



# ΣΕΓΕ

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΩΝ  
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ

## Πρόγραμμα Mentoring

Δωρεάν 2μήνο πρόγραμμα 1- to - 1 mentoring.  
από το Σύνδεσμο Επιχειρηματιών Γυναικών  
Ελλάδος



# Ποιες Είμαστε

Ο Σύνδεσμος Επιχειρηματιών Γυναικών Ελλάδος - Σ.Ε.Γ.Ε - είναι ένας πανελλήνιος μη κυβερνητικός και μη κερδοσκοπικός οργανισμός που ιδρύθηκε το **1997**, και απευθύνεται στις γυναίκες που ασκούν επιχειρηματική δραστηριότητα στην Ελλάδα.

**Η ενδυνάμωση, για την επιχειρηματική και διαπροσωπική εξέλιξη κάθε γυναίκας αποτελεί τον κεντρικό πυρήνα της φιλοσοφίας του Συνδέσμου Επιχειρηματιών Γυναικών Ελλάδος - Σ.Ε.Γ.Ε.**

Ο Σ.Ε.Γ.Ε. αποτελείται από **1.500 ενεργά εγγεγραμμένα μέλη** και κατέχει ένα ευρύ φάσμα δικτύου οργανισμών σε όλη την Ευρώπη.

Στόχος του Σ.Ε.Γ.Ε. μέσα από την υλοποίηση δράσεων όπως Συμβουλευτική, Εκπαίδευση, Mentoring κ.ά. είναι η **ανάπτυξη του Γυναικείου Επιχειρείν** καθώς και η **στήριξη της βιωσιμότητας της Γυναικείας Επιχείρησης.**

Παράλληλα, ο Σ.Ε.Γ.Ε. κινείται έμπρακτα με **δράσεις** που σκοπό έχουν την **ενδυνάμωση για κάθε γυναίκα** προκειμένου αυτή να βρει την **επαγγελματική και διαπροσωπική κατεύθυνση που της αξίζει.**

**Μέχρι σήμερα έχουν εκπαιδευτεί περισσότερες από 10.000 γυναίκες και έχουν υλοποιηθεί 17 ευρωπαϊκά προγράμματα.**

## Βασικοί άξονες Λειτουργίας

- Εκπαιδευση γυναικών με στόχο την προσωπική και οικονομική τους ενδυνάμωση.
- Διοργάνωση συνεδρίων και εκδηλώσεων για την γυναικεία ενδυνάμωση και επιχειρηματικότητα.
- Δικτύωση επιχειρήσεων εντός και εκτός συνόρων, ώστε να ανταλλάσσουν εμπειρίες και να αναζητούν νέους συνεργάτες.
- Mentoring και Coaching σε γυναίκες που είτε είναι επιχειρηματίες, είτε επιθυμούν να γίνουν.
- Ενίσχυση της νεανικής επιχειρηματικότητας
- Οικονομική, επαγγελματική και επιχειρηματική ενίσχυση σε γυναίκες θύματα βίας με στόχο την επαγγελματική ένταξή τους
- Προώθηση της ισότητας και της συμπερίληψης σε επιχειρήσεις και οργανισμούς

# Πρόγραμμα Mentoring

## *Τι είναι το mentoring*

Το mentoring προτείνει πρακτικές συμβουλές που απομυθοποιούν τις δυσκολίες και δημιουργούν συνθήκες ανάπτυξης και προόδου.

Το mentoring είναι εμπιστευτικό, συνεργατικό και βοηθητικό και διαρκεί για καθορισμένη χρονική περίοδο.

Είναι ένα πρόγραμμα που θα πρέπει να είναι κάτι ευχάριστο τόσο για την mentee όσο και για την mentor, ώστε να μπορούν και οι δύο να δημιουργήσουν μια σχέση επικοινωνίας, εμπιστοσύνης και να ενδυναμωθούν πραγματικά.

***Εάν η σχέση αυτή πετύχει ενισχύει το συναίσθημα της αυτοπεποίθησης και θα βοηθήσει στην ανάπτυξη και των δύο μερών.***



# Πρόγραμμα Mentoring

## *Γιατί να γίνεις Mentor*

### ***Ενισχύει τις ηγετικές και προπονητικές δεξιότητες***

Ο δυναμικός ρόλος του mentor, σας επιτρέπει να εξασκείτε την ενεργητική ακρόαση και να παρέχετε ανατροφοδότηση, καθώς ενθαρρύνετε και καθοδηγείτε την καθοδηγούμενη σας να επιτύχει τους στόχους της. Αυτός είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να εμβαθύνετε την ενσυναίσθηση σας για τα νεότερα άτομα και να μάθετε πώς να τα υποστηρίξετε καλύτερα.

### ***Προσφέρει προσωπική ικανοποίηση***

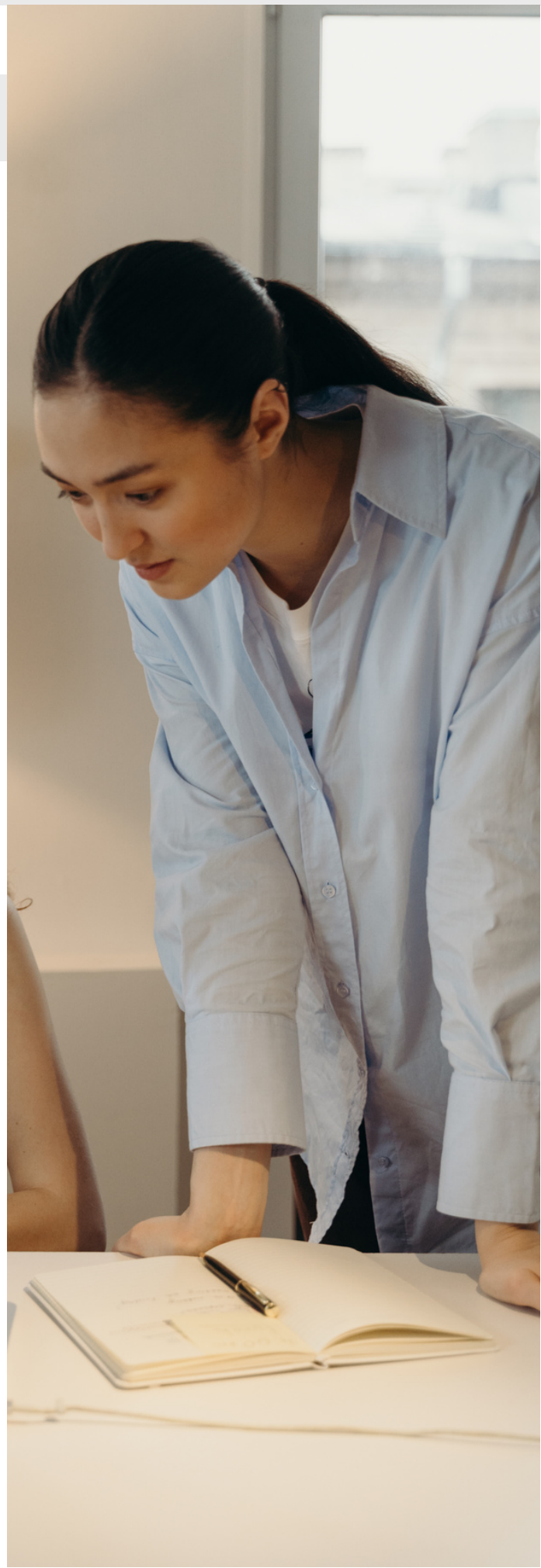
Συνεισφέροντας στην ανάπτυξη κάποιου άλλου και επηρεάζοντας θετικά την ανάπτυξή του, πολλοί μέντορες βρήκαν τη συμμετοχή στο πρόγραμμα μια προσωπικά ικανοποιητική εμπειρία.

### ***Μάθετε από μια διαφορετική οπτική γωνία***

Η διαφορετική οπτική γωνία μιας καθοδηγούμενης μπορεί να αμφισβητήσει τις υπάρχουσες απόψεις σας και να σας ενθαρρύνει να αναλογιστείτε και να αξιολογήσετε τις τρέχουσες προσεγγίσεις σας.

### ***Δημιουργεί ουσιαστικές συνδέσεις***

Η εμπιστοσύνη και η υποστήριξη που δημιουργείται με την καθοδηγούμενη σας και τις άλλες συμμετέχουσες στο πρόγραμμα, μπορεί να είναι η αρχή πολύτιμων σχέσεων, ίσως εκείνων που εκτείνονται ακόμη και πέρα από τη διάρκεια του προγράμματος.



# Πρόγραμμα Mentoring



## *Γιατί να γίνεις Mentee*

### **Προσφέρει συμβουλές και διορατικότητα**

Θα λάβετε καθοδήγηση από τη μέντορά σας για την ανάπτυξη των δυνατών σας σημείων, την υπέρβαση των αδυναμιών και την αντιμετώπιση των συγκρούσεων τόσο σε προσωπικό όσο και σε επαγγελματικό τομέα.

### **Υποστηρίζει τον εντοπισμό μελλοντικών επαγγελματικών μονοπατιών**

Καθώς συνεχίζετε να εξερευνάτε την κατεύθυνση προς την οποία θέλετε να κατευθυνθείτε. Η μέντοράς σας μπορεί να διευκολύνει και να ενθαρρύνει την εξερεύνηση σε νέες δυνατότητες σταδιοδρομίας και απασχόλησης.

### **Υλοποίηση συγκεκριμένων στόχων και αποτελεσμάτων**

Καθώς μαθαίνετε από τις εμπειρίες και τις γνώσεις της mentor σας, θα έχετε κάποιον να σας βοηθήσει να επιτύχετε τους επαγγελματικούς/προσωπικούς σας στόχους. Θα μπορείτε επίσης να δημιουργήσετε νέες ιδέες και λύσεις μαζί.

### **Δημιουργία ενός νέου δικτύου**

Καλλιεργήστε ένα εμπνευσμένο και ισχυρό δίκτυο για να θέσετε τα θεμέλια για να εξερευνήσετε νέες ευκαιρίες αλλά και εμπειρίες.

# Πρόγραμμα Mentoring

## Ο ρόλος της Mentor

**Ο ρόλος μιας mentor είναι να βοηθήσει την mentee να αναπτυχθεί ως άτομο και να γίνει η καλύτερη εκδοχή του εαυτού της.**

Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει πρακτικές όπως να βοηθήσει στους προσωπικούς ή επαγγελματικούς σας στόχους της καθοδηγούμενης, να την μυήσει σε νέους τρόπους σκέψης, να αμφισβητήσει τις περιοριστικές της υποθέσεις και να μοιραστεί πολύτιμα μαθήματα ζωής.

Η mentor θα πρέπει να ακούει και να ρωτάει την mentee, να μοιράζεται σκέψεις γνώσεις και εμπειρίες, να την υποστηρίζει στην διερεύνηση και αποσαφήνιση των εκπαιδευτικών και επαγγελματικών της στόχων.



## Ο ρόλος της Mentee

**Η επιτυχία ενός προγράμματος καθοδήγησης εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την mentee.**

**Η mentee πρέπει να είναι πρόθυμη να συνεργαστεί με τη mentor και να επικοινωνήσει με σαφήνεια τι αναζητά και τι θέλει από το πρόγραμμα.**

Είναι σημαντικό να κάνει ερωτήσεις για να αποκομίσει στο μέγιστο τα οφέλη των γνώσεων της mentor. Η mentee πρέπει να αφιερώσει χρόνο για να συνεργαστεί με τη mentor, θα πρέπει να έρχεται προετοιμασμένη με ερωτήσεις που μπορεί να διαθέτει. Θα πρέπει να μπορεί να ακούει και να συμβουλευείται από όλα όσα λέει η mentor και να ενημερώνει για απορίες.



# Πρόγραμμα Mentoring

## Σκοπός και Στόχοι του προγράμματος

Ο Σύνδεσμος Επιχειρηματιών Γυναικών Ελλάδος, θέλοντας να είναι δίπλα σε κάθε γυναικά και τα ονειρά της δημιουργήσε το **πρόγραμμα mentoring**.

Σκοπός της δράσης είναι **γυναϊκές από όλη την Ελλάδα**, ανάλογα με τις ανάγκες τους, να λαμβάνουν **δωρεάν**:

### 2μήνο πρόγραμμα ατομικού mentoring (διάρκειας 6 ωρών)

Ο στόχος του προγράμματος είναι, οι γυναίκες συμμετέχουσες :

- Να προσδιορίσουν τις εργασιακές τους αξίες
- Να αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά τις προκλήσεις που συναντούν στην επαγγελματική ζωή.
- Να ανταλλάξουν εμπειρίες και να δεχτούν καθοδήγηση
- Να προσδιορίζουν την επαγγελματική τους ταυτότητα
- Να εκπαιδευτούν σε τρόπους λήψης αποφάσεων
- Να εξερευνήσουν νέους τομείς ανάπτυξης





# Δομή προγράμματος

## 1.Πρόσκληση Mentors και Mentees - Αιτήσεις συμμετοχής

Στην αίτηση οι Mentors καλούνται να δώσουν πληροφορίες που αφορούν την επαγγελματική τους σταδιοδρομία/ το εκπαιδευτικό τους υπόβαθρο.

Από την άλλη μεριά, οι Mentees καλούνται να δώσουν πληροφορίες για τους τομείς του ενδιαφέροντός τους, όπως και τις προσδοκίες τους από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα.

## 2.Ομαδική Συνάντηση Mentors

Θα πραγματοποιηθεί μια ομαδική συνάντηση με τις mentors, με σκοπό την εκπαίδευση των τους στις αρχές και τη φιλοσοφία του mentoring, αλλά και στις διαδικασίες του προγράμματος.

## 3.Δημιουργία ζευγαριών (Mentors-Mentees)

Ακολουθεί η διαδικασία της σύζευξης mentors και mentees, το οποίο εξαρτάται από τις πληροφορίες που έχουν δώσει στην αίτησή τους και τις ανάγκες που επιθυμούν να καλύψουν οι ενδιαφερόμενες συμμετέχουσες. Η διαδικασία αυτή υλοποιείται από την ομάδα του προγράμματος.

## 4.Πραγματοποίηση ατομικών συναντήσεων

Οι mentors και οι mentees σχεδιάζουν και πραγματοποιούν ατομικές συναντήσεις, τις οποίες καθορίζουν μεταξύ τους. Η mentor και η mente θα καθορίσουν το τρόπο επικοινωνίας τους. Οι ατομικές συνεδρίες θα πρέπει να έχουν ολοκληρωθεί έως τέλος Ιουνίου του 2023.

## 5.Διαδικασία παρακολούθησης & υποστήριξης του Προγράμματος

Κατά τη διάρκεια του προγράμματος θα αποσταλεί στις Mentors και στις Mentees, ερωτηματολόγιο όπου θα ζητείται η άποψή τους για την πορεία των συναντήσεών τους. Για οποιαδήποτε δυσκολία προκύψει, οφείλουν να απευθυνθούν στο Σ.Ε.Γ.Ε. ώστε λάβουν άμεση υποστήριξη.

## 6.Τελική Ομαδική Συνάντηση & Hackathon Γυναικείας Επιχειρηματικότητας

Στο κλείσιμο του προγράμματος θα πραγματοποιηθεί ευχαριστήρια εκδήλωση με όλες τις συμμετέχουσες και για όσες από τις mentees επιθυμούν, θα τους δοθεί η δυνατότητα να συμμετέχουν και στο Hackathon Γυναικείας Επιχειρηματικότητας (Σεπτέμβριος 2023).

## Η δέσμευση μας

Να είμαστε διπλά σε κάθε γυναίκα και το όραμα της!



**ΣΕΓΕ**

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΩΝ  
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΕΛΛΑΔΟΣ

Ολυμπίου Διαμαντή 14  
Τ.Κ. 54626, Θεσσαλονίκη

+30 2310 224440

[info@sege.gr](mailto:info@sege.gr)

[www.sege.gr](http://www.sege.gr)