



MENTORÍA ALTRUSA

Conferencia Informativa



Carmen I. Cabán Ramírez

Comité Adiestramiento de Lideres Bienio 2025-2027
Distrito Catorce



OBJETIVOS DE LA PRESENTACIÓN

1. Dar a conocer y explicar la **Guía de Mentoría Altrusa Internacional**.
2. Presentar la Guía de Mentoría traducida al español para el Distrito Catorce y ofrecer ejemplos de mentorías exitosas implementadas.
3. Exponer la conexión significativa entre la Comunicación Efectiva, la Mentoría y el Plan de Sucesión,



ANTECEDENTES

ALTRUSA INTERNACIONAL

- Identifica la gran necesidad de desarrollar un sólido programa de mentoría de liderazgo Altrusa.

2016 : Desarrolla el Nuevo Plan Estratégico

- Un Grupo de mentores de Altrusa Internacional analizaron más de diez (10) Programas de Mentoría.

2017 : Crea y presenta **GUÍA DE MENTORÍA INTERNACIONAL** para ser implementada después de la Convención.

- **2023** – Gobernadora Distrito Catorce solicita a una Altrusa ser mentora de un club con problemas de sucesión.

2025 : Altrusa Internacional hace énfasis en el desarrollo de liderazgo a través del

Plan de Sucesión y Plan de Mentoría.

- Gobernadora Distrito Catorce se une a este enfoque y **oficialmente** se presentan los planes en español

Propósito : Fortalecer el liderazgo, desarrollar “ banco de talentos” para sucesión, retener y atraer nuevos miembros.

- Se alinea a nuestro lema “ Liderando Hacia una Mejor Comunidad”

¿QUÉ ES MENTORÍA ALTRUSA?

Es una relación en la que un miembro Altrusa experimentado (**Mentor**) ayuda a otro miembro Altrusa (**Mentoreado**) a desarrollar destrezas, habilidades y conocimientos específicos que impulsarán el crecimiento personal del miembro Altrusa con menos experiencia y redundará en satisfacción, desarrollo y retención.

Es también para aquellos miembros Altrusa conocedores y experimentados que desean ayudar a líderes potenciales en su increíble, gratificante y desafiante camino.

GUÍA DE MENTORÍA ALTRUSA

METAS

- 1. Desarrollar** una mejor comunidad mediante el compromiso de los miembros y sus conexiones comunitarias, las que a su vez ayudaran a la retención de la membresía.
- 2. Ayudar** a los miembros a desarrollar destrezas, habilidades, conocimientos y confianza para maximizar sus oportunidades en Altrusa.
- 3. Crear** un ambiente propicio para estimular a miembros a optar por posiciones de liderato en Altrusa.
- 4. Compartir** experiencias sobre como el desarrollo de destrezas de liderazgo ayuda en el crecimiento personal y profesional.

OBJETIVOS

- 1. Desarrollar** destrezas específicas y los conocimientos sobre liderazgo en Altrusa.
- 2. Retener** líderes mediante crecimiento personal y satisfacción con la organización.
- 3. Apoyar** a miembros Altrusa quienes desean servir en posiciones de liderato.

REVITALIZACIÓN, RETENCIÓN Y RECLUTAMIENTO

CUALIFICACIONES

MENTOR

MENTOREADO

1. Miembro activo con conocimientos sobre Altrusa, como funciona el club y cómo este se integra en el distrito y en la organización internacional.

1. Ser miembro activo.

2. Disposición para compartir conocimientos, experiencias y la capacidad para escuchar al mentoreado.

2. Tener el deseo de adquirir o ampliar sus conocimientos sobre Altrusa y su servicio.

3. Haber ocupado, por lo menos, dos posiciones de liderato en Altrusa o su profesión.

3. Tener el deseo de llevar a cabo una labor más efectiva en la posición de liderato que ocupa.

4. Poseer conocimientos de como motivar / animar a otros.

5. Conocimientos de cómo ofrecer críticas constructivas.

BENEFICIOS PARA MENTORES

1. Fortaleces tus destrezas de liderazgo y coaching convirtiéndote en un miembro y líder más valioso.

6. Aumentas tu confianza y satisfacción al enseñar, asesorar y compartir tus conocimientos, experiencia y servicio.

2. Contribuyes a Altrusa ofreciendo mentoría a miembros que se sentirán más satisfechos y capacitados.

7. Validas el hecho de que has adquirido conocimientos, destrezas, habilidades y experiencia de liderazgo.

3. Marcas la diferencia para un nuevo miembro o un líder Altrusa en formación.

8. Re energizas tu conexión con Altrusa al entablar una relación recíproca de mentoría.

4. Creas un legado con impacto positivo en tu mentoreado, su Club Altrusa y la comunidad.

9. Sentirás gran satisfacción al contribuir a asegurar el futuro de Altrusa.

5. Revitalizaras tu compromiso como miembro Altrusa.

Cada quien brilla a su
manera



y una luz no opaca a la otra,
sino que ¡juntas brillan más!



En el mundo
y su ruido.

Tú
asegurate de
compartir
TU LUZ.

BENEFICIOS PARA MENTOREADOS

1. Expandir conocimientos sobre Altrusa a través del compartir de conocimientos y experiencias del mentor.

5. ... cree en ti, te apoyará, celebrará tus éxitos y te brindará retroalimentación constructiva cuando los resultados difieran de lo esperado.

2. Adquieres una visión más amplia del potencial propio. Te ayudará a ver las fortalezas que obvias, lo que puedes o no alcanzar.

6. ... ha estado en situaciones similares a las tuyas y las ha gestionado con éxito.

TU MENTOR...

3. ... te presentará a otros miembros Altrusa que te apoyarán y ayudarán en el camino.

7.... Es un modelo para seguir. Te dirá lo que necesitas escuchar y **no solo** aquello que deseas escuchar.

8. ... puede ayudar a mantenerte firme haciéndote responsable de tus acciones y de los compromisos que aceptaste.

4. ... es persona idónea con quien compartir ideas y retroalimentación. *La objetividad del mentor te permitirá compartir ideas sin ser juzgado.*





“
*El emprendedor fue empleado
El maestro fue estudiante
El chef fue lavaplatos
El sabio fue ignorante*

Somos Procesos

”

Continuemos aprendiendo y mejorando.



DEBERES Y RESPONSABILIDADES: MENTOR

1. Establece expectativas realistas, define metas alcanzables y establece la línea de acción y tiempo.	6. Comunica y trabaja con honestidad, tacto y de manera constructiva.
2. Comparte su historia. Brinda información, provee orientación y cualquier herramienta, recurso y red tecnológica que contribuya a lograr sus objetivos y desarrollo.	7. Se compromete con su propio aprendizaje mientras mentoriza, experimenta con nuevas ideas, herramientas tecnológicas, etc.
3. Establece un calendario realista que considere las responsabilidades de ambas personas. Tener un plan alternativo por si hay que terminar la relación o se logran las metas /objetivos antes de lo propuesto.	8. Ofrece y comparte nuevas ideas. Aconseja y es recurso para la implementación de nuevas ideas.
4. El mentor es un modelo a seguir, compartiendo libremente y comprometiéndose con esta relación de mentoría.	9. Recuerda y entiende la diversidad de trasfondos y experiencias de cada uno.
5. Escucha preocupaciones para poder entender mejor las situaciones, frustraciones, necesidades. Responde mensajes y correos electrónicos, aclara dudas.	10. ¡Consistencia y confiabilidad son vitales! A mayor consistencia, mayor confiabilidad.

DEBERES Y RESPONSABILIDADES : MENTOREADO

1. Expresa claramente tus metas y objetivos y lo que deseas desde el inicio de la relación. Establece expectativas realistas.

2. Informa a tu mentor sobre tus experiencias e intereses.

3. Calendariza la frecuencia de las reuniones y tu plan de salida de ser necesario.

4. Recuerda que tu mentor está ahí para ti, pero solo como un guía. **No decide.**

5. Sé educado y cortés. Mantente al día con tus correos electrónicos y has preguntas.

6. Informa a tu mentor si no entiendes algo o tienes opinión diferente.

7. Escucha. Solicita participar en actividades o proyectos con tu mentor.

8. Ofrece nuevas ideas sobre actividades y ejercicios que puedan hacer juntos.

9. Recuerda y entiende que las personas provienen de diferentes orígenes y experiencias, conózcanse de forma individual.

10 . ¡Consistencia y confiabilidad son vitales! A mayor consistencia, mayor confiabilidad.

MENTOR	MENTOREADO
11. Reconoce el esfuerzo, el trabajo y los logros del mentoreado.	11. Piensa positivamente sobre el mentor, los otros miembros Altrusa y de ti mismo. El mentor ofrece retroalimentación, no críticas.



EL PROCESO: DESIGNAR O SELECCIONAR EL MENTOR

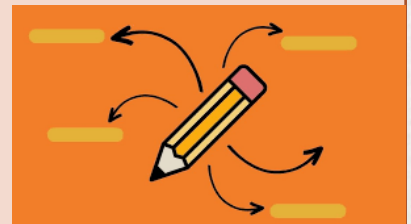
1. Ponderar la decisión de comenzar el proceso de mentoría.
2. Identificar expectativas sobre el proceso.
3. La compatibilidad y conexión positiva entre mentor y mentoreado es vital.
4. Nuevos miembros pueden identificar posibles mentores en las reuniones del club y hacer su selección luego de ser miembro por varios meses.
5. Mentores deben poseer los conocimientos necesarios, saber cómo funciona el liderato, el club y cómo éste se integra a la estructura de Altrusa Distrito e Internacional.

ALGUNAS REGLAS BÁSICAS

1. Mantener la confidencialidad de lo expresado en las reuniones. Pedir autorización para compartir información o invitar a otras personas a su relación de mentoría.
2. Formalizar las expectativas de ambos. El mentoreado debe estar claro en lo que se espera de esta relación. El mentor debe ser honesto sobre lo que puede y no puede hacer.
3. Decidir cómo se medirá el éxito del programa de mentoría. Puede que no sientan la conexión y esta bien. De ser necesario, buscar otro mentor. El club o distrito puede ayudarlo a identificar otro mentor.
4. No se exijan demasiado: No más de dos (2) mentoreados por mentor a la vez.
5. No se decepcionen uno al otro y acepten que ocurren imprevistos. Confiar y creer que podemos ayudarnos para lograr **lo que no se** puede lograr solo.
6. Recordar constantemente por qué decidiste convertirte en Altrusa.



Ejemplos





ALTRUSA INTERNACIONAL, INC.
Adelaida Cruz Zayas, Gobernadora Distrito Catorce Bienio 2025-2027

GUÍA DE MENTORÍA ALTRUSA
Comité Adiestramiento de Líderes Distrito Catorce
Traducción de:
Carmen I. Cabán Ramírez y Lizzette Ocasio Cruz



El Plan Estratégico de Altrusa Internacional del 2016, a implementarse luego de la Convención Internacional del 2017, atendió la necesidad de desarrollar un sólido programa de mentoría para desarrollar liderato, atraer y retener miembros.

El plan esta alineado al lema Altrusa : "Liderando hacia una mejor comunidad ". A estos efectos, el Equipo de Trabajo de Mentores de Altrusa Internacional revisó más de diez (10) programas de mentoría, principalmente para organizaciones de servicio y encuestó a los miembros Altrusa sobre sus intereses y deseos para dicho programa.

La mentoría en Altrusa se basa en una relación en la que un miembro Altrusa experimentado (mentor) ayuda a otro miembro Altrusa (mentoreado) a desarrollar destrezas y conocimientos específicos que impulsarán el crecimiento personal del miembro Altrusa con menos experiencia y redundará en satisfacción, desarrollo personal y retención. Aunque no abordamos específicamente la mentoría de los miembros Altrusa en sus profesiones, los miembros Altrusa podrían encontrar a otros miembros que puedan servir como sus mentores profesionales. Este documento está dirigido tanto a los nuevos miembros Altrusa como a quienes están listos para continuar su trayectoria como líderes en nuestra maravillosa y dinámica organización. También es útil a miembros Altrusa experimentados quienes desean ayudar a estos líderes potenciales en su increíble, gratificante y desafiante camino. Nuestra organización se fortalecerá gracias al esfuerzo de los miembros Altrusa que participen en este programa de mentoría.

OBJETIVOS

Los objetivos del Plan de Mentoría de Altrusa Internacional son:

- Desarrollar una mejor y mayor comunidad mediante la participación de los nuevos miembros y aumentar la tasa de retención de los actuales miembros Altrusa a través de conexiones con los miembros y la comunidad.
- Contribuir al desarrollo de destrezas específicas, conocimiento y confianza para identificar oportunidades de liderato en Altrusa.
- Crear un entorno que estimule a los miembros Altrusa a aceptar posiciones de liderato, con la certeza que siempre hay alguien disponible para hablar sobre oportunidades y desafíos.

REQUISITO DE PARTICIPACIÓN



Mentor Profile



Name:	Email:
Contact phone or email:	Hobbies:
District:	
Club:	Favorite Charities:
Work History:	
	Why did you become an Altrusan?
Altrusa History:	
Why do you want to be a Mentor?	What famous person, living or dead, would you want to have dinner with and why?
What are two goals you want to achieve as an Altrusan Mentor?	
1.	
2.	
Additional Comments:	



PERFIL DEL MENTOR

Nombre:	correo electrónico:
Teléfono:	Hobbies:
Distrito:	
Club:	Organizaciones de servicio preferidas:
Historial de Trabajo:	
	¿Por qué se inició en Altrusa?
Historial en Altrusa	¿Con qué persona, viva o muerta, desearía compartir una cena y por qué?
¿Por qué desea ser mentor?	

REQUISITO DE PARTICIPACIÓN



Mentee Profile

Photo

Name:

Email:

Contact phone or email:

Hobbies:

District:

Club:

Favorite Charities:

Work History:

Why did you become an Altrusan?

Altrusa History:

Why do you want to be a Mentee?

What famous person, living or dead, would you want to have dinner with and why?

What are two goals you want to achieve as an Altrusan Mentee?

- 1.
- 2.

Additional Comments:



FOTO

PERFIL DEL MENTOREADO

Nombre:

correo electrónico:

Teléfono:

Hobbies:

Distrito:

Club:

Organizaciones de servicio preferidas:

Historial de Trabajo :

¿Por qué se inició en Altrusa?

Historial en Altrusa

¿Con qué persona, viva o muerta, desearía compartir una cena y por qué?

¿Por qué desea ser mentoreado?

¿Cuáles son las dos metas que desea lograr como Mentoreado Altrusa?

- 1.
- 2.

Comentarios adicionales:

RECAPITULACIÓN

PROGRAMA DE MENTORIA



**FORTALECER / DESARROLLAR EL LIDERAZGO
Y PROPICIAR LA SUCESIÓN EXITOSA EN TODOS LOS NIVELES.**

REVITALIZACIÓN, RETENCIÓN Y RECLUTAMIENTO



Poema del Mentor Altrusa

Adaptado del “ Poema de la Amistad” de José L. Borges

Por: Carmen I. Cabán Ramírez

Para todos los problemas, no puedo darte soluciones,
no tengo respuestas para todas tus dudas o temores.
Pero puedo escucharte, compartir experiencias, siempre motivarte
ofrecerte críticas constructivas y con esmero apoyarte.

No puedo evitar que tropieces, evitar que te distraigas,
solo puedo ofrecerte mi mano para que te sujetes y no caigas.

Y cuando me necesites, estaré junto a ti.

Tus alegrías y tus triunfos son tuyos, no me pertenecen a mí,
pero disfruto ser parte de tus éxitos que te hacen sobresalir.

No juzgo las decisiones que tomas como Altrusa y como líder,
me limito a compartir conocimientos y ayudarte si me lo pides.

No puedo trazarte límites dentro de los cuales debes actuar,
pero te ofrezco el espacio necesario para crecer y triunfar.

Tu meta puede ser el Club, el Distrito o Internacional.

No puedo evitar que sufras si algún fracaso toca tu corazón.
pero puedo ofrecerte mi hombro y animarte a proseguir con gran tesón.

No puedo decirte quién eres, ni quién deberías ser,
solamente puedo aceptarte y ser tu amiga y mentora fiel.



Comunicación
Sabiduría,
Esperanza,
Fe



¿DUDAS ?



¿PREGUNTAS?



COMENTARIOS



REFERENCIAS

ORGANIZACIONES DE SERVICIOS

Alpha Delta Kappa Mentoring Program. <https://alphakappadelta.org/programs/mentorship/>

Programa de Mentores Leones

Guía Tutoría Básica https://cdn2.webdamdb.com/md_wCcXWrELQvV6.jpg.pdf?v=1

Guía Tutoría Avanzada https://cdn2.webdamdb.com/md_2cGOoWlfna01.jpg.pdf?v=1

COMPAÑÍAS Y PROGRAMAS EDUCATIVOS

Mentoring Herramienta de aprendizaje. Escuela de Mentoring. <https://www.escueladementoring.com/>

Mentoring que es beneficios y como implementarlo <https://www.repsol.com/es/energia-avanzar/personas/que-es-mentoring/index.cshtml>

Mentoring que es, para que sirve y sus principales beneficios. Sebastián Pendino <https://sebastianpendino.com/que-es-mentoring/>

*¡ Los mejores deseos para una mentoría victoriosa!
¡Éxitos siempre!*

Cariños,

Carmen J. Cabán

prof.c.caban@gmail.com

