

# Lebenserfahrung teilen - junges Leben verändern Leadership durch Mentoring



ROCK YOUR LIFE! ist eine Mentoring-Organisation, die schweizweit beteiligte junge Menschen mit und ohne Fluchterfahrung über eine längere Zeit 1:1 unterstützt, damit sie Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gewinnen und den Einstieg in die Arbeitswelt schaffen.

## Warum ROCK YOUR LIFE! auch für Leute Ü50 ein Gewinn ist

- Sinnvolle Aufgabe vor oder im Ruhestand:** Viele erfahrene Menschen suchen nach einer Möglichkeit, sich nach der Pensionierung weiterhin aktiv einzubringen. Das Mentoring bietet eine sinnstiftende Tätigkeit, die echte Wirkung zeigt.
- Zwischenmenschliche Verbindung:** Der persönliche Kontakt zu jungen Menschen schafft Nähe, Verständnis und gegenseitige Wertschätzung. Es entsteht ein Dialog zwischen den Generationen, der beide Seiten bereichert.
- Lernen und Weiterentwicklung:** Auch Leute Ü50 lernen im Mentoring-Prozess dazu – sei es durch neue Perspektiven oder den frischen Blick der Jugend.
- Stärkung des Selbstwertgefühls:** Das Gefühl, gebraucht zu werden und einen positiven Einfluss zu haben, stärkt das eigene Selbstbewusstsein und die Lebensfreude.
- Gesellschaftlicher Beitrag:** Wer sich bei ROCK YOUR LIFE! engagiert, trägt aktiv zu mehr Chancengerechtigkeit bei.

## So funktioniert's

### Kick-Off:

Kennenlerngespräch & Anmeldung

### Vorbereitung:

Einführung & Matching mit dem/der Mentee

### Mentoring-Phase:

1:1-Treffen (mind. 4 h/Monat während ca. 1 Jahr),

Workshops & Events, Betreuung durch ROCK

YOUR LIFE!

### Abschluss & Reporting:

Wirkungsmessung



**Werde jetzt Mentor:in!**

