

Seja mentor, seja voluntário!
Apoie esta causa.

- * Está disponível para fazer parte de um programa inovador que valoriza a diversidade e promove a interculturalidade?
- * Tem abertura para o conhecimento e o contacto com novas realidades sociais e culturais?
- * Deseja contribuir para a inclusão social de cidadãos imigrantes em regime de voluntariado?
- * Quer apoiar um emigrante português que queira regressar a Portugal orientando para encontrar soluções adequadas à construção do seu novo projeto pessoal e profissional em Portugal?
- * Gostaria de se tornar mentor e, através de uma experiência de entretajuda, apoiar e orientar um cidadão imigrante numa necessidade específica?
- * Considera que as suas competências pessoais e profissionais podem ser utilizadas em prol de um processo de mentoria?

Apoio
CONFIANÇA
ORIENTAÇÃO
INTEGRAÇÃO
PARTILHA
IGUALDADE
ENTREAJUDA
CONHECIMENTO
ACOLHIMENTO
RESPONSABILIDADE

Programa **mentores** para **migrantes**

berra.design.pt

Acerca do ACM, IP:

O ACM, I.P., Instituto Público na dependência direta da Presidência do Conselho de Ministros, tem por missão colaborar na definição, execução e avaliação das políticas públicas, transversais e setoriais em matéria de migrações, relevantes para a atração dos migrantes nos contextos nacional, internacional e lusófono, para a integração dos imigrantes e grupos étnicos, em particular as comunidades ciganas, e para a gestão e valorização da diversidade entre culturas, etnias e religiões.

www.acm.gov.pt

www.facebook.com/ACMigracoes

Contactos e Informações:

ACM, IP

Rua Álvaro Coutinho, 14
1150-025 Lisboa

Telefone: 218 106 100

Email: mentores@acm.gov.pt

Mais informações e inscrições em:

<http://mentores.acm.gov.pt>

Ou numa entidade parceira na sua área de residência.

Programa **mentores** para **migrantes**

“SEJA A MUDANÇA
QUE DESEJA VER
ACONTECER
NO MUNDO.”

Mahatma Gandhi

Parceiro Cofundador:



Promovido por:



Programa mentores para Migrantes

O QUE É O PROGRAMA MENTORES?

É uma iniciativa que, através do voluntariado, pretende criar em Portugal uma experiência de encontro, entreajuda e conhecimento entre voluntários (cidadãos portugueses) e migrantes (emigrantes e imigrantes).

OBJETIVOS DO PROGRAMA:

- * Disponibilizar apoio, acompanhamento, orientação para a resolução de dificuldades ou preocupações dos imigrantes com vista à sua integração.
- * Disponibilizar formas de ligação, acompanhamento ou apoio ao regresso dos emigrantes portugueses.
- * Promover a igualdade de oportunidades.
- * Incentivar o voluntariado na sociedade em geral e/ou no âmbito da responsabilidade social das empresas.

"Neste Século já não há estrangeiros.
Já só há companheiros de viagem."

Amin Maalouf



EXEMPLOS DE APOIO DO MENTOR VOLUNTÁRIO.

AJUDAR A...

1. Procura de emprego

- * Fazer um *Curriculum Vitae* apelativo.
- * Preparar uma entrevista de emprego.

2. Empreendedorismo

- * Delinear um plano de negócio.
- * Contactar fornecedores e/ou a banca.

3. Saúde

- * Obter consulta no Centro de Saúde.
- * Escolher um seguro de saúde.
- * Procurar um médico de família.

4. Parentalidade

- * Encontrar uma escola.
- * Optar por uma creche ou uma ama.
- * Resolver sobre questões gerais de paternidade/maternidade.

5. Reagrupamento familiar

- * Criar condições para a chegada de familiares (aprender a língua, escolas, casa...).

6. Habitação

- * Analisar um contrato de arrendamento.
- * Pesquisar as melhores condições para o crédito à habitação.

7. Cidadania e participação

- * Criar uma associação.
- * Encontrar uma associação para realizar voluntariado.
- * Informar sobre o funcionamento da Administração Pública e dos partidos políticos.

8. Interculturalidade e Direitos Humanos

- * Procurar um local de culto de uma religião específica.
- * Conhecer melhor a cultura e os costumes portugueses.
- * Compreender atitudes dos vizinhos e colegas de trabalho.

9. Tempos livres e informações gerais

- * Conhecer o território onde vive e trabalha (espaços de lazer, associação, escola, coletividade).

10. Economia Familiar

- * Preencher declarações do IRS.
- * Refletir sobre a gestão do orçamento familiar.

11. Ensino e qualificação

- * Debater e identificar opções de ensino técnico e superior, incluindo universidades, politécnicos, cursos, saídas profissionais, etc.
- * Identificar estruturas de apoio a estudantes: alojamento, bolsas, etc.

12. Serviços públicos / benefícios sociais

- * Saber como proceder para aceder ao Serviço Nacional de Saúde, Instituições de Ensino, Apoio Jurídico, etc.
- * Conhecer condições e procedimentos de acesso a Abono de Família para Crianças e Jovens, Bolsa Social para estudantes, etc.

COMO FUNCIONA?

- * Inscrição em <http://mentores.acm.gov.pt>
- * Entrevista presencial para compreender melhor o Programa e explicar as motivações para se inscrever.
- * Identificação do cidadão imigrante ou emigrante que vai acompanhar na mentoria.
- * Definição e estabelecimento do compromisso (o que se pretende atingir, duração, etc.).
- * Encontros, reuniões, comunicações para avançar e alcançar o compromisso assumido.
- * Avaliação conjunta.

SER MENTOR É...

- * ...estabelecer um compromisso durante um período mínimo de 3 meses...
- * ... realizar reuniões quinzenais através de um suporte online e/ou num local a escolher entre as partes...
- * ...ter disponibilidade para prestar acompanhamento e/ou orientação...
- * ...para a resolução de uma ou mais necessidades identificadas pelo cidadão imigrante.

