



Centre de  
recherche Azrieli

**CHU  
Sainte-Justine**  
Le centre hospitalier  
universitaire mère-enfant

Université   
de Montréal

# Programme de jumelage étudiant

Guide pratique à l'intention des mentors et des mentoré(e)s

---



[recherche.chusj.org](http://recherche.chusj.org)



Le programme de jumelage étudiant du Centre de recherche Azrieli du CHU Sainte-Justine (Centre) est un programme de **mentorat par les pairs** qui permet aux nouvelles étudiantes et aux nouveaux étudiants d'être jumelés avec d'autres étudiantes et étudiants qui fréquentent déjà le Centre, qui proviennent du même niveau académique et qui partagent des réalités communes.

## Objectifs du programme

Ce programme a pour objectifs de :

- Faciliter l'accueil et l'intégration des nouvelles personnes en formation au Centre de recherche Azrieli;
- Offrir du soutien à différentes étapes clés des études (passage au PhD ou postdoc, transition vers le marché du travail, etc.)
- Échanger et poser des questions à une étudiante ou un étudiant qui est passé par les mêmes étapes, il y a peu de temps;
- Faire des rencontres, créer des liens et faciliter le réseautage avec des personnes du Centre.

## À qui s'adresse le programme ?

### **Mentors**

Toutes les personnes inscrites dans un programme aux cycles supérieurs (M. Sc. et Ph. D) ou de formation postdoctorale, qui sont arrivées au Centre depuis au moins 6 mois.

### **Mentoré(e)s**

Personnes inscrites dans un programme aux cycles supérieurs (M. Sc. et Ph. D) ou de formation postdoctorale qui mènent un projet de recherche avec une chercheuse ou un chercheur régulier ou affilié du Centre.

Le programme est ouvert autant aux nouvelles personnes qui se joignent au Centre qu'aux personnes en cours de formation qui en ressentent le besoin.

## Limites de l'accompagnement

L'accompagnement ne doit pas être :

- un service de counselling ou de coaching : c'est-à-dire axé sur l'atteinte d'un objectif ou de résultats, ou la résolution de problèmes personnels ou professionnels;
- une relation thérapeutique;
- une relation de pouvoir;
- une relation à sens unique;
- une obligation;
- une démarche pour obtenir un emploi ou tout autre privilège.

## Devenir mentor ?

Vous avez envie :

- D'une expérience de relation d'aide enrichissante ?
- De faciliter l'intégration des nouvelles personnes étudiantes ?
- De redonner à votre communauté étudiante ?
- D'acquérir de l'expérience dans une compétence utile et applicable à votre futur emploi ?
- D'améliorer votre CV et dossier de candidature de bourses ?



## Critères à respecter avant de s'inscrire

- Étudier au CHU Sainte-Justine ou CRME-Technopôle pour toute la durée du jumelage;
- Étudier au Centre depuis au moins 6 mois, au début de son implication;
- Consentir à offrir son aide à toute personne jumelée pendant minimalement 4 mois.

Cette expérience vous permet d'obtenir une attestation de bénévolat des Affaires académiques du Centre de recherche Azrieli du CHU Sainte-Justine (sur demande).

## Devenir mentor !

Complétez le [formulaire d'inscription](#) (inscriptions en continu).

Votre rôle auprès des personnes mentorées :

- Être disponible pour répondre à leurs questions;
- Référer vers les ressources appropriées;
- Organiser des rencontres et faciliter les échanges avec les autres membres du Centre;
- Créer un climat de confiance et de respect mutuel;
- Être disponible pour des rencontres avec la personne mentorée;
- Fournir volontairement une aide personnelle et confidentielle;
- Encourager et motiver;
- Faire preuve d'empathie et d'ouverture à la diversité et l'inclusion.

## Votre engagement en devenant mentor

- Être disponible pour offrir votre aide minimalement 4 mois ;
- Répondre aux questions de la personne mentorée dans un délai de 48 heures;
- Organiser une rencontre avec la personne mentorée en début de session et, ensuite, au moins une fois par mois;
- Accompagner la personne mentorée avec enthousiasme;
- Encourager la personne mentorée à envoyer à l'avance les sujets qu'elle désire aborder au cours de la prochaine rencontre;
- Poser des questions qui facilitent le dialogue;
- Faciliter, au besoin, l'accès de la personne mentorée à un réseau de collègues qui pourraient l'aider à faire la lumière sur les différentes questions soulevées.

## Obtenir le soutien d'un mentor

Que ce soit parce que :

- Vous êtes nouvelle ou nouveau à Montréal, au Québec, au Canada ou tout simplement parce que vous débutez un nouveau programme d'études au Centre de recherche Azrieli;
- Vous avez des questions et vous souhaitez vous assurer d'entamer cette nouvelle étape du bon pied;
- Vous souhaitez bénéficier de l'expérience d'une personne qui est déjà arrivée au CHU Sainte-Justine;
- Vous désirez rencontrer des étudiantes et des étudiants de votre domaine, qui ont des intérêts communs avec vous ou qui vivent des situations similaires.



Votre mentor est là pour :

- Vous guider durant votre premier trimestre, ou durant une transition (passage au PhD, transition vers le marché du travail, etc.);
- Répondre à vos questions ou vous diriger vers les ressources appropriées;
- Transmettre des informations sur différents services et ressources disponibles;
- Organiser une rencontre mensuelle pour échanger avec vous.

## Pour bénéficier du programme de mentorat

Remplissez le [formulaire d'inscription](#) en ligne (inscriptions en continu).



## Responsabilités de la personne mentorée

- Déterminer et exprimer clairement ses besoins et ses préférences pour favoriser un jumelage rapide et pertinent;
- Faire preuve d'enthousiasme et d'ouverture;
- Si possible, transmettre à l'avance au mentor les questions à aborder au cours des prochains échanges;
- Communiquer avec votre mentor en cas de problème;
- Rechercher le plus de conseils possible de la part de votre mentor;
- Participer assidument à toutes les rencontres.

## Déroulement du jumelage

1

### Réception des demandes de jumelage et candidatures des mentors

Pour participer au programme, veuillez remplir le [formulaire en ligne](#). Toutes les candidatures pour être mentor et les demandes de jumelage seront acceptées, dans la mesure où nous trouvons les bonnes personnes à jumeler ensemble.

Arrivées en septembre : Les personnes qui souhaitent participer à l'activité de jumelage qui se déroule durant la journée d'accueil devront déposer une demande de jumelage au plus tard le 15 septembre.

Arrivées le reste de l'année : La réception des candidatures pour être mentor et des demandes de jumelage se font en continu.

2

### Jumelage

Les personnes qui soumettent des demandes seront jumelées par la responsable du programme en fonction des réponses au questionnaire (niveau académique, lieu principal de recherche, langue de communication, statut d'immigration ou autres critères spécifiés dans le questionnaire). Les demandes de jumelages sont évaluées environ 2 semaines après le début de chaque trimestre (15 septembre, 15 janvier, 15 mai).

3

### Durée du jumelage et organisation des rencontres

Les personnes jumelées doivent s'engager pour une durée de 4 mois, à raison d'une rencontre par mois. La durée de chaque rencontre est à la discrétion des personnes jumelées, mais nous recommandons de prévoir entre 30 et 60 minutes. Nous recommandons des rencontres en personne lorsque c'est possible, entre les murs du CHU Sainte-Justine ou du Technopôle, pour faciliter les échanges.

4

### **Première rencontre**

Lors de la première rencontre, les parties :

- Discutent des attentes et déterminent si elles acceptent le jumelage;
- Définissent le moyen de communication à privilégier;
- Conviennent du calendrier des rencontres;
- Signent l'entente de jumelage (dernière page), si celui-ci est accepté par les deux parties.

5

### **Rencontres subséquentes**

La personne mentorée est invitée à transmettre par courriel, quelques jours avant chaque rencontre, les questions ou les thèmes qu'elle aimerait aborder. Cela permet au mentor de se préparer et favorise des échanges plus riches et ciblés. En l'absence de sujets précis, la rencontre peut porter sur le cheminement général, les défis rencontrés ou les opportunités à explorer.

6

### **Partagez votre réseau**

Selon les besoins, le mentor est invité à présenter la personne mentorée aux personnes de son réseau qui pourraient l'aider dans son intégration (professionnelles ou professionnels, autres étudiantes ou étudiants, chercheuses ou chercheurs, etc.).

7

### **Fin du jumelage... ou pas**

Après la dernière rencontre prévue au calendrier, le jumelage prend officiellement fin. Cependant, si la chimie est au rendez-vous, rien n'empêche les personnes jumelées de garder contact par la suite!

### Autres informations

**Responsable du programme :** Marianne Arteau

[marianne.arteau.hsj@ssss.gouv.qc.ca](mailto:marianne.arteau.hsj@ssss.gouv.qc.ca) ou 514 345-4931 poste 3097

En cas de mésentente durant le jumelage, veuillez contacter la responsable du programme, qui fera un suivi rapide avec vous.

Crédits photos: Caroline Perron (page couverture) et CHU Sainte-Justine



### Ressources

- [Guide à l'intention des étudiantes et étudiants](#) du Centre de recherche Azrieli
- [Services à la vie étudiante](#) (UdeM)
- [UdeM international](#) (UdeM)
- [Bureau du respect de la personne](#) (UdeM)
- [Étudier à Montréal](#) (UdeM)
- [Calendrier UdeM](#)
- [Calendrier culturel montréalais](#)

# Bonnes rencontres !

# ENTENTE DE JUMELAGE

À compléter lors de la première rencontre. Veuillez transmettre une copie de cette entente à la responsable de programme (marianne.arteau.hsj@ssss.gouv.qc.ca)

## Mentoré(e)

Nom

Courriel

Téléphone

## Mentor

Nom

Courriel

Téléphone

## Calendrier des rencontres (optionnel)

Rencontre 1er mois : Date

Rencontre 2e mois : Date

Rencontre 3e mois : Date

Rencontre 4e mois : Date

## Entente de confidentialité

Dans le cadre de ma participation au Programme de jumelage étudiant, à titre de mentor ou de personne mentorée, je m'engage à garder confidentielles toutes les informations auxquelles j'aurai accès dans le cadre du jumelage, à moins qu'il ne s'agisse de renseignements causant préjudice à qui que ce soit (personne ou établissement).

Signature de la personne mentorée

Date

Signature de la personne mentor

Date