

# GUIA PROGRAMA MENTOR URV



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

GRÀCIES

PER PARTICIPAR!



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Aquesta guia conté informació sobre el PROGRAMA MENTOR URV i el que significa ser el MENTOR d'un estudiant internacional.

Els estudiants internacionals de la Universitat Rovira i Virgili provenen de diferents parts del món, pel que conformen un grup molt divers.

Cada estudiant és únic i té necessitats i expectatives diferents.

Com a MENTOR, és important ser obert, flexible i estar receptiu per respondre a les seves necessitats.

QUÈ ÉS

EL PROGRAMA

MENTOR URV?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

El PROGRAMA MENTOR D'ACOLLIDA URV és un servei que ofereix el Centre Internacional de la Universitat Rovira i Virgili. Està dirigit als estudiants internacionals que cursaran part dels seus estudis a la URV mitjançant algun programa de mobilitat.

L'objectiu principal del programa Mentor és ajudar a aquests estudiants en la seva integració cultural, acadèmica i de vida a la Universitat Rovira i Virgili.

El funcionament és senzill: els estudiants de mobilitat poden demanar un mentor en la seva sol·licitud. Poc abans que arribin, se'ls assigna un estudiant local de la URV que coneix tant la Universitat com la ciutat i la cultura local perquè els ajudi des d'abans de començar la mobilitat i mentre són aquí.

# REQUISITS PER FER DE MENTOR URV



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

El PROGRAMA MENTOR URV va dirigit a estudiants de la Universitat Rovira i Virgili, compromesos, atents a la diversitat cultural i amb iniciativa pròpia.

Poden participar en el programa estudiants de qualsevol curs que acreditin que estan cursant o que cursaran estudis a la URV.

Recorda que també pots ser mentor durant diversos quadrimestres, contribuint a la integració a la URV de molts estudiants de mobilitat internacional, per als quals seràs una figura clau.

# QUI PODEN SER ELS TEUS BUDDIES?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Els *buddies* són estudiants internacionals de grau, màster o doctorat que tindràs al teu càrrec com a mentor/a. Aquests estudiants internacionals faran una estada a la URV d'un semestre o de curs complet.

Com a norma s'assignen fins a un màxim de 5 *buddies* per mentor en funció de la titulació que aquests estudiïn, els idiomes que parlin, el període de participació, la ciutat on viuen o qualsevol altra informació personal facilitada.

En alguns casos especials, es podrien assignar més *buddies* a un mateix mentor (sempre que el mentor hi estigui d'acord).

**DEPEN DE TU DECIDIR COM MANTENIR EL CONTACTE AMB EL TEU  
BUDDY I QUANT HI VOLS COMPARTIR**

QUÈ HAS

DE FER

COM A MENTOR URV?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Cada *Buddy* presenta necessitats diferents, però entre les teves funcions i obligacions com a mentor/a hauràs de:

- Comprometre't un mínim de 25 hores (1 crèdit AUR) durant el semestre a fer les tasques de mentor, des d'abans que arribin els *buddies* i un cop siguin aquí.
- Ajudar els teus *buddies* en la cerca d'habitatge.
- Abans de seva arribada, posar-te en contacte amb ells per correu electrònic o xarxes socials per tal de donar-te a conèixer, facilitar informació i resoldre qualsevol dubte. Recorda que el Centre Internacional et dóna molta informació que necessitaràs a través del Moodle i que sempre pots acudir-hi en cas de preguntes que no saps respondre.

- Concertar una reunió amb el teu *buddy* un cop sigui a Tarragona/Reus/Tortosa i recollir-lo a la seva arribada sempre que sigui possible.
- Participar en les activitats organitzades pel Centre Internacional on hi assisteixin els *buddies* i d'altres esdeveniments socials que s'organitzin dins d'aquest programa.
- Durant el primer mes d'estada dels teus *buddies* a Tarragona, mantenir reunions setmanals per tal de seguir la seva integració a la URV i a la ciutat.
- Ajudar els teus *buddies* amb els tràmits administratius que hagin de realitzar, especialment si necessiten traducció.
- Organitzar alguna activitat cultural amb el teu *buddy*. Aquestes activitats poden consistir en visites a monuments, assistència a concerts, representacions, assaigs de castellers, passejos per la ciutat, excursions, etc. L'associació d'estudiants AEGEE i el Centre Internacional organitzen activitats a les què podeu inscriure-us amb els vostres *buddies*.
- Pensa que pots avisar el teu *buddy* perquè participi a d'altres activitats independents durant el semestre, com celebracions especials, activitats esportives...

- Continuar responent consultes i oferint informació universitària i local de manera contínua. Manteniu el contacte, fins i tot si el teu *buddy* ja es troba com “a casa”.
- Hauràs d’omplir un informe al cap d’un mes de la seva arribada. Aquest informe és obligatori, com també ho és una memòria al final de la mentoria on et demanem que recullis totes les experiències viscudes i aprenentatges assolits.

**SIGUES UN BON REPRESENTANT DE LA UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI!**



# XOC CULTURAL



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Els sentiments de sorpresa, desorientació, confusió, etc., poden ser habituals quan un estudiant internacional entra en contacte amb un medi social i cultural totalment diferent al seu habitual.

Segons si el xoc cultural és més gran o més petit, es relaciona amb l'incapacitat d'assimilar una cultura diferent, creant dificultats en saber què es apropiat i què no.

El xoc cultural és comú entre els estudiants internacionals i és important que els mentors compreguin aquest procés per tal de poder respondre de manera apropiada.

Els estudiants internacionals de mobilitat han de fer front amb l'estrès d'ingressar en una universitat nova i alhora viure immersos en una cultura estrangera, desconeguda i diferent a la pròpia. Tot és desconegut i passa molt ràpid: han d'aprendre a funcionar dia a dia en el seu nou entorn el més ràpid possible per tal que acadèmica i personalment puguin aprofitar l'estada. Ajuda'ls a fer-ho possible!

# COMUNICAR-TE AMB EL TEU BUDDY



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Mantingues el contacte amb el teu *buddy* i comuniquen-vos regularment. Períodes com el d'arribada, el de matriculació o el de finalització d'estada a la URV són aquells moments en què pot necessitar algun suport i consell addicional per part teva.

Pensa detingudament com comunicar-te i com poden arribar els teus missatges a algú d'una altra cultura:

- Utilitza un llenguatge clar i explica-li l'argot de Tarragona.
- Comprova que el teu *buddy* entén els teus missatges.
- Tingues en compte que construir una bona relació amb el teu *buddy* pot portar temps i, sovint, paciència!
- Una bona idea és investigar una mica d'on prové el teu *buddy* per aconseguir una millor perspectiva de la seva cultura, i així poder-la comparar amb la teva i aprendre junts. La teva experiència durant aquesta mentoria és un aprenentatge que t'ajudarà a créixer i serà molt valuós per a la teva vida professional i personal.

# QUÈ PASSA SI EL TEU BUDDY IGNORA ELS TEUS MISSATGES O SEMBLA QUE HA PERDUT L'INTERÈS?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

De vegades, els estudiants internacionals sol·liciten un Mentor URV per rebre suport a l'inici de la seva estada i després d'un temps a Tarragona, ja no necessiten tanta ajuda.

Això generalment és una senyal de que el teu *buddy* es troba adaptat a la vida universitària de la URV. Bona feina!

En aquest moment, encara pots conèixer a d'altres participants del programa. Posa't en contacte amb el coordinador del Programa Mentor URV a través del correu electrònic [mobility.in@urv.cat](mailto:mobility.in@urv.cat) indicant que t'agradaria ser el mentor d'un altre buddy.

# CRÈDITS

# AUR



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

A més de practicar idiomes, conèixer a gent d'altres països i viure noves experiències, per participar al Programa Mentor URV i complir les obligacions com a mentor podràs incorporar un crèdit AUR (Activitat Universitària Reconeguda).

Recorda que la participació es semestral, no anual, per tant, cal inscriure's dins de cada termini.

Un cop assolit el crèdit AUR, pots seguir inscrivint-te al programa mentor de manera voluntària mentre durin els teus estudis a la URV, i aconseguir un certificat de participació de cada edició.

# REQUISITS PER OBTENIR EL CERTIFICAT DE PARTICIPACIÓ



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Per rebre el certificat de participació cal:

- Signar el compromís de participació.
- Completar correctament el formulari per ser mentor i enviar la documentació necessària (certificat d'idioma)
- Assistir a la reunió informativa organitzada pel Centre Internacional a l'inici de la teva activitat com a mentor/a
- Participar a les activitats que el Centre Internacional organitza exclusivament per al Programa Mentor URV.
- Informar, després d'un mes de l'arribada del *buddy*, del seguiment de la vostra relació i de les activitats que vas realitzant amb ell/a
- Presentar una memòria d'activitats en finalitzar la tasca, on expliquis quantes vegades us heu trobat, com els has ajudat, quines activitats heu fet...
- Rebre un feedback positiu del teu *buddy* a través de l'enquesta de satisfacció que reben tots els estudiants de mobilitat amb mentor en acabar el semestre.

# QUÈ EM POT APORTAR FER DE MENTOR?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

- Conèixer cultures diverses sense haver de sortir de casa
- Practicar idiomes diferents al propi.
- Establir amistat amb persones d'altres parts del món i altres mentors URV.
- Incorporar competències globals al teu CV.
- Preparar una possible futura experiència pròpia de mobilitat aprenent d'acompanyar la dels teus buddies.
- Millorar en habilitats comunicatives
- Incrementar l'autoestima i la confiança personal
- Preferència per a rebre una beca Erasmus + en cas d'empat i en virtut dels criteris establerts per a cada convocatòria.
- Millores competitives en ocupabilitat. Està demostrat que les competències globals i de comunicació intercultural estan molt valorades pel mercat laboral.
- I segur que ens deixem molts altres aprenentatges i enriquiment personal i formatiu que esperem que comparteixis amb nosaltres en acabar aquesta experiència única!

ON PUC

TROBAR MÉS

INFORMACIÓ?



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

Com a mentor, no es pot esperar que tinguis totes les respostes, però sí que pots orientar el/s teu/s buddy/ies en la direcció correcta ajudant-los a trobar la persona o el servei adequat per a solucionar els seus dubtes i problemes.

#### **SURVIVAL GUIDE**

Aquesta guia informativa pot ser útil per al teu *buddy*, ja que conté informació important sobre temes com tràmits importants, matriculació, accés al campus virtual, targeta de residència etc.

#### **Moodle URV**

A través de la plataforma Moodle pots accedir a l'espai dels Mentors d'acollida internacional i trobar informació general sobre les preguntes més freqüents que poden tenir els teus buddies.

# CONTACTE



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI

INTERNATIONAL CENTER URV  
Avinguda Països Catalans 17 baixos  
43007 Tarragona

Telèfon 977 55 81 29

Correu electrònic: [mobility.in@urv.cat](mailto:mobility.in@urv.cat)

Web: <http://www.urv.cat/ca/vida-campus/serveis/mobilitat/programa-mentor/>

Facebook: <https://www.facebook.com/internationalcenterurv/>

Twitter: [@icenterURV](https://twitter.com/centerURV)