



BeMyHelp

Mentoring για γυναίκες που επιστρέφουν στην αγορά εργασίας

Erasmus+ BeMyHelp project

Γεια σας!



Mamo Pracuj, Women on Top και Neotalentway.

Το BeMyHelp είναι ένα πρόγραμμα mentoring για γυναίκες που επιθυμούν να επιστρέψουν στην αγορά εργασίας. Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι οι μητέρες μπορούν να είναι και εργαζόμενες, για να το κάνουν όμως αποτελεσματικά και με βιώσιμο τρόπο, χρειάζεται να λαμβάνουμε υπόψιν τις ανάγκες τους. Το mentoring είναι μια ευέλικτη λύση, που τις βοηθάει, τις υποστηρίζει και τους δίνει κίνητρο να εξελιχθούν. Μπορεί, τελικά, να πρόκειται για μια αλλαγή ζωής απαραίτητη για να κάνουμε όλες μας ένα βήμα μπροστά.

Το πρόγραμμα υλοποιείται από 4 οργανισμούς από την Πολωνία, την Ισπανία και την Ελλάδα: τους Edumocni,

Τα τελευταία νέα του έργου

Το εγχειρίδιό μας

Αποστολή και σκοπός του BeMyHelp είναι να υποστηρίξει οργανισμούς, εκπαιδευτριες/τές και ψυχολόγους που επιθυμούν να εισαγάγουν το mentoring ως εργαλείο για τις εργαζόμενες τους που επιστρέφουν στην αγορά εργασίας.

Γι' αυτόν το λόγο, δημιουργήσαμε το εγχειρίδιό μας: ένα εργαλείο έτοιμο για χρήση και εφαρμογή σε οργανισμούς, το οποίο γράφτηκε στα Αγγλικά και έχει μεταφραστεί στα Ελληνικά, τα Ισπανικά και τα Πολωνικά.

Το Εγχειρίδιο αποτελείται από 5 μέρη:

- Βασικές έννοιες του mentoring
- Πώς να σχεδιάσετε, να υλοποιήσετε και να συντονίσετε ένα πρόγραμμα mentoring
- Πώς να υπολογίσετε τα κόστη και να βρείτε πόρους για ένα πρόγραμμα mentoring
- Χρήσιμα εργαλεία και υλικό
- Πηγές



Καλές πρακτικές

Το επόμενο μεγάλο βήμα για τους ενδιαφερόμενους & ενδιαφερόμενές μας!

Στο site μας θα βρείτε **20 καλές πρακτικές για το mentoring** που εφαρμόστηκαν στην Ελλάδα, την Ισπανία και την Πολωνία. Σε αυτή τη βάση δεδομένων, κάθε οργανισμός φέρνει παραδείγματα από τα **πιο ενδιαφέροντα προγράμματα mentoring** που έχει υλοποιήσει, **στα Αγγλικά, Ελληνικά και Ισπανικά**. Δείτε κάποια παραδείγματα:

- Dare IT: Πρόγραμμα mentoring για γυναίκες που **θέλουν να βρουν την πρώτη τους δουλειά** σε ειδικότητα της επιλογής τους.
- Mother Empower: Πρόγραμμα mentoring για την **υποστήριξη και την ενδυνάμωση** γυναικών που θέλουν να επανενταχθούν στην αγορά εργασίας, μετά από μια διακοπή, ή να εξερευνήσουν νέες επαγγελματικές προοπτικές.

- #GirlsLoveTech by Telefonica: Για την παρότρυνση **κοριτσιών και νεαρών γυναικών να ακολουθήσουν επαγγέλματα σε τομείς STEAM και για τη μείωση του έμφυλου χάσματος στους κλάδους αυτούς.**
- Mentoring Women On Top, powered by Orthostatical: Πρόγραμμα mentoring για **γυναίκες με αναπηρία** που αναζητούν υποστήριξη και **καθοδήγηση** στο επαγγελματικό τους ταξίδι.

«Η μέντοράς μου έδειξε μεγάλη ενσυναίσθηση ως μητέρα δύο μικρών παιδιών. Δεν με έκανε ποτέ να νιώσω ανεπαρκής. Με καθσύχαζε συνεχώς και με βοήθησε να καταλάβω ότι η πρόοδος δεν χρειάζεται να είναι πάντα γρήγορη· μερικές φορές είναι καλύτερο να κάνουμε μικρά βήματα» (σχόλια μιας mentee).

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΣΗ!

ΑΚΟΛΟΥΘΗΣΤΕ ΜΑΣ ΣΤΑ SOCIAL MEDIA ΚΑΙ ΜΕΙΝΕΤΕ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΕΝΕΣ/ΟΙ ΓΙΑ ΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ NEWSLETTER ΤΟΥ ΒΕΜΥHELP





Co-funded by
the European Union



MAMO
PRACUJ
JESLI CHCESZ



NEOTALENTWAY



WOMEN
ON TOP

