



Mentoratge, què és i en què et pot ajudar?

La paraula *mentoring* o mentoratge va lligada a la figura del mentor, que té funcions més enllà d'assessorar i acompanyar.

Què és el mentoratge?



És l'acció d'aconsellar, assessorar, informar i guiar que ofereix una persona amb experiència, en benefici del desenvolupament d'una altra persona que s'inicia en un procés. El mentor ajuda i recolza l'evolució personal d'una persona amb menys experiència, fent que els seus consells siguin una guia pel seu creixement.

El mentor pot introduir a les curses d'orientació, ajudant en la inscripció, planificació del calendari, revisió de com ha anat una cursa, assessorament sobre quines estratègies utilitzar... En el cas que el mentor sigui jove pot ser molt útil el fet de cobrir la logística d'una cursa (realitzant el transport del mentorat o bé buscant una plaça per aquest.). En cada cas, s'haurà d'utilitzar i fer un suport diferent.

Normalment, el mentor/a sol ser una persona amb un grau de maduresa alt, que té vivències i experiències, i que ha assolit recursos propis per orientar-se i superar obstacles. Persones empàtiques amb bona disposició per ajudar a altres persones.

En què pot ajudar el mentoratge?

WIN WIN (les dues parts guanyen).

- Relació de confiança amb una altra persona.
- Com a secció/ escola guanyem: persones actives, col·laboradores, una cantera jove formada, acompanyada i nous socis que es sentin aollits.

MENTOR/ A.

- Aprenentatge a l'hora de transferir, de comunicar i organitzar. Millorant les estratègies personals i de relació.
- Pot ser que en el moment d'ensenyar es posin en ordre i pràctica tècniques d'orientació que ajudin a millorar. Revisant i redescobrint noves estratègies.

MENTORAT (alumne/a).

- Té un referent, i un guiatge en la disciplina. Assoleix la transferència de coneixement, o forma de fer, d'una persona amb experiència.
- Aprenentatge a l'hora d'escoltar, valorar i fer. Obertura a conèixer noves persones.
- Si és un nen/a o jove. Té la possibilitat de tenir continuïtat en l'orientació, no depèn de si els pares són orientadors. Hi ha "coixi" social.

Procediment.

Hi ha dues vies, per una banda el mentor, i per l'altra el mentorat (alumne/a).

EL MENTOR: (a partir de 18 anys)

- Les persones interessades en fer de mentores, s'haurien d'apuntar al següent qüestionari.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSceQmoU9Ti5FijxhuKTVOxe0vSZ0BgwUJazvKajRB7VTdGIGA/viewform>

D'aquesta manera tindrem una borsa per cobrir necessitats.

- Consideracions:
 - Encara que es sol·liciti més d'un mentor primer s'atorgarà un mentorat a totes les persones de la llista.

Es farà una jornada de coneixement; mentor, menorat i famílies. Així tothom es coneixerà i intentarem fer parelles amb afinitats o tarannàs compatibles.
 - Cal pensar que malgrat ser un treball personal som una secció, per tant, podem recolzar-nos amb els altres companys/es.

EL MENTORAT:

El projecte està pensat a partir dels 8 anys i no té sostre!, és a dir, que poden apuntar-se persones novelles interessades en rebre un acompanyament/ guiatge.

Des de l'Escola Esportiva, s'explicarà el projecte a les famílies i alumnes. I s'obrirà un període per apuntar-se, demanant conformitat i col·laboració de les famílies.

D'igual manera, aquells pares i mares orientadors que pensin i valorin que el seu fill/a li aniria bé participar al projecte poden inscriure'l.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSflkvV5T-0c7sEG3z8Hlwo85eWJ2dt6Czg3mwSykRph-BODbw/viewform>

Consideracions:

- El projecte és alturista, per això es demana la col·laboració i implicació de les famílies.
- En els casos que hi hagi desplaçaments es recomana repartir les despeses.
- Seria convenient treure's la llicència de federat en orientació. En cas que no se'n disposi caldrà fer-se la llicència temporal de dia.

Temporalització:

gener							febrer.						
	1	2	3	4	5	6			1	2	3		
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28			

- Inscripcions: Obertura del 16 de gener fins el 8 de febrer.
- Explicació alumnes escola esportiva del 14 fins el dia 22 de gener (màxim, per anar bé).
- Mail pares escola esportiva, setmana del 14 al 20 de gener.
- Possible data trobada: el dissabte dia 9 de febrer, a les 10:30h davant les pistes d'Atletisme del Vic
- Setmana de l'11 al 17 resolució de l'aparellament de les parelles de mentoratge.