

MENTORÍA A FAMILIAS



¿QUÉ ES LA MENTORÍA?

- Familias que acompañan a otras familias.
- Relación basada en la confianza, el apoyo mutuo y el aprendizaje compartido.

¿PARA QUÉ MENTORIZAR?



Facilitar el crecimiento de las competencias familiares.



Ampliar la red social y comunitaria.



Fortalecer la autonomía y el bienestar.

¿A QUIÉN MENTORIZAR?



Familias monoparentales o monomarentales que no tiene red de apoyo.



Familias en situación de riesgo y vulnerabilidad.



Familias que han realizado proceso migratorio.

¿CÓMO FUNCIONA?



1
Entrevista inicial.



2
Buscamos el mejor "match".



3
Inicio del acompañamiento.



4
Encuentro semanal.



5
Duración aproximada de 9-12 meses.



6
Formación y acompañamiento para familias mentoras y mentorizadas.



7
Equipo técnico profesional siempre disponible.



Empieza en septiembre

CONTACTO:



mentoriam@bidegintza.org



mentoriasocial@edefundazioa.org

bidegintza

gizarte
ekimeneko
kooperatiba

EDE





Mentoría a familias

Familias acompañando a familias



¿Qué es?

Un programa para **ayudar y acompañar a otras familias**.

Una familia que ya conoce el barrio y sus recursos acompaña a otra familia que necesita apoyo.

Las dos familias se conocen, hablan, pasan tiempo juntas y se ayudan.

Por ejemplo, una familia mentora puede ayudar a

- Conocer el barrio.
- Saber dónde pedir ayuda.
- Conocer recursos y servicios.
- Hacer pequeñas gestiones
- Conocer el colegio.
- Buscar actividades para los niños y niñas.
- Compartir momentos de ocio.
- Hablar sobre la crianza de los hijos e hijas.
- Conocer a otras personas y familias.

A veces acompañamos a **familias que acaban de llegar a nuestro país**. Otras veces acompañamos a **madres o padres que se sienten solos** y necesitan alguien con quien hablar y compartir.

¿Qué podemos conseguir?

Con este programa podemos:

- Conocer gente nueva.
- Aprender cosas nuevas.
- Conocer otras culturas.
- Sentirnos acompañados.
- Mejorar las relaciones familiares.
- Tener más confianza en nosotros mismos.
- Compartir buenos momentos.
- Pasarlos bien juntos.

¿Quién puede ser una familia mentora?

Puede ser una persona o una familia que:

- Sea madre o padre, o tenga experiencia acompañando a familias.
- Esté en un buen momento de su vida.
- Tenga sus necesidades básicas cubiertas.
- Quiera ayudar a otra familia de forma voluntaria.
- Sepa escuchar.
- Sea respetuosa y comprensiva. Tenga paciencia
- Le guste conocer personas nuevas.
- Tenga ganas de aprender.

¿Qué tengo que hacer?

- El compromiso es de 9 a 12 meses.
- La familia mentora dedica aproximadamente 2 horas a la semana para estar con la familia que acompaña.

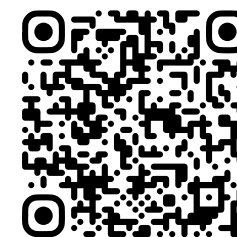
Podéis hacer diferentes cosas:

- Tomar un café juntos.
- Dar un paseo.
- Acompañar al colegio.
- Conocer el barrio.
- Ayudar con alguna pequeña gestión.
- Hacer una actividad con los niños y niñas.
- Hablar y compartir experiencias.

Lo más importante es estar **juntas, ayudarse y pasarlo bien. Lo hacemos juntas**.

No se trata de que una familia ayude a otra porque sabe más. **Las dos familias pueden aprender y ayudarse**. Cada familia tiene sus propias experiencias, conocimientos y cosas que enseñar.

Información web



**Me apunto,
¿cómo contacto?**



Correo electrónico

mentoriasocial@edefundazioa.org
mentoria@bidegintza.org



Familiantzako mentoria

Familiak familiei laguntzen



Zer da?

Beste familiei **laguntzeko programa bat da.**

Auzoa eta bere baliabideak ezagutzen dituen familia batek laguntza behar duen beste familia bati laguntzen dio.

Bi familiek elkar ezagutzen dute, hitz egiten dute, denbora ematen dute elkarrekin eta elkarri laguntzen diote.

Adibidez, familia mentore batek honetan lagundu ahal du:

- Auzoa ezagutzen.
- Laguntza non eskatu jakinarazten.
- Baliabideak eta zerbitzuak ezagutzen.
- Kudeaketa txikiak egiten.
- Ikastetxea ezagutzen.
- Haurrentzako jarduerak bilatzen.
- Aisia-uneak partekatzen.
- Seme-alaben hazkuntzari buruz hitz egiten.
- Beste pertsona eta familia batzuk ezagutzen.

Batzuetan **gure herrira iritsi berri diren familiei**

laguntzen diegu.

Beste batzuetan, bakarrik sentitzen diren eta hitz egiteko eta partekatzeko norbait behar duten gurasoei laguntzen diegu.

Zer lortu ahal dugu?

Programa honekin honakoak lortu ahal ditugu.

- Jende berria ezagutzea.
- Gauza berriak ikastea.
- Beste kultura batzuk ezagutzea.
- Lagunduta sentitzea.
- Familia-harremanak hobetzea.
- Geure buruarengan konfiantza handiagoa izatea.
- Une onak partekatzea.
- Elkarrekin ondo pasatzea.
-

Nor izan daiteke familia mentorea?

Honakoak izan daitezke:

- Ama edo aita, edo familiei laguntzen esperientzia duena.
- Bere bizitzako une on batean dagoen pertsona.
- Oinarrizko beharrak beteta dituen.
- Beste familia bati borondatez lagundu nahi diona.
- Entzuten dakiena.
- Errespetuzkoa eta ulerkorra dena.
- Pazientzia duena.
- Pertsona berriak ezagutzea gustatzen zaiona.
- ikasteko gogoia duena.

Zer egin behar dut?

- Konpromisoa 9 eta 12 hilabete artekoa da.
- Familia mentoreak astean 2 ordu inguru ematen ditu laguntzen duen familiarekin egoteko.

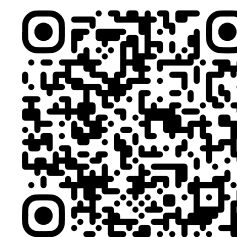
Hainbat gauza egin ditzakezue:

- Kafe bat hartu elkarrekin.
- Paseatu.
- Eskolara lagundu.
- Auzoa ezagutu.
- Kudeaketa txikiren batekin lagundu.
- Haurrekin jarduera bat egin.
- Hitz egin eta esperientziak partekatu.

Garrantzitsuen **elkarrekin egotea da, elkarri laguntzea eta ondo pasatzea. Elkarrekin egiten dugu.** Kontua ez da familia batek beste bati laguntzea, gehiago dakielako. **Bi familiek elkar ikasi eta elkarri lagundu ahal diote.**

Familia bakoitzak bere esperientziak, ezagutzak eta irakatsi beharreko gauzak ditu.

Web-informazioa



**Izena ematen dut,
nola kontaktatu?**



Posta elektronikoa

mentoriasocial@edefundazioa.org

mentoria@bidegintza.org



ما هو البرنامج؟

هو برنامج لمساعدة أسر أخرى ومرافقتها.

تقوم أسرة تعرف الحي والموارد والخدمات الموجودة فيه
بمرافقة أسرة أخرى تحتاج إلى الدعم.

تتعرف الأسرتان على بعضهما، وتتحدثان، وتقضيان الوقت
معاً، وتساعدان بعضهما البعض.

على سبيل المثال، يمكن للأسرة المُرشدة أن تساعد في:

- التعرف على الحي.
- معرفة أين يمكن طلب المساعدة.
- التعرف على الموارد والخدمات المتوفرة.
- القيام ببعض الإجراءات البسيطة.
- التعرف على المدرسة.
- البحث عن أنشطة للأطفال.
- قضاء أوقات الفراغ معاً.
- التحدث عن تربية الأبناء والبنات.
- التعرف على أشخاص وأسر أخرى.

أحياناً ترافق أسراً وصلت حديثاً إلى بلدنا.

وفي أحيان أخرى نرافق أمهات أو آباء يشعرون بالوحدة
ويحتاجون إلى شخص يتحدثون معه ويشاركونه الوقت
والتجارب.

ماذا يمكننا أن نحقق؟

من خلال هذا البرنامج يمكننا:

- التعرف على أشخاص جدد.
- تعلم أشياء جديدة.
- التعرف على ثقافات أخرى.
- الشعور بأننا لسنا وحدنا.
- تحسين العلاقات الأسرية.
- زيادة الثقة بأنفسنا.
- مشاركة أوقات جميلة.
- الاستمتاع وقضاء وقت ممتع معاً.

من يمكنه أن يكون أسرة مُرشدة؟

يمكن أن يكون الشخص أو الأسرة التي:

- تكون أمّاً أو أباً، أو لديها خبرة في مرافقة الأسر.
- تمر بمرحلة جيدة ومستقرة في حياتها.
- لديها احتياجاتها الأساسية مضمونة.
- ترغب في مساعدة أسرة أخرى بشكل تطوعي.
- تعرف كيف تستمع.
- تتعامل مع الآخرين باحترام وتفهم.
- تتحلى بالصبر.
- تحب التعرف على أشخاص جدد.
- لديها رغبة في التعلم.

ماذا يجب أن أفعل؟

مدة الالتزام هي من 9 إلى 12 شهراً.

تخصص الأسرة المُرشدة حوالي ساعتين في الأسبوع
لقضاء الوقت مع الأسرة التي ترافقها.

يمكنكم القيام بأشياء مختلفة معاً:

- شرب القهوة معاً.
- الذهاب في نزهة.
- مرافقة الأطفال إلى المدرسة.
- التعرف على الحي.
- المساعدة في بعض الإجراءات البسيطة.
- القيام بنشاط مع الأطفال.
- التحدث وتبادل التجارب.

الأهم هو أن نكون معاً، وأن نساعد بعضنا البعض وأن
نستمتع بوقتنا معاً.

نقوم بذلك معاً

لا يتعلق الأمر بأن تقوم أسرة بمساعدة أسرة أخرى لأنها
تعرف أكثر منها.

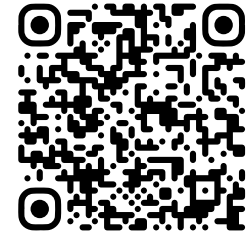
يمكن للأسرتين أن تتعلما من بعضهما وأن تساعد
إحدهما الأخرى.

لكل أسرة تجاربها ومعارفها وأشياء يمكنها أن تعلمها
للآخرين.

أريد المشاركة، كيف يمكنني التواصل؟

البريد الإلكتروني:

web



mentoriasocial@edefundazioa.org
mentoriam@bidegintza.org



Mentorat entre familles

Des familles accompagnent des familles



C'est un programme **pour aider et accompagner d'autres familles.**

Une famille qui connaît déjà le quartier et ses ressources accompagne une autre famille qui a besoin de soutien.

Les deux familles apprennent à se connaître, parlent ensemble, passent du temps ensemble et s'entraident.

Par exemple, une famille marraine peut aider à :

- Découvrir le quartier.
- Savoir où demander de l'aide.
- Découvrir les ressources et les services disponibles.
- Effectuer de petites démarches.
- Découvrir l'école.
- Chercher des activités pour les enfants.
- Partager des moments de loisirs.
- Parler de l'éducation des enfants.
- Faire connaissance avec d'autres familles.

Parfois, **nous accompagnons des familles qui viennent d'arriver dans notre pays.**

D'autres fois, nous accompagnons des mères ou des pères qui se sentent seuls et qui ont besoin de quelqu'un avec qui parler et partager.

Que pouvons-nous accomplir?

Grâce à ce programme, nous pouvons :

- Rencontrer de nouvelles personnes.
- Apprendre de nouvelles choses.
- Découvrir d'autres cultures.
- Nous sentir accompagnés.
- Améliorer les relations familiales.
- Avoir davantage confiance en nous-mêmes.
- Partager de bons moments.
- Passer de bons moments ensemble.

Qui peut être une famille marraine?

Il peut s'agir d'une personne ou d'une famille qui :

- Est mère ou père, ou possède une expérience dans l'accompagnement des familles.
- Traverse une bonne période de sa vie.
- A ses besoins essentiels couverts.
- Souhaite aider une autre famille de manière bénévole.
- Sait écouter.
- Est respectueuse et compréhensive.
- Est patiente.
- Aime rencontrer de nouvelles personnes.
- A envie d'apprendre.
- Est responsable.

Que dois-je faire?

L'engagement est de 9 à 12 mois.

La famille marraine consacre environ 2 heures par semaine à passer du temps avec la famille qu'elle accompagne.

Vous pouvez faire différentes choses ensemble :

- Prendre un café ensemble.
- Faire une promenade.
- Accompagner les enfants à l'école.
- Découvrir le quartier.
- Aider pour une petite démarche.
- Faire une activité avec les enfants.
- Aller au parc.
- Parler et partager vos expériences.

Le plus important est d'être ensemble, de s'entraider et de passer de bons moments.

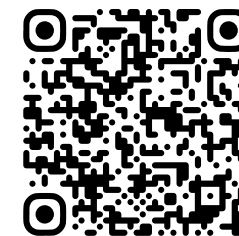
Nous le faisons ensemble

Il ne s'agit pas pour une famille d'aider une autre parce qu'elle en sait davantage.

Les deux familles peuvent apprendre l'une de l'autre et s'entraider.

Chaque famille a ses propres expériences, ses connaissances et des choses à transmettre.

web



**Je souhaite participer,
comment puis-je vous
contacter ?**



Par e-mail

mentoriasocial@edefundazioa.org

mentoria@bidegintza.org