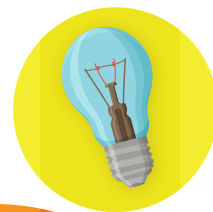




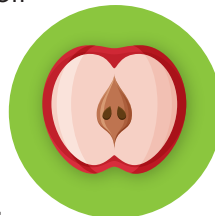
# Trucs et conseils pour une journée d'apprentissage réussie à la maison



## Tout commence avec une bonne routine.

### ★ Se réveiller aux heures régulières de la journée scolaire

- Avoir de bonnes habitudes favorisant le sommeil (se coucher aux heures régulières)
- S'habiller pour l'école ;
- Prendre un bon petit déjeuner, etc.



### ★ Suivre l'horaire de la journée scolaire

- Planifier sa journée selon son horaire de cours ;
- Se connecter à la plateforme Teams afin de revoir les consignes de ses enseignantes et enseignants ;
- Vérifier sa boîte courriel Outlook quotidiennement ;
- Prévoir des pauses ;
- Planifier une pause pour le dîner et se préparer un bon dîner ;
- S'assurer de répondre aux attentes de la journée ;
- Planifier un temps pour une activité favorisant le mieux-être, de même qu'une vie saine et active ;
- Planifier un temps de socialisation.



Que vous soyez à l'école ou à la maison, votre engagement est important !



### ✓ Si le temps le permet, profitez-en pour :

- Faire 30 minutes de lecture silencieuse en français ;
- Explorer des ressources éducatives supplémentaires (Par exemple, [Je m'éduque.ca](http://Je m'éduque.ca), etc.) ;
- Réfléchir à de nouveaux projets à réaliser ;
- Se connecter à des rencontres virtuelles de comités, de clubs ou autres ;
- Travailler à son portfolio ou faire de l'exploration vie-carrière dans myBlueprint (consulter son conseiller en orientation pour accéder à ce programme) ;
- Vivre une expérience dans sa communauté (bénévolat, stage d'observation, etc.).

### ✓ Saisir les occasions qui se présentent pour développer de nouvelles compétences :

- Participer à la préparation des repas ;
- Aider ses parents ou un voisin à faire des tâches diverses.



« L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt. »

Henry Gauthier-Villars



### Il est important d'avoir un espace de travail à la maison comprenant :

- Un coin bien éclairé ;
- Une table ou un pupitre de travail ;
- Une chaise de travail ;
- Un accès à Internet ;
- Un portable (Renseignez-vous auprès de l'école au sujet du [Programme d'aide financière](#)).



**Renseignements :** Si vous avez des questions ou préoccupations, parlez à votre enseignante ou enseignant. De plus, visitez le site Web de votre école ou celui du [District scolaire francophone Sud](#).