



# Portfolio des mentorées MIF+



Move It Forward +

**Erasmus+ Adult Education 2019-1-LU01-KA204-050116**

Ce projet a été financé avec le soutien de la Commission européenne. Cette publication n'engage que son auteur et la Commission ne peut être tenue responsable de l'usage qui pourrait être fait des informations qu'elle contient.

## Contents

Qu'est-ce que les mentorées recherchent chez un mentor ?.....	3
Rôle du mentor MIF+ :.....	4
Rôle de la mentorée MIF+ :.....	4
Rencontre avec le mentor.....	5
Comment le mentor et la mentorée passent du temps ensemble dans le programme de mentorat.....	5
E-Mentorat/rencontre en ligne/mentorat synchrone.....	6
Les objectifs du portfolio des mentorées.....	6
Engagement de la mentorée MIF.....	7
Questionnaire d'auto-évaluation - mentorée MIF+.....	8
Protection des données conformément au règlement général sur la protection des données de l'UE.....	12
Code de conduite.....	14
Journal.....	15
Journal de bord du mentorat.....	16
Rencontrer votre mentor.....	17
Feedback après chaque session.....	21
Comment nous clôturons l'activité et ce qui suit : commentaires et suggestions....	22
Lettre de remerciement pour le mentor.....	22

## Guide pour les mentorées MIF

Le Portfolio MIF+ en matière de mentorat est un concept multifonctionnel et complexe qui ne peut être compris que dans un contexte professionnel concret. Le choix de la fonction centrale - instrument d'évaluation ou incitation à la croissance professionnelle ou à la maîtrise, ou encore journal professionnel/archive d'outils utiles de mentorat et de réflexion - dépend des priorités et des besoins liés au contexte de la relation mentor - mentorée, ainsi que du niveau de formalisation institutionnelle de son utilisation comme outil officiel d'évaluation. En connaissant mieux le potentiel d'un portfolio, les mentors et les mentorées peuvent s'acquitter de leurs responsabilités de manière productive et durable.

Assurez-vous d'avoir un portfolio qui sera utilisé par vous en tant que mentorée et par votre mentor.

Il fournit des incitations mensuelles pour stimuler la conversation et promouvoir le partage d'idées.

- ☞ Le mentor et la mentorée suivent des discussions mensuelles guidées.
- ☞ Rédigez vos commentaires et réflexions dans ce portfolio avant la réunion mensuelle.
- ☞ Apportez le portfolio à chaque réunion pour suivre les discussions passées et actuelles, les idées et le suivi.
- ☞ Mentor, notez vos heures de travail à l'arrière du guide.
- ☞ Profitez du temps que vous passez ensemble !

*L'objectif de ce portfolio est de fournir aux mentorés un guide pour organiser leur activité à l'aide de divers instruments. La section des annexes élargit l'éventail des modèles disponibles pour observer et évaluer vos intérêts et attitudes envers l'entrepreneuriat (numérique) et le monde du travail.*

### Qu'est-ce que les mentorées recherchent chez un mentor ?

- ☞ Quelqu'un qui offre une relation de soutien
- ☞ Quelqu'un qui peut donner une orientation professionnelle directe
- ☞ Quelqu'un qui peut faire le lien entre la théorie et la pratique
- ☞ Quelqu'un qui offre des opportunités structurées pour une carrière entrepreneuriale
- ☞ Quelqu'un qui peut fournir un feedback évaluatif non intimidant.

*La plupart des mentorés aiment beaucoup leur rôle et considèrent le mentorat comme un processus positif et encourageant qui offre de nombreuses opportunités à toutes les personnes impliquées.*

*Le mentorat offre des opportunités pour :*

- ☞ Montrer l'exemple
- ☞ Encourager les femmes à jouer un rôle de leader
- ☞ Concilier vie familiale et vie professionnelle
- ☞ Discuter de l'éthique d'une entreprise
- ☞ Engager un dialogue professionnel
- ☞ Favoriser les bonnes relations
- ☞ Renforcer l'estime de soi
- ☞ Aider à reconnaître les réalisations
- ☞ Encourager la réflexion et la révision
- ☞ Donner des conseils directs
- ☞ Encourager la prise de risque
- ☞ Conseiller sur le parcours professionnel

### Rôle du mentor MIF+ :

- ☞ Guider et soutenir
- ☞ Écouter et conseiller
- ☞ Négocier et fixer des objectifs clairs pour le parcours professionnel de la personne guidée.
- ☞ Analyser les besoins
- ☞ Définir les priorités
- ☞ Suivre et examiner les progrès
- ☞ Gérer le temps
- ☞ Observer et évaluer
- ☞ Négocier et résoudre les conflits
- ☞ Donner du feedback (sans porter de jugement)
- ☞ Rédiger des rapports

### Rôle de la mentorée MIF+ :

- ☞ Le groupe cible s'engagera dans des réunions et/ou avec des mentors virtuels, au sein desquels il découvrira des compétences, des tendances, des intérêts professionnels, en étant encouragé à suivre et

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects 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.

à développer une carrière. Ils apprendront à surmonter les barrières générées par les stéréotypes et les préjugés en développant l'estime de soi et la confiance, en promouvant les principes de l'égalité des genres.

- ☞ Dans une relation de mentorat de développement, on attend du mentoré qu'il soit :
- ☞ Maître de l'agenda, en prenant la responsabilité de son développement, plutôt que d'attendre des "solutions rapides" de la part du mentor.
- ☞ Engagé, par exemple en assistant aux sessions planifiées, en prenant les actions prévues avec le mentor.
- ☞ Prêt à être mis au défi lorsque le mentor estime que cela sera bénéfique, plutôt que de la sympathie,
- ☞ Professionnel dans sa relation avec le mentor, par exemple en étant ponctuel, en respectant les règles de base convenues et en parlant ouvertement et honnêtement avec le mentor. (Clare Wakeham)

## Rencontre avec le mentor

- ☞ Les rencontres entre le mentor et la mentorée auront lieu en face à face ou en ligne. Le mentor se présentera, présentera l'évolution de sa carrière, les stéréotypes et préjugés de genre rencontrés dans son développement et son conseil.
- ☞ **Visites sur le lieu de travail** - le mentoré visitera et découvrira les activités professionnelles du mentor ou, si cela se fait en ligne, verra une vidéo du lieu de travail du mentor, conçu et présenté par ce dernier.

## Comment le mentor et la mentorée passent du temps ensemble dans le programme de mentorat

Il existe une grande variété d'activités que les mentors et les mentorés peuvent faire ensemble, comme par exemple :

- ☞ Présenter l'emploi actuel
- ☞ Participer à des foires et expositions
- ☞ Créer des projets ensemble
- ☞ Parler de la carrière et des emplois sur le marché du travail
- ☞ Parler de l'avenir
- ☞ Visites d'entreprises.

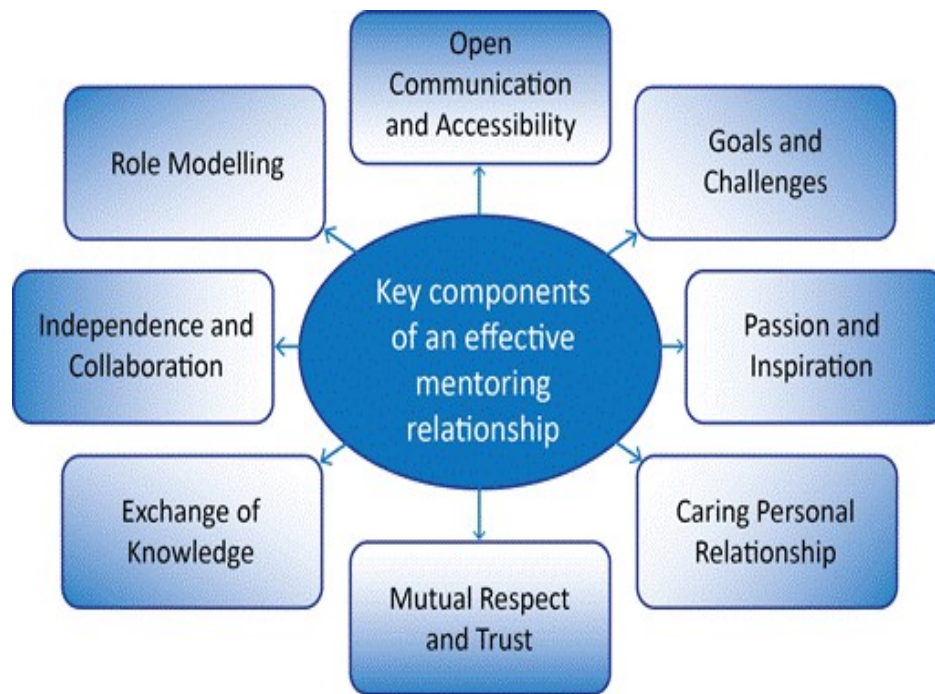
Le processus d'autonomisation dans la relation de mentorat exige que la personne guidée prenne la responsabilité de la gestion du processus. L'apprenant mature, ou la personne guidée avec une haute estime de soi et une grande clarté des objectifs, peut commencer la relation en fixant l'ordre du jour, en orientant le mentor vers des réponses appropriées et en s'appuyant activement sur les connaissances, l'expérience et les réseaux du mentor. (CLUTTERBUCK, 2005)

## E-Mentorat/rencontre en ligne/mentorat synchrone

Dans le cadre de l'e-mentoring, les échanges se font par e-mail ou via un forum en ligne. L'e-mentorat perd certains des avantages d'une réunion en face à face, comme la possibilité de "lire" le langage corporel et d'entendre le ton de la voix ; le principal avantage est qu'il peut se faire n'importe où et n'importe quand, de sorte que le mentor et le mentoré n'ont pas besoin d'être géographiquement proches ou de travailler en même temps. Cela peut permettre des réponses plus réfléchies. La conseillances par téléphone perd l'avantage de permettre au mentor et à la personne guidée de s'engager à des moments différents, mais conserve le ton de la voix et les indices comportementaux utiles tels que les périodes de silence ou les "tics" oraux. Le mentorat synchrone via Skype/Zoom/Meet etc. peut également être utile. L'e-mentorat et le mentorat téléphonique peuvent être utilisés à la place ou en conjonction avec des réunions en personne moins fréquentes.

## Les objectifs du portfolio des mentorées

- 🕒 rapprocher les femmes des emplois qui les intéressent
- 🕒 faciliter le développement d'un rapport constructif et transparent entre mentor et mentorée
- 🕒 aider les femmes à développer un sentiment d'appartenance au nouveau monde social de l'entrepreneuriat
- 🕒 augmenter l'estime de soi de la mentorée
- 🕒 réfléchir à l'impact du mentorat sur son parcours professionnel (à court terme et à long terme)



## Engagement de la mentorée MIF

En signant le présent document, la mentorée s'engage à :

- ☞ participer au programme de mentorat **MIF+** pour une période de quatre mois :

Nom et prénom de la mentorée : \_\_\_\_\_

Domaine d'intérêt : \_\_\_\_\_

Pays : \_\_\_\_\_

- ☞ organiser l'activité de mentorat une fois par mois
- ☞ remplir le Portfolio du mentoré et l'utiliser pour le MP
- ☞ fournir un retour d'information écrit afin de s'auto-évaluer si nos attentes sont satisfaites
- ☞ reconnaît que son nom peut être mentionné publiquement dans la communication du projet
- ☞ s'assure de respecter les directives applicables au projet, notamment en ce qui concerne le programme **Erasmus Plus**.

Par la présente, je confirme mon intérêt à rejoindre le programme de mentorat du projet **MIF+**.

Lieu:

Date:

La mentorée (first name,family name):

Signature:

### Questionnaire d'auto-évaluation - mentorée MIF+

*Cher mentorée,*

*Merci de répondre aux questions suivantes :*

#### **Données d'identification**

Nom-prénom: \_\_\_\_\_

Ma formation: \_\_\_\_\_

Mon domaine d'intérêt est \_\_\_\_\_

Veillez sélectionner la réponse qui correspond le mieux à votre opinion :

1. Les hommes peuvent s'occuper des enfants aussi bien que les femmes.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

2. Les compétences techniques peuvent mettre les hommes et les femmes sur un pied d'égalité.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects 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.



- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

3. Si nous voulons que la société nous considère différemment, nous devons nous considérer différemment.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

4. Les femmes effectuent deux tiers du travail mais ne reçoivent qu'un dixième du revenu total.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

5. Si vous n'avez pas entendu "**herstory**" vous n'avez entendu que la moitié de l'"**history**".(dicton féministe)

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

6. Les femmes peuvent travailler aussi dur que les hommes.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

7. Si vous éduquez une femme, vous éduquez une nation. (Proverbe africain)

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

8. Quand on pense à un ingénieur, on ne pense presque jamais à une femme.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord
- Tout à fait d'accord

9 Les femmes ont besoin de compétences qui leur permettront de gagner plus d'argent, de mieux répondre aux besoins de survie et de devenir autonomes.

- Pas d'accord
- Plutôt pas d'accord
- Plutôt d'accord

Tout à fait d'accord

10. Le rôle des femmes est considéré comme limité à celui de femme au foyer, de mère et de travail familial non rémunéré dans notre société.

Pas d'accord

Plutôt pas d'accord

Plutôt d'accord

Tout à fait d'accord

11. Quels sont les défis et les opportunités du projet MIF+ ?

---

---

---

12. Quelles sont les autres actions à entreprendre pour rapprocher le mentoré du marché du travail ? (Votre opinion)

---

---

---

13. Quelles ressources ou formations différentes vous seraient utiles en tant que mentor du FIP ?

---

---

---

14. Comment allez-vous maintenir la relation avec votre mentor ?

---

---

---

## Protection des données conformément au règlement général sur la protection des données de l'UE

Programme Erasmus+ : MOVE IT FORWARD+

Projet: Erasmus+ Adult Education No: 2019-1-LU01-KA204-050116

### **Projet transnational**

#### 1. *Responsabilité de la protection des données*

L'organisation \_\_\_\_\_ est responsable de la protection des données conformément au règlement sur la protection des données.

Vous n'êtes ni légalement ni contractuellement obligé de fournir vos données. Le fait de ne pas fournir les données qui peuvent être indiquées volontairement n'a aucune conséquence.

#### 2. *Photographies et vidéos*

Si l'organisation \_\_\_\_\_ prend des photos ou enregistre des vidéos des participants lors d'un événement, celles-ci pourront être publiées via les canaux suivants :

- Publication sur internet sur la page d'accueil de XX (accessible au niveau international)
- Publication sur les canaux de médias sociaux (Facebook, etc.) (accessible au niveau international)
- Publication dans le programme annuel, les journaux, les brochures ou la newsletter (international)

#### 3. *Transmission des données*

Comme le projet correspondant est européen, nous partageons vos données personnelles et les protocoles d'activité avec les organisations suivantes ou les partenaires contractuels de l'organisation XX :

- ☞ Women in Digital Initiatives Luxembourg - WIDE (Luxembourg)
- ☞ Centar Tehnicke Kulture Rijeka (Croatie)
- ☞ Digital Leadership Institute (Belgique)

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects 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.

- ↻ Fundatia Professional (Roumanie)
- ↻ Led By Her (France)
- ↻ Viesoji Istaiga Siaures Miestelio Technologiju Parkas (Lithuanie)

Vos données seront supprimées à la fin de la période de conservation légale.

Vos données seront bloquées pour toute autre utilisation, à l'exclusion de la publicité autorisée.

Les données que vous avez fournies dans le cadre de l'utilisation de nos données de contact seront supprimées dès que la communication aura cessé ou que votre demande aura été complètement clarifiée et qu'en même temps, vos données n'auront pas été collectées à des fins contractuelles. La communication pour défendre un droit dans le cadre d'une action en justice sera stockée pendant la durée du délai de prescription correspondant.

## 5. Vos droits

Vous avez le droit d'obtenir des informations sur vos données stockées à l'organisation XX, vous êtes autorisé à adapter des données incorrectes ou à faire verrouiller ou supprimer vos données à tout moment.

En outre, vous pouvez vous opposer au traitement des données et faire en sorte que nous transférions vos données à quelqu'un d'autre. Vous avez également le droit de déposer une plainte auprès de l'autorité de contrôle de la protection des données.

---

Lieu, Date

---

Nom en lettres majuscules

---

Signature

## Code de conduite

Ce document vise à établir les normes et les responsabilités sociales entre le mentor et le mentoré dans le programme de tutorat. Il s'agit d'une étape importante dans l'établissement d'une vision inclusive, dans laquelle tous les participants sont conscients des attitudes et des comportements attendus d'eux.

Responsabilités de la mentorée :

- ➊ montrer leur intérêt et leur implication dans la participation au programme de mentorat
- ➋ respecter le mentor en tant que soutien à leur développement, en tenant compte de l'expérience personnelle du mentor, des connaissances liées au travail et du fait que le mentor est un bénévole dans le programme.
- ➌ être responsable de la gestion de son propre apprentissage, de l'identification et de la fixation de ses objectifs, en utilisant le mentor comme support pour cette activité.
- ➍ être conscient que cette relation est confidentielle
- ➎ s'impliquer dans le partage des connaissances, des compétences, de l'attitude, de l'expertise et des leçons apprises.
- ➏ de maintenir un niveau élevé de confidentialité, approprié et convenu au début de la relation.
- ➐ de maintenir le contact avec le mentor pour évaluer les progrès (ou non) en fonction des objectifs du programme.
- ➑ se concentrer sur toute opportunité d'apprendre plus de choses sur le monde du travail (entrepreneuriat/technologie numérique/marketing, etc.) et l'exploiter
- ➒ respecter les limites personnelles afin de garantir la confidentialité et de promouvoir un équilibre sain dans la relation.

## Journal

### QU'EST-CE QUE C'EST ?

Un journal peut prendre différentes formes. S'il est utilisé dans le cadre d'une évaluation quantitative, il peut prendre la forme d'un registre structuré d'observations ou d'événements, classés par ordre chronologique. Si le journal est destiné à être utilisé dans le cadre d'une approche qualitative, il ne doit pas être structuré chronologiquement et doit se composer principalement de textes, de notes sur les expériences ou les sentiments de la personne qui l'écrit. Un journal (qui est complété régulièrement) est un excellent moyen de collecter du matériel qui sera intégré dans le rapport d'une activité de mentorat. Les journaux sont des éléments clés pour organiser la documentation d'une activité de tutorat de manière structurée. Des images, des diagrammes, des vidéos, etc. peuvent être ajoutés.

### POURQUOI L'UTILISER ?

- Recueillir des informations comportementales qui ne sont pas facilement observables ou pour comprendre et développer des connaissances sur les interprétations des participants qui ne peuvent être obtenues en interagissant avec eux.
- Collecter des données sur les pensées, les interprétations et les activités des participants afin de découvrir les relations potentielles (entre différents éléments) et leur évolution dans le temps.

### COMMENT EST-IL MIS EN PRATIQUE ?

Pour mettre en œuvre cette méthode d'évaluation, vous pouvez utiliser différentes approches, en fonction du type de données que vous souhaitez recueillir. Il peut s'agir d'un journal écrit sur papier, ou d'un journal en ligne (parfois même d'un enregistrement vocal ou d'un journal vidéo) à remplir quotidiennement / hebdomadairement / mensuellement et utilisé pour recueillir des observations spécifiques des participants, des retours sur certaines tâches et certains événements particuliers.

La conception du journal peut être laissée au choix des participants (en veillant à ce que les données recueillies soient à la fois pertinentes pour l'évaluation et significatives pour les participants). Toutefois, nous proposons un modèle très simple comme suit.

## Journal de bord du mentorat.

*Vous pouvez y enregistrer vos activités de tutorat et des photos pour le documenter.*

Date	Activités - Attentes, ressentis, contributions



## Rencontrer votre mentor

### Session I

Cette réunion vous permet d'apprendre à vous connaître et de trouver des moyens de bien travailler ensemble.

Questions suggérées pour les femmes mentorées pour apprendre à se connaître. Posez-vous mutuellement les questions suivantes et toute autre question qui vous vient à l'esprit.

- ☞ Quel est votre film ou livre préféré ?
- ☞ Parlez-moi de quelque chose dont vous êtes très fier.
- ☞ Décrivez un moment important de votre vie ou un défi que vous avez surmonté.
- ☞ Que pensez-vous que vous deviendrez professionnellement ?
- ☞ Énumérez (ou préparez pour la prochaine réunion) quelques domaines dans lesquels vous excellez (leadership basé sur les forces / bon organisateur / savoir respecter les délais, etc.)
- ☞ Énumérez quelques domaines que vous souhaitez développer pour réussir, tant sur le plan personnel que professionnel, et dans lesquels vous pensez que votre mentor pourrait vous former et vous conseiller. (Cela devient l'objectif de la relation de mentorat).

**Action:** Planifiez vos trois prochaines rencontres. Clarifiez les attentes concernant votre relation et la meilleure façon de communiquer entre vous. Le mentor parlera des compétences associées à son emploi/entrepreneuriat/TIC et de la manière dont elles sont liées à la vision du mentor.

Autre version :

## Session II

Objectifs / rêves / inclinations / exemples familiaux / préférences / besoins.  
Le mentoré revient à la réunion suivante avec la feuille mise à jour. Le mentor l'enregistre dans le Portfolio.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Mentee : Comment puis-je mesurer le succès de mes objectifs / rêves / préférences ?

Le mentor propose que chaque mois, vous receviez et répondiez à un e-mail de deux paragraphes :

- ☞ Quels sont mes besoins ?
- ☞ Défis ou obstacles à ma réussite.

N.B. Créez deux à cinq objectifs pour la jeune femme mentorée, qui impliquent un apprentissage et conduisent à des résultats définis.

Exemples :

- Pour mieux identifier où se trouvent les emplois dans notre communauté, vous devrez vous préoccuper du type d'entreprises présentes dans votre ville, penser à l'avenir, et penser que le choix d'une profession est significatif et important mais serait-elle aussi bien payée? Vous devez être conscient de vos connaissances mais aussi de ce que l'on appelle le "fossé salarial" entre les femmes et les hommes.

Il peut être complété avec le mentor.

## Session III

Les mentorées ou les femmes mentorées se rencontreront en personne ou virtuellement et découvriront les activités professionnelles du mentor.

Plus précisément, elles assisteront à

- ☞ la façon dont le lieu de travail est structuré et organisé
- ☞ sa culture et ses codes de pratique ;

Les mentorées apprendront à :

- ☞ utiliser certains types de technologie
- ☞ les procédures de formation en cours d'emploi.

Elles verront clairement:

- ☞ la manière dont le travail d'équipe est central dans une entreprise/organisation/institution
- ☞ ce que cela signifie d'être actif au niveau local, national, européen ou international
- ☞ l'importance de maîtriser différentes compétences dans un tel contexte.

(EN CONCERTATION AVEC LE MENTOR ET LA MENTORÉE, D'AUTRES SESSIONS PEUVENT ÊTRE INCLUSES)

## Session IV

A convenir entre le mentor et la mentorée.

## Feedback après chaque session

### Session I

### Session II

### Session III

### Session IV

## Comment nous clôturons l'activité et ce qui suit : commentaires et suggestions

## Lettre de remerciement pour le mentor



This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects 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.