



# Coaching & Mentorat - Parrainage

 **tremplin utc**  
Jump in your **Network**

Centre PG2  
BP 60319  
Rue du Docteur Schweitzer  
60203 COMPIEGNE

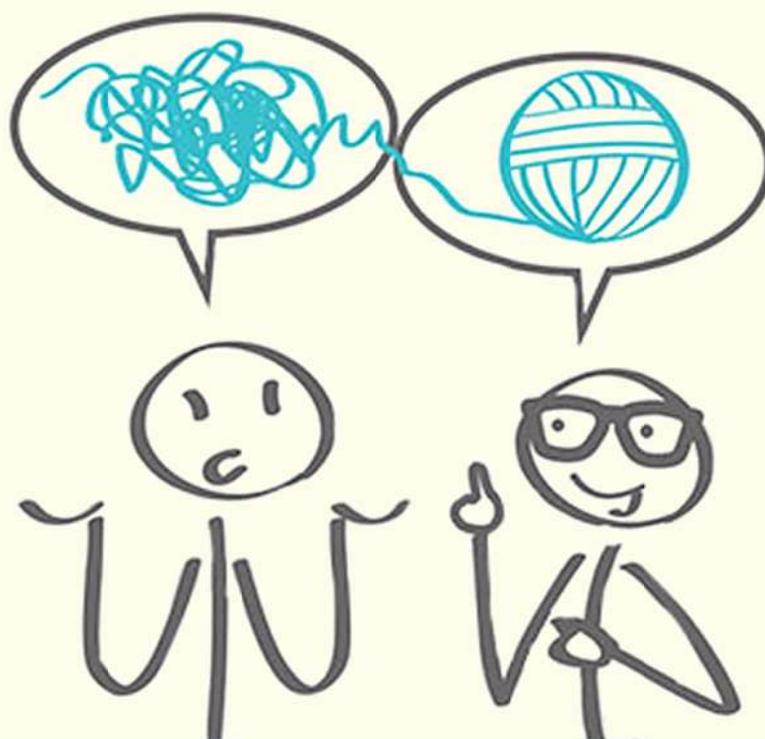


**Tous nos adhérents peuvent désormais bénéficier d'un double dispositif d'accompagnement, peu importe leur localisation géographique :**

**Volet N°1 : COACHING PROFESSIONNEL**

**Volet N°2 : MENTORAT & PARRAINAGE**

**A suivre : Plus d'informations sur le contenu et les modalités d'accès.**



# Le coaching

## ● Qu'entend t-on par «coach» ?

- Un coach est une personne formée à l'écoute et à l'observation de la personne qu'il accompagne
- Il maîtrise des outils favorisant la prise de conscience, la résolution de problème et la mise en action pour atteindre des objectifs concrets
- Il aide la personne qu'il accompagne à mesurer son besoin et à mettre en application les stratégies et solutions qui lui conviennent le mieux, par l'application de techniques de questionnement, d'analyse et de synthèse

## ● Pour qui ?

Pour tous les diplômés de l'UTC qui ressentent le besoin d'être accompagnés.



## Lequel est fait pour vous?

### ● «Career coaching»

- Etre conseillé sur son CV, s'entraîner aux entretiens d'embauche
- Etre plus zen et plus efficace dans sa vie professionnelle
- Avoir un regain de motivation et faire le point sur sa carrière
- Etre conseillé et suivi dans sa recherche d'emploi ou sa prise de poste
- Gérer son stress et gagner en confiance en soi

### ● «Management coaching»

- Améliorer ses capacités relationnelles et gagner en leadership
- Prendre du recul par rapport à une situation de management compliquée et y trouver des solutions concrètes et adéquates
- Mieux réussir à gérer des personnalités complexes
- Etre plus à l'aise dans ses fonctions et dans son rôle de manager

### ● «P&P Changes Coaching»\*

- Gérer un changement de vie personnel ou professionnel (divorce, reconversion professionnelle etc...)
- Mieux anticiper et appréhender sa retraite
- Réussir une expatriation ou un retour dans son pays d'origine

## ● Mode d'emploi

01

Le diplômé va exprimer son besoin et ses disponibilités à l'équipe permanente de Tremplin UTC au 03.44.23.52.46 ou par mail à [contact@tremplin-utc.net](mailto:contact@tremplin-utc.net)

Prise de contact

02

Après vérification auprès des coachs, confirmation prise de RDV + règlement de la séance à venir sur le site Tremplin UTC

Confirmation faisabilité

03

Séance de coaching d'une durée d'une heure en moyenne, en face à face ou à distance avec l'un de nos coach diplômé

D-day

## ● Modalités d'accès :

60 € par séance pour les diplômés adhérents\*.  
120 € par séance pour les diplômés non adhérents.

→ Offre découverte exceptionnelle

N'hésitez plus à mettre à jour votre cotisation sur notre site : [www.tremplin-utc.asso.fr](http://www.tremplin-utc.asso.fr) dans l'onglet :  
«Association»  
L «Adhérer»

\* 90 € dont 30 € de subvention versés par Tremplin UTC, par séance, pour chaque diplômé ayant sa cotisation à jour.

**Le Mentorat**

**& Parrainage**

# Le Parrainage et le Mentorat

## ● Etat d'esprit de ce dispositif

Le parrainage et le mentorat mis en place par Tremplin UTC sont des outils de partage d'expérience, basés principalement sur le bénévolat et la solidarité au sein de notre réseau d'alumni. Ils puisent leur force sur :

- Un réseau puissant, basé sur la confiance et la bienveillance de ses membres
- Des relations intergénérationnelles permettant un solide partage d'expérience
- Un réseau riche en diversité de parcours professionnels et d'expériences



# Le Mentorat

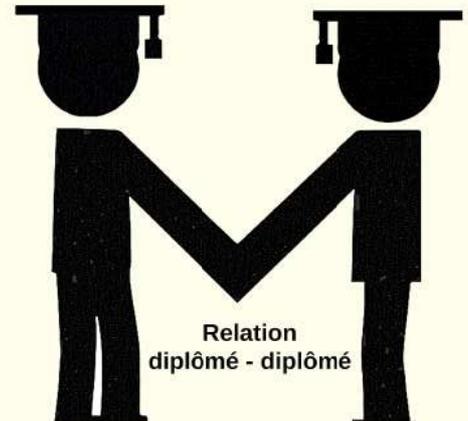
Le mentorat mis en place par Tremplin UTC consiste à créer un binôme entre deux diplômés de l'UTC : un mentor et une personne mentorée.

Le mentor est assimilé à un conseiller expérimenté sur les sujets qui vont intéresser voire poser problème à la personne mentorée. La personne mentorée va chercher à se faire conseiller, à obtenir des réponses à ses questions, par une personne expérimentée sur des sujets liés à son projet professionnel.

## • Quelques précisions :

Le mentorat est donc un échange :

- Entre deux diplômés
- Sur une période de 1 à 6 mois (d'un à plusieurs entretiens en moyenne)
- L'entretien en face à face est à privilégier dans la mesure du possible mais il est également tout à fait possible d'échanger par : téléphone, mail, Skype etc...



# Le Parrainage

Le parrainage consiste en une relation de soutien entre un diplômé et un étudiant, basée sur des échanges concrets, dans laquelle le diplômé favorise l'évolution de son filleul. Ce dernier acquiert des compétences ou des connaissances qui vont lui permettre d'atteindre les objectifs professionnels qu'il vise.

L'aide fournie par le parrain ou la marraine est totalement bénévole et peut correspondre par exemple à :

- La mise en valeur de la candidature de l'étudiant
- Des conseils pour intégrer un secteur d'activité spécifique ou une entreprise particulière
- Affiner son projet professionnel

## ● Quelques précisions

Le parrainage est donc un échange :

- Entre un diplômé et un étudiant
- Sur la période d'une année minimum (renouvelable à la fin de la 1ère année sur accord des deux parties)
- L'entretien en face à face est à privilégier dans la mesure du possible mais il est également tout à fait possible d'échanger par : téléphone, mail, Skype etc...

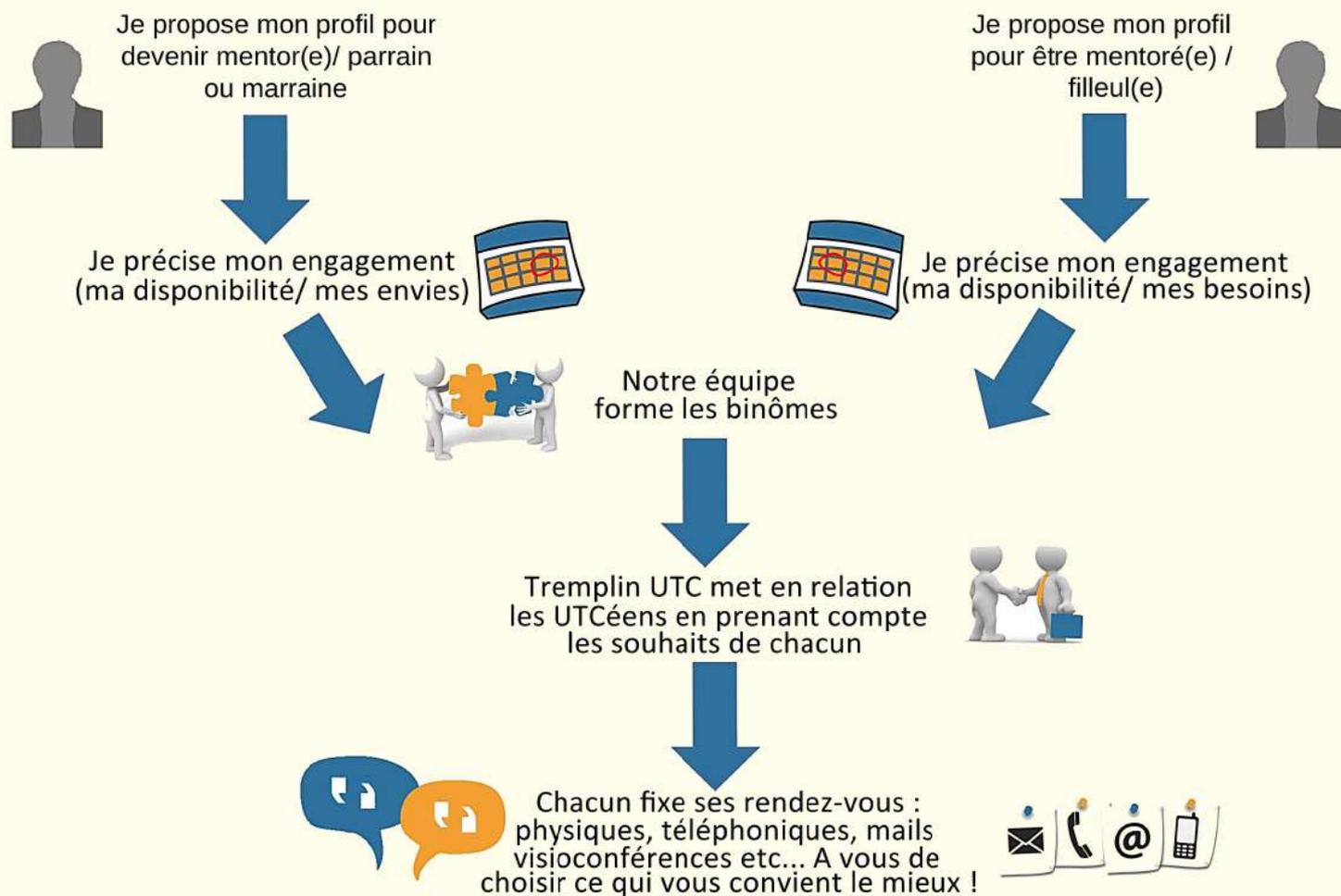


# Mentorat & Parrainage

## ● Modalités d'accès

Le dispositif de Mentorat et de Parrainage est uniquement dédié aux étudiants et diplômés à jour de leur cotisation\* à l'association.

Il est totalement gratuit puisqu'il se base sur un système de volontariat et bénévolat, de la part des membres du réseau Tremplin UTC.



\* Il n'est jamais trop tard pour devenir adhérent à Tremplin UTC !  
Mettez à jour votre cotisation sur le site [www.tremplin-utc.asso.fr](http://www.tremplin-utc.asso.fr) dans l'onglet «Association»

↳ «Adhérer»



**TREMPLIN UTC**

Centre Pierre Guillaumat 2 - Rue du Docteur  
Schweitzer  
Tel : 03.44.23.52.46  
[contact@tremplin-utc.net](mailto:contact@tremplin-utc.net)

Julia VILA LLORCA (Responsable des  
relations entreprises et du Développement) :  
[julia.vila-llorca@tremplin-utc.net](mailto:julia.vila-llorca@tremplin-utc.net)