



3 Kitchens

Volunteer • Seek Employment • Become an Entrepreneur

Mentorskap Guide

3kitchens.eu



Co-funded by
the European Union

01 Projektpresentation

02 Organisation

03 Lansering av programmet

04 Workshops



3 Kitchens

Volunteer • Seek Employment • Become an Entrepreneur



Co-funded by
the European Union



01 | Projekt Presentation

THREE KITCHENS MENTORSKAPSPROGRAM BYGGER PÅ TVÅ GRUNDPELARE:

1. Enskilda möten mellan en adept och en mentor;
2. Skräddarsydda, kollektiva och deltagande möten med fokus på entreprenörskap och "social kompetens", som drivs av möten och partnerskap initierade av Three Kitchens-koordinatörn.

SAMORDNING

THREE KITCHENS drivs av ett konsortium av partners vars mål är att definiera programmets övergripande strategi och säkerställa dess styrning. 3 Kitchens-koordinatörn identifierar mentorer och sponsor för varje upplaga och ansvarar för att välja ut adepter och definiera paren.

VARFÖR MENTORSKAP?

Principen för mentorskap är att sätta en erfaren, aktiv person i kontakt med någon vars projekt eller karriär fortfarande är under utveckling.

Denna relation är oerhört värdefull eftersom den erbjuder en konfidentiell och stimulerande plats där du kan bli lyssnad på och uppmuntrad i din professionella roll och dina val. I den meningen är mentorskap ett kraftfullt verktyg för att utveckla och upprätthålla ditt företag eller din karriär.

Genom att överföra erfarenhet och kunskap om interpersonella färdigheter ger det ett praktiskt svar på de hinder som kvinnor möter när de startar egna företag:

- utveckla nya tekniska färdigheter;
- skapa eller stärka ett professionellt nätverk;
- genom att främja framgångsrika kvinnliga förebilder;

VIKTIGA PUNKTER

Mentorskap är en ömsesidig, frivillig och omtänksam relation mellan en erfaren kvinna och en migrantkvinna som är intresserad av den kulinariska sektorn.

Det är en osjälvisk, stimulerande och konstruktiv relation baserad på aktivt lyssnande. Mentorn är en förebild för framgång och en inspirationskälla.

Han eller hon kommer att arbeta med adepten för att förbättra hans eller hennes ledarskapsförmågor och uppmuntra honom eller henne att utmärka sig! Mentorskap är inte coachning, handledning, moderskap eller terapi.

Det är ett genuint erfarenhetsutbyte som gynnar båda parter. Mentorn finns där för att stödja och uppmuntra adepten, men inte för att tala om för hen vad hen ska göra.

02 | Organisation

ORGANISATION PRAKTISKT

Samordnaren för 3 Kitchens ansvarar för följande uppgifter:

- samordna och övervaka programmets genomförande; - organisera och sprida inbjudan att ansöka från potentiella adepter; träffa och öka medvetenheten bland framtida mentorer;
- Förbereda framtida adepter för programmet;
- välja tjänsteleverantörer för att genomföra och organisera de olika gruppevenemangen; - säkerställa att workshopparna löper smidigt: informationsdelning, genomförande, individuell uppföljning av deltagarna etc.;
- att leda nätverket av mentorer och adepter på lång sikt; - kommunicera med allmänheten, partners och institutioner;
- se till att det finns ett gott samspel mellan mentor-mentee-paren;

MENTOR-ADEPT-RELATIONEN

3 KITCHENS-mentorn är en erfaren entreprenör eller chef från branschen som förmedlar sin erfarenhet och professionella bakgrund. Relationen mellan mentorn och adept bygger i huvudsak på know-how snarare än know-how: **mentorn är inte där för att lära adepten hennes jobb, utan för att lära henne hur man blir en person som tar sin position som ledare.**

På så sätt hittar adepten en inspirationskälla i sin mentors erfarenhet och kan utveckla och upprätthålla sin verksamhet.

Slutligen är mentor-adept-relationen i själva verket trepartsrelationen, eftersom den involverar 3 Kitchens-koordinatören som följer paren genom hela programmet.

REKRYTERING AV MENTORER

För att gå med i 3 KITCHENS måste mentorn uppfylla professionella kriterier (erfarenhet, affärsutveckling, jobbskapande) samt relationella och etiska kriterier (lyssna, empati, respekt, solidaritet).

Mentorn måste särskilt identifieras utifrån sina meriter och sina framgångar i sina affärsverksamheter (oavsett om de är ekonomiska eller i termer av anseende), vilket gör henne till en legitim figur.

Vid kontakt är det viktigt att säkerställa att THREE KITCHENS värderingar respekteras, att profilen är lämplig och att kandidaten är genuint motiverad, engagerad och tillgänglig.

När mentorerna har identifierats och valts ut skickas ett frågeformulär till dem för att samla in mer information och förbereda dem för matchningsprocessen med adepterna.

INBJUDAN TILL ANSÖKNINGAR FRÅN ADEPTDELTAGARE

Mentorerna är entreprenörerna som stöds av 3 KITCHENS. Att rekrytera dem innebär att kommunicera om mentorskap och uppmuntra potentiella mentorer att ansöka.

- Steg 1 - information om mentorskap och 3 KITCHENS-programmet
- Steg 2 - Lägg ut inbjudan att lämna in ansökningar online på webbplatsen;
- Steg 3 - Sprid och vidarebefordra denna inbjudan så brett som möjligt via media, samordnarens kommunikationsverktyg (nyhetsbrev, webbplats, sociala nätverk) och branschorganisationer.

De viktigaste urvalskriterierna för adepter är:

- intresse för och motivation för mentorskap
- kunskaper i värdlandets språk;
- förväntningar på mentorn och programmet;

- tillgänglig på workshopdatumen.

03 | Lansering av programmet

MATCHNINGSMETOD

3 Kitchens-koordinatörn måste sedan besluta om det slutgiltiga valet av kandidater och godkänna förslagen på matchning av mentor/adept. Mentorn måste sedan validera adeptens val (3 Kitchens-koordinatörn har skickat frågeformuläret till henne).

När alla kandidater har validerats av sina mentorer måste 3 Kitchens-koordinatörn informera alla individuellt om resultaten.

PRESENTATION AV MENTORSKAP ADEPT

När paren har bildats och slutgiltigt godkänts kommer 3 Kitchens-koordinatörn att skriva ett mejl till varje par för att sätta mentorn och adepten i kontakt med varandra och berätta om nästa steg.

Det här är ett bra tillfälle att påminna dem om hur programmet fungerar, att upprepa vikten av att de deltar i de olika workshopparna och att skicka dem några verktyg, särskilt etikstadgan och mentorskapsavtalet, för granskning.

LANSERINGS MÖTE

Detta möte är programmets första gemensamma evenemang och sammanför mentorer och adepter, 3 Kitchens-koordinatörn och kursens sponsor för att ge en chans att träffas och lära sig mer om mentorskap. Det äger rum under en halv dag.

Mötets mål:

Samordnaren för 3 Kitchens välkomnar deltagarna och paren skriver under de etiska stadgarna;

Presentation av 3 KÖK: skapandets kontext och utmaningar; Presentation av gruppen ("isbrytning" - 1 tim 30 min): denna del är särskilt viktig för att skapa länkar mellan alla deltagare i programmet och för att hjälpa dem att identifiera de olika profilerna; En expert på integration av migrantkvinnor / kulinariska industrin: historia, fakta och siffror;

VERKTYG

3 Kitchens har flera verktyg till sitt förfogande för att stödja programmet:

Etisk stadga

Vitbok

Anställningsbarhetsprogram

Workshopens agenda

Frågeformulär för adepter frågeformulär för mentorer

04 | Workshops

WORKSHOPS

Workshop är en möjlighet att hitta svar på praktiska problem som berör kvinnliga entreprenörer genom att kontakta experter, eller att friska upp sina kunskaper i mer tekniska ämnen. Varje workshop äger rum under en halv dag (dvs. 4 timmar), helst inom ett systematiskt tidsintervall/dag och på en enda plats.

3 KITCHENS erbjuder minst två workshops med följande teman:

1 - Tekniska färdigheter inom livsmedelsindustrin

- Hygiansäkerhet,
- Kulinarisk utbildning,
- Digital utbildning,
- Eko-ansvar,

2 - Självförbättringsfärdigheter:

- Ledarskap och personlig balans
- Mentorskap
- Offentliga tal
- Teknisk intervju
- Sexism

3 - Arbetsfärdigheter:

- Jobbmöjligheter,
- CV,
- Sök jobb,
- Ytterligare färdigheter.

Workshop är öppna för både adepter och mentorer. Det krävs dock att adepter deltar (som ett villkor för att ansökan ska godkännas), medan mentorer starkt rekommenderas. Vissa workshops kan också erbjuda snabba möten, så att varje adept kan ställa en fråga till talaren individuellt, på ett mer konfidentiellt sätt.

INDIVIDUELLA MÖTEN

3 KITCHENS ber varje par att träffas minst en gång varannan månad som en del av programmet.

Dessa möten måste definieras så snart mentor och adept har träffats: hur ofta, var, hur länge osv. E-post, sms eller samtal kan också användas för att upprätthålla länken utanför dessa möten.

Dessa möten parvis ger möjlighet att definiera mål, diskutera de problem som adepten stött på, utvärdera framsteg och pågående åtgärder, utbyta idéer och så vidare. Det är vid denna tidpunkt som mentorn kan dela med sig av sina erfarenheter och föra vidare det hon lärt sig till adepten, så att denne kan gå vidare i både sin hållning och sitt affärsprojekt.

Även om möten ansikte mot ansikte självklart är viktiga, bör digitala verktyg inte försummas, eftersom de kan vara ett bra alternativ om möten eller workshops inte kan hållas.

AVSLUTNINGSEVENEMANG

I slutet av workshops och de fem månader som programmet varar kan ett avslutningsevenemang anordnas för att ge feedback och utvärdera vad som lärts. Huvudsyftet är att sätta adepter och mentorer i kontakt med varandra. Detta trevliga evenemang för deltagare, partners, institutioner och press är ett tillfälle att gå igenom 3 KITCHENS mål, presentera det utförda arbetet och tacka alla inblandade personer och institutioner.

UTVÄRDERINGAR

En utvärdering genomförs under de 5 månaderna och i slutet av programmet: individuell bedömning genom intervju: rent kvalitativ feedback och fritt format; individuell utvärdering "under arbetets gång", med ett frågeformulär som skickas ut i slutet av varje workshop; individuell utvärdering genom frågeformulär som täcker hela programmet efter programmets slut (bedömning och framtidsutsikter).

Dessa tre typer av bedömningar kompletterar varandra och kräver avsevärd ledningstid. 3 KITCHENS-teamet sprider ut dem över tid, utan att starta dem för tidigt (för att ha tillräckligt med material).

Resultaten används för att bedöma effekten av 3 KITCHENS, och i synnerhet för att kontrollera om programmet har uppnått sina mål vad gäller nätverk, professionalisering och interpersonella färdigheter.

De kvalitativa och kvantitativa utbytena med adepterna fungerar som en grund för att förbättra 3 KITCHENS, i syfte att utforma ett konkret och pragmatiskt projekt som uppfyller deras behov.

05 |



3 Kitchens

Volunteer • Seek Employment • Become an Entrepreneur



Detta projekt har finansierats med stöd från Europeiska kommissionen. Denna publikation [meddelande] återspeglar endast författarens åsikter, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för någon användning som kan göras av informationen däri.



Detta arbete görs tillgängligt som en del av det europeiska projektet THREE KITCHEN, som drivs av KROKOMS KOMUN, Le LABA, Marie Curry, MMS MOMENTUM MARKETING SERVICES LIMITED och Stichting Go-Woman Alliance Europe.

2023-1-SE01-KA220-ADU-000155423 enligt villkoren i [Creative Commons Attribution 4.0 Internationell Licens](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).