



# Regulamento Interno

## PROGRAMA DE MENTORIA DA ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DO INSTITUTO POLITÉCNICO DO PORTO

PORTO, 2026

ARTIGO 1º

## OBJETO

O presente Regulamento tem por base o Regulamento P. PORTO/P-003/2025 e destina-se a enquadrar e regular o Programa de Mentoria Interpares da Escola Superior de Educação do Politécnico do Porto, doravante designado por MiP. Este Programa é uma iniciativa da Escola Superior de Educação do Politécnico do Porto (ESE-P. Porto) e do Conselho Pedagógico (CP), coordenada pela Comissão de Mentoria (CM), em parceria com a Associação de Estudantes da ESE (AESEEP). A participação no MiP é totalmente voluntária e inclui propostas de Mentoria IN e OUT, para MENTORES/AS e MENTORADOS/AS.

## ARTIGO 2º

### ÂMBITO

#### 1. O que é a Mentoria IN?

A **Mentoria IN** é uma forma de mentoria interpares que liga:

- Estudantes atuais da **ESE – P. Porto** e;
- Novos estudantes, nacionais e/ou internacionais.

Ao longo do programa, mentores e mentorados interagem regularmente com o objetivo de:

- Facilitar a integração dos estudantes na ESE;
- Apoiar a adaptação à vida académica;
- Promover a partilha de experiências entre pares;
- Desenvolver competências pessoais e transversais;
- Dar a conhecer a instituição e os seus recursos.

A Mentoria IN pretende promover uma integração positiva dos estudantes, contribuindo para o **sucesso académico, o convívio e o intercâmbio cultural** na comunidade académica.

#### 2. O que é a Mentoria OUT?

A **Mentoria OUT** é uma forma de mentoria que liga:

- Estudantes finalistas ou diplomados recentes da **ESE – P. Porto** e;
- Profissionais com experiência no mercado de trabalho.

Ao longo do programa, mentores e mentorados reúnem-se regularmente para abordar temas como:

- Percursos profissionais;
- Inserção no mercado de trabalho;
- Desenvolvimento de competências;
- Estratégias de empregabilidade;
- Desafios das diferentes áreas profissionais.

O objetivo é apoiar uma **transição para o mundo do trabalho mais informada, confiante e estratégica**.

## ARTIGO 3º

### OBJETIVOS

#### 1. A Mentoria IN pretende:

- Facilitar a integração dos novos estudantes na ESE – P. Porto;
- Apoiar a adaptação à vida académica, social e cultural;

- Promover o envolvimento de estudantes de anos mais avançados no acolhimento dos/as novos/as colegas;
- Incentivar a partilha de experiências e conhecimentos entre estudantes;
- Desenvolver competências pessoais, sociais e académicas;
- Reforçar o sentimento de pertença à comunidade académica;
- Promover o respeito pela diversidade e o espírito de colaboração;
- Contribuir para a prevenção do abandono escolar e para o sucesso académico;
- Estimular a participação em atividades extracurriculares de aprendizagem e desenvolvimento pessoal.

2. A **Mentoria OUT** pretende:

- Aproximar estudantes e diplomados ao mundo profissional;
- Promover a partilha de experiências entre Alumni e estudantes da ESE;
- Desenvolver competências pessoais e profissionais;
- Estimular a reflexão sobre objetivos e escolhas de carreira;
- Reforçar a ligação entre a ESE – P. Porto e o meio profissional envolvente.

**ARTIGO 4º**

**MENTORES E MENTORADOS**

**Quem pode participar?**

1. **Mentoria IN**

**Como mentor/a:**

- Estudantes da **ESE – P. Porto** (nacionais ou internacionais);
- **Estudantes que frequentem a instituição há pelo menos um ano;**
- Estudantes que reúnam as **condições para acompanhar colegas** que necessitem e requeiram apoio, independentemente do ano que frequentam.

**Como mentorado/a:**

- Estudantes da **ESE – P. Porto** (nacionais ou internacionais)
- Que frequentem **pela primeira vez** qualquer ciclo de estudos na instituição
- Que necessitem de **apoio em qualquer área relacionada com a vida académica**, que possa ser oferecido pelos seus pares

2. **Mentoria OUT**

**Como mentor/a:**

- **Alumni do P. PORTO** com experiência profissional relevante;
- Profissionais de **instituições parceiras da ESE – P. Porto.**

**Como mentorado/a:**

- Estudantes **finalistas da ESE – P. Porto;**
- Diplomados da ESE – P. Porto em início de carreira.

**ARTIGO 5º**

**BOLSA DE MENTORES**

**O que é a Bolsa de Mentores?**

1. **Mentoria IN**

O programa dispõe de uma **Bolsa de Mentores**, composta por estudantes da ESE – P. Porto disponíveis para acompanhar novos estudantes.

Esta bolsa permite:

- Atribuir mentores aos novos estudantes de forma adequada;
- Facilitar a integração académica e social;

- Promover a partilha de experiências entre estudantes;
- Reforçar o espírito de entajuda na comunidade académica.

## 2. Mentoria OUT

O programa dispõe de uma **Bolsa de Contactos de Mentores**, que integra:

- *Alumni* da ESE disponíveis para orientar estudantes;
- Profissionais de instituições e organizações parceiras.
- Que aceitem participar de forma voluntária e não remunerada.

Esta bolsa permite:

- Ajustar o perfil do mentor às áreas de interesse do estudante;
- Garantir diversidade de áreas profissionais;
- Reforçar a rede de contactos da ESE – P. Porto.

## ARTIGO 6º

### REGIME DE FUNCIONAMENTO DO PROGRAMA

#### 1. Mentoria IN

##### Candidatura a mentorado/a:

Os novos estudantes podem inscrever-se como **mentorados/as** através do preenchimento do formulário disponível em:

<https://www.ipp.pt/mentoria>

- A inscrição deve ser realizada **preferencialmente no início de cada ano letivo**, podendo ocorrer em qualquer momento do ano.
- Cada mentorado/a será **acompanhado/a por um/a mentor/a** ao longo do programa. De referir que, por decisão dos estudantes envolvidos e da CM, podem existir diferentes modelos de mentoria, para além do modelo tradicional de um/a mentor/a para um/a mentorado/a, incluindo a **mentoria em grupo**,
- As sessões podem ser **presenciais, online ou em formato misto**.

##### Candidatura a mentor/a:

As candidaturas para mentores/as são abertas **no segundo semestre de cada ano letivo e decorrem até ao início do ano letivo seguinte**.

O processo inclui:

1. Preenchimento do formulário disponível em <https://www.ipp.pt/mentoria>
2. Envio da **carta de compromisso**, disponível na mesma página.
3. Participação **obrigatória** numa **sessão de formação e esclarecimento para mentores**, realizada no início do ano letivo.

Os candidatos serão **informados do resultado da candidatura por via eletrónica**.

#### 2. Mentoria OUT

O programa decorre em **edições anuais**.

- Em cada edição, a bolsa de mentores é atualizada.
- A duração e o número de encontros entre mentores e mentorados/assão definidos em cada edição.

- As sessões podem ser **presenciais, online ou em formato misto**.
- Cada mentorado/a é acompanhado/a por um/a mentor/a ao longo do programa.
- Poderá haver a possibilidade de *job shadowing* entre mentorado/a e mentor/a por um período acordado entre ambas as partes.

#### ARTIGO 7º

##### COORDENAÇÃO DO PROGRAMA

O Programa é coordenado pela **Comissão de Mentoria (CM) em parceria com a Associação de Estudantes da ESE (AEESEP)**.

Compete à Comissão:

- Divulgar o Programa Mentoria IN/OUT;
- Promover ações de formação para mentores;
- Organizar o processo de análise das candidaturas;
- Constituir os pares mentor/a–mentorado/a;
- Acompanhar o desenvolvimento do programa;
- Recolher feedback dos participantes e propor melhorias.

#### ARTIGO 8º

##### AVALIAÇÃO E CERTIFICAÇÃO

No final de cada edição:

- Os participantes são convidados a avaliar a experiência;
- Os mentores devem elaborar um relatório do processo de acompanhamento.

Será emitido **certificado de participação** aos mentores que cumpram os requisitos definidos.

#### ARTIGO 9º

##### DISPOSIÇÕES GERAIS E FINAIS

Qualquer situação não prevista neste regulamento será analisada pelo **Conselho Pedagógico da ESE – P. Porto**, em articulação com a **Comissão de Mentoria**.

#### ARTIGO 10º

##### ENTRADA EM VIGOR

O presente Regulamento entra em vigor na data da sua publicação.