

FACTSHEET PER LE MENTEE

**Tutto pronto per il
programma di mentoring**



Cosa ti aspetta?

Benvenuta al programma di mentoring di Swiss TecLadies 2026/27!

A partire da settembre, per sette mesi scoprirai il mondo delle professioni tecniche e conoscerai figure femminili di riferimento che ti ispireranno. Il programma è gratuito e la tua mentore ti dedicherà del tempo prezioso.

Inoltre, organizziamo eventi che ti permetteranno di acquisire nuove conoscenze. Cogli questa fantastica opportunità. Partecipa agli eventi, contatta la tua mentore e sfrutta al massimo questa occasione unica! 😊

Eventi in programma

Organizziamo eventi in tutta la Svizzera, ai quali puoi partecipare tutte le volte che vorrai e che potrai. Trovi tutti gli eventi su tecladies.ch. Le iscrizioni agli eventi saranno aperte a partire dalle ore 12:00 del Welcome Day. Sono disponibili anche eventi multilingue. A tal fine, seleziona sul sito web tramite il filtro, tutte le lingue che conosci.

Riteniamo che i seguenti eventi siano particolarmente importanti, pertanto la tua partecipazione è obbligatoria:

- Welcome Day, la giornata di benvenuto del 26 settembre 2026
- Workshop di crescita personale "Non è un lavoro per donne" del 21 novembre 2026
- Farewell Day, la giornata conclusiva del programma del 10 aprile 2027

Ad eccezione del Welcome Day, del Farewell Day e del Workshop di crescita personale, la maggior parte degli eventi è riservata esclusivamente alle ragazze. Se dopo la scadenza delle iscrizioni rimarranno ancora posti disponibili, anche la tua mentore potrà partecipare.

Cosa farai con la tua mentore?

Per sette mesi sarai seguita e assistita da una mentore. La conoscerai durante il Welcome Day e deciderete insieme con quale frequenza e in che modo incontrarvi. Ti consigliamo di organizzare circa un incontro al mese. Avrai l'opportunità di conoscere il suo ambito professionale e il suo percorso formativo.

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.

Blog

Anche tu puoi dare il tuo prezioso contributo! Per ogni workshop o visita aziendale, chiediamo ad un paio di ragazze di scrivere una breve recensione dell'evento. Puoi decidere se realizzare foto, testi, mappe mentali o disegni e noi ti aiuteremo anche con la revisione del tuo blog. Il tuo articolo verrà pubblicato nelle news sul nostro sito tecladies.ch.

Sondaggi online

Per aiutarci a migliorare il nostro programma, ti invieremo un **breve** sondaggio dopo ogni evento a cui hai partecipato. Ti preghiamo di completarlo subito dopo l'evento. Alla fine del programma riceverai un altro sondaggio leggermente più lungo. Ti ringraziamo in anticipo per il tempo prezioso che ci dedicherai!



Scansiona qui per
vedere tutti gli eventi





Costi / Spese

Il programma di mentoring è gratuito. Per il trasporto alle attività, verso il luogo di lavoro della tua mentore o per le escursioni insieme a lei, puoi richiedere il rimborso spese di un biglietto dei mezzi pubblici di seconda classe a metà-prezzo. Se hai più di 16 anni, devi procurarti un abbonamento metà-prezzo a tue spese. Puoi trovare il modulo per le richieste di rimborso spese su tecladies.ch.

Le spese (insieme alle ricevute) possono essere inviate in due momenti: entro il 10 dicembre 2026 ed entro il 30 aprile 2027 per e-mail a: tecladies@satw.ch.

Certificato Swiss TecLadies

Al termine del programma riceverai il tuo certificato Swiss TecLadies se soddisfi i seguenti requisiti:

- Hai partecipato ad almeno cinque eventi o incontri durante il programma. Sono inclusi anche gli incontri con la tua mentore.
- Hai consegnato il tuo lavoro finale "I miei highlights". Trovi ulteriori informazioni in seguito.
- Hai compilato il sondaggio finale entro fine aprile, alla fine del programma.

Assenze dalle lezioni scolastiche

Se desideri partecipare a un evento Swiss TecLadies durante il tuo normale orario scolastico, su tecladies.ch troverai un formulario di richiesta di dispensa dalle lezioni. Ti preghiamo di inviarci il formulario compilato una settimana prima della consegna a scuola affinché possa essere firmato prima da noi.

I tuoi genitori possono accompagnarti ai workshop?

In linea di massima, partecipi alle attività da sola insieme alle altre mentee o con la tua mentore. In alcune occasioni potrai invitare un'amica oppure una tua compagna di classe.

Se così sarà, questo verrà indicato nella pagina di iscrizione del rispettivo evento.



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 o qual è stato il momento più emozionante? Sii creativa e racconta le tue esperienze scegliendo una delle seguenti opzioni:

Realizza un collage: 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!

Ti piace dare sfogo alla tua creatività e hai realizzato qualcosa con le tue mani oppure al computer? Un modello, un'applicazione, un programma, un sito web, un'immagine, o altro? Mandacelo o inviaci una foto di buona qualità, un video o un link.

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

Sul nostro sito web troverai alcuni [esempi di lavori finali](#) dell'ultima edizione. Una volta completato il programma, anche il tuo verrà pubblicato sul nostro sito web.

La tua mentore sarà sicuramente disposta ad aiutarti anche con questo lavoro finale. Dovrai inviarci il tuo lavoro in formato PDF entro il 31 marzo 2027 per e-mail a tecladies@satw.ch.

Il tuo team Swiss TecLadies

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. Saremo felici di aiutarti!

Manuela Ingletto, Tel. 076 409 90 44

Edith Schnapper, Tel. 044 226 50 26

