Networking con la posibilidad de construir una red de contactos con mentoras y estudiantes de toda Polonia ● Invitación a participar en el evento introductorio del programa con numerosas actividades para las participantes.
Grupo objetivo	<p>El programa La mujer que importa está dirigido a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● estudiantes de 2º, 3º, 4º y 5º año de estudios en campos como: economía, finanzas y contabilidad, gestión, administración, derecho, marketing.

	<p>Mujer a la que va dirigido el itinerario TECH:</p> <ul style="list-style-type: none"> estudiantes de 2º, 3º, 4º y 5º curso de estudios tecnológicos, como informática, análisis de datos o matemáticas.
<p>Características distintivas del programa</p>	<p>El programa La mujer que importa consta de 3 sesiones de mentoría (las reuniones se celebran según acuerde la pareja de tutores: en línea, fuera de línea o híbridas) a lo largo de 3 meses en un ambiente informal.</p> <p>El primer paso es un evento presencial de apertura del programa. Las fechas de las sesiones de mentoría se acuerdan individualmente con el mentor.</p> <p>Los mentores del programa son líderes de Deloitte de todas las líneas de negocio que están dispuestos a compartir sus conocimientos y experiencia.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Al principio, se recogen las solicitudes para participar en el programa a través del programa <i>Woman that matters Mentoring para estudiantes femeninas Deloitte</i>. El siguiente paso consiste en rellenar un breve formulario que proporciona la información necesaria sobre las áreas de interés y el objetivo del programa de mentores.</p> <p>Las estudiantes son emparejadas con sus mentores en función de las áreas de interés indicadas por las estudiantes y de las áreas de apoyo indicadas por los mentores.</p> <p>Durante la primera reunión, la pareja de mentores establece entre ellos la fórmula de las reuniones: si tendrán lugar en persona, totalmente en línea, o tal vez híbridas.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>Gracias a "Mujer que importa", al principio de su carrera profesional, las graduadas del programa tienen la oportunidad de cooperar y utilizar los conocimientos y la experiencia de nuestras líderes, y esto les ayuda a planificar conscientemente su carrera. Queremos que nuestras líderes compartan lo que han aprendido a lo largo de sus carreras para activar a las jóvenes generaciones de mujeres. La primera edición del programa fue recibida por las estudiantes con gran entusiasmo. Esperamos que la edición de este año repita este éxito (cuarta edición) Joanna Świerzyńska, socia de talento Deloitte.</i></p> <p><i>El proyecto pone en práctica la idea de "pay it forward", trasladando su experiencia y conocimientos hacia adelante para que los estudiantes puedan aprovecharlos a la hora de iniciarse en el mercado laboral y planificar sus carreras. Las sesiones con líderes más avanzadas en sus carreras proporcionan a las jóvenes inspiración y valor para actuar, así como la oportunidad de validar sus planes, dudas y visión de su carrera. Para las futuras líderes, también es una oportunidad de conocer la empresa y obtener información sobre Deloitte en etapas individuales o en diferentes líneas de servicio específicas - Malwina Faliszewska, Gerente, líder del área de Formación y Desarrollo</i></p>



Foto/logo	
------------------	---

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Buenas prácticas -
Business Leaders
Foundation**

[BeMyHelp - Buenas Prácticas - Business Leaders Foundation](#)

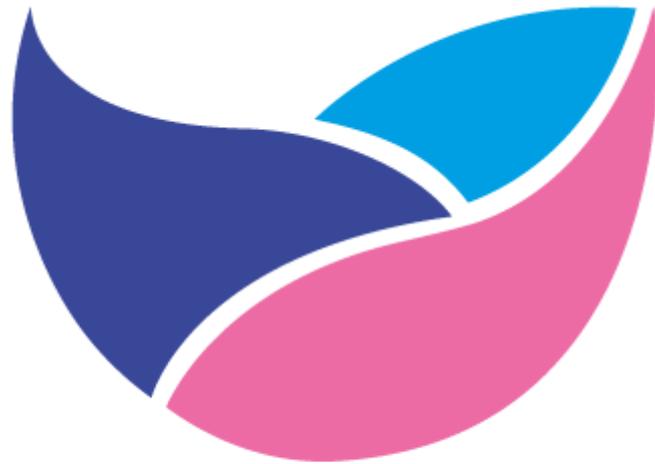
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Mentoring Program of the Business Leaders Foundation
Organizador	Business Leaders Foundation
Breve descripción del programa	<p>Amplio proyecto que apoya a personas ambiciosas -tanto mujeres como hombres- en el desarrollo consciente de su carrera profesional, desarrollando su autoconciencia y apoyándoles en la adquisición y mejora continuas de sus capacidades de liderazgo.</p> <p>Se trata del mayor programa de mentoría interempresarial de Polonia, dirigido a mujeres y hombres con al menos 5 años de experiencia profesional. El programa se centra en el desarrollo de las capacidades de liderazgo de los tutelados y les ofrece apoyo para planificar conscientemente su carrera profesional y mejorar su rendimiento empresarial.</p> <p>Durante los 9 meses que dura el programa, los alumnos reciben apoyo integral: sesiones personales con un mentor, talleres de autodesarrollo, libros de referencia y folletos, y sesiones de creación de redes.</p>
Objetivo de las actividades	<ul style="list-style-type: none"> • El mayor programa de mentoría interempresarial de Polonia. • El programa se centra en el desarrollo de las competencias de liderazgo de los alumnos, ofreciéndoles apoyo para planificar conscientemente sus carreras profesionales y mejorar el rendimiento empresarial. • Durante los 9 meses que dura el programa, los alumnos reciben un apoyo integral: sesiones de coaching personal con un mentor, talleres de autodesarrollo, libros y folletos de referencia y sesiones de creación de redes. • La edición 2023 del Programa de Mentores también ofrece: <ul style="list-style-type: none"> o mentoría centrada en el crecimiento de los líderes en el mundo híbrido actual o Talleres de apoyo al desarrollo de habilidades de liderazgo, incluyendo <ul style="list-style-type: none"> ▪ VERSATILIDAD ▪ FORTALEZA ▪ CONFIANZA o Las mentorías se imparten en polaco o en inglés.
Grupo objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Dirigido a mujeres y hombres con al menos 5 años de experiencia profesional

<p>Características distintivas del programa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sesiones individuales de mentoría (un mínimo de 6 sesiones) • Talleres de crecimiento personal de los tutelados sobre desarrollo profesional (3) • Talleres técnicos y entrevistas con los tutores para apoyar metódicamente el desarrollo de la mentoría y abordar los problemas que puedan surgir (3) • Sesiones moderadas de creación de redes para fomentar las relaciones • Varias sesiones de entrevistas en línea para que los tutores aborden los problemas que surjan en los procesos. • Reunión de mentores y alumnos a mitad del programa • Gala de apertura y clausura • Acceso a materiales sustantivos (manuales, Código Ético, documentos del proceso) y acceso a las Zonas de Mentores y Alumnos con todas las reuniones grabadas disponibles • Apoyo del Supervisor del Proceso de Mentoring y del Coordinador del Proyecto • Diploma que confirma la participación en el programa • Pertenencia ilimitada al prestigioso Club de Mentores y Mentorizados.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Applications for participation via the Application Form on the Organizer's website.</p> <p>In the case of a positive result, the applicant receives a confirmation of receipt of the application and an obligation to pay the administrative fee.</p> <p>After settling the amount due for participation in the Mentoring Program, Mentee will receive electronically the details of the person selected for cooperation by the pairing process. The selection of optimal Mentor-Mentee pairs based on the Application Forms, as a result of the work of the Program Project Team and according to the method of the Organizer, will be decisive in the qualification of participants.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>El Programa de Mentores de la Fundación Liderazgo Femenino en la Empresa gana el primer premio en la categoría de ONG en el concurso "Super M" organizado por EMCC Polonia en 2021.</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Buenas prácticas -
Compass proyecto**

BeMyHelp - mentoring of women
returning to the labor market
Erasmus+ project

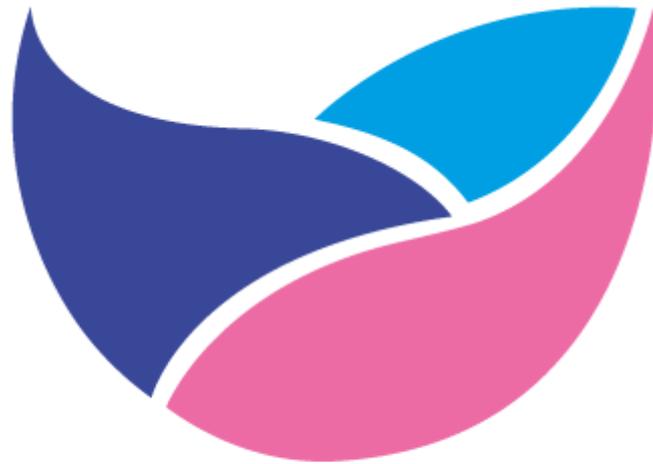
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Compass proyecto
Organizador	Asociación para la Mejora de la Cualificación de las Mujeres
Breve descripción del programa	<p>Compass es ante todo una comunidad de mujeres solidarias. Es un espacio para establecer bonitas relaciones, darte cuenta de que no estás sola con tus dudas y de que mucha gente apoya tus éxitos. El programa crea oportunidades para conocerse e inspirarse mutuamente durante: reuniones de integración, creación de redes, eventos deportivos conjuntos y voluntariado.</p> <p>Los debates conjuntos centrados en los temas mencionados anteriormente serán una oportunidad única para contemplar un aspecto determinado desde una perspectiva diferente. En las mentorías en grupo, los mentores moderan el debate y comparten sus ideas y consejos.</p>
Objetivo de las actividades	<p>El objetivo es dar a las mujeres las herramientas acordes con sus talentos y valores para alcanzar el éxito en los siguientes ámbitos: TRABAJO, FAMILIA, PASIÓN.</p> <p>Como parte del Proyecto Brújula, mentores, formadores y toda nuestra comunidad apoyan a las personas que buscan herramientas que les ayuden a desarrollarse de acuerdo con sus talentos y valores. Te ayudan a encontrar tu propio camino para alcanzar el éxito en las siguientes áreas: trabajo, familia y pasión.</p>
Grupo objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Mujeres de 25 a 35 años que buscan activamente un cambio en su vida privada y profesional. Están listas para actuar y dispuestas a asumir la responsabilidad de sus vidas.
Características distintivas del programa	<ul style="list-style-type: none"> Mentoría en grupo: participación en un proceso de un año de duración dirigido por mujeres del mundo empresarial que han construido su éxito sobre tres pilares: trabajo, familia y pasión. Mentoring individual: Es un proceso que te permite centrarte cuidadosamente en objetivos específicos. Se basa en una relación con una mentora que comparte su tiempo y experiencia y te acompaña en tu desarrollo. Las reuniones individuales de los alumnos con los mentores se celebran regularmente durante cualquier ciclo del proyecto. Talleres - 2 talleres impartidos por formadores empresariales profesionales. Reunión con un invitado especial. Este evento es muy valorado por los participantes

	<ul style="list-style-type: none"> • Gran inauguración - una oportunidad para conocer a los mentores en persona y participar en un breve taller de mentoría • Acceso a un grupo de debate cerrado en Facebook • Resumen ceremonial del proyecto • Certificado de finalización de un programa de mentoría de un año.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>La participación en un acto seleccionado es gratuita (incluida la inauguración, sin talleres) Inscripción en un evento determinado a través del formulario correspondiente disponible en el programa. Después de utilizar la reunión gratuita, la condición para participar en reuniones posteriores es la inscripción en el programa mediante el formulario, el pago de la tasa administrativa y el envío de la confirmación del pago.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>El proyecto Compass, en el que participé, fue como viento en mis velas. Tenía muchas ideas para mí después de una pausa profesional. Quería volver a trabajar profesionalmente, preferiblemente con una misión y alegría después de 3 años de estar en casa con mi hijo. Me metí en la mentoría individual y trabajé con Renata Grzonkowska. Fue un trabajo de concreción y compromiso que me hizo ver la dirección que debía tomar y la mejor manera de prepararme para tal expedición en cada encuentro. Viví muchas conversaciones e inspiraciones maravillosas, pero, sobre todo, reflexioné sobre lo que realmente necesito. Y así, con valentía, me embarqué en un viaje en el que actualmente estoy llevando a cabo un proyecto para crear una guardería familiar según el modelo de educación personalizada en Lublin. Inicié una serie de actividades de apoyo a la familia en la crianza. Actualmente trabajo en la conferencia "En la buena dirección" y en una serie de clases para mujeres y madres con hijos en edad preescolar. La participación en Compass también dio lugar a un proyecto llevado a cabo con la Fundación LUB Drama titulado: "Hazte amigo de tu familia", en el que todos los jueves dirijo seminarios web con expertos en el campo del desarrollo personal, la crianza de los hijos y las relaciones conyugales. Lo que he conseguido este año ha superado todas mis expectativas, y todo está en consonancia con mi papel de madre y esposa, que es lo más importante para mí. Marzena</i></p> <p><i>Encontré el proyecto Brújula en un momento de mi vida en el que no sabía en qué dirección me gustaría desarrollarme, qué hacer después de graduarme. Las reuniones con los mentores fueron una gran inspiración para cambiar y descubrir mi camino. Compass combina 3 valores importantes para mí (desarrollo, familia y pasión). Es un grupo de mujeres que se apoyan mutuamente, no sólo en el ámbito profesional, sino también en la vida cotidiana. Magda</i></p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas - Mom Herself

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	2ª edición del Programa de mentoría para mujeres titulado "Mentalidad de mujer de éxito"
Organizador	Mom Herself
Breve descripción del programa	<p>Durante la mentoría, las mujeres definen su misión y sus valores vitales. Comprenden sus necesidades y se dan espacio para centrarse en sí mismas. Si las mujeres se sienten estancadas y no saben qué camino tomar. Si tienen muchas ideas, pero no saben dónde hacer un cambio. Mujeres que se preguntan qué significa el éxito para ellas. Mujeres que descubren cómo sentirse exitosas. Tal vez sea una mujer de éxito y esté muy bien en su puesto, pero hay áreas en las que le gustaría trabajar en su vida privada o profesional. Cada mujer define el éxito utilizando un marco diferente. A veces es la familia, el hogar o la felicidad en el amor, y a veces es un ascenso en el trabajo, ser propietaria de un negocio o tener un cuerpo sano.</p>
Objetivo de las actividades	<p>El objetivo es ayudar y apoyar a las mujeres a comprender, comunicar con consuelo y guiar sabiamente a los hijos hacia la vida adulta, pero también apoyar a las mujeres divorciadas que necesitan orientación sobre cómo dar el primer paso para recuperar la autoestima, salir de los sentimientos de soledad, aumentar su cualificación profesional o desean volver a trabajar. El programa organiza ayuda y apoyo de psicólogos, terapeutas y abogados.</p>
Grupo objetivo	<ul style="list-style-type: none"> ● Mujeres que quieren perseguir conscientemente objetivos que las acerquen al éxito ● Mujeres que sienten que están preparadas para cambiar sus creencias ● Mujeres que quieren ser más eficientes ● Mujeres que quieren utilizar mejor su potencial oculto y reforzar su autoestima ● Mujeres que quieren aprender a utilizar de forma óptima sus puntos fuertes y sus talentos ● Mujeres que quieren aumentar la confianza en sí mismas ● Mujeres que quieren aumentar su motivación para alcanzar sus ambiciosos objetivos personales y empresariales ● Mujeres que desean planificar sus objetivos vitales (personales, profesionales)

<p>Características distintivas del programa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 4 reuniones de grupo - 90 minutos cada una. <p>Un grupo íntimo - el número máximo de participantes es de 6</p> <p><u>4 Módulos de mentoría:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Armonía y equilibrio - Reconstruirse (confianza en uno mismo, creencias, autoestima) - Mirarse a sí mismo a través del prisma del éxito - Equilibrio entre la vida laboral y personal <ul style="list-style-type: none"> • 2 reuniones individuales con el tutor
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>La selección de los participantes se realiza a través del formulario de solicitud y de su capacidad para cumplir las expectativas del programa. Los mentores realizan la selección final.</p> <ul style="list-style-type: none"> • formulario de recepción de solicitudes de alumnos • información sobre los resultados de la contratación
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>"Los participantes mostraron un gran compromiso e interés durante las clases. Era evidente que les interesaba el tema propuesto. Para las mujeres, la asertividad y la baja autoestima son cuestiones importantes, y nos complace aún más que quieran ampliar sus conocimientos y competencias en este ámbito. Mantener el equilibrio en 'Home Life Balance' es una nueva mirada a uno mismo como mujer y como madre".</i></p> <p>Dominika Hapek, Presidenta de la Fundación Sama Mama, mentora</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas - Be brave mum

BeMyHelp – mentoring of women returning to the labour
market

Project number: 2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	<i>Be brave mum – mentoring programme</i>
Organizador	Mamo Pracuj Foundation con el apoyo del State Street Bank Polska
Breve descripción del programa	<p>“Be brave mum – mentoring programme” es una de las diversas iniciativas del proyecto quinquenal "Sé una mamá valiente", llevado a cabo en colaboración con State Street Bank Polska. Su objetivo es ofrecer ayuda emocional y práctica a las madres que han hecho una pausa en el trabajo, como la baja por maternidad, y desean reincorporarse a la vida laboral.</p> <p>El componente central del programa es un proceso de mentoría individual de 6 meses dirigido por mentores experimentados de diferentes sectores que se han unido a la Fundación para ayudar a las mujeres que lo necesitan. Las participantes también tuvieron la oportunidad de realizar un curso profesional de su elección, gratuito, para mejorar sus aptitudes duras. Como tercer componente, la Fundación preparó un curso en línea que proporcionaba información sobre el mercado laboral actual y técnicas eficaces de búsqueda de empleo. Este curso ayudó a los participantes a crear o mejorar sus documentos de solicitud y perfiles de LinkedIn, y les enseñó a buscar empleo con éxito en el mercado laboral moderno. Además, se organizaron dos seminarios web como parte del programa para desarrollar habilidades blandas, como el valor para actuar y la apertura al cambio.</p> <p>Los mentores que participaron en los tres seminarios web organizados para ellos también recibieron apoyo. Tuvieron la opción de recibir consultas continuas de la Fundación siempre que lo necesitaron.</p> <p>El programa se llevó a cabo a distancia y prestó apoyo con éxito a 26 participantes.</p>
Objetivo de las actividades	El programa se diseñó para potenciar las capacidades y la confianza de las mujeres que se reincorporan al trabajo tras una interrupción de su carrera profesional debida al parto. Las mujeres son uno de los grupos vulnerables

	discriminados en el mercado laboral. El programa de mentoría pretende proporcionarles apoyo durante este difícil periodo de transición y ayudarlas a alcanzar la igualdad de oportunidades para establecer una sólida posición profesional.
Grupo objetivo	Este programa está diseñado específicamente para las mujeres, especialmente las madres que han estado fuera de la fuerza de trabajo durante un período prolongado debido a circunstancias de la vida (incluso unos pocos años).
Características distintivas del Programa	<p>“Be brave mum – mentoring programme” es excepcional por las siguientes razones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ofrece una excelente oportunidad para mejorar tus habilidades completando un curso profesional gratuito como parte del programa (por ejemplo, Junior Scrum Master, Agile PM). - Apoyo individual durante 6 meses por parte de mentores (12-14 reuniones) que comprenden las necesidades específicas de las madres que se reincorporan al mercado laboral tras una interrupción de su carrera profesional, ya que a menudo son madres y han vivido experiencias similares. - Las beneficiarias reciben por adelantado la lista completa de mentores disponibles y, durante la fase de contratación, pueden elegir el mentor con el que les gustaría trabajar. - La Fundación Mamo Pracuj, especializada en ayudar a las madres en su desarrollo profesional, ofrece apoyo emocional y sustantivo a las mentoras. - Las mentoras reciben apoyo mediante reuniones significativas y el establecimiento de relaciones dentro de su grupo.
Proceso de selección de alumnos	La selección de los participantes se realizó en dos fases. En la primera, rellenaron un formulario de solicitud, que utilizamos para evaluar su motivación y su disposición a volver al trabajo. También recogimos información sobre sus necesidades específicas. En la segunda fase, invitamos a las mujeres que cumplieran las expectativas de la Fundación a participar en entrevistas en línea. En estas entrevistas profundizamos en sus motivaciones y un comité formado por unas pocas personas seleccionó a 26 mujeres.
¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)	<i>Mi mentora ha demostrado ser una guía excelente en el mundo de las finanzas. Es un brillante ejemplo de que se puede compaginar con éxito la carrera profesional y la maternidad. Además, es una persona amable y simpática. Con su orientación, aprendí a aceptar los retos y a buscar con confianza las oportunidades más desalentadoras.</i>

Desde que solicité el proyecto, he experimentado numerosos cambios positivos en mi vida. Mi percepción de la vuelta al trabajo ha cambiado y me he vuelto más valiente y segura de mí misma. Como madre y mujer, estos cambios eran muy necesarios".

Foto/logo



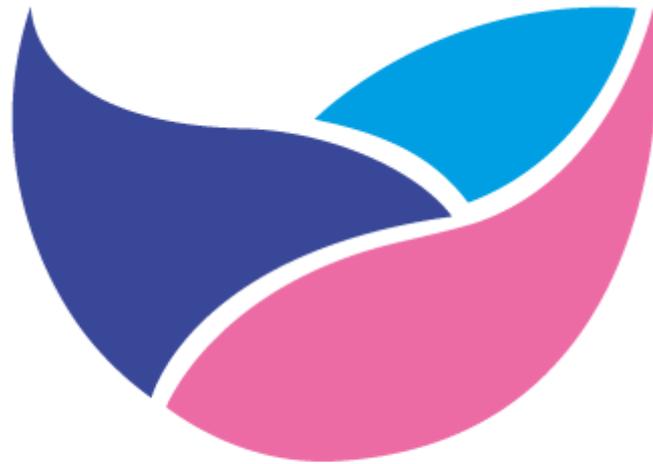
Ruszamy z projektem
Odważ się Mamo!
Program mentoringowy



STATE STREET®

<https://odwazsiemamo.mamopracuj.pl/>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Buenas prácticas -
DESTINATION IT**

BeMyHelp – mentoring of women reentering the workforce

Project number: 2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	<i>Programa</i> → <i>DESTINATION IT</i>
Organizador	Mamo Pracuj Foundation en colaboración con Roche Informatics
Breve descripción del programa	<p>El programa incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● un acto promocional abierto que ofrece un valor sustancial a los participantes (unas 100 personas) ● un programa educativo/de mentoría para un grupo selecto de 18 personas (que incluye 110 cursos de formación, cursos en línea y reuniones, así como mentoría individual) en tres áreas: Automatización de pruebas, Análisis empresarial e Ingeniería de datos ● apoyo para reforzar las competencias de los tutelados en el programa ● oportunidad de solicitar puestos de trabajo en la empresa ● seguimiento y evaluación de las actividades ● estrecha colaboración de los socios. <p>Cinco personas empezaron a trabajar en el sector de las TI inmediatamente después de finalizar el programa.</p>
Objetivo de las actividades	<p>El objetivo del programa es dotar a las personas que buscan empleo en el sector de las TI de los conocimientos y competencias que les ayuden a cambiar de profesión. Ofrece a los empleados de las empresas asociadas la valiosa oportunidad de colaborar y compartir conocimientos.</p> <p>El objetivo del programa se alinea con las últimas tendencias mundiales relacionadas con la Diversidad y la Inclusión y los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU, centrándose en la capacitación de las mujeres y la eliminación de las desigualdades existentes en el mercado laboral promovidas por los Objetivos 5, 8 y 10.</p> <p>Objetivos adicionales</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Reforzar las habilidades interpersonales de los empleados y reconocer sus logros y su papel en la organización. ● Ofrecer oportunidades para que los empleados de la empresa

	participen en proyectos sociales, aumentando la satisfacción de los empleados y su sensación de logro.
Grupo objetivo	<p>El programa se centró principalmente en las personas que poseen experiencia profesional y han dado sus primeros pasos (cursos, formación, certificados) para avanzar en su carrera en la industria de las nuevas tecnologías, pero que aún no han accedido a su primer empleo en el sector de las TI.</p> <p>El programa no tuvo en cuenta la edad ni los años de servicio como factores determinantes.</p>
Características distintivas del programa	<p>El objetivo del programa DESTINATION IT era proporcionar apoyo adicional a personas que habían demostrado un fuerte sentido de la determinación, el compromiso y la independencia. Los alumnos suelen necesitar orientación y ayuda al iniciar su carrera en un nuevo campo.</p> <p>El programa estaba dirigido principalmente a mujeres (como parte de la iniciativa #MamoPracujwIT), pero los hombres también podían participar.</p>
Proceso de selección de alumnos	<p>Los participantes en el programa fueron seleccionados mediante un amplio proceso de solicitud. La solicitud constaba de una sección en la que los solicitantes compartían su experiencia y los pasos que habían dado para cambiar de ocupación. Además, se exigía una tarea sustancial para cada trayectoria.</p> <p>El proceso de evaluación se llevó a cabo en tres fases:</p> <ul style="list-style-type: none"> - se verificó la validez formal - dos personas evaluaron de forma independiente los criterios sustantivos, lo que llevó a la preselección de 50 candidatos - el equipo del socio y los mentores evaluaron a los candidatos preseleccionados, lo que llevó a la decisión final de quién era aceptado en el programa <p>Un dato interesante: inicialmente esperábamos aceptar a 12 personas en el programa, pero la calidad de las solicitudes superó nuestras expectativas. Tras una cuidadosa evaluación, finalmente aceptamos a 18 personas, todas las cuales completaron con éxito el programa.</p>
¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)	<p>Opiniones de los participantes:</p> <p>"¡El programa me ha impresionado! Aumentó mi autoestima, me dio alas y me ayudó en la transición a un nuevo campo. Tras completar el proyecto, me ofrecieron un trabajo en Roche Informatics, donde ahora trabajo como ingeniero de datos. :)"</p> <p>"Participar en el programa supuso un cambio de juego para mí. Tener un mentor y un plan de formación con tareas específicas que completar me ayudó a no perderme en el proceso de aprendizaje. Si hubiera tenido que arreglármelas solo, me habría sentido abrumado e inseguro de mi dirección."</p>

	<p>Opinión de la organizadora: Marta Buchkovska, jefa de equipo en Roche Informatics: "Las nuevas tecnologías brindan grandes oportunidades de desarrollo, pero el camino puede ser difícil y largo. Es bueno contar con apoyo y orientación a lo largo del camino".</p>
Foto/logo	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas - Let's Do IT AKAdemy

BeMyHelp – mentoring of women reentering the workforce

Project number: 2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

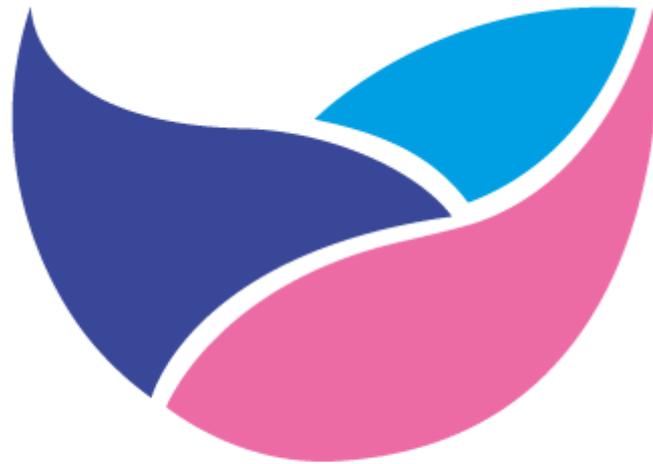
BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Completa la tabla. Tamaño de letra: 12. No exceda el número de páginas (2 p.).

Título del programa	Let's Do IT AKAdemy
Organizador	Mamo Pracuj Foundation, Akamai Technologies and Akamai Foundation, Inc
Breve descripción del programa	<p>El programa de mentoría era la segunda parte del proyecto educativo y de desarrollo del mismo nombre. La primera parte ofrecía cuatro seminarios web para mujeres que querían aprender más sobre el sector de las TI y cambiar de carrera.</p> <p>El programa estaba abierto a todo el mundo, independientemente de su edad o formación. Todas las reuniones se celebraron en línea.</p> <p>Las candidatas se seleccionaron entre las que participaron en los seminarios web (primera parte).</p> <p>Edición 2021/2022 - 10 parejas de mentores Edición 2022/2023 - 20 parejas de mentores</p> <p>Los mentores fueron los empleados de Akamai Technologies, que proporcionaron apoyo a los alumnos y compartieron sus conocimientos sobre la reincorporación al mercado laboral, la preparación para el proceso de contratación y diversos temas de TI, como programación, ciberseguridad, pruebas, etc.</p> <p>Duración: 3,5 meses. Edición 2021/2022: se celebraron un total de 90 reuniones (una media de 9 reuniones por pareja). La segunda edición está actualmente en curso y se prolongará hasta junio de 2023.</p>
Objetivo de las actividades	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capacitar a las mujeres en su búsqueda de empleo, especialmente en el sector de las tecnologías de la información. 2. Animar a las mujeres a emprender una carrera en TI / cambiar de campo profesional. 3. 3. Aumentar las oportunidades de las mujeres que han perdido su empleo debido a Covid-19 y a otras circunstancias de la vida (por ejemplo, mujeres refugiadas). 4. 4. Proporcionar apoyo individual a las mujeres que buscan empleo tras una interrupción de su carrera profesional.

<p>Grupo objetivo</p>	<p>Mujeres, especialmente madres, que se reincorporan a la vida laboral tras una pausa en su carrera y están interesadas en la transición al sector de las TI.</p>
<p>Características distintivas del Programa</p>	<p>El proceso de contratación se dirige específicamente a las personas que participaron en la parte inicial del programa (la educativa). La edición 2022/2023 también está dirigida a refugiadas ucranianas. Los mentores no son exclusivamente polacos (las reuniones se celebran en inglés). Evaluación y seguimiento continuos de los progresos de los participantes. Un grupo privado de Facebook fomenta la integración y el apoyo mutuo entre los participantes que comparten objetivos, necesidades y experiencias similares.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>El proceso se divide en dos etapas: 1. En la primera, los participantes deben rellenar un formulario de solicitud exhaustivo. Los criterios de selección se basan en la motivación del candidato para introducir cambios positivos en su vida, su experiencia previa y la medida en que sus intereses coinciden con los de su mentor. El orden de presentación de las solicitudes no afecta al proceso de selección. 2. En la segunda fase, realizamos entrevistas online en profundidad con docenas de candidatos seleccionados para conocerlos mejor y elegir a los mejores.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>Encontrar este grupo en Internet ha sido una agradable sorpresa. Me siento obligada a compartir la energía positiva y los conocimientos que he adquirido con otras chicas y animarlas a buscar apoyo externo para mejorar sus vidas.</i></p> <p><i>Estoy muy motivada y llena de energía para seguir trabajando. Ahora tengo claros mis objetivos y mi dirección. Gracias a este programa, he podido organizar mis pensamientos y planificar mis próximos pasos con confianza.</i></p> <p><i>Los comentarios de mi mentor han sido increíblemente valiosos para mí. Sus consejos y sugerencias me serán sin duda útiles en mi búsqueda de empleo.</i></p>
<p>Foto/logo</p>	<p>Puede descargar contenidos gráficos de: www.akademy.mamopracuj.pl</p>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas - Mother Empower

BeMyHelp – mentoring of women reentering the workforce

Project number: 2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

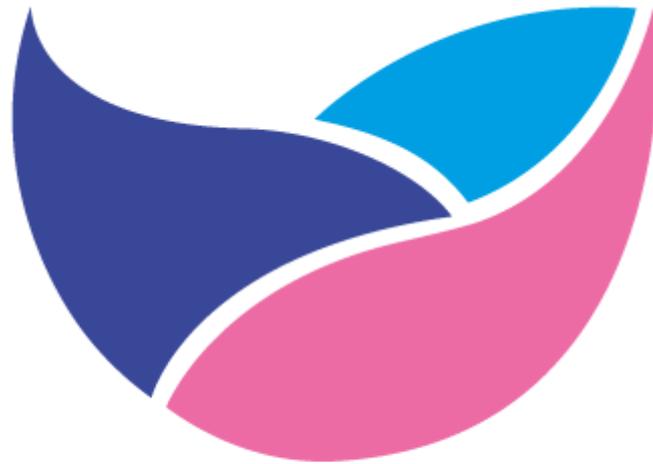
Complete the table. Font size: 12. Please do not exceed the number of pages (2 p.).

Título del programa	<i>Mother Empower</i>
Organizador	Mamo Pracuj Foundation and Bosch Poland
Breve descripción del programa	<p>El programa se creó para apoyar y empoderar a las mentoras, mujeres que se reincorporan al mercado laboral tras una pausa o que exploran nuevas trayectorias profesionales.</p> <p>Las mentoras de las sucursales de Robert Bosch Polska ofrecieron generosamente su tiempo, conocimientos y experiencia para guiar a las tuteladas a lo largo del proceso.</p> <p>Diseñamos el programa para empoderar integralmente a las mujeres, con mentores y alumnos trabajando juntos uno a uno durante tres meses, con un total de 10-12 reuniones en línea y fuera de línea. Esto es especialmente importante porque las participantes están repartidas por toda Polonia y las mentoras viven en ciudades importantes como Varsovia y Lodz.</p>
Objetivo de las actividades	<p>El programa pretende capacitar a las mujeres que han interrumpido su carrera profesional, han cambiado de campo o están en proceso de hacerlo.</p> <p>El objetivo principal del proyecto es ayudar a las beneficiarias a desarrollar sus aptitudes interpersonales, haciendo especial hincapié en la mejora de su capacidad de comunicación a través de la mentoría.</p>
Grupo objetivo	<p>El programa Mother Empower se dirige a mujeres de toda Polonia que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - quiere volver a trabajar tras una interrupción de su carrera

	<ul style="list-style-type: none"> - buscan orientación sobre cómo conseguir un buen empleo - buscan un mentor que les guíe en el proceso de cambio de profesión - necesitan capacitación antes de reincorporarse al mercado laboral.
<p>Características distintivas del programa</p>	<p>El proyecto se complementa con un programa de becas para alumnos seleccionados por el comité.</p> <p>Los participantes interesados rellenan el formulario de solicitud, expresando su deseo de participar en el programa de becas. Como recompensa, Bosch cofinanciará el 60% del curso.</p> <p>Esta financiación puede destinarse a un programa de formación profesional que fomente la adquisición o mejora de competencias profesionales. La beca apoya a los participantes en la obtención de los certificados necesarios que validen sus competencias en TI y otros campos relevantes.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>El proceso de selección consta de dos etapas.</p> <p>En la primera, los candidatos deben rellenar un completo formulario de solicitud. Además de facilitar su información de contacto, deben compartir su experiencia profesional, su situación actual en el mercado laboral, los retos a los que se enfrentan y sus objetivos profesionales. Las solicitudes se evalúan en función de su adecuación a los objetivos del programa y a las necesidades de los alumnos, así como de la motivación del candidato y su compatibilidad con el perfil profesional del mentor.</p> <p>En la segunda fase, los candidatos preseleccionados son invitados a una entrevista. Esta entrevista está diseñada para comprender mejor a los participantes, sus motivaciones y sus esfuerzos por desarrollarse personal y profesionalmente.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>"Mi mentora demostró una gran empatía hacia mí como madre de dos niños pequeños. Nunca me hizo sentir que me estaba quedando corta. Su constante consuelo me ayudó a entender que el progreso no siempre tiene que ser rápido; a veces es mejor dar pequeños pasos." (comentario de un alumno)</p> <p>"El programa daba mucha importancia al desarrollo de la confianza en uno mismo. Me inculcó la creencia de que con trabajo duro y determinación, puedo alcanzar metas que pueden parecer inalcanzables." (opinión de un alumno)</p> <p>"En los negocios, el ROI (retorno de la inversión) es una métrica crucial. Puedo atestiguar personalmente la eficacia de este programa, ya que mi ROI fue de 5:1. Esto indica que recibí cinco veces más de lo que recibí."</p>

	<p>Esto indica que recibí cinco veces más energía de la que puse, y que cada pizca de energía se magnificó." (Joanna Wojdan, Bosch Polonia)</p> <p>"Sin este programa, no habríamos podido reunirnos. Tuvimos reuniones increíbles, incluso en un entorno virtual. Fue precioso escuchar tu perspectiva y la de mi mentee". (Magdalena Kołomańska, Bosch Polonia)</p>
Foto/logo	<p>https://mother-empower.mamopracuj.pl/</p> <p>https://mamopracuj.pl/jak-dzielic-sie-soba-program-mentoringowy-mother-empower/</p> <p>https://mamopracuj.pl/mother-empower-wzmacnianie-ma-sens-pods-umowanie-programu-mentoringowego-z-firma-bosch-polska/</p> <p>https://mamopracuj.pl/wiele-krokow-naprzod-podsumowanie-3-edycji-programu-mentoringowego-mother-empower/</p>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas prácticas - #GirlsLoveTech

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	#GirlsLoveTech
Organizador	Telefónica Open Innovation Campus
Breve descripción del proyecto	Telefónica organizó una serie de actividades, incluidos talleres, clases magistrales e iniciativas facilitadas por profesionales y expertos dedicados. Estas personas dedicaron voluntariamente su tiempo personal y profesional a interactuar con niñas, mujeres jóvenes y estudiantes universitarias. El objetivo principal era inculcar la pasión por la tecnología a las generaciones más jóvenes, al tiempo que se trabajaba en la configuración de un sistema educativo y de formación que erradicara los estereotipos de género vinculados a determinadas vocaciones y profesiones.
Objetivo de las actividades	Telefónica pretendía fomentar las vocaciones STEAM en niñas y jóvenes y reducir la brecha de género, crear una comunidad de referentes STEAM con fines académicos para mujeres jóvenes y universitarias, y transmitir la pasión por la tecnología a las generaciones más jóvenes.
Grupo objetivo	Chicas jóvenes que se plantean estudios y carreras en STEAM.

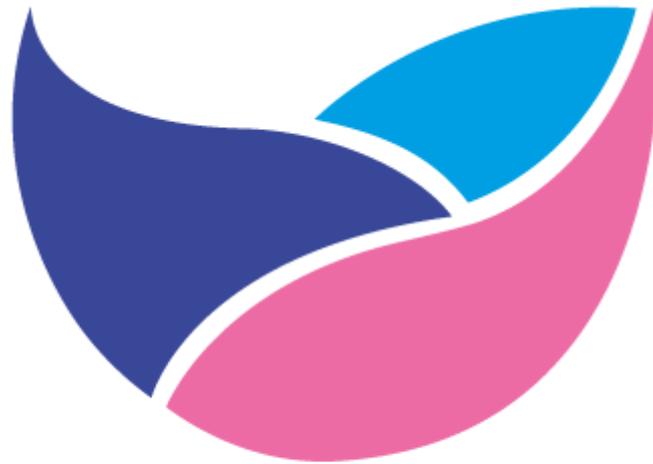
<p>Características distintivas del programa</p>	<p>Además de Telefónica, 100 empresas y entidades de toda España participaron en este programa. La compañía estableció una conexión bidireccional entre la innovación abierta y el ecosistema académico, así como con el talento joven, ya que están comprometidos con el desarrollo de los futuros profesionales españoles.</p> <p>Los temas tratados en las sesiones giraron en torno a la ciencia, la tecnología, la ingeniería, las matemáticas, las artes, las humanidades o las tendencias.</p> <p>El programa se ha propuesto ampliar las actividades a más zonas geográficas de España y contar con más profesionales y expertos de Telefónica.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>De una forma amena y divertida, las alumnas acercaron a las jóvenes de Stem Talent Girl el mundo de la tecnología y la innovación junto con las nuevas tendencias y la realidad de la empresa. Telefónica Open Innovation Campus formó parte de la #AlianzaSTEAM, 'Niñas en pie de ciencia' que nació para promover las vocaciones STEAM, Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas en conexión con las Artes y las Humanidades, en niñas y jóvenes. El programa Stem talent girl fue un programa de mentoría de Secundaria a la Universidad que tiene como objetivo inspirar, educar y empoderar a las jóvenes para que descubran el apasionante mundo de STEM antes de tomar decisiones sobre su futuro académico.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p><i>#GirlsLoveTech ofrece visibilidad y conexión al talento femenino con las nuevas profesiones de nuestra industria, para que las jóvenes de nuestro país encuentren apoyo y respuestas a sus preguntas.</i></p>
<p>Foto/logo</p>	

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	AED Lead Mentoring Mujeres Directivas de CaixaBank
Organizador	AED (Asociación Española de Directivos) y CaixaBank
Breve descripción del programa	<p>El programa de mentoría se centra en apoyar y promover el desarrollo de las mujeres directivas en las empresas. Su objetivo es fomentar el crecimiento profesional y el liderazgo de las mujeres ofreciendo a las participantes la oportunidad de recibir orientación y apoyo de mentores experimentados en puestos directivos y ejecutivos.</p> <p>Las mujeres directivas seleccionadas son emparejadas con mentores que tienen amplia experiencia en puestos directivos y pueden orientarlas en temas como el desarrollo de habilidades directivas, la gestión del talento, la creación de redes, la conciliación de la vida laboral y familiar y la toma de decisiones estratégicas.</p> <p>El programa se desarrolla a lo largo de un periodo de tiempo, durante el cual mentoras y alumnas se reúnen periódicamente para debatir retos, fijar objetivos profesionales y compartir conocimientos y experiencias. Además, el programa incluye actividades de creación de redes y desarrollo de competencias específicas para fomentar el crecimiento y el avance profesional de los participantes.</p>
Objetivo de las actividades	El programa pretende fomentar el crecimiento personal y profesional de mujeres seleccionadas por su alto potencial de liderazgo y promover la presencia de mujeres directivas en las grandes empresas.
Grupo objetivo	El grupo destinatario son las mujeres con alto potencial de liderazgo que tienen grandes capacidades, motivación y talento para aportar un alto valor a su empresa.

<p>Características distintivas del Programa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El programa dura 6 meses, durante los cuales las participantes participan en seis sesiones virtuales individuales. Juntas, trabajan para superar las posibles limitaciones y obstáculos a los que se enfrentan las mujeres en su vida laboral diaria. • Las mentoras que participan en AED Lead Mentoring Mujeres Directivas by CaixaBank son profesionales de reconocido prestigio y liderazgo demostrado en sus respectivas empresas. Su trayectoria les permite identificar los factores cruciales para el éxito profesional. Poseen perfiles personales impactantes y están deseosas de dejar un impacto duradero dentro de sus organizaciones. • A través de esta nueva iniciativa, CaixaBank y AED pretenden promover una cultura de igualdad de oportunidades para el crecimiento profesional en las grandes empresas. Ambas entidades están comprometidas con el fomento de la diversidad y apoyan activamente proyectos que potencien la igualdad de oportunidades, la meritocracia y el talento no sexista.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Treinta y una mujeres profesionales con alto potencial de liderazgo procedentes de grandes empresas son seleccionadas en función de sus objetivos profesionales, expectativas, necesidades y experiencia, entre otras variables.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>La directora de la Oficina de la Tienda del Paseo de la Castellana de CaixaBank en Madrid y participante, Gema Gonzalo, afirmó: "Las sesiones que realizamos son momentos que te invitan a reflexionar, a profundizar en tus cualidades y a reconocer áreas de mejora. Te ayuda a ganar confianza en ti misma y a enfocar tu carrera profesional".</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Buenas practices -
Social Mentoring
Programme "Fénix
Andalucía"**

BeMyHelp - mentoring of women
returning to the labor market
Project number:
101015987

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

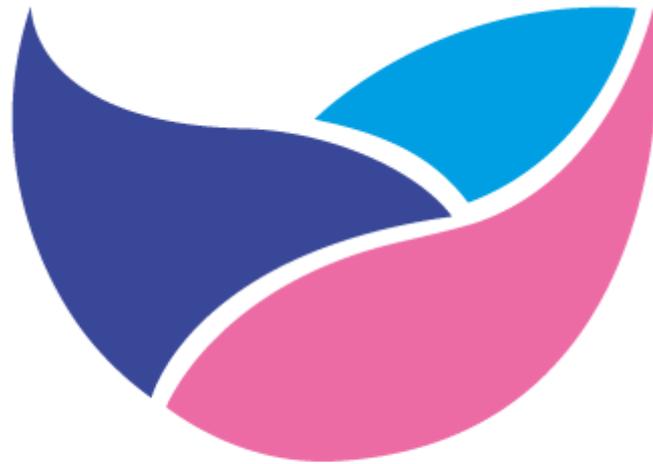
BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Social Mentoring Programme "Fénix Andalucía"
Organizador	Consejería de Educación de la Junta de Andalucía
Breve descripción del programa	<p>Se trata de un programa de mentoría social dirigido a los centros escolares para promover la inclusión y la cohesión social, así como la igualdad de oportunidades de los colectivos más vulnerables, con dificultades socioeconómicas y aptitudes diversas. También busca promover el desarrollo personal y otros valores como la resiliencia, el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>En él participan tanto mentores de zona como mentores inspiradores. También proporciona material didáctico, formación virtual y asesoramiento específico sobre cómo llevar a cabo el programa.</p>
Objetivo de las actividades	The program's goal is to support the growth of communities where social exclusion is a severe problem or where there are risk factors for it. The program's more specific goal is to help students in Andalusian Primary and Compulsory Secondary Education improve their abilities in order to foster social inclusion.
Grupo objetivo	El programa está dirigido a centros docentes sostenidos con fondos públicos que impartan 5º y 6º de Educación Primaria o 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria en zonas ERACIS (Estrategia Regional Andaluza para la Cohesión Social y la Inclusión en Zonas Desfavorecidas) o que cuenten con Planes de Compensación Educativa.
Características distintivas del programa	<p>Con el fin de aumentar la motivación de los estudiantes para su crecimiento personal y académico, el programa sugiere que los participantes vengan de fuera de la escuela. Para ello se tiene en cuenta el impacto motivador que supone entrar en contacto directo con figuras influyentes de su comunidad y de diversos ámbitos académicos o profesionales.</p> <p>El objetivo es aumentar la motivación académica de los niños procedentes de zonas de exclusión social y, para ello, se recurrirá a mentores inspiradores con un historial de logros personales y una</p>

	<p>trayectoria de éxito para inspirar y apoyar a los profesores en su tarea de motivar y facilitar el desarrollo educativo y personal de estos niños.</p> <p>El programa se centra en los ODS 4 y 10, ya que pretende reducir la desigualdad de las poblaciones más vulnerables proporcionando recursos para una educación inclusiva, equitativa y de calidad que promueva las oportunidades de aprendizaje.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Las escuelas deben presentar una solicitud de adhesión al sistema informático de la Junta de Andalucía desde el perfil de gestión siempre. Las condiciones son que los centros cuenten con la aprobación del Consejo Escolar y del Consejo Escolar, un equipo de trabajo y que al menos dos de los miembros del equipo de trabajo estén matriculados en la formación asociada al programa andaluz (salvo que el equipo esté formado por dos profesores que ya hayan superado la formación en centros educativos anteriores).</p> <p>Se constituirá una Comisión de Selección que actuará bajo los siguientes criterios: deberán ser centros sostenidos con fondos públicos ubicados en zonas ERACIS, contar con Planes de Compensación Educativa, tener un índice de absentismo durante el curso anterior de al menos el 5%, contar con al menos 2 profesores que ya tengan o estén solicitando el programa, y el número de unidades del centro deberá ser superior a 6,1.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>En palabras de la Consejera de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, Patricia del Pozo: "La educación es el kilómetro cero de las personas y, en consecuencia, de cualquier sociedad. Por eso es tan importante, como pretende el programa Mentoring Social de Fénix Andalucía, poner a disposición de los alumnos personas que encarnen valores como la solidaridad, el esfuerzo, el compromiso social y el afán de superación".</p>
<p>Foto/logo</p>	



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas practices - Mujeres con S

BeMyHelp – restoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA221-000010001

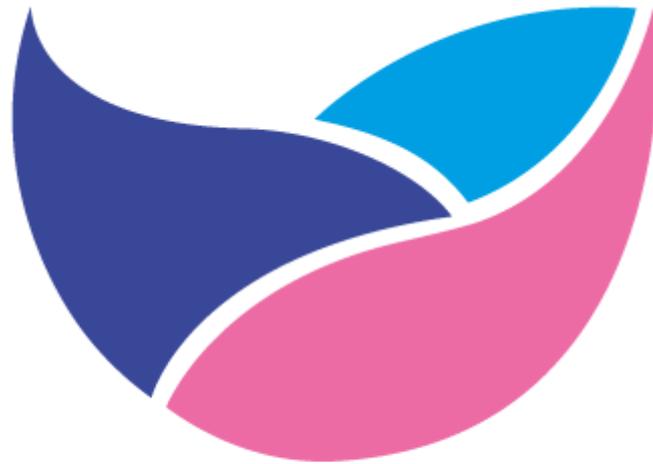
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Mujeres con S
Organizador	Banco Santander
Breve descripción del programa	Con la ayuda de un proceso de desarrollo profesional y personal basado en las experiencias de las participantes y en las vivencias compartidas, este programa de mentoría pretende hacer avanzar la carrera profesional de las mujeres. Para ayudar a las mujeres a identificar su estilo de liderazgo y crear un plan sólido para alcanzar sus objetivos, el programa las pone en contacto con profesionales de alto nivel, en su mayoría mujeres, que tienen experiencia directiva o empresarial y una amplia red de contactos.
Objetivo de las actividades	El objetivo es dotar a las mujeres de las capacidades y herramientas necesarias para ascender a puestos directivos en sus organizaciones, lanzar sus propios proyectos o progresar dentro de su sector. El programa también pretende apoyar el talento femenino en el lugar de trabajo, el espíritu empresarial y la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.
Grupo objetivo	El grupo destinatario son las mujeres que necesitan reorientar su carrera profesional, ya sea para crecer dentro de la empresa, encontrar un empleo, convertirse en empresarias o cambiar de sector. Deben ser profesionales o empresarias con verdaderas ganas de aprender de los demás y progresar, así como tener 10 años de experiencia profesional.
Características distintivas del programa	<p>El programa aborda las competencias y aptitudes profesionales y emocionales esenciales para construir y potenciar el liderazgo femenino.</p> <p>Este programa es un componente del esfuerzo de la Generación 81, que aboga por la igualdad de género, el avance de las mujeres en la fuerza laboral y el espíritu empresarial femenino.</p> <p>La relación de mentoría durará cinco meses, durante los cuales la tutelada podrá acceder a su mentor y mantener reuniones virtuales a través de nuestra plataforma.</p>

	<p>El programa se inició a nivel regional y gracias a su éxito se ha extendido a nivel nacional.</p> <p>Los mentores deben tener más de 15 años de experiencia como empresarios o profesionales y deben mostrar un deseo genuino de devolver a la sociedad su experiencia y habilidades.</p> <p>También se ofrece formación y herramientas como plataformas de networking, información, documentación, planes de desarrollo y campus virtuales.</p>
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Para participar en el programa, las interesadas deben rellenar el formulario de solicitud donde deben dejar claro qué necesidades tienen como mentee y qué pueden aportar como mentor. Una vez que envíen a Mujeres con S el formulario cumplimentado, ésta lo procesará y responderá a la solicitud.</p> <p>A los mentorizados se les pide que tengan verdadero interés en ser mentorizados, que sean empresarios o profesionales con ganas de mejorar y aprender de los demás, y que tengan 10 años de experiencia profesional.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>M^a José Macià, directora territorial del Banco Santander en Cataluña, afirmó que "el éxito de Mujeres con S radica en las relaciones y conexiones que se generan entre la mentora y la mentee. La clave es la sinceridad y la transparencia".</p>
<p>Foto/logo</p>	 <p>El programa de mentoring de Banco Santander Mujeres con S</p>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas practices - Repsol

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

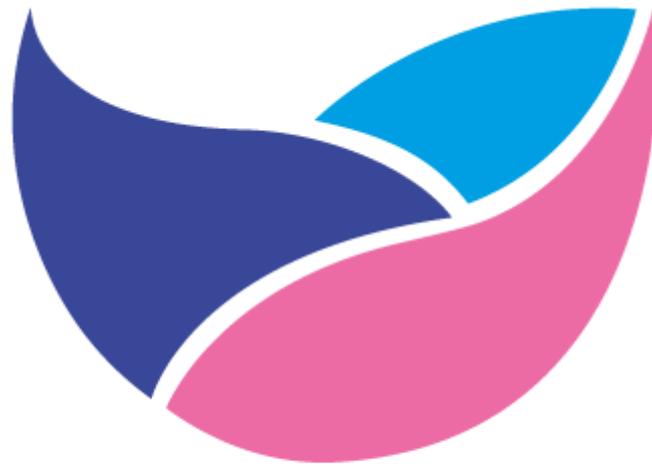
BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Programa de Mentores del Fondo de Emprendedores de Repsol
Organizador	Repsol
Breve descripción del programa	<p>El programa de mentoring ha sido una de las actividades llevadas a cabo por el Fondo de Emprendedores Repsol para apoyar a emprendedores y start-ups en sus primeras etapas. A través de este programa, los emprendedores seleccionados recibieron asesoramiento y apoyo de expertos de Repsol y profesionales del sector para impulsar el crecimiento y desarrollo de sus proyectos.</p> <p>La mentorización se desarrolló durante un periodo de tiempo determinado y abarcó diferentes áreas, como desarrollo de negocio, estrategia, tecnología y financiación, entre otras. Los mentores compartieron sus experiencias y conocimientos con los emprendedores, proporcionándoles orientación y apoyo para superar retos y aprovechar oportunidades.</p>
Objetivo de las actividades	El objetivo era acelerar la innovación tecnológica promoviendo y asesorando a las startups.
Grupo objetivo	El grupo objetivo eran startups que trabajan en los retos de la transición energética, como la descarbonización, la economía circular o la digitalización de la industria. Todas eran startups en fase de pruebas con clientes reales, o que alcanzarán esta fase en 1-2 años.

Características distintivas del programa	<p>El Programa de Mentoring del Fondo de Emprendedores de Repsol tenía varios rasgos distintivos que lo diferenciaban de otras iniciativas similares:</p> <ul style="list-style-type: none">- El programa ofrecía ayudas económicas de entre 60.000 y 100.000 euros.-- El programa de mentores contó con un equipo multidisciplinar de mentores. Este equipo estaba formado por dos mentores senior que eran antiguos empleados de Repsol y que son profesionales con un alto nivel de conocimiento en gestión empresarial. A ellos se sumaron dos mentores que son profesionales en activo de Repsol y que aportaron apoyo tecnológico y conocimiento del mercado. <p>También ofreció la posibilidad de realizar las pruebas piloto pertinentes en las instalaciones de Repsol.</p> <p>El programa de mentorización se centró en las siguientes áreas: tecnologías energéticas bajas en carbono, economía circular, uso de la Biotecnología y la Nanotecnología para el desarrollo de soluciones sostenibles, productos y servicios basados en la gestión energética y las energías renovables, tecnologías digitales para la industria energética e idear soluciones naturales para la reducción de la huella de carbono.</p>
Proceso de selección de alumnos	<p>La selección se llevó a cabo entre marzo y junio en fases sucesivas. Al final de cada fase, se comunicaba a los candidatos si continuaban o no en el proceso de selección.</p> <p>La penúltima fase de selección incluyó la visita de un miembro de Fundación Repsol a cada una de las startups y una sesión de trabajo con recomendaciones para ayudar a la Startup en su candidatura, incluyendo un Plan de Trabajo con los hitos a alcanzar durante el periodo de aceleración.</p> <p>Unos meses después se anunciaron los finalistas, que tuvieron que presentar sus candidaturas en Madrid, de forma presencial o remota, ante un jurado encargado de elegir a las startups admitidas en el Programa de Aceleración.</p>

<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>Javier Torres, Director de Emprendimiento de Fundación Repsol: "Por su tamaño, las startups son muy ágiles en la toma de decisiones, muy dinámicas, y ya están jugando un papel fundamental en esta transición energética. Si a eso le sumamos todo el poder que les puede dar su colaboración con las corporaciones, la apuesta es ganadora."</p>
<p>Photo/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

WoT | Programa de mentoría

Listo para trabajar (otra vez)

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

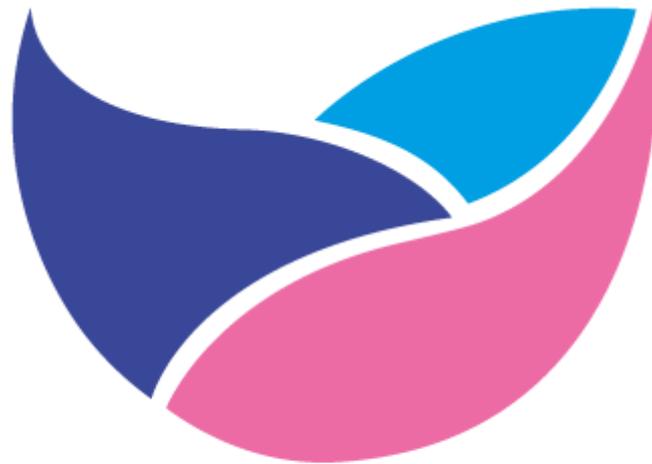
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Women On Top Listo para trabajar (otra vez) 2022
Organizador	Women On Top, apoyado por SAP
Breve descripción del programa	<p>Preparados para trabajar (otra vez) 2022 fue un programa en dos pasos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paso A Campamento de capacitación para el empleo <p>47 mujeres se graduaron en nuestros programas Ready for Work y Ready for Work again, tras haber recibido formación en temas como redacción de CV, hablar en público, comportamiento profesional y comunicación escrita.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paso B: Programa de mentoría <p>A las graduadas de los campamentos se les asignó una mentora para apoyarlas en su desarrollo profesional durante los 3 meses siguientes al campamento.</p>
Objetivo de las actividades	<p>Ready for Work (de nuevo) es el programa anual de la organización que consiste en un campamento de capacitación para el empleo. Se trata de un programa en dos fases en el que las mujeres reciben formación en temas como redacción de CV, oratoria, comportamiento profesional y comunicación escrita. Las participantes en Ready for Work (again) también disfrutaron de un programa de mentoría de 3 meses con profesionales de su campo. Con los conocimientos que adquieren, las graduadas de Ready for Work (again) pueden encontrar un trabajo satisfactorio, y se les anima a mantenerse profesionalmente activas durante la mayor parte de su vida productiva.</p>
Grupo objetivo	<p>Ready for Work es un programa diseñado para mujeres jóvenes que buscan su primer empleo, y Ready for Work Again está diseñado para mujeres que intentan reincorporarse a un trabajo remunerado.</p>
Características distintivas del programa	<p>Una vez finalizados con éxito los dos campamentos de capacitación, empezamos a aplicar el programa de mentoría. Los participantes debían cumplir dos requisitos para pasar a la fase de mentoría:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Asistencia a un mínimo de 8 de los 10 talleres de los campamentos de competencias. 2. Cumplimentación del formulario de evaluación de los talleres. <p>El hecho de que todos los participantes fueran conscientes de los requisitos desde el principio del programa, jugó a favor de su compromiso con el proceso de mentoría.</p> <p>En cuanto al formulario de evaluación, incluimos preguntas para comprender mejor las necesidades y retos profesionales de cada graduado, que nos ayudarían a buscar a los mentores más adecuados.</p> <p>También impartimos una formación de dos horas a todos los licenciados que habían aprobado, sobre los principios del proceso de mentoría y consejos para</p>

	sacar el máximo partido del programa de mentoría.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Como se ha descrito anteriormente, los alumnos eran graduados con éxito de los campamentos de aptitudes para el empleo de la organización Ready for Work (de nuevo). Uno de los principales criterios de selección para su entrada en el programa fueron las respuestas de los solicitantes a las siguientes preguntas del formulario de solicitud:</p> <p>¿Cómo te ves profesionalmente dentro de 5 años? ¿Qué aspira a haber conseguido para entonces?</p> <p>¿Por qué quieres participar en el programa Ready for Work? ¿Cómo crees que te ayudará en los próximos pasos de tu carrera profesional?</p> <p>Los solicitantes que deseaban entrar en nuestro programa Ready for Work Again también tenían que confirmar que habían estado sin trabajo remunerado debido a responsabilidades de cuidado de personas durante al menos 2 años.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>Pedimos a los alumnos del programa que evaluaran el programa en una escala de 1 a 5 y los resultados fueron excelentes.</p> <p>Cuando se les preguntó "¿Cómo de satisfecho estás en general con tu mentor?", la puntuación media fue de 4,6 sobre 5.</p> <p>Cuando se les preguntó "¿En qué medida fue útil y eficaz la mentoría que recibiste?", la puntuación media fue de 4,3 sobre 5.</p> <p>También les preguntamos "¿Cuál ha sido el cambio más significativo que has observado en ti mismo, después de la mentoría recibida?" y estos son un par de comentarios que recibimos:</p> <p>"Me di cuenta de muchas cosas sobre mí y me cuidé mucho más".</p> <p>"Me recordó mi valor como profesional, que había olvidado después de algunos años sin trabajar".</p> <p>"La comunicación con mi mentor y nuestras discusiones sobre mis preocupaciones fueron un despertar sobre la comprensión de la realidad profesional, especialmente en Grecia, de una manera que probablemente me hará pensar de forma más realista."</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Women On Top | Becas de
tutoría para mujeres con
discapacidad**

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

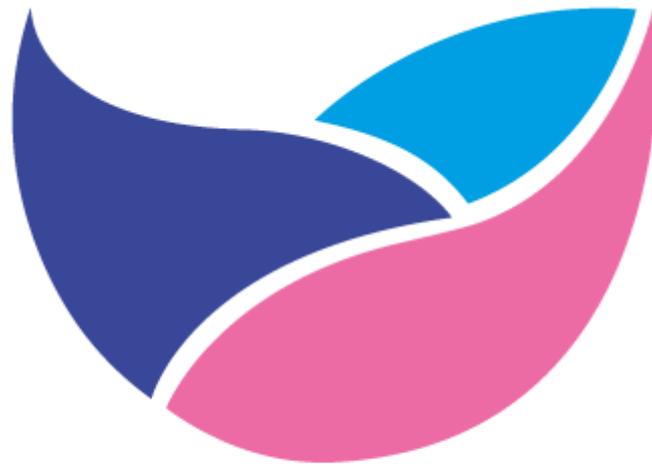
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Women On Top Becas de mentoría para mujeres con discapacidad
Organizador	Women On Top, con el apoyo de Orthostatical
Breve descripción del programa	Orthostatical, una empresa que proporciona soluciones de rehabilitación y movilidad a personas con discapacidad, en colaboración con Women On Top, ofreció en 2022, 5 becas de mentoría de tres meses a mujeres con discapacidad por 1ª vez en Grecia.
Objetivo de las actividades	El principal objetivo de la iniciativa era triple: <ol style="list-style-type: none">1. Crear asociaciones de mentoría y proporcionar apoyo y orientación a las mujeres discapacitadas, para aclarar sus objetivos y abordar cualquier reto relacionado con su capacitación y desarrollo profesional.2. Poner en contacto a las alumnas con otras mujeres con discapacidad, como mentoras en su trayectoria profesional.3. Empezar a crear programas de mentoría más diversos como organización, así como un grupo más diverso de tuteladas y mentoras.
Grupo objetivo	La iniciativa estaba destinada a mujeres con discapacidad que buscaban apoyo y orientación en su trayectoria profesional. El grupo objetivo secundario era captar mujeres con discapacidad que se unieran a nuestra comunidad de mentoras.
Características distintivas del programa	Era la primera vez en Grecia que se diseñaba un programa de mentoría específicamente para mujeres con discapacidad. También fue una gran oportunidad para seguir abriendo el diálogo y la cooperación entre nuestra organización y otros grupos infrarrepresentados de nuestra sociedad, así como para poner de relieve las dificultades de las personas, especialmente las mujeres, con discapacidad en el lugar de trabajo.
Proceso de selección de alumnos	Uno de los principales criterios de selección para su entrada en el programa fue la evaluación de la solicitud de mentoría de cada candidato, en términos de si era clara y adaptable a una relación de mentoría. También tuvimos en cuenta la diversidad en cuanto a ubicación, edad y campos profesionales a la hora de seleccionar a los participantes finales.

<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>Al final del programa de 3 meses, se envió el formulario de evaluación final tanto a los mentores como a los alumnos para anunciar la finalización oficial del programa y animarles a evaluar su relación, su mentor/alumno y el propio programa. La evaluación incluía, entre otras cosas, preguntas sobre la satisfacción general y la relación establecida entre la pareja, así como preguntas abiertas sobre la experiencia de mentoría por ambas partes, el apoyo de la red y cualquier reto y recomendación.</p> <p><u>Evaluación de los alumnos</u></p> <p>¿Cuál es su grado de satisfacción general con su tutor? Valoración media: 5 sobre 5</p> <p>¿Hasta qué punto crees que mostró interés y disposición a escucharte? Valoración media: 5 sobre 5</p> <p><u>Evaluación de los mentores</u></p> <p>¿Cuál es su grado de satisfacción general con su alumno? Valoración media: 5 sobre 5</p> <p>¿Qué grado de éxito cree que ha tenido el emparejamiento de mentor y alumno en este caso concreto? Valoración media: 5 sobre 5</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Women On Top | Sesiones de
tutoría rápida Live a Legacy
(LAL)**

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

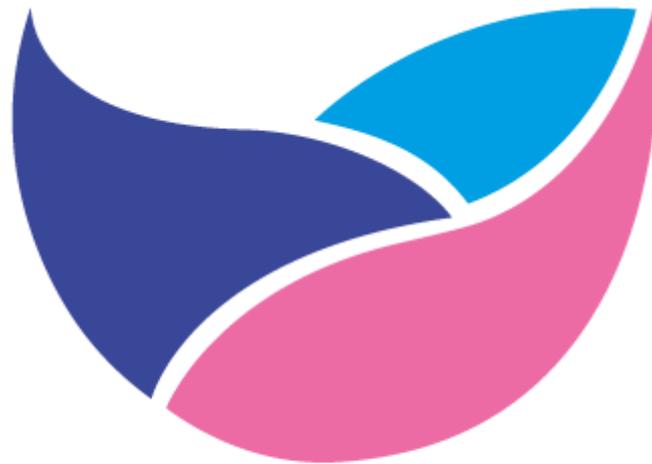
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Women On Top Sesiones de mentoría rápida Live a Legacy (LAL)
Organizador	Women On Top, con el apoyo de Mastercard
Breve descripción del programa	Live a Legacy es una iniciativa para empoderar a las mujeres de 18 a 35 años con respecto a su futuro profesional. Desde 2018, Mastercard y Women On Top han llevado a cabo 4 eventos Live a Legacy (tanto físicos como digitales) a los que han asistido más de 1.100 mujeres. Dado que el mentoring es una herramienta muy eficaz para el empoderamiento profesional, incorporamos sesiones de speed-mentoring durante los 4 eventos, con el objetivo de guiar y dotar a las participantes de las habilidades necesarias, permitiéndoles reclamar sus sueños profesionales.
Objetivo de las actividades	El principal objetivo de las sesiones de mentoría rápida era que las participantes tuvieran la oportunidad de reunirse con mentoras de éxito, debatir con ellas sus retos profesionales más urgentes y obtener su opinión. Como estas sesiones formaban parte de la iniciativa LAL, que también incluía charlas inspiradoras y tertulias, otro objetivo era que las participantes tuvieran la oportunidad de conocer y conversar con nuestras mentoras, y obtener una o dos ideas prácticas sobre las que pudieran trabajar más tarde.
Grupo objetivo	Live A Legacy es una iniciativa dirigida principalmente a mujeres de 18 a 35 años, aunque pueden participar mujeres de todas las edades, trayectorias profesionales y situaciones laborales.

<p>Características distintivas del programa</p>	<p>Los principales rasgos distintivos de las sesiones de mentoría rápida de LAL son los siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes ya forman parte de una iniciativa más amplia que incluye también otros elementos, y suele tratarse de un acto de uno o dos días, lo que significa que el público no sólo es diverso, sino que ya está allí. 2. Invitamos a los mentores en función de su experiencia y propusimos 8 temas de mentoría bastante variados. Los alumnos podían elegir los temas de mentoría que más les interesaban e inscribirse en consecuencia. Algunos de los temas de la mentoría fueron: "Cómo convertirse en empresario" "Cómo triunfar en la tecnología" "Cómo destacar en tu primer trabajo" "Cómo diseñar tu carrera en tiempos de incertidumbre" "Cómo ser más resiliente" 3. Utilizamos el sistema de "citas rápidas", lo que significaba que cada alumno disponía de 15 minutos con cada mentor, y luego venía el siguiente, etc. Esto supuso todo un reto a la hora de ponerlo en práctica. La puesta en práctica de este sistema fue bastante complicada, pero funcionó bien porque los alumnos tenían que concentrarse y hacer preguntas concretas. Esto significaba que los mentores, sabiendo también que su tiempo era limitado, tenían que dar ideas y apoyo prácticos, breves y significativos.
<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>Esta iniciativa no tuvo un proceso de selección, pues los participantes ya se habían inscrito gratuitamente en el acto de LAL, y no había requisitos previos específicos para su participación.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>Nuestro socio de implementación inició un cuestionario de evaluación cuantitativa, preguntando a los participantes cómo de satisfechos estaban con cada sesión de mentoría en la que habían tenido la oportunidad de participar, utilizando una escala de 1 a 5 estrellas. El 82,1% de los participantes respondieron que estaban "absolutamente satisfechos" (5 estrellas).</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**Women On Top | Programa de
tutoría para mujeres
inmigrantes y refugiadas**

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

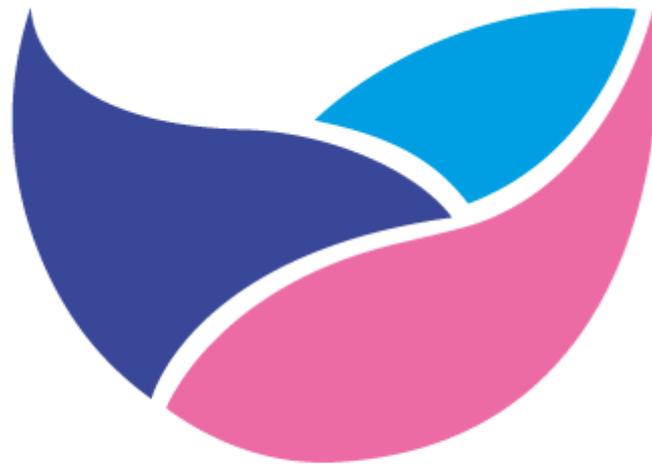
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Women On Top Programa de mentoría para mujeres inmigrantes y refugiadas
Organizador	IRC Hellas, en colaboración con la organización Women On Top y el apoyo de Webhelp.
Breve descripción del programa	El IRC Hellas, en colaboración con la organización Women On Top y con el apoyo de Webhelp a través de la Fundación Think Human, invitó a mujeres, mayores de 16 años, de origen refugiado o migrante, a participar en un programa gratuito de mentoría de 6 meses para 15 tuteladas seleccionadas.
Objetivo de las actividades	Durante los seis meses que duró el programa (de enero de 2021 a junio de 2021), el objetivo era que los mentores ofrecieran apoyo y orientación para ayudar a los alumnos a aclarar sus objetivos y hacer frente a los retos relacionados con su capacitación y desarrollo profesional. Para ello, los mentores compartieron sus experiencias y conocimientos adquiridos a lo largo de su trayectoria profesional.
Grupo objetivo	El programa se diseñó y aplicó para mujeres inmigrantes/refugiadas.
Características distintivas del programa	El principal rasgo distintivo del programa fue que era la primera vez que nuestra organización diseñaba y ejecutaba un programa de mentoría específicamente para mujeres migrantes/refugiadas. La mentoría fue una herramienta recién introducida para las beneficiarias específicas, en términos de su capacitación profesional, ya que normalmente participan en programas de orientación profesional y búsqueda de empleo. Otro rasgo distintivo del programa fue que las beneficiarias tuvieron la oportunidad no sólo de introducirse en una nueva herramienta como la mentoría, sino también de conectar con mujeres profesionales de éxito. Nuestro equipo también organizó una sesión de formación para tutores y dos sesiones de formación para tutelados: una para beneficiarios de habla inglesa y otra para beneficiarios de habla griega.

<p>Proceso de selección de alumnos</p>	<p>La primera parte del proceso de selección consistió en que los solicitantes tuvieron que rellenar y compartir información sobre -entre otros detalles- su situación legal, nivel de conocimientos lingüísticos (griego e inglés), situación laboral y el reto profesional al que se enfrentaban. La segunda parte del proceso de selección consistió en una entrevista con los solicitantes seleccionados, para que comprendieran el alcance del programa y para que el comité de selección entendiera el nivel de compromiso de los solicitantes.</p>
<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>Fue muy interesante presentar la mentoría como herramienta de capacitación profesional a participantes que nunca habían participado en programas de mentoría. También fue muy emocionante incorporar a mentoras que también eran de origen migrante/refugiado, no solo diversificando así nuestro propio grupo de mentoras, sino también pudiendo poner en contacto a mujeres con experiencias similares, que habían pasado por las mismas dificultades en otro país y habían conseguido superarlas.</p>
<p>Foto/logo</p>	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

**WoT | Programa de tutoría para
empleadas de una empresa de
apuestas con motivo del 22 IWD**

BeMyHelp – mentoring of women
returning to the labor market

Project Number:
2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

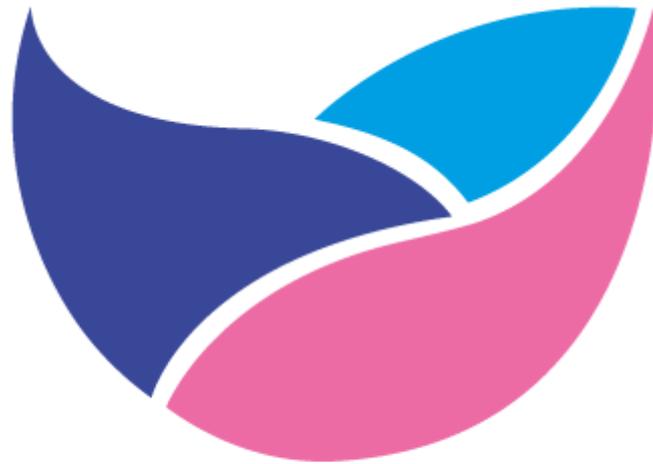
The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Women On Top Programa de mentoría para 10 empleadas de una empresa de apuestas para celebrar el 22º DIM.
Organizador	Women On Top, en colaboración con la empresa.
Breve descripción del programa	Para celebrar el Día Internacional de la Mujer en 2022, una empresa de apuestas, en colaboración con Women On Top, dio la oportunidad a 10 empleadas de participar en un programa gratuito de mentoría de 3 meses, con el apoyo de mentoras de WoT.
Objetivo de las actividades	Durante el transcurso del programa de 3 meses (abril 2022- junio 2022), el objetivo de la iniciativa era introducir la mentoría como herramienta de desarrollo profesional, así como dar la oportunidad a las empleadas seleccionadas de establecer una relación de mentoría con un mentor externo a su organización. De este modo, las empleadas adquirieron nuevas perspectivas y recibieron apoyo y orientación para aclarar sus objetivos y afrontar cualquier reto relacionado con su capacitación y desarrollo profesional.
Grupo objetivo	Todas las empleadas de la empresa.
Características distintivas del programa	El principal rasgo distintivo del programa fue que se puso en marcha mediante una convocatoria abierta a todas las empleadas, sin distinción de rango, liderazgo, trayectoria o cualquier otro criterio. Se eligió este método porque se trataba de un programa piloto y el equipo directivo quería conocer primero el interés de su gente por este tipo de programas.
Proceso de selección de alumnos	La convocatoria estaba abierta a todas las empleadas. El proceso de selección se basó en criterios cualitativos, como la respuesta de las solicitantes cuando se les pidió que definieran la razón por la que solicitaban el programa y cómo creían que les ayudaría en su desarrollo profesional, así como otros criterios como la diversidad de las propias solicitudes, la edad de las solicitantes y el departamento.
¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)	Al final del programa de 3 meses, se envió el formulario de evaluación final tanto a los mentores como a los alumnos, para anunciar la finalización oficial del programa y animarles a evaluar su relación, su mentor/alumno y el propio programa. La evaluación incluía, entre otras cosas, preguntas sobre la satisfacción general y la relación establecida entre la pareja, así como preguntas abiertas sobre la experiencia de mentoría por ambas partes,

	<p>el apoyo de la red y cualquier reto y recomendación. Ambos grupos dieron una puntuación media de 4,8 sobre 5 en todas las preguntas de la evaluación.</p> <p><u>He aquí algunas reflexiones de los alumnos del programa:</u></p> <p>"Mi mentor me ayudó a entender cómo debía comunicar mis necesidades a mis colegas/director, cómo debía manejar los casos difíciles, y mostró un interés genuino en todos los aspectos de los temas mencionados en nuestras sesiones."</p> <p>"Me proporcionó ideas y herramientas de comunicación para navegar a través de problemas específicos. También fue inspiradora con sus experiencias y tranquilizadora en situaciones."</p> <p>"Mi mentora me ayudó a superar mi "miedo" a defenderme. Me dio incentivos para ir a por lo que quiero".</p>
Foto/logo	

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



BeMyHelp

Buenas practices - Global Mentoring Walk

BeMyHelp – mentoring of women returning to the labour
market

Project number: 2022-1-PL01-KA220-VET-000087088

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflect the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

BASE DE DATOS DE BUENAS PRÁCTICAS. EJEMPLOS DE LOS PROGRAMAS DE MENTORÍA MÁS INTERESANTES

Título del programa	Global Mentoring Walk
Organizador	Vital Voices Chapter Poland
Breve descripción del programa	El Global Mentoring Walk es un acto en el que personalidades influyentes de diversos ámbitos, como los negocios, la diplomacia y la cultura, orientan a mujeres que experimentan cambios en su vida personal o profesional. Las mentoras comparten sus propias experiencias y debaten sobre los retos a los que se enfrentan sus mentorizadas. A menudo se establece así una relación a largo plazo entre mentoras y alumnas, en la que ambas partes se mantienen en contacto y continúan el proceso de mentoría de forma independiente.
Objetivo de las actividades	Desarrollar el potencial de liderazgo de las mujeres, apoyar su crecimiento profesional e inspirarlas para que acepten los retos profesionales.
Grupo objetivo	Las mujeres que han adquirido una experiencia profesional inicial se plantean ahora un cambio de carrera, aspirar a un ascenso, dedicarse a otra profesión o lanzar su propio negocio.
Características distintivas del Programa	El día del paseo, el mentor y el alumno tienen la oportunidad de conocerse por primera vez. Disponen de dos horas para hablar de temas profesionales cruciales o compartir sus experiencias, lo que puede dar lugar a una relación de mentoría más larga si ambos están dispuestos y motivados. Además, el acto incluye una parte de networking, en la que la alumna puede conocer a su mentora y a otras alumnas y sus mentores.
Proceso de selección de alumnos	Los candidatos se someten a un proceso de selección basado en una encuesta en línea. Deben rellenar un cuestionario sobre su experiencia profesional y sus motivaciones para participar en el programa. Los alumnos activos en círculos sociales tienen una ventaja añadida.

<p>¿Hay algo más que le gustaría compartir sobre el programa? (cita del mentor o del alumno, declaración del organizador)</p>	<p>El programa forma parte de la campaña Global Mentoring Walk, fundada por Geraldine Laybourne, Directora General de Oxygen Media y socia comercial de Oprah Winfrey. Debido a su apretada agenda, no pudo reunirse con todas las mujeres que buscaban su consejo. En lugar de rechazarlas, las invitaba a acompañarla en sus paseos diarios, lo que con el tiempo se convirtió en una práctica habitual. Geraldine introdujo actos similares en las principales ciudades de Estados Unidos. En Polonia, el acto se promueve bajo el lema "Camina por el cambio".</p>
<p>Foto/logo</p>	 