



## PROGRAMA DE MENTORIA APLO e APLO Jovem

**OBJETIVOS:** Criar uma estrutura de apoio aos Membros da APLO e APLO Jovem, com foco nos Optometristas em início de carreira, que procurem esclarecer possíveis dúvidas quanto à sua prática profissional, através de um mentor, que interaja de forma regular com o mentorado, através da partilha de conhecimentos, experiências, competências profissionais e ética profissional.

### **PÚBLICO-ALVO:**

**MENTORES:** Membros Efetivos com um mínimo de 2 anos de experiência profissional;

**MENTORADOS:** Membros em probatório ou APLO Jovem, com menos de um ano de experiência de prática profissional, que transitem para membros APLO.

**GESTÃO DO PROGRAMA:** A APLO Jovem é responsável por gerir as candidaturas ao projeto de mentoria e coordenar a atribuição de mentores. O mentorado não poderá escolher um mentor nem um mentor poderá escolher um mentorado, sendo a escolha do mentor articulada em total confidencialidade até ao momento da respetiva atribuição.

**CONTEÚDOS:** Terão por base as dúvidas decorrentes da prática clínica do mentorado, devendo ser assegurado que todos os conteúdos partilhados se restrinjam à área de atuação na área da Optometria.

**TEMPO DEDICADO AO PROGRAMA:** É recomendado que o mentor e o mentorado interajam, no mínimo, uma vez por semana, para troca de conhecimentos e experiências, não existindo número máximo de interações semanais.

**VIAS DE COMUNICAÇÃO:** É recomendado que a comunicação entre as partes seja realizada por correio eletrónico e/ou videoconferência, não existindo impedimento de outras formas de comunicação. A APLO Jovem desaconselha encontros presenciais. O programa de mentoria não deve ser considerado, tratado ou percecionado como qualquer forma de estágio.

**BENEFÍCIOS DO MENTORADO:**

- Adquirir conhecimento, experiência e prática profissional;
- Desenvolver crescimento profissional;
- Valorizar práticas e condutas da APLO;
- Obter apoio na integração no mundo do trabalho;
- Fomentar o espírito da classe profissional.

**BENEFÍCIOS DO MENTOR:**

- Trocar conhecimentos entre pares;
- Fomentar o espírito da classe;
- Contribuir para o desenvolvimento e reconhecimento da profissão;
- Melhorar as estratégias de comunicação e de liderança.

**DURAÇÃO DO PROGRAMA:** O programa terá a duração de 6 meses, sendo que no final desse período deve ser efetuada uma análise conjunta entre a APLO Jovem e os respetivos intervenientes, sendo que poderá ser feita uma extensão ao programa pelo período de 3 meses, caso os objetivos do programa não se encontrem concretizados.

**CANDIDATURAS:** A inscrição no Programa de Mentoria é realizada através do preenchimento de um formulário online específico para o efeito, disponível no site da APLO ou solicitado através do email [jovem@aplo.pt](mailto:jovem@aplo.pt).

**PARTICIPAÇÃO:** No término do programa, a APLO Jovem, com aprovação da CAAP, atribui 2 CFCO ao mentor e ao mentorado.

**IRREGULARIDADES:** A APLO Jovem será responsável por analisar denúncias por má conduta por parte do mentor ou mentorado. Caso se verifique má conduta por parte do mentor/mentorado, o programa em causa será encerrado. Em caso de necessidade, competirá a devida análise, inquérito e atuação por parte do Conselho Disciplinar.