

PROGRAMA

MENTORADO

2018/19

REGULAMENTO

PROGRAMA MENTORADO 2018/19

Índice

1.	Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE).....	3
2.	O Programa Mentorado	4
2.1.	Objetivos	4
2.2.	O Mentorando	4
2.2.1.	Novos Alunos de 1º Ano.....	5
2.2.2.	Novos Alunos de Mobilidade Nacional e Internacional.....	5
2.3.	O Mentor.....	5
3.	Atividades	6
3.1.	Formações Iniciais.....	6
3.2.	Semana de Acolhimento	6
3.2.1.	Alunos de 1º Ano	7
3.2.2.	Alunos de Mobilidade.....	7
3.2.3.	Colaborador na Semana de Acolhimento.....	7
3.3.	Formações Complementares	7
3.4.	Mentorado Outdoor Challenge (MOC).....	8
3.5.	Sharing Sessions.....	8
3.6.	Atividades Extra	8
4.	Avaliação e Reconhecimento.....	9
4.1.	Certificado de Participação	9
4.2.	Suplemento ao Diploma	9
4.3.	Sistema de pontos	9
4.3.1.	Dedução de pontos.....	10
4.3.1.1.	Tolerância a atrasos.....	10
4.3.1.2.	Cancelamento de atividades	10
5.	Kit do Mentor	11
5.1.	Passaporte do Mentor	11
6.	Considerações Finais	11

1. Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE)

O Núcleo de Apoio ao Estudante (NAPE) tem como missão promover a integração dos alunos do Instituto Superior Técnico, apoiando diversas iniciativas que contribuam para um envolvimento efetivo da comunidade académica da Escola, bem como divulgar o Técnico junto dos meios estudantis, em especial ao nível do ensino secundário. Um dos objetivos do NAPE consiste na promoção do sucesso escolar de todos os alunos, através da implementação de vários projetos orientados nesse sentido, tendo como prioridade o atendimento, resposta e o acompanhamento personalizados.

O sucesso escolar depende de diversos fatores, com especial foco na qualidade do ensino e do ambiente envolvente em que os alunos estão integrados. Como uma medida concreta de intervenção na área do ensino e nos serviços de apoio aos alunos, o Conselho de Gestão do Técnico tem vindo a reforçar o apoio às atividades do NAPE, como instrumento de promoção de uma melhor integração e acolhimento de todos os alunos, sendo um exemplo o Programa Mentorado. Além do acolhimento dos alunos do 1º Ano, o NAPE organiza várias atividades dirigidas aos alunos internacionais que frequentam a nossa instituição ao abrigo de programas de mobilidade com o intuito de facilitar o primeiro contacto com o Técnico e com a nossa cultura.

Outra das áreas de intervenção do NAPE foca-se no enriquecimento dos nossos alunos ao longo do curso, proporcionando-lhes um ciclo de *workshops* em cada semestre, *NAPE Skills Factory*, que incide não só nas competências denominadas por *hard-skills*, mas sobretudo nas *soft-skills*. Paralelamente, os pequenos almoços *Alumni Talks* permitem aproximar os nossos alunos dos ex-alunos que já concluíram os seus estudos e que se encontram no mercado de trabalho.

O NAPE desempenha também um papel fundamental no contacto do Técnico com o exterior sobretudo junto das escolas secundárias através do Programa de Divulgação do Técnico que compreende Visitas a Escolas Secundárias, Visitas ao Técnico e ainda a participação em Feiras de Ensino e Formação Profissional. Com estas iniciativas o Técnico alcança todos os anos milhares de potenciais candidatos ao ensino superior. O NAPE marca também presença junto das escolas básicas através do projeto *Ciência@Schools*, um conjunto de protocolos estabelecidos com várias escolas que visa despertar o gosto pela ciência e tecnologia, dinamizando experiências de engenharia com os alunos destas escolas.

2. O Programa Mentorado

O **Programa Mentorado do Técnico**, implementado pelo NAPE há mais de 20 anos, visa o acolhimento e a integração de todos os novos alunos na nossa Escola.

Para a criação de uma rede de apoio de integração aos novos alunos (**Mentorandos**), o NAPE conta com o auxílio de alunos de anos superiores (**Mentores**) que, de forma voluntária, e dada uma área de estudos em comum, são os pares ideais para facilitar a transição entre o Ensino Secundário e a Universidade, potenciando o seu aproveitamento académico. O NAPE auxilia, também, a integração dos alunos que vêm estudar no Técnico ao abrigo de programas de mobilidade nacional e internacional.

A experiência do Mentor é, sem dúvida, uma ferramenta fundamental para o Programa Mentorado, abrangendo questões tanto académicas como pessoais. Simultaneamente, o Mentor funciona como um mediador na relação entre os alunos e o Técnico, facilitando a resolução de situações irregulares. Apesar disso, e sendo nos primeiros anos que os alunos mais procuram a nossa ajuda, o NAPE está inteiramente disponível para auxiliar sempre todos os alunos ao longo de todo o seu percurso académico.

2.1. Objetivos

O Programa Mentorado assenta na premissa da liberdade de decisão e ação do Mentor, ou seja, é o próprio que, dentro dos parâmetros definidos pelo NAPE, constrói o seu plano de trabalho ao longo do ano, onde deve ter sempre em atenção as necessidades específicas de cada um dos seus Mentorandos.

Consideramos que, desta forma, é possível desenvolver um programa que abrange todos os cursos de 1º ciclo, 2º ciclo e ciclos integrados, em que cada um apresenta desafios e exigências próprias, mais facilmente compreendidas pelos Mentores de cada curso.

Os quatro pilares de intervenção do Programa Mentorado são:

- Facilitar a integração social dos novos alunos ao minorar as dificuldades de adaptação, na transição do Ensino Secundário para o Ensino Superior;
- Apoiar a integração de alunos deslocados, oriundos de vários pontos de Portugal e também de outros países;
- Contribuir para o bom desempenho académico dos novos alunos;
- Contribuir para o enriquecimento pessoal e curricular dos Mentores, bem como promover o *networking* entre todos os participantes do Programa.

2.2. O Mentorando

Todos os anos, o Técnico recebe cerca de 2000 novos alunos, nos vários ciclos de estudo, sendo muito importante o reforço na aposta no acolhimento e integração destes estudantes na nossa Escola e na comunidade académica.

No âmbito deste programa, atuaremos principalmente junto de dois grandes grupos: os **Novos Alunos de 1º Ano** e os **Novos Alunos de Mobilidade Nacional e Internacional**.

2.2.1. Novos Alunos de 1º Ano

A adaptação ao Técnico traz novos desafios aos alunos que terminaram o Ensino Secundário como carga horária de aulas mais elevada, quantidade e diversidade de matéria lecionada, métodos e períodos de avaliação diferentes. Em muitos casos, provêm de outras zonas do país sendo a sua adaptação também à cidade de Lisboa, passando pela mudança de casa, envolvente e, inclusive, modo de estudo.

2.2.2. Novos Alunos de Mobilidade Nacional e Internacional

Os alunos de mobilidade nacional e internacional provêm de países e culturas completamente diferentes e, portanto, estão fora da sua zona de conforto. Conseguir uma rápida integração na cidade e na instituição é o primeiro passo para o sucesso desta experiência.

Assim, o Mentor terá um papel muito importante e interventivo na vida académica e social destes alunos, uma vez que será um dos seus primeiros contactos em Portugal, pretendendo-se, acima de tudo, agilizar todo o processo de adaptação e aprendizagem.

O acompanhamento prestado foca-se na resolução de alguns entraves burocráticos (passe de transporte, telemóveis, entre outros), em dar a conhecer a cidade nos primeiros dias e na procura de habitação, auxiliando também em várias questões relacionadas com as unidades curriculares, as aulas e os docentes.

2.3. O Mentor

O Mentor é um aluno do Técnico do 1º ou do 2º ciclo, que, de forma voluntária, se disponibiliza para receber e ajudar os novos alunos ao longo do primeiro ano na nova Escola. Para o sucesso deste projeto, o NAPE procura alunos proativos e empenhados, com um grande espírito de entreatajuda, capacidade de organização e resolução de conflitos, bem como vontade de acolher e acompanhar os seus novos colegas desde o primeiro dia.

O NAPE espera que o Mentor:

- Seja criativo, comunicativo e esteja motivado;
- Tenha disponibilidade para manter um contacto regular com os Mentorandos;
- Participe e promova ativamente as várias atividades do Programa;
- Partilhe as suas experiências com o seu grupo de Mentorandos;
- Faça distinção entre o Programa Mentorado e outras atividades paralelas de integração;
- Mantenha um contacto regular com o NAPE.

O Mentor pode esperar do NAPE:

- Apoio contínuo e personalizado durante todo o ano letivo;
- Programa de Bolsa de Formação específico para Mentores;
- Dinamização de atividades que promovam o contacto entre Mentores e Mentorandos;
- Disponibilidade para esclarecimento de qualquer questão;
- Contacto regular com todos os Mentores;
- Reconhecimento da sua participação no programa, mediante o cumprimento dos requisitos necessários.

3. Atividades

O Programa Mentorado tem sido também uma oportunidade para que os Mentores desenvolvam várias competências transversais ao seu currículo académico.

3.1. Formações Iniciais

Previamente à Semana de Acolhimento, para que os Mentores possam desempenhar o seu papel da melhor forma possível, o NAPE dinamizará várias sessões de carácter obrigatório onde é expectável a participação ativa dos Mentores.

- **Programa Mentorado**

É feita uma descrição das principais atividades desenvolvidas pelo NAPE, dando-se principal ênfase ao Programa Mentorado, detalhando-se todo o seu funcionamento e condições de participação. No final, pretende-se que todos os Mentores saibam exatamente o seu papel neste Programa.

- **Semana de Acolhimento do 1º Ano**

É explicado todo o processo de matrículas e inscrições dos novos alunos de 1º Ano, referindo-se o percurso que o Mentorando e o Mentor terão de realizar, os documentos necessários que os novos alunos devem fazer-se acompanhar para realizar a matrícula, bem como todo o funcionamento dos vários postos onde deverão passar.

- **Semana de Acolhimento dos Alunos de Mobilidade**

É explicado o processo de matrículas e inscrições dos novos alunos de mobilidade, bem como as diversas atividades que o NAPE preparou para a receção dos alunos. Os Mentores serão convidados a participar em algumas delas, de forma a melhorar a relação com os seus Mentorandos.

- **Estudantes com Necessidades Educativas Especiais**

Serão abordados vários temas relacionados com as necessidades educativas e desafios com que os Mentores poder-se-ão deparar, por parte dos seus Mentorandos.

- ***From Student to Mentor***

Nesta sessão são referidos e explicados os vários tipos de dificuldades que os novos alunos enfrentam na transição Ensino Secundário - Ensino Superior, sendo que esta possui uma vertente prática em que os Mentores são divididos em grupos e lhes são atribuídos casos para os quais terão de apresentar possíveis soluções.

3.2. Semana de Acolhimento

A Semana de Acolhimento dos novos alunos, definida no Calendário Escolar do 1º, 2º e 3º Ciclos e Ciclos Integrado, e pretende dar as boas vindas a todos os que ingressam pela primeira vez no Técnico.

3.2.1. Alunos de 1º Ano

As matrículas e inscrições dos novos alunos de 1º Ano decorrem durante toda a semana e desenvolvem-se da seguinte forma:

- De manhã, o Mentor conhece os seus Mentorandos e acompanha-os no seu processo de matrícula e inscrição, realizando depois uma pequena visita ao *campus*.
- Da parte da tarde, os novos alunos assistem às apresentações dos respetivos cursos, contando também com a presença dos núcleos de alunos do seu curso que expõem os seus projetos.

3.2.2. Alunos de Mobilidade

A receção dos novos alunos de mobilidade nacional e internacional decorre no *campus* Alameda, tanto no 1º Semestre (durante a Semana de Acolhimento) como no 2º Semestre (previamente ao início das atividades letivas), e denomina-se *Orientation Week*, desenvolvendo-se da seguinte forma:

- Durante a semana, os alunos conhecem o seu Mentor que os orienta no percurso durante a sua matrícula, contactando como Núcleo de Mobilidade e Cooperação Internacional (NMCI), NAPE e Associações de Erasmus convidadas.
- No final da semana, os alunos são convidados a assistir à sessão de boas-vindas (*Welcome Ceremony*), conhecem o seu Coordenador de Curso e realizam uma visita ao seu departamento, podendo ser acompanhados pelo seu Mentor.
- Durante o fim de semana, os alunos participam num conjunto de atividades com o objetivo de dar a conhecer a cidade de Lisboa, a cultura gastronómica e social do país, bem como estimular a sua integração na comunidade académica. Os Mentores podem participar em algumas destas atividades consoante a sua disponibilidade e as vagas existentes nas mesmas.

Todos os Mentores que pretendam participar na Semana de Acolhimento de alunos de mobilidade, independentemente do *campus* a que pertencem, terão obrigatoriamente de participar nas Formações Iniciais que decorrerão no *campus* Alameda.

3.2.3. Colaborador na Semana de Acolhimento

O NAPE poderá necessitar de colaboração pontual de alguns Mentores durante a Semana de Acolhimento, na realização de pequenas tarefas de caráter logístico. Cada Mentor poderá prestar este apoio apenas uma vez com a atribuição de 10 pontos.

3.3. Formações Complementares

O Programa Mentorado foi pensado de forma a promover também uma componente de desenvolvimento pessoal e profissional dos seus Mentores, apostando na oferta de formação e melhoria contínua das atividades desenvolvidas.

Todos os Mentores estão automaticamente inseridos num Programa de Bolsa de Formação, financiado pelo Técnico, onde se pretende que estes alunos desenvolvam várias competências transversais ao seu currículo académico. Nesse sentido, prevê-se a organização de seis Formações Complementares durante todo o ano letivo, atribuindo-se um certificado de participação por cada formação.

3.4. Mentorado Outdoor Challenge (MOC)

O MOC é uma atividade que visa fomentar e fortalecer a relação Mentor-Mentorando que é preferencialmente realizada ao ar livre, estimulando o espírito de entreatajuda, o trabalho em equipa e a prática desportiva. São exemplos: surf, arborismo, entre outras. O MOC realiza-se duas vezes por ano letivo, uma em cada semestre.

3.5. Sharing Sessions

As Sharing Sessions consistem em breves encontros semestrais entre Mentores e Guias do NAPE, que supervisionam a implementação do Programa Mentorado, pretendendo-se aferir o sucesso do programa em cada curso e trocar impressões sobre o seu funcionamento.

3.6. Atividades Extra

Ao longo do ano letivo, o NAPE prevê organizar outras atividades com o intuito de promover o contacto entre os Mentores e os Mentorandos, nomeadamente o Rally Mentorado no início do ano letivo ou atividades de voluntariado.

As atividades direcionadas para os novos alunos de mobilidade, inseridas na *Orientation Week* ou ao longo do semestre, contarão, sempre que possível, com a participação dos Mentores, sendo exemplos o *City Rally*, o evento gastronómico *Savoring the World* ou a atividade desportiva *Football Day*.

4. Avaliação e Reconhecimento

O Mentor pode ver a sua participação no Programa Mentorado reconhecida através do Certificado de Participação ou no Suplemento ao Diploma.

4.1. Certificado de Participação

No final do ano, o NAPE atribui um Certificado de Participação no Programa Mentorado aos Mentores que cumpram, obrigatoriamente, os seguintes requisitos mínimos:

- Participação nas Formações Iniciais;
- Acompanhamento do(s) Mentorando(s) na Semana de Acolhimento;
- Preenchimento dos Relatórios (1 e 2).

No sentido de aferir o sucesso e o impacto do Programa, desejamos que tanto Mentores como Mentorandos deem o seu *feedback* ao longo do ano, avaliando de forma criteriosa e incisiva as diversas fases do programa. Todas as opiniões são essenciais para a melhoria constante do Programa Mentorado, sendo que o NAPE tenta implementar as sugestões e ideias nas edições futuras.

4.2. Suplemento ao Diploma

Da mesma forma, para que a participação como Mentor seja reconhecida pelo Técnico através do Suplemento ao Diploma, é também obrigatório que os Mentores cumpram os seguintes requisitos mínimos:

- Participação nas Formações Iniciais;
- Acompanhamento do(s) Mentorando(s) na Semana de Acolhimento;
- Preenchimento dos Relatórios (1 e 2);
- Soma de 40 pontos obtidos na participação em atividades no âmbito do programa.

4.3. Sistema de pontos

A atribuição de pontos é efetuada com base no tempo de duração da atividade realizada e também considerando a exigência da mesma. Assim, é possível consultar na tabela abaixo os pontos que serão atribuídos a cada atividade, respetivamente.

Tabela 1 – Tabela de Pontos

Atividade	Pontos
Formação Complementar	10
Sharing Session	10
Mentorado Outdoor Challenge	15
Rally Mentorado	15
City Rally	15
Colaborador na Semana de Acolhimento	10

Ao NAPE, reserva-se a responsabilidade de atribuir pontos a atividades omissas na tabela anterior, posteriormente organizadas, e de comunicar aos Mentores atempadamente, pelas vias oficiais de comunicação.

4.3.1. Dedução de pontos

Dada a afluência elevada às atividades, foi implementada uma política de dedução de 5 pontos, caso o Mentor falte à atividade em que se inscreveu. No entanto, aceitam-se cancelamentos até às 23h59 do dia anterior em que esta se realiza. Qualquer cancelamento no dia da atividade, implica a dedução de 5 pontos. Note-se que este cancelamento só é válido se efetuado apenas e só por envio de e-mail para o NAPE (nape@tecnico.ulisboa.pt). Ao NAPE, reserva-se o direito de avaliar situações pontuais como doença, falecimento de parentes, greves e outros casos omissos.

4.3.1.1. Tolerância a atrasos

Todos os inscritos poderão participar na atividade até 15 minutos do seu começo. Caso cheguem depois deste período, apesar de não poderem participar, não perderão quaisquer pontos.

Após este período de tempo, caso tenham faltado Mentores e caso existam Mentores não inscritos à porta da sala da atividade, poderão participar na mesma, ocupando as vagas disponíveis e obtendo os pontos correspondentes.

4.3.1.2. Cancelamento de atividades

Caso haja um cancelamento de uma atividade, todos os Mentores inscritos na mesma recebem os pontos correspondentes.

No caso de haver o cancelamento de uma Formação Complementar por parte do Formador, os Mentores inscritos na primeira sessão terão vaga garantida na nova data. Caso não possam comparecer na nova data, receberão na mesma os pontos respetivos.

5. Kit do Mentor

No início do ano letivo, durante a Semana de Acolhimento, será entregue aos Mentores um conjunto de itens que irão incluir:

- Passaporte do Mentor;
- *Checklist* do Mentor;
- T-shirt do Mentor;
- Fita com *nametag*;
- Autocolante do curso.

5.1. Passaporte do Mentor

O Passaporte do Mentor é um boletim de registo onde o Mentor poderá colocar todas as informações relativamente à sua participação no Programa Mentorado, bem como os dados pessoais dos seus Mentorandos.

Para cada uma das atividades presentes na Tabela 1, existe um autocolante que autentica a presença do Mentor na atividade em causa, que pode ser colado na zona respetiva do Passaporte.

6. Considerações Finais

É da competência do NAPE garantir a execução do Programa Mentorado como previsto neste regulamento e estar sempre disponível para prestar todo o apoio necessário aos Mentores.

Reserva-se ao NAPE, a responsabilidade de analisar e avaliar quaisquer casos omissos a este regulamento e apresentar soluções concretas.