



## **REGULAMENTO Programa de Mentoria “Ser Natural Traz Frutos”**

O Programa de Mentoria Ser Natural Traz Frutos é uma iniciativa de Pedras Sabores, uma gama de bebidas integrada no portefólio do Super Bock Group, que tem na sua base Pedras, a icónica água com gás 100% natural que faz parte da cultura portuguesa e pertencente ao portefólio de bebidas do Super Bock Group.

Trata-se de uma iniciativa alinhada com a essência da marca que procura inspirar os consumidores a serem fiéis à sua verdadeira essência, porque “Ser Natural Traz Frutos”, tal como a história de Marcelino Sambé e Sara Correia, protagonistas da campanha publicitária da marca, o comprova.

**Pedras Sabores quer ajudar mais jovens a seguirem os seus sonhos, desafiando-os a seguirem a natureza através da criação do Programa de Mentoria *Ser Natural Traz Frutos*.**

### **1. Propósito do Programa**

- Direcionado para a vocação e talento, o Programa de Mentoria *Ser Natural Traz Frutos*, pretende incentivar, dar ferramentas, inspirar e apoiar jovens a seguirem a sua natureza e a alcançarem os seus sonhos, através de um acompanhamento estruturado para o desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens participantes, promovendo a partilha de conhecimentos e experiências entre mentores e mentorados.

### **2. Destinatários**

- Jovens entre os 18 e os 34 anos, residentes em Portugal, que pretendam desenvolver-se, ultrapassando barreiras para a concretização dos seus sonhos.

### **3. Promotores**

- A marca Pedras Sabores é a responsável pela dinamização desta iniciativa, tendo o Movimento Transformers enquanto parceiro da implementação e execução do Programa.
- O **Movimento Transformers** é uma **organização de referência** na área da juventude, voluntariado e educação não formal, experiente no desenvolvimento de programas de mentoria. Reconhecida com **Metodologia de Referência de Conhecimento** da Fundação Calouste Gulbenkian, o **Prémio Civic Society Prize** da Comissão Europeia e o **Prémio Direitos Humanos da Assembleia da República, entre muitos outros**.

### **4. Funcionamento do Programa**

- Serão organizadas 2 sessões de esclarecimento presenciais (Porto e Lisboa), sem carácter de participação obrigatório.
- Os participantes que forem selecionados a integrar o Programa de Mentoria terão acesso a **3 sessões de mentoria online temáticas de desenvolvimento de competências**.
- Mentoria em grupo: 1 mentor para cada 10 jovens, divididos por áreas temáticas de interesse.

### **5. Cronograma do Programa**

- Setembro, outubro e novembro – Período de candidaturas.



- Dezembro – Período de avaliação de candidaturas.
- Janeiro, fevereiro e março – Processo de Mentoria – 3 sessões online [datas a determinar] + 3 sessões online de follow-up.

#### **6. Candidaturas [Apresentação, Prazos e Elegibilidade]**

- A participação no Programa de Mentoria “Ser Natural Traz Frutos” está aberta a indivíduos que residam em Portugal e tenham entre os 18 e os 34 anos.
- As candidaturas devem ser enviadas através do preenchimento do formulário próprio, que deve ser encontrado na página do Programa.
- Cada candidato não poderá apresentar mais do que uma candidatura.
- As candidaturas devem ser submetidas até ao dia 30 de novembro de 2025, na página do Programa, contendo dados verídicos e completos.
- O Programa reserva-se ao direito de recusar ou limitar inscrições, de acordo com a disponibilidade de vagas e critérios de seleção previamente estabelecidos.
- Terminado o prazo para submissão de candidaturas, proceder-se-á à análise das candidaturas tendo em vista a sua validação.
- A avaliação das candidaturas elegíveis será realizada pela organização ao longo do mês de dezembro.

#### **7. Critérios de Elegibilidade**

- Idade entre 18 e 34 anos
- Residência em Portugal
- Disponibilidade para participar nas 3 sessões online
- Motivação clara para integrar o programa

#### **8. Critérios de Avaliação e Seleção**

- Diversidade geográfica – candidatos de diferentes regiões do país
- Diversidade de perfis socioeconómicos e académicos – promovendo a igualdade de oportunidades.
- Estar em fase de transição para a vida adulta (ex.: fim dos estudos, entrada no mercado de trabalho, mudança de área).
- Participação cívica ou voluntariado anterior, mesmo que informal.

Será dada preferência às inscrições por ordem de chegada, em caso de empate.

#### **9. Decisão e Anúncio**

- A avaliação das candidaturas é realizada no mês de dezembro.
- O anúncio dos candidatos a integrar o programa será feito individualmente via email, também no mês de dezembro.

#### **10. Compromisso e Conduta dos Participantes**

- Os mentorados comprometem-se a participar de forma adulta e responsável em todas as atividades e sessões do Programa, respeitando os horários e os compromissos assumidos.



- Os mentores comprometem-se a fornecer orientação ética, profissional e confidencial, respeitando as diferenças individuais de cada jovem de forma a promoverem em todos os momentos um ambiente de respeito e confiança.
- É obrigatório o cumprimento das normas internas do Programa e da organização promotora, sendo vedada qualquer conduta que possa prejudicar a experiência dos demais participantes ou a imagem da organização.
- É obrigatório ter o microfone e a câmara ligados no decorrer das sessões de mentoria online.

#### **11. Confidencialidade e Privacidade**

- Todas as informações pessoais e profissionais partilhadas durante o Programa devem ser mantidas em estrita confidencialidade por ambas as partes – Mentores e Mentorados.  
*A organização compromete-se a proteger os dados pessoais dos participantes, em conformidade com a legislação aplicável em matéria de proteção de dados pessoais. Para saber mais acerca de como tratamos os seus dados, consulte a Política de Privacidade do Programa presente neste site.*

#### **12. Alterações e Cancelamentos**

- O participante poderá solicitar o cancelamento da sua participação a qualquer momento, mediante comunicação formal à organização.
- A organização reserva-se ao direito de cancelar, adiar ou alterar o Programa, total ou parcialmente, em função de circunstâncias imprevistas ou motivos de força maior, comprometendo-se a informar os participantes com a maior antecedência possível.
- A organização poderá suspender ou terminar a participação de qualquer mentor ou mentorado que viole este Regulamento ou que adote comportamentos considerados inadequados, prejudiciais ou desrespeitosos.

#### **13. Propriedade Intelectual**

- O conteúdo, materiais e recursos disponibilizados durante o Programa são propriedade intelectual da organização e/ou dos seus colaboradores.
- É proibida a reprodução, distribuição ou utilização de qualquer conteúdo do Programa sem autorização expressa, por escrito, da organização.

#### **14. Limitação de Responsabilidade**

- A organização não será responsável por quaisquer danos diretos ou indiretos, perdas ou prejuízos que possam decorrer da participação no Programa ou da utilização das informações fornecidas.
- A participação no Programa é feita por livre e espontânea vontade, isentando a organização de quaisquer responsabilidades decorrentes de decisões ou ações tomadas pelos participantes.

#### **15. Comunicação e Contacto**

- Para quaisquer dúvidas, reclamações ou informações adicionais, os participantes poderão contactar a organização através do email: [contacto@sernaturaltrazfrutos.pt](mailto:contacto@sernaturaltrazfrutos.pt)