MOTIVATE YOUTH

2024-1-PT02-KA220-YOU-000251122

# Lignes directrices du programme de mentorat par les pairs

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

MOTIVATE YOUTH

2024-1-PT02-KA220-YOU-000251122

# Project partners

fajub

EducPro

UNITED by SPORT

garagERASMUS

ISTANBUL UNIVERSITY CERRAHPASA

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

MOTIVATE YOUTH

# Table des matières


1. Introduction
2. Programme de mentorat pour l'enseignement supérieur
3. Programme de mentorat pour les employés
4. Programme de mentorat pour le bénévolat
5. Programme de mentorat pour le sport
6. Conseils généraux pour des programmes de mentorat réussis


Co-funded by the European Union

MOTIVATE YOUTH

# Introduction au programme de mentorat par les pairs

Ce programme est une initiative clé du projet Erasmus+ Motivate Youth, conçu pour inspirer, guider et soutenir les jeunes dans la réalisation de leurs objectifs dans quatre domaines clés : l'enseignement supérieur, un emploi valorisant, le bénévolat et le sport.
Notre programme de mentorat par les pairs met en relation des personnes motivées et expérimentées (les mentors) avec celles qui recherchent des conseils et du soutien (les mentorés). En favorisant la collaboration et le partage des connaissances, ce programme vise à :

Offrir un soutien personnalisé pour surmonter les difficultés.
Donner aux mentorés les moyens de se fixer et d'atteindre des objectifs significatifs.
Développer des compétences, la confiance en soi et la motivation nécessaires pour réussir.
Créez des liens durables qui favorisent la croissance et le développement.

À qui est-ce destiné ?

Mentorés : Jeunes personnes en quête de conseils, de motivation ou de compétences pour surmonter les obstacles dans leur domaine de prédilection.
Mentors : Des personnes expérimentées et passionnées par le partage de leurs connaissances et l'accompagnement des autres vers la réussite.



Ce programme offre aux participants des séances individuelles, les aide à définir des objectifs concrets et leur donne accès à des ressources et des réseaux adaptés à leurs centres d'intérêt. Qu'ils cherchent à surmonter des difficultés scolaires, à explorer des perspectives de carrière, à s'engager dans le bénévolat ou à rester actifs dans le sport, ce programme est conçu pour les accompagner vers la réussite.

MOTIVATE YOUTH

## Programme de mentorat pour l'enseignement supérieur

**Objectif :** accompagner les jeunes face aux défis de l'enseignement supérieur, en leur fournissant des conseils académiques et professionnels, en renforçant leur confiance en eux et en améliorant leurs résultats scolaires.

**Structure:**

Profil du mentor :

- Étudiants expérimentés, anciens élèves ou enseignants ayant un parcours académique réussi.
- Les mentors peuvent provenir de différents domaines afin d'offrir des perspectives variées sur l'enseignement supérieur.

Profil du mentoré :

- Diplômés du secondaire, étudiants universitaires ou jeunes adultes intéressés à poursuivre des études supérieures.
- Les étudiants confrontés à des difficultés scolaires, à un manque de motivation ou à une incertitude quant à leurs études futures.

**Caractéristiques du programme :**

- Séances individuelles : réunions régulières, virtuelles ou en présentiel, au cours desquelles des mentors offrent un accompagnement personnalisé.
- Fixation d'objectifs et soutien scolaire : les mentors aident les mentorés à fixer des objectifs scolaires (par exemple, notes, compétences, participation à des activités parascolaires) et leur proposent des stratégies pour atteindre ces objectifs.
- Orientation professionnelle : des mentors discutent des différentes opportunités de carrière liées aux programmes d'enseignement supérieur, partagent leurs parcours professionnels et donnent des conseils sur les stages, la recherche d'emploi et le développement professionnel.
- Santé mentale et motivation : soutien pour gérer le stress, rester motivé et faire face aux défis émotionnels de l'enseignement supérieur.
- Réseautage et relations : aider les mentorés à entrer en contact avec leurs pairs universitaires, des organisations et des employeurs potentiels.



**Séances de mentorat :**

- Fréquence : Mensuelle ou bihebdomadaire
- Mode de communication : appels vidéo, appels téléphoniques ou réunions en personne
- Durée : 4 mois

**Évaluation:**

- Des bilans réguliers pour suivre les progrès scolaires et le développement personnel.
- Des enquêtes de satisfaction pour améliorer le programme et mesurer son impact sur la motivation scolaire des mentorés.

MOTIVATE YOUTH

# Programme de mentorat pour les employés

**Objectif :** donner aux jeunes les moyens de surmonter les obstacles à l'emploi en leur fournissant des conseils sur les stratégies de recherche d'emploi, le développement des compétences et l'évolution de carrière.

**Structure:**

Profil du mentor :

- Des professionnels expérimentés, des spécialistes des RH ou des entrepreneurs possédant une expertise dans divers secteurs.
- Les mentors devraient être en mesure de partager des informations sur le marché du travail, les lacunes en matière de compétences et le développement de carrière.

Profil du mentoré :

- Les jeunes à la recherche de leur premier emploi, les personnes sous-employées ou celles qui explorent de nouvelles perspectives de carrière.
- Les jeunes qui rencontrent des difficultés pour se constituer un réseau professionnel, trouver des opportunités ou s'orienter sur le marché du travail.

**Caractéristiques du programme :**

- Aide à la recherche d'emploi : des mentors guident leurs mentorés dans la création de CV, de lettres de motivation et de candidatures efficaces.
- Préparation aux entretiens : simulations d'entretiens et conseils pour répondre aux questions courantes, mettre en valeur ses compétences et renforcer sa confiance en soi.
- Développement des compétences : les mentors recommandent des compétences spécifiques à développer en fonction des exigences du secteur (par exemple, culture numérique, compétences générales, compétences techniques).
- Opportunités de réseautage : les mentors présentent aux mentorés des réseaux professionnels, des communautés en ligne et des pistes d'emploi potentielles.
- Exploration des parcours professionnels : les mentors aident les mentorés à identifier leurs objectifs de carrière, à explorer différents secteurs et à définir des parcours professionnels clairs.
- Intégration et réussite en milieu de travail : fournir aux mentorés des informations sur l'adaptation à la culture du milieu de travail, la gestion des défis et la gestion des relations professionnelles.

**Séances de mentorat :**

- Fréquence : Mensuelle ou bihebdomadaire
- Mode de communication : appels vidéo, appels téléphoniques, réunions en personne
- Durée : 6 mois à 1 an

**Évaluation:**

- Suivre les progrès du mentoré dans sa recherche d'emploi, l'acquisition de compétences et le développement de sa confiance en soi.
- Mener des enquêtes ou des entretiens pour mesurer comment le mentorat a contribué à l'obtention d'un emploi ou à une meilleure compréhension des perspectives de carrière.

# Programme de mentorat pour le bénévolat

**Objectif :** encourager et soutenir les jeunes dans leur engagement bénévole en les mettant en relation avec des mentors capables de leur offrir des conseils pratiques, un soutien émotionnel et des opportunités de développement.

**Structure:**

**P**rofil du mentor :

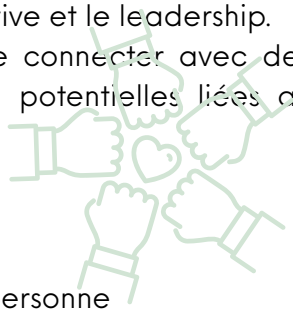
- Bénévoles expérimentés ou responsables d'organisations de bénévoles.
- Des personnes connaissant bien la communauté, les possibilités de bénévolat et l'impact de ce dernier.

Profil du mentoré :

- Des jeunes intéressés par le bénévolat mais qui ne savent pas par où commencer.
- Des jeunes qui ont peut-être déjà une expérience de bénévolat, mais qui ont besoin d'être guidés pour choisir les bonnes causes, gérer leur temps ou rester motivés.

**Caractéristiques du programme :**

- Mise en relation selon les intérêts : les mentors mettent en relation les mentorés avec des opportunités de bénévolat qui correspondent à leurs intérêts, leurs valeurs et leurs compétences.
- Développement des compétences et impact : les mentors aident les mentorés à développer des compétences clés liées au bénévolat (par exemple, le travail d'équipe, la communication, la résolution de problèmes) et à comprendre l'impact plus large du bénévolat.
- Motivation et engagement : les mentors guident les mentorés sur la manière de maintenir leur motivation au fil du temps et de trouver un sens personnel plus profond à leur engagement bénévole.
- Engagement communautaire : les mentors impliquent les mentorés dans des projets communautaires, des événements et des causes sociales, encourageant ainsi la participation active et le leadership.
- Réseautage et perspectives d'avenir : les mentors aident les mentorés à se connecter avec des réseaux de bénévoles, d'autres organisations et des opportunités d'emploi potentielles liées au bénévolat.



**Séances de mentorat :**

- Fréquence : Mensuelle ou bihebdomadaire
- Mode de communication : appels vidéo, appels téléphoniques ou réunions en personne
- Durée : 6 mois à 1 an

**Évaluation:**

- Suivre la participation des mentorés à des projets de bénévolat et évaluer leur développement personnel et leur motivation.
- Recueillir des commentaires sur la manière dont le mentorat a influencé leur niveau d'engagement et leurs projets futurs de bénévolat.

**Objectif**: promouvoir la participation active au sport en encadrant les jeunes qui souhaitent débuter une activité sportive ou améliorer leurs performances, tout en encourageant un mode de vie sain et le travail d'équipe.

**Structure:**
Profil du mentor :
Athlètes, entraîneurs ou préparateurs physiques expérimentés.

- Les mentors doivent posséder une solide compréhension des aspects physiques et mentaux du sport et être capables d'inspirer les jeunes grâce à leurs propres expériences sportives.

Profil du mentoré :

- Des jeunes qui s'intéressent au sport mais qui ont du mal à se lancer ou à rester motivés.
- Les jeunes qui cherchent à améliorer leurs performances sportives, à trouver un sport adapté ou à concilier sport et autres engagements.

**Caractéristiques du programme :**

- Plans d'entraînement personnalisés : les mentors créent des programmes d'entraînement et sportifs sur mesure en fonction des intérêts, du niveau de forme physique et des objectifs du mentoré.
- Développement des compétences : les mentors fournissent des conseils pratiques d'entraînement, des démonstrations et des conseils pour améliorer la technique dans divers sports.
- Motivation et persévérance : les mentors aident leurs mentorés à surmonter les obstacles mentaux à la pratique sportive, tels que le manque de confiance en soi ou la peur de l'échec.
- Bien-être physique et mental : les mentors mettent l'accent sur le bien-être holistique, en enseignant des stratégies pour maintenir la motivation, rester en forme et gérer le stress.
- Intégration sociale et au sein de l'équipe : les mentors encouragent les mentorés à participer à des sports d'équipe et les aident à tisser des liens avec leurs coéquipiers et les autres athlètes.

**Séances de mentorat :**

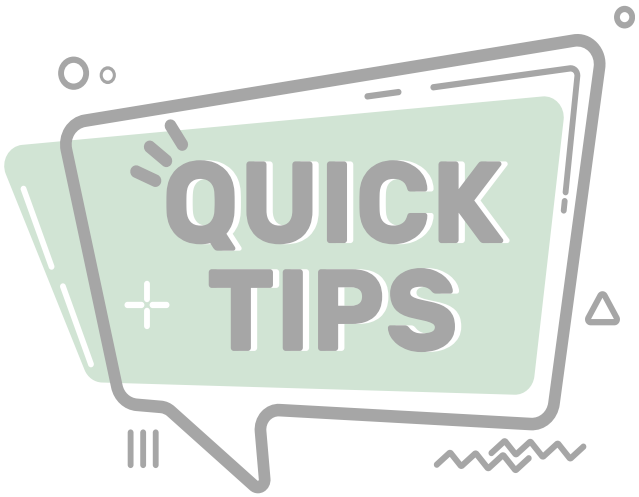
- Fréquence : Hebdomadaire ou bihebdomadaire
- Mode de communication : séances de formation en présentiel, appels vidéo pour les discussions et suivis à distance.
- Durée : 6 mois à 1 an



**Évaluation:**

- Suivre les progrès du mentoré en matière de condition physique, de niveau de compétence et de participation sportive.
- Mener des enquêtes de satisfaction pour évaluer l'influence du mentorat sur leur motivation à pratiquer un sport.

## Conseils généraux pour des programmes de mentorat réussis




- Processus d'appariement clair: s'assurer que les mentors et les mentorés sont appariés en fonction de leurs intérêts, objectifs et compatibilités communs.
- Définition et suivi des objectifs: définir des attentes claires dès le début du programme et examiner régulièrement les progrès afin de maintenir les mentors et les mentorés sur la bonne voie.
- Incorporez la technologie: utilisez des applications, des plateformes en ligne et des groupes sur les réseaux sociaux pour faciliter la communication, partager des ressources et suivre les progrès.
- Soutien et retour d'information continus: offrir un soutien continu aux mentors et aux mentorés et recueillir régulièrement des commentaires afin de garantir l'efficacité et l'impact du programme.



Co-funded by
the European Union

MOTIVATE YOUTH

2024-1-PT02-KA220-YOU-000251122

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.