

Programa de Mentoria e *Job Shadowing* Regulamento

Artigo 1º - Enquadramento

O Politécnico de Coimbra, através da sua unidade orgânica INOPOL Academia de Empreendedorismo, promove o Programa de Mentoria e *Job Shadowing*, doravante designado abreviadamente de PMJS. O presente Regulamento estabelece as regras aplicáveis à operacionalização do programa.

O PMJS é uma iniciativa no âmbito do programa TRILHOS, o qual, havendo oportunidade, se pretende cofinanciado pelos Fundos da União Europeia, potenciando a intensidade e alcance das respetivas ações. Na 1ª edição, por exemplo, é uma atividade cofinanciada pelo projeto SKILLS 3.0 - Conhecimento, Pedagogia & Empregabilidade, cofinanciado pelo Fundo Social Europeu da União Europeia, através do Programa Operacional Capital Humano, com o código POCH-02-53I2-FSE-000006.

Artigo 2º - Objetivos e âmbito

1. O PMJS visa proporcionar aos estudantes e recém-diplomados (até 18 meses após a conclusão do curso) do Politécnico de Coimbra a oportunidade de tomar contacto, na prática, com uma profissão específica no seio de uma organização, a oportunidade de serem mentorados diretamente por profissionais com experiência, e a oportunidade de observação em contexto real de trabalho.

2. Trata-se de um programa que tem como objetivos, nomeadamente:

- a) Estimular os estudantes e recém-diplomados a terem uma perspetiva real do mundo do trabalho.
- b) Construir parcerias entre o Politécnico de Coimbra e as organizações.
- c) Enriquecer a experiência dos estudantes e recém-diplomados, apoiando-os, de forma informada e realista, a prepararem-se para o mercado de trabalho.

3. O PMJS é um complemento de formação aos estudantes e recém-diplomados, promovendo a ligação ao mundo do trabalho. Integra duas vertentes em simultâneo: a mentoria e o *job shadowing*.

- a) A vertente de mentoria permite aos mentorados receber orientação de um profissional com experiência numa determinada área/função.
- b) A vertente de *job shadowing* permite aos mentorados contactar com a realidade dessas funções específicas de trabalho, favorecendo o esclarecimento e a tomada de decisões profissionais com maior segurança.

4. O PMJS abrange todas as áreas de formação do Politécnico de Coimbra.

Artigo 3º - Participantes

1. O PMJS tem 3 intervenientes: o **Mentor**, a **Organização**, e o **Mentorado**.
2. O Mentor é o profissional de uma organização que se disponibilizou para acompanhamento de mentorados. Com a sua experiência, oferece orientação, aconselhamento, *feedback* e apoio de cariz profissional, geral ou específico, relacionado com a sua área de atuação.
3. A Organização é a empresa/instituição/entidade que acolhe a relação mentor-mentorado, com a qual o Mentor tem uma relação contratual de trabalho.
4. O Mentorado é o estudante ou recém-diplomado do Politécnico de Coimbra. O Mentorado é *job shadower*, em simultâneo.

Artigo 4º - Gestão do programa

A gestão do PMJS é assegurada pelo INOPOL Academia de Empreendedorismo, que é a estrutura responsável pela execução, monitorização e avaliação do programa. Cada edição será oportunamente divulgada por Anúncio ou Aviso, difundido através dos canais de comunicação habituais do IPC, nomeadamente, na página na Internet.

MENTOR

Artigo 5º - Perfil do Mentor

O Mentor é uma pessoa com mais de 3 anos de experiência profissional em áreas científicas compatíveis com as áreas de formação do Politécnico de Coimbra, a exercer funções numa organização do setor público ou privado.

Artigo 6º - Responsabilidades e deveres

1. O Mentor, com a sua experiência, oferece orientação, aconselhamento, *feedback* e apoio de cariz profissional, geral ou específico, relacionado com a sua área de atuação.
2. O Mentor motiva e apoia o mentorado a compreender a importância e aplicabilidade dos conhecimentos adquiridos para a vida profissional futura.
3. O Mentor promove o desenvolvimento do espírito crítico do mentorado.
4. O Mentor fornece suporte na identificação de áreas profissionais de interesse.
5. O Mentor dedica tempo adequado para contribuir para o sucesso do programa.
6. O Mentor orienta e aconselha o mentorado, através da sua experiência pessoal e profissional, motivando-o para o cumprimento dos objetivos do programa.

7. O Mentor deverá:

- a) Participar na sessão de acolhimento e orientação para Mentores.
- b) Realizar, no mínimo, 3 reuniões com o mentorado, com um total de 10 horas de contacto.
- c) Acordar horários adequados para os encontros do programa, em função dos objetivos do programa e do perfil do mentorado, bem como das necessidades inerentes à sua função/organização.
- d) Assegurar as condições logísticas para receber o mentorado na organização.
- e) Assegurar que os colaboradores da organização são informados sobre a atividade de mentoria e *job shadowing*.
- f) Fornecer ao mentorado as informações necessárias para a deslocação à organização.
- g) Informar o mentorado, com a devida antecedência, caso a atividade de acompanhamento tenha de ser cancelada ou alterada.
- e) Responder aos formulários de acompanhamento e *feedback*.

Artigo 7º - Inscrição

1. Os profissionais interessados em integrar a Bolsa de Mentores do PMJS, devem inscrever-se nos prazos estabelecidos, através de preenchimento de formulário eletrónico, Formulário de Inscrição de Mentor, disponível em <https://trilhos.ipc.pt/pmjs>.

2. O formulário de inscrição inclui, nomeadamente:

- a) Identificação do Mentor.
- b) Identificação da função que exerce.
- c) Área de formação na qual está disponível para acompanhar mentorados.
- d) Resumo profissional de experiência relevante.
- e) Número máximo de mentorados que se disponibiliza acompanhar (individualmente ou em grupo).
- f) Aceitação e declaração de cumprimento do regulamento do PMJS.
- g) Confirmação que a sua organização aceita acolher o *job shadowing*.
- h) Apresentação de Curriculum Vitae.
- i) Apenas, no caso de o Aviso de Abertura o prever: declaração em como pretende ser remunerado por tais serviços, mediante emissão de fatura, nos termos referidos no art.º 26º, reunindo para o efeito os requisitos previstos no CCP, ou se, em alternativa, se disponibiliza para participação graciosa.

3. A ativação do Mentor fica condicionada a um *match* mentor-mentorado adequado.

4. O Mentor pode participar em mais do que uma edição do PMJS em períodos sucessivos, desde que a sua inscrição seja elegível e sejam ativados para o efeito.

Artigo 8º - Limite de Mentorados

O Mentor, em cada edição do programa, pode acompanhar mentorados individualmente ou em grupo, até um limite de 2 mentorados em acompanhamento individual e de 3 mentorados em grupo.

ORGANIZAÇÃO

Artigo 9º - Perfil da Organização

A Organização é a empresa/instituição/entidade, do setor público ou privado, empregadora do Mentor e que acolhe a relação mentor-mentorado.

Artigo 10º - Responsabilidades e deveres

1. A Organização deverá proporcionar as condições logísticas necessárias para que ocorram os encontros de mentoria e *job shadowing*, em conformidade com os objetivos do programa.
2. A Organização deverá assegurar que os seus colaboradores são informados sobre a atividade de mentoria e *job shadowing*.

MENTORADO

Artigo 11º - Perfil do Mentorado

A participação no PMJS está aberta a todos os estudantes e recém-diplomados (até 18 meses após a conclusão do curso) do Politécnico de Coimbra.

Artigo 12º - Responsabilidades e deveres

1. O Mentorado assume o compromisso de se envolver com empenho nas diferentes fases do programa.
2. O Mentorado deverá:
 - a) Participar na sessão de acolhimento e formação.
 - b) Realizar, no mínimo, 3 reuniões com o mentor.
 - c) Participar em pelo menos uma sessão de acompanhamento.
 - d) Assegurar a deslocação para a organização de acolhimento por meios próprios.
 - e) Manter a confidencialidade e compromissos inerentes à participação no programa.
 - f) Respeitar os horários estabelecidos com o Mentor e informar atempadamente sobre eventuais imprevistos.
 - g) Fornecer *feedback* e reflexões ao Mentor sobre o que observou e aprendeu com a experiência.
 - h) Responder aos formulários de acompanhamento e *feedback*.

Artigo 13º - Candidatura

1. A candidatura a Mentorado é formalizada através de preenchimento de formulário eletrónico, Formulário de Candidatura de Mentorado, disponível em <https://trilhos.ipc.pt/pmjs>.
2. O formulário de candidatura inclui, nomeadamente:
 - a) Identificação do candidato.
 - b) Informação académica do candidato.

- c) Informação sobre os seus interesses profissionais e sobre as áreas de interesse nas quais gostaria de realizar o PMJS.
- d) Explicitação da motivação para participar no PMJS.
- e) Indicação da disponibilidade temporal para participar no programa.
- f) Resultados e objetivos pretendidos.
- g) Aceitação e declaração de cumprimento do regulamento do PMJS.

Artigo 14º - Seleção de Mentorados

1. Os candidatos a Mentorados são considerados por ordem de candidatura para atribuição de Mentor dentro da sua área de interesse (*match*), mediante disponibilidade de Mentor adequado na Bolsa de Mentores do PMJS.
2. O estatuto de Candidato a Mentorado não assegura a realização do PMJS, pois esta depende da disponibilidade de Mentor ajustado aos interesses e características do Candidato a Mentorado.

DESENVOLVIMENTO DO PMJS

Artigo 16º - Fases e Duração do programa

1. O PMJS compreende 6 fases: Inscrição, Formação, Match, Conhecer o Mentor, Ação, Avaliação.
2. A fase de **Inscrição** é a fase de receção de inscrições de mentores e mentorados.
3. A fase de **Formação** é de frequência obrigatória, e compreende uma sessão de acolhimento e formação para os mentorados, e uma sessão de acolhimento e orientação para mentores e organizações.
4. A fase de **Match** diz respeito ao emparelhamento mentor-mentorado.
5. A fase **Conhecer o Mentor** compreende a realização da primeira reunião entre Mentor e Mentorado. Nesta reunião estabelecem-se os objetivos individuais do programa e acordam-se os termos de acompanhamento.
6. A fase **Ação** compreende os encontros e reuniões entre Mentor e Mentorado e o *Job Shadowing*.
7. A fase de **Avaliação** respeita à submissão, por parte de Mentor e Mentorado, de relatório de avaliação da participação no programa.
8. O PMJS tem a duração de 1 a 3 meses.

Artigo 17º - Tipologias do programa

1. O PMJS compreende 3 tipologias: **Orientação**, **Observação** e **Imersão**.
2. Cada Mentorado pode incluir uma, duas ou as três tipologias no seu programa individual.
3. Na tipologia **Orientação**, o Mentor fornece informação sobre o seu percurso académico e profissional, sobre a sua função, e dá aconselhamento ao Mentorado.
 - a) Tipicamente, é a tipologia adequada para a primeira reunião entre Mentor e Mentorado.
 - b) Se um programa individual apenas contemplar a tipologia de Orientação, pelo menos um dos encontros Mentor-Mentorado deve ser presencial.
4. Na tipologia **Observação**, o Mentorado passa um período acordado a observar o trabalho quotidiano do Mentor, obtendo uma compreensão mais profunda do que este faz diariamente - faz *job shadowing* ao seu Mentor. Em simultâneo, o Mentorado continua a receber aconselhamento e orientação por parte do Mentor.

Esta tipologia pressupõe a presença do Mentorado no local de trabalho do Mentor.
5. A tipologia **Imersão** é uma extensão da tipologia Observação, mas na qual o Mentorado pode executar algumas tarefas simples que observou anteriormente, sob supervisão do seu Mentor, proporcionando uma experiência prática.

Esta tipologia pressupõe a presença do Mentorado no local de trabalho do Mentor.

Artigo 18º - Formatos de acompanhamento

1. O programa tem 2 formatos de acompanhamento possíveis: **individual** ou em **grupo**.
2. O acompanhamento individual pressupõe uma relação Mentor-Mentorado de 1 Mentor : 1 Mentorado.
3. O acompanhamento em grupo é um formato em pequeno grupo de, no máximo, 3 Mentorados (1 Mentor : 3 Mentorados), que realizam todas as reuniões e atividades em simultâneo.

Artigo 19º - Instrumentos de gestão do programa

1. São instrumentos de gestão do PMJS: o **Acordo de Mentoria**, o **Plano de Ação Individual** e o **Plano de Monitorização e Avaliação**.
2. O **Acordo de Mentoria** orienta a relação Mentor-Mentorado e inclui:
 - a) Objetivos da mentoria.
 - b) Período de duração.
 - c) Tipologias do processo de mentoria (Orientação, Observação e/ou Imersão) e local(ais) ou plataformas onde decorrerão as reuniões.
 - d) Número de reuniões.
3. O **Plano de Ação Individual** contempla:

- a) Objetivos de desenvolvimento do Mentorado.
- b) Áreas de conhecimento ou competências a desenvolver.
- c) Ações a realizar com vista a alcançar os objetivos.
- d) Resultados pretendidos.
- e) Calendarização de reuniões.
- f) Objetivos para cada reunião.

4. O **Plano de Monitorização e Avaliação** contempla:

- a) Registo de ocorrências relevantes.
- b) Apreciação do processo de mentoria e aprendizagens/conclusões realizadas, considerando o Acordo de Mentoria e a execução do Plano de Ação Individual, em autoavaliação do Mentorado e *feedback* do Mentor.
- c) Identificação de oportunidades de melhoria no PMJS.

DISPOSIÇÕES FINAIS

Artigo 26º - Condições e encargos

1. A participação no PMJS é gratuita.
2. A participação no PMJS não determina a formação de qualquer relação de natureza laboral nem determina, em quaisquer circunstâncias, a ocupação de postos de trabalho ou qualquer garantia de emprego subsequente. Salvo o disposto no ponto seguinte, de igual modo, não determina a formação de qualquer relação de prestação de serviços.
3. A participação no PMJS não pressupõe o pagamento por parte do Politécnico de Coimbra de qualquer remuneração ou quantias relacionadas com as atividades desenvolvidas no âmbito do programa. Contudo, o aviso de abertura de uma qualquer edição, como é o caso da 1ª, pode prever o pagamento as Mentores do valor de 250,00 euros, por mentorado, a título de remuneração, acrescido de IVA à taxa legal em vigor, quando devido, mediante a apresentação do correspondente documento de despesa, fatura sob forma legal, nomeadamente, por emissão no Portal das Finanças. Caso tal não seja previsto no Aviso de abertura, e para todas as demais situações, não há lugar ao pagamento de quaisquer valores, sendo a participação de todos os inscritos a título gracioso.
4. No caso de haver lugar a encargos com as deslocações, os mesmos são assumidos pelos participantes.

Artigo 27º - Cessação antecipada ou interrupção da participação

1. Os participantes podem cessar ou interromper a participação no programa, a qualquer momento, na eventualidade de qualquer impedimento, devendo informar a estrutura de gestão do programa, através de correio eletrónico para trilhos@ipc.pt.
2. São consideradas causas de interrupção ou cessação antecipada:
 - a) O não cumprimento do regulamento do programa.

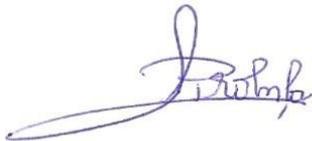
b) Outros motivos de força maior (nomeadamente doença).

3. O reinício de processos de mentoria é avaliado pela estrutura de gestão do programa em articulação com os participantes.

Artigo 28º - Entrada em vigor

O presente regulamento entra em vigor na data da sua assinatura.

01 de setembro 2023



Sara Proença
Diretora do INOPOL Academia de Empreendedorismo