

Accompagner mon jeune à explorer pour l'avenir!



Compte tenu de la situation actuelle, pourquoi ne pas en profiter pour accompagner vos enfants dans l'amorce d'une réflexion en ce qui concerne leur avenir!

Il s'agit d'une belle occasion d'échanger avec vos jeunes et qui plus est de vous aider à occuper leurs journées!

Sachez qu'il n'y pas d'âge minimal au secondaire pour s'intéresser à son développement personnel et scolaire afin de préparer son avenir.

Nous vous proposons **quelques activités qu'il vous est possible de réaliser à la maison.** Il ne s'agit pas de prendre sur vos épaules l'orientation de vos enfants, mais bien de vous fournir certains outils les aider à effectuer une première exploration d'eux-mêmes, du monde de la formation et du travail, s'ils le souhaitent.

Vous êtes un accompagnateur précieux qui peut favoriser le développement de l'identité de votre enfant.

Nous vous invitons à garder en tête que certains jeunes ont déjà une idée précise de leur avenir alors que d'autres cheminent plus lentement. C'est normal! Selon le niveau scolaire de votre enfant, le choix professionnel de celui-ci peut être plus ou moins rapproché. Il est à noter qu'un service d'accompagnement plus particulier est prévu par les conseillères d'orientation de l'école normalement lorsque votre enfant se rapprochera de la fin de son parcours scolaire secondaire.

Activités pour favoriser la **connaissance de soi**



Lors d'un **souper**, demandez à chaque personne de **nommer, à tour de rôle, une qualité de son voisin ou un bon coup réalisé** au cours de la journée. Profitez-en pour le relier à une qualité ou aptitude que possède votre enfant!



Profitez de chaque occasion au quotidien pour lui **refléter ses forces et intérêts**. Cela l'aidera à mieux se connaître, bâtir son identité et développer une bonne estime de lui-même. Même s'il n'est pas toujours à l'écoute de vos commentaires, il en retiendra l'essentiel et cela l'aidera dans ses réflexions futures.

Profitez de la période actuelle pour **l'initier à de nouvelles activités**, qui sait il se découvrira peut-être de nouveaux talents! Impliquez le dans les tâches quotidiennes. Invitez-le à faire des lectures ou écouter des reportages sur différents sujets!



Faite, avec lui, un **bilan de ses caractéristiques positives, forces et intérêt!** Utilisez de la couleur, ajoutez-y des images! Pourquoi ne pas en profitez pour qu'il vous aide à faire le vôtre également! Affichez-les à la maison!



Vous favoriserez ainsi l'échange avec votre jeune et la construction de son identité. Cela l'aidera à établir une vision positive de lui-même qu'il pourra ultérieurement relier à des domaines professionnels.

Activités d'exploration du monde de la formation et du travail



Permettez-lui de **découvrir des professions** en lien avec les matières qu'il préfère. Pour ce faire, nous vous suggérons de consulter la section *Exploration par disciplines scolaires* qui figure sur le site Internet **Repères** à l'adresse suivante :

<https://www.reperes.qc.ca/>

Votre enfant pourra se connecter à l'aide de son numéro de fiche de l'école.

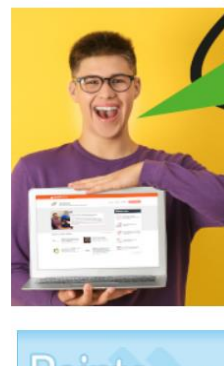


Banque d'information scolaire et professionnelle

- Professions
- Perspectives d'emploi
- Formations
- Statistiques de placement
- Prêts et bourses
- Établissements
- Organismes
- Programmes d'aide

Activités d'information et d'orientation

- Exploration par disciplines scolaires
- Intervention vidéo d'interventions professionnelles (IVIP)
- Stratégies d'Orientation Scolaire (CURSUS)
- MON WEBFOLIO



Votre pouvez également accompagner votre enfant à effectuer une recherche par profession ou formation en cliquant sur *profession* ou *formation* et ensuite sur *mots clés* sur la page d'accueil de son compte. Il aura la possibilité d'enregistrer ce qui l'intéressent dans son *Porte-documents* en cliquant sur le coffre.



Accueillez ses idées, il est en exploration! Conseil : N'éteignez pas son enthousiasme, ne jugez pas ses idées même si elles vous paraissent irréalistes ou inappropriées. Questionnez plutôt, intéressez-vous à son point de vue afin qu'il approfondisse sa réflexion. Montrez-lui que vous vous souciez de son choix et cherchez ENSEMBLE des renseignements utiles. Il est possible que ses idées évoluent au fur et à mesure où il se connaît davantage et aura une meilleure connaissance des options qu'il envisage.

Pour les plus vieux...



Selon son niveau d'intérêt et son âge, suggérer-lui d'**échanger avec des gens qui pratiquent des métiers qui l'intéressent**. Pour ce faire vous pouvez lui proposer de se créer un profil sur l'application web ou mobile de mentorat virtuel *Academos* destiné aux jeunes de 14 à 30 ans) : www.academos.qc.ca

Il pourra consulter des descriptions de professions et dialoguer en ligne avec des mentors inspirants qui exercent toutes sortes de métiers.

Aidez-le à rédiger son CV. Pour ce faire, vous pouvez consulter notre *Guide de recherche d'emploi* disponible sur le site Internet de ESHG à l'adresse suivante : <https://eshg.cscv.qc.ca/services-professionnels/orientation>.

Vous y trouverez un bilan personnel pour votre jeune qui l'aidera à cibler ses qualités et compétences.



Ce sera une occasion de plus pour discuter de ses qualités et il pourra l'utiliser lorsqu'il le souhaitera! L'acquisition d'expériences concrètes (emploi, bénévolat, projets) lui permettra de se connaître davantage.

En terminant :

Nous vous invitons à consulter la **section Orientation** du site Internet de l'école. Vous y trouverez une foule de renseignements et ressources pour vous aider à mieux accompagner votre enfant dans son parcours scolaire et professionnel. Vous trouverez également des informations concernant l'admission destinées aux finissants :

<https://eshg.cscv.qc.ca/services-professionnels/orientation>

Comme parents il est possible que la période actuelle amène son lot de défis au quotidien avec votre ado (ex. : conflits, stress, communication difficile). **Si vous avez besoin de soutien**, nous vous invitons à communiquer avec la **Ligne parents** au 1-800-361-5085 www.ligneparents.com.

Nous vous souhaitons, chers parents, bonne exploration et surtout santé, courage et résilience pour traverser cette période tumultueuse à laquelle nous sommes tous et toutes confrontés.