

# Factsheet per le mentees



## Attività in programma

Riserva da subito i tuoi eventi su [tecladies.ch](https://tecladies.ch)

**BLOG:** anche tu puoi aiutare a progettare il sito web di Swiss TecLadies! Per ogni workshop o visita aziendale, chiediamo alle nostre mentees di scrivere una breve recensione dell'evento. Puoi decidere se inserire foto, testi, mindmaps o disegni, e noi ti aiuteremo anche in questo. Questa recensione sarà poi pubblicata sul sito web ufficiale di Swiss TecLadies.

**Certificato:** al termine del programma, se avrai partecipato ad almeno **cinque** eventi e avrai presentato il tuo lavoro finale 'I miei highlights', riceverai il certificato Swiss TecLadies. **Tra questi eventi sono obbligatori il Welcome Day, il workshop "Non è un lavoro per donne" e il Farewell Day del 5 aprile 2025.** Troverai maggiori informazioni riguardanti il lavoro finale sul retro.

## Cosa farò con la mia mentore?

Durante questi sette mesi, una mentore ti accompagnerà e ti sosterrà in questo percorso. Avrai l'opportunità di conoscere il suo ambito professionale e il suo percorso di formazione. Potrai trarre il massimo beneficio ponendo molte domande e, naturalmente, mostrando interesse e iniziativa. In previsione del primo incontro, prenditi un momento per pensare a ciò che vorresti sapere dalla tua mentore. Forse hai già delle domande specifiche per lei? In caso contrario, mostrati aperta e curiosa nei suoi confronti. **Racconta alla tua classe la tua esperienza!** Sicuramente i tuoi compagni di classe e i tuoi insegnanti saranno molto interessati. Fatti aiutare dalla tua mentore! Noi, naturalmente, saremo lieti di aiutarti a prepararti e, se lo desideri, a coordinarti con la/il docente di classe.

## I miei genitori possono accompagnarmi ai seminari?

Fondamentalmente partecipi alle attività da sola, insieme alle altre partecipanti al programma e con la tua mentore. Ad alcuni eventi è possibile registrare anche un'accompagnatrice. Potrai invitare un'amica oppure una tua compagna di classe.

**Assenza da scuola:** se desideri partecipare a un evento di Swiss TecLadies durante il tuo normale orario scolastico, troverai un formulario per la tua richiesta di dispensa, firmato da noi, sul nostro sito [tecladies.ch](https://tecladies.ch)

## Quanto mi costa partecipare al programma?

La partecipazione **non ti costa nulla!** Per il trasporto alle attività, al posto di lavoro della tua mentore o per le escursioni comuni, puoi fatturare un biglietto di 2a classe a metà prezzo dei trasporti pubblici.

Conserva le ricevute per ottenere il rimborso spese! Puoi trovare il modulo per le richieste di rimborso su [tecladies.ch](https://tecladies.ch). Le richieste di rimborso possono essere inviate in due momenti, **entro il 10 dicembre 2024 e entro fine di aprile 2025** a: SATW, Swiss TeLadies, St. Annagasse 18, 8001 Zurigo oppure scansionate e inviate via e-mail a [tecladies@satw.ch](mailto:tecladies@satw.ch).

**Sondaggi online:** per aiutarci a migliorare il programma, ti invieremo un breve sondaggio dopo ogni visita aziendale o workshop a cui hai partecipato. Ti preghiamo di completare il sondaggio subito dopo l'evento. Alla fine del programma faremo un sondaggio un po' più lungo e completo, al quale chiederemo anche ai tuoi genitori di partecipare. Ringraziamo in anticipo te e i tuoi genitori per aver dedicato del tempo prezioso a questo proposito!

### Lavoro finale: I miei highlights

Si tratta di un riassunto del tuo programma di mentoring. Cosa hai sperimentato, cosa ti ha affascinato, cosa è stato particolarmente interessante, particolarmente toccante o qual è stato il momento più emozionante? Sii creativa e racconta le tue esperienze scegliendo una delle seguenti opzioni:

**Realizza un collage dei tuoi incontri.** Il collage può essere composto da immagini, riflessioni, disegni di cose che avete vissuto insieme e non deve essere più grande di una pagina in formato A3. Lascia che la tua immaginazione si scateni!

**Hai costruito, realizzato, creato digitalmente o prodotto qualcosa?** Ami essere creativa e magari hai realizzato qualcosa da sola o con la tua mentore? Un modello, un'app, un programma, un sito web, un'immagine, o altro? Inviaci una foto, un video oppure un link.

**Il tuo percorso in testo e immagini.** Crea un breve racconto e completalo con le tue foto preferite. Questo può catturare eventi vissuti durante una visita aziendale, durante una pausa, durante un'escursione o qualsiasi altro momento. Le foto possono essere scattate con il cellulare.

La tua mentore sarà certamente disposta a sostenerti anche in questo lavoro finale. Dovrai inviarci il tuo lavoro **entro il 30 aprile 2025** a [tecladies@satw.ch](mailto:tecladies@satw.ch).

Potrai discutere i dettagli con la tua mentore ancora al Farewell Day... Come esattamente, cosa esattamente? Decidete più precisamente i contenuti, il formato, le dimensioni, ecc.

**Dopo il programma, pubblicheremo i tuoi highlights sul nostro sito web e li utilizzeremo anche per la nostra comunicazione.**

Se qualcosa non dovesse andare per il verso giusto dopo l'inizio del programma o se il contatto con la tua mentore non dovesse funzionare, contattaci il prima possibile.

### Il tuo team Swiss TeLadies

- Manuela Ingleto-Panzeri, responsabile del programma per la Svizzera italiana, Tel. 076 409 90 44
- Edith Schnapper, Responsabile Promozione delle nuove leve, Tel. 044 226 50 26

Ti auguriamo un'esperienza entusiasmante, formativa e soprattutto tanto divertimento!