

Wie funktioniert das Mentoring*– Programm MENTEGRA?

Das Mentoring-Programm MENTEGRA läuft über 12 Monate.

Und darum geht es:

- Ein Jahr lang steht Ihnen eine Unternehmerin oder ein Unternehmer als ratgebende Person zur Seite. Diese ist Ihre Mentor:in. Sie sind die Mentee. Zusammen arbeiten Sie im Tandem.
- Sie können im Rahmen einer Hospitation im Unternehmen die Arbeitswelt kennenlernen (4 bis 12 Wochen). Unternehmen aus verschiedenen Branchen sind bei MENTEGRA dabei.
- Sie werden zu regelmäßigen Treffen mit anderen Frauen eingeladen, die an dem Programm MENTEGRA teilnehmen. Dort erhalten sie wichtige Informationen zum Leben und zur Arbeitswelt in Deutschland.
- Sie erhalten Beratung und Unterstützung:
 - beim Einstieg in die Arbeitswelt gemäß ihrer Qualifikation
 - im Ausbau von beruflichen Kontakten und Netzwerken
 - durch Austausch und Empowerment

*Mentoring bedeutet, dass eine Person ihr Wissen und ihre Erfahrungen an eine noch unerfahrenere Person weitergibt.

Interessiert? Sind Sie als Mentee dabei?

Melden Sie sich bei uns, wir freuen uns auf Sie!
Aktuelle Informationen zu Programm und Anmelde-
möglichkeiten unter:



Aktuelle Informationen:
www.competentia-meo.de

Das Kompetenzzentrum Frau und Beruf MEO steht kleinen und mittleren Unternehmen aus Mülheim an der Ruhr, Essen und Oberhausen zur Seite.

Kontakt

Competentia MEO
Kompetenzzentrum Frau und Beruf MEO
III. Hagen 37
45127 Essen

0201/820 24-57
marie.herrmann@ewg.de
www.competentia-meo.de

Competentia MEO wird gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,
Gleichstellung, Flucht und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Durch Mentoring die Arbeitswelt in Deutschland kennenlernen!



- Das Mentoring-Programm MENTEGRA begleitet Sie in den Arbeitsalltag deutscher Unternehmen
- Ein Angebot für qualifizierte geflüchtete Frauen in der MEO-Region (Mülheim an der Ruhr, Essen und Oberhausen)
- Die Teilnahme ist kostenlos!

DER ABLAUF ÜBER 12 MONATE



Information & Vorbereitung

In einem Vorbereitungsworkshop erfahren Sie die Details zum Programm. Später sagen wir Ihnen Bescheid, ob wir ein geeignetes Unternehmen für Sie gefunden haben.

Tandemtreffen

Gemeinsam mit Ihrem Mentor/Ihrer Mentorin vereinbaren Sie:

- wie oft und wo Sie sich treffen oder telefonieren
- welche Fragen zum Berufsleben in Deutschland sie miteinander besprechen wollen
- wie Ihre Hospitanz → Besuch im Unternehmen, ablaufen kann

Veranstaltungen (4 Std.)

Auf drei großen Veranstaltungen zum Auftakt, zur Halbzeit und zum Abschluss treffen Sie die anderen Frauen, die Unternehmer:innen und Expert:innen. Hier können Sie sich austauschen und wertvolle Informationen für Ihren beruflichen Weg mitnehmen. Gemeinsam schauen wir auf Erfolge und Erfahrungen.

Netzwerktreffen (3 Std.)

Sie treffen sich mehrmals mit den anderen Mentees. Dabei können Sie Ihre Erfahrungen austauschen. Sie erhalten Informationen zu Themen wie zum Beispiel „Anerkennung von Abschlüssen“, „Wie kann ich mich gut präsentieren?“ oder „Wie kann ich mit Konflikten umgehen?“

Hospitanz (4 bis 12 Wochen)

Sie lernen das Unternehmen Ihrer Mentorin oder Ihres Mentors kennen. Gemeinsam überlegen sie, wie Ihr Besuch → Hospitanz im Unternehmen ablaufen kann (wie lange, in welchem Tätigkeitsfeld...). Auch den Zeitraum (4 bis 12 Wochen) legen Sie gemeinsam fest. Diese Zeit nennen wir Hospitanz.

Zum Abschluss erhalten Sie ein Zertifikat über die erfolgreiche Teilnahme an MENTEGRA. Damit ist das Mentoring-Programm beendet.



Ihre Chancen als Mentee

- Entwickeln Sie Ideen für den eigenen Berufsweg.
- Sie erhalten Einblicke in die Strukturen der Berufswelt.
- Reflektieren Sie Ihre eigene Fähigkeiten.
- Entwickeln Sie Mut zur eigenen Karriere.
- Knüpfen Sie Kontakte und bauen Sie sich ein Netzwerk auf.

Das sollten Sie mitbringen?

- Qualifikation: ausländischer Berufs- oder Studienabschluss oder Berufserfahrung aus Ihrem Herkunftsland
- Fluchtgeschichte: Sie sind nach Deutschland geflüchtet
- Rechtlich: Aufenthaltsstatus mit Bleibeperspektive
- Spachniveau: Die Teilnahme setzt ein angemessenes deutsches Sprachniveau voraus, um eine reibungslose Kommunikation mit Mentor:innen, Programmteilnehmenden und eine erfolgreiche Integration in den Arbeitsmarkt zu gewährleisten.
- Motivation: aus eigener Kraft etwas zu verändern