

## Exemple de mail utilisé à l'IRIF

Cher/Chère xxx,

Initié à l'origine par la commission égalités Femmes-Hommes de l'IRIF, le programme de mentorat répond à un enjeu majeur : encourager et accompagner les nouveaux membres du laboratoire dans leur carrière personnelle.

Notre collectif de mentors est composé de :

X1, fonction 1

X2, fonction 2

X3, fonction 3

...

Ensemble, nos mentors sont là pour vous accompagner à traverser les étapes difficiles de votre carrière.

En tant que nouvelle doctorante/nouveau doctorant, vous êtes confrontés au quotidien à un certain nombre de nouveautés (sentiments de stress et d'inquiétude, de débordement, de doutes, moments de frustrations).

ou

En tant que nouvelle/nouveau responsable d'équipe vous êtes confrontés au quotidien à un certain nombre de nouveautés (sentiments de stress et d'inquiétude, de débordement, de doutes, moments de frustrations).

Par ce mail, nous voulions vous laissez savoir que notre collectif est là pour vous aider. Si vous le souhaitez, nous pourrions échanger et explorer ensemble les questionnements que vous pourriez avoir. Si notre discussion fait émerger un besoin d'accompagnement précis, nous pourrions envisager une suite à cette démarche en formulant un cadre d'accompagnement qui permettra de répondre aux objectifs que vous vous êtes fixés.

Au plaisir d'échanger avec vous et n'hésitez pas à nous contacter pour toute question à [mentors@irif.fr](mailto:mentors@irif.fr)

Le collectif mentorat.

=== Un exemple de message de prise de contact ===

Le mentor peut commencer à se présenter et situer la paire "mentor-mentoré".

L'objet plus précis de mon message est relié au mentorat, dont voici un petit descriptif :  
"Le mentorat permet d'avoir un référent qui aide à l'acquisition de compétences non seulement professionnelles mais aussi au développement individuel. Les sujets traités peuvent être très divers : l'environnement de travail, les conflits humains, la réflexion sur le projet professionnel, la communication sur les résultats de ses travaux, l'équilibre entre la vie professionnelle et la vie personnelle, la démotivation au travail, l'organisation du travail, le manque de confiance ou de reconnaissance, la santé au travail, l'évolution de la carrière, l'écriture de dossiers, la préparation aux présentations orales... En fonction du mentoré et du sujet traité, le mentorat peut durer plus ou moins longtemps. Les modalités d'apprentissage sont plurielles et dépendent du besoin du mentoré. Le mentor accompagne le mentoré à prendre du recul et à trouver les réponses à ses problématiques. La démarche est celle d'un facilitateur plus que d'un expert sachant. Il est dans le questionnement au mentoré, mais n'a pas vocation à être acteur de la démarche. Il doit faire preuve de neutralité et de bienveillance. La confidentialité est de mise. "  
C'est donc assez différent du tutorat, qui s'inscrit dans un dispositif de formation et permet l'acquisition de compétences strictement professionnelles.  
A l'IRIF, c'est la commission égalités femmes-hommes qui a été à l'origine de la mise en place du mentorat. L'idée est d'abord de proposer un mentorat aux jeunes femmes non-permanentes ainsi qu'aux permanentes nouvellement arrivées au laboratoire. L'objectif à terme est d'ouvrir au maximum le mentorat à tous les nouveaux arrivants qui le souhaitent, ainsi que, de manière générale, à tout permanent qui en ferait la demande, par exemple pour être mentoré dans le cadre du montage d'un projet, d'une volonté de changer de cap...

Dans ce contexte, tu figures dans notre liste des possibles mentorées, et, comme je fais partie de la commission égalités femmes-hommes, on m'a proposé de te présenter le mentorat.

C'est pourquoi je te propose de te rencontrer. Cette première rencontre ne t'engage en aucune sorte. Si, par la suite, tu adhères à la démarche, nous pourrons définir un cadre plus précis. Nous pourrons continuer ensemble, mais tu pourras aussi continuer avec un autre mentor ...

Le mentor pourra donner ici ses coordonnées et sa page web à la fin.