



GUIA DO MENTORADO



Técnico Alumni Mentoring Program 2022/23

Career Center

O QUE VAIS ENCONTRAR NO TEU MENTEE'S GUIDE

01

O que é o Alumni Program

02

Momentos Importantes

03

Identificação do Mentor

04

As minhas meetigs

05

FAQ's

06

Career Center: Descobre mais

07

Recursos

O QUE É O ALUMNI PROGRAM?

O **Técnico Alumni Mentoring Program** é um programa de mentoria com a duração de um ano letivo, em que os mentorados terão a oportunidade de receber orientação sobre as suas questões a nível de percurso académico e futuro percurso profissional.

A equipa do programa será responsável pela seleção e realização dos matches entre os mentores e mentorados. O objetivo é unir os mentores e mentorados com histórias, interesses e desejos tão próximos quanto o possível.



MOMENTOS IMPORTANTES

Evento Kick-off
19 de Outubro

Aqui vais poder conhecer o teu mentor mas também fazer networking com outros Alumni do Técnico!

1º Formulário
Novembro

Queremos perceber se o match foi correspondido para se houver algum problema, este, possa ser corrigido a tempo!

Formulário
Semestral
Fevereiro

Queremos saber como têm corrido as tuas meetings, e feedback sobre o 1º semestre

Dia do Técnico -
KIT
23 de Maio

Neste dia especial irão acontecer várias atividades no Técnico para alunos e alumni! Contamos contigo e com o teu mentor!

IDENTIFICAÇÃO DO MENTOR

Nome _____

Email _____

Telemóvel _____

Curso do IST _____

Empresa atual _____

Cargo atual _____

Para preencheres no evento de Kick-off e na primeira meeting

ALUMNI PROGRAM

PROGRAM ALUMNI

ALUMNI PROGRAM

PROGRAM ALUMNI

ALUMNI PROGRAM

PROGRAM ALUMNI

AS MINHAS MEETINGS

PROGRAM ALUMNI

ALUMNI PROGRAM

PROGRAM ALUMNI

ALUMNI PROGRAM

PROGRAM ALUMNI

ALUMNI PROGRAM

TEMAS DE CONVERSA



Como ter um bom CV



Dinamizar o perfil de LinkedIn



Estágios de Verão



Preparação para uma entrevista



Tese com uma empresa?



Continuar na mesma área no mestrado?



Entrada no mercado de trabalho



Doutoramento?



Como tirar o melhor do Técnico?



.....



.....



.....



Marca os temas já discutidos!

DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS

Para preencheres na primeira meeting

OBJETIVO 1

PLANO DE AÇÃO

OBJETIVO 2

PLANO DE AÇÃO

OBJETIVO 3

PLANO DE AÇÃO

OBJETIVO 4

PLANO DE AÇÃO

OBJETIVO 5

PLANO DE AÇÃO

FAQ'S

Como é feito o match entre mim e o meu mentor?

O match entre Mentor e Mentorado é feito a partir de um algoritmo que tem como prioridades em primeiro lugar o curso que frequentas e o do Mentor, em segundo lugar áreas de interesse profissional de ambos e por último assuntos a trabalhar no programa.

NOTA: Não conseguimos garantir que todas as condições estejam asseguradas no match final. Tudo depende dos mentores que se inscreverem no programa.

Posso trocar de mentor?

As trocas de mentores só poderão ocorrer por razões de força maior.

Se considerares que deves mudar de mentor envia-nos um e-mail a justificar o pedido e em conjunto contigo tentamos resolver a situação.

Já explorei todos os temas com o meu mentor. E agora?

Se consideras que já retiraste do programa tudo o que este te poderia oferecer, agradece ao teu mentor o tempo que te dedicou e prontifica-te a manter o contacto.

As datas para as meeting já estão definidas?

Não, és tu e o teu mentor que definem as datas para meetings consoante a disponibilidade dos dois! As meetings podem ser onde se sentirem melhor, desde o campus da Alameda até à empresa onde trabalha o teu Mentor, ou até mesmo uma reunião virtual se assim quiserem.

Se tiver dúvidas sobre o Alumni Program, onde posso recolher informação?

Podes enviar um mail para careercenter@tecnico.ulisboa.pt ou visitar a página do Career Center referente ao Alumni Mentoring.

DESCOBRIR MAIS

Career Discovery@Técnico

Sessões com o objetivo de ajudá-los no processo de recrutamento e apresentar as várias atividades que o Técnico Career Center realiza ao longo do ano.

Job Bank

O Técnico Job Bank é o portal de emprego do Técnico Lisboa direcionado a todos os estudantes que frequentam o Técnico. Aqui, podes:

- Aceder às ofertas de estágio e emprego direcionadas ao teu perfil.
- Personalizar o teu perfil pessoal, tornando-o público e configurar os alertas de emprego direcionados para o teu curso.

Business Cards

Os Técnico Business Cards são cartões personalizados onde consta o teu nome, email institucional, contacto de telemóvel e curso que estás a frequentar.

E muito mais!

Fica a par de tudo nas nossas redes sociais



careercenter.tecnico.ulisboa.pt



careercenter@tecnico.ulisboa.pt



[tt_tecnico](https://www.instagram.com/tt_tecnico)

ALUMNI PROGRAM

RECURSOS

Atividades	Responsabilidades do Mentorado
Primeiro contacto	Dá 2/3 dias ao mentor para responder. Se passado esse período ainda não tiveres obtido resposta, envia novamente um <i>friendly reminder</i>
Preparação	Aprende o que consegues sobre o teu Mentor antes da reunião inicial
Partilha da experiência pessoal do Mentor	Pergunta e ouve
Conhecimento das questões e das necessidades do estudante	Explica o gostarias de ter "apreendido" quando o Programa acabar e como consideras que o Mentor te pode ajudar
Acordo mútuo na definição dos objetivos e expectativas	"Isto é o que espero alcançar com este programa"
Acordo nas responsabilidades	"Eu concordo em fazer..."
Definição de um calendário	"Vamos trabalhar nisto durante um mês. Depois revemos o progresso e determinamos se devemos continuar neste objetivo"
Definição dos horários das reuniões e quem fica responsável pela marcação	"Eu vou encontrar datas e horários que vão ao encontro da sua disponibilidade"
Seja franco	"Se esta mentoria não estiver a alcançar os objetivos que eu pretendo serei franco. O nosso tempo é valioso"



TÉCNICO ALUMNI MENTORING'22