

Hei,

Norges idrettsforbund og Norges studentidrettsforbund gjentar suksessen fra de siste tre årene og inviterer til nytt kull i mentorprogrammet for unge ledere i norsk idrett!

Til dette trenger vi nye og motiverte mentorer, og vi håper at du kunne tenke deg å være en av dem. Nedenfor følger litt praktisk info om mentorrollen.

### **SAMLINGER og TIDSBRUK:**

Vi minner om at som mentor forutsettes det at du kan delta på følgende samlinger og tidsbruk:

- Samling 1: Lørdag 10. september 2022 kl 10:00-17:00: Om mentoring og oppstart av mentorskapet. Felles nettverksmiddag fra kl 17:00-ca. 19:00. *(middagen er ikke obligatorisk, men ønskelig at man deltar ved anledning. Hør gjerne med din mentee om dette)*
- Samling 2: Lørdag 5. november 2022 kl 10:00-17:00: Målsettingsprosess og personlig utviklingsplan
- Samling 3: Lørdag 11. mars 2022 kl. 10:00-17:00: Avslutning av mentorskapet, evaluering og "moving on"-stage
- Oppfølging og samtaler mellom samlingene: Ha regelmessige møter / samtaler med mentee mellom 5-10 ganger. Vi anbefaler flest mulig fysiske møter, men samarbeidsform og kommunikasjonskanaler avklares mellom den enkelte mentee og mentor.
- Onsdag 12. oktober 2022: En frivillig kveldssamling for kun mentorer: «*Coaching som metode i mentoring – Hvordan stille gode spørsmål?*»

Se hvordan en tidligere mentor har opplevd rollen:

*«Å få være mentor i to runder har utfordret meg på måter få andre har gjort. Jeg vil derfor si at relasjonen i høyeste grad har bidratt til refleksjoner og utvikling som både mentee og mentor har stort utbytte av. Og for norsk idrett blir det da vinn-vinn!»*

- Tage Pettersen, mentor 3. kull og president i Norges Ishockeyforbund

Dersom du ønsker å bli med i denne runden ber vi deg registrere deg: [Mentorer kan registrere sin interesse her](#). Innen 7.august 2022.

For spørsmål, kontakt [kari.vanebo@idrettsforbundet.no](mailto:kari.vanebo@idrettsforbundet.no) , tlf 916 06 279

Mvh

Atle Rolstadaas

Kari Vanebo

Norges studentidrettsforbund

Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité

