



Réussite

TRUCS - OUTILS - ACTIVITÉS ADOS

COMMENT FAIRE POUR SE RESPECTER?



Se respecter,
ça s'apprend
au quotidien!

Mon choix
de carrière,
le respect et moi

C'est le temps
de te respecter!

Comment faire
pour se
respecter?

Écrire dans la version PDF? [Voir à la fin du cahier.](#)

SOMMAIRE

5 SANTÉ
UN PEU DE RESPECT,
S'IL VOUS PLAÎT!
SMQ-BSL.ORG

7 NUTRITION
COMMENT FAIRE POUR
SE RESPECTER?
ANEBADOS.COM/CLAVARDAGE

9 CONSOMMATION
FAIRE VALOIR SES DROITS EN TANT
QUE CONSOMMATEUR
ACEFMONTEREGIE-EST.COM

11 INTIMIDATION
COMMENT FAIRE POUR
SE RESPECTER?
PSYCHOLOGUE

12 RELATIONS
DONNE DE L'AMOUR
PAS DES ITSS

14 INTERVENTIONS
C'EST LE TEMPS
DE TE RESPECTER!
TRAVAIL SOCIAL

18 ORIENTATION
SE RESPECTER, ÇA S'APPREND
AU QUOTIDIEN!
CLOECABANA.COM

19 ORIENTATION
MON CHOIX DE CARRIÈRE,
LE RESPECT ET MOI
SOPHIEDUQUETTE.CA

20 ORIENTATION
COMMENT RESPECTER SES
ASPIRATIONS DE CARRIÈRE?
CPAQUEBEC.CA



ET UNE FOULE D'ACTIVITÉS À FAIRE TOUT AU LONG DU CAHIER!



COMMENT FAIRE POUR SE RESPECTER?

OK. AS-TU DÉJÀ SENTI QUE TU NE T'ÉTAIS PAS RESPECTÉ(E)?

Oui. Ça arrive. Pas l'fun, mais ça arrive.

Tu peux voir cet événement comme quelque chose dont tu as honte. Bien sûr. **MAIS, tu peux aussi simplement et courageusement voir ça comme une occasion d'apprentissage et de « on ne m'y reprendra plus! ».** C'est une belle occasion pour apprendre à mettre ses limites.

Se respecter, trouves-tu cela facile?

Est-ce que ça a un lien avec ce que nous dit notre petite voix intérieure tu crois?

J'ai la profonde conviction que de te respecter fait en sorte que les autres aussi vont te respecter. En tout cas, ça aidera grandement!

Je te souhaite donc de t'arrêter, de prendre le temps d'entendre ce qui se passe en toi. **Si tu te sens calme, bien, en sécurité, c'est alors que tu te respectes.** Si c'est un tourbillon, un malêtre et de la peur que tu ressens, alors, s.v.p., ressaisis-toi et pense aux actions que tu peux poser pour te faire du bien, pour te choisir, pour te respecter, bref... pour **t'aimer.**

CONTACTEZ-NOUS
REUSSITESCOLAIRE@TELUS.NET

ÉDITORIAL
CHRISTIANE BOUFFARD

CORRECTION
JULIE BELZIL

ABONNEZ-VOUS!
MAREUSSITE.NET

COLLABORATIONS

INGRID BRUNET
CLOÉ CABANA
JULIE CODERRE
RÉMI CÔTÉ
AMILIE DUMAIS
SOPHIE DUQUETTE
MARIANE GRÉGOIRE

REMARQUES

LES OPINIONS QUI SONT ÉMISES ET LA SOURCE DES ÉCRITS N'ENGAGENT QUE LA RESPONSABILITÉ DE LEUR AUTEUR.

LE CAHIER MA RÉUSSITE CONTIENT DES HYPERLIENS VERS DES SITES TIERS. RÉUSSITE SCOLAIRE FOURNIT CES HYPERLIENS POUR VOTRE COMMODITÉ. LES SITES TIERS NE SONT PAS SOUS LE CONTRÔLE DE MA RÉUSSITE SCOLAIRE ET LES HYPERLIENS NE PEUVENT ÊTRE INTERPRÉTÉS COMME UNE APPROBATION OU UN ENDOSSEMENT DE LEUR CONTENU PAR RÉUSSITE SCOLAIRE. RÉUSSITE SCOLAIRE N'EST PAS RESPONSABLE DU CONTENU DES SITES TIERS, DES LIENS QU'ILS CONTIENNENT NI DES CHANGEMENTS OU MISES À JOUR QUI LEUR SONT APPORTÉS ET RÉUSSITE SCOLAIRE N'OFFRE AUCUNE GARANTIE À LEUR SUJET.



CHRISTIANE BOUFFARD,
DIRECTRICE EN CHEF
MA RÉUSSITE
MAREUSSITE.NET

**ÊTRE SOI-MÊME PERMET DE SE RESPECTER
ET QUAND ON SE RESPECTE, ON RESPECTE GÉNÉRALEMENT LES AUTRES.**

GUY-MARC FOURNIER

PRENDS
UN MOMENT
POUR PRENDRE
SOIN DE
TOI





UN PEU DE RESPECT, S'IL VOUS PLAÎT!

Amilie Dumais

INTERVENANTE EN PROMOTION
ET PRÉVENTION CHEZ SMQ-BSL



Savais-tu que le respect de la part des autres passe d'abord par le respect de toi-même?

En démontrant aux autres que tu respectes tes valeurs, tes goûts et tes limites, cela favorise le respect des autres.

Pour respecter qui tu es, tu dois être à l'écoute de toi-même.

L'affirmation de soi, c'est ta capacité et ton désir de démontrer qui tu es avec authenticité et de te faire respecter.

Lorsque tu te respectes, tu exprimes subtilement aux autres l'estime que tu as pour toi-même.

Il t'arrive peut-être parfois d'être tenté de montrer une image de toi qui n'est pas vraie, par peur de ne pas être aimé à ta juste valeur. En faisant cela, tu te crois protégé, mais en fait, tu risques de t'exposer ainsi à davantage d'irrespect.

Il est donc important que tu oses dire qui tu es vraiment avec sincérité et que tu oses formuler tes opinions, même si elles vont à contrecourant de celles des autres.

Si un membre de ta famille ou un ami fait ou dit des choses que tu ressens comme une marque de non-respect, mieux vaut le lui dire dès le départ. Car si tu prends sur toi à chaque fois et si tu accumules ces malaises répétés, tu finiras tôt ou tard par exploser.

Il est important que tu le dises lorsque tu considères qu'un comportement est inapproprié. Pour ce faire, tu dois le communiquer en parlant au « JE » plutôt qu'au « TU », afin que la personne ne se sente pas attaquée.

Tu peux nommer clairement ce que tu es prêt à accepter et ce que tu n'acceptes pas, et quelles seront les conséquences si la personne franchit tes limites. Tu peux prendre ta place face aux autres sans pour autant être agressif ou manquer de respect.

the optimiste
tu es le bonhomme

OBSERVATION

- observer les faits

SENTIMENT

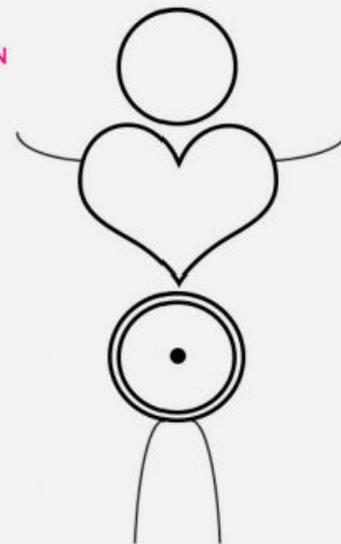
- reconnaître ses sentiments

BESOIN

- exprimer ses besoins

DEMANDE

- formuler sa demande



Le bonhomme OSBD

Sources :

https://www.apprendreaapprendre.com/reussite_scolaire/comment-se-faire-respecter-sans-agressivite-dans-un-contexte-educatif/
<https://www.nicolassarrasin.com/se-respecter-et-se-faire-respecter>
<https://penser-et-agir.fr/se-faire-respecter/>

Petit AIDE-MÉMOIRE des communications électroniques

À coller sur ton ordinateur!

Derrière l'écran, il y a une personne!

- Ne pas oublier que derrière chaque écran, il y a une vraie personne.
- Les mêmes règles de civilité qu'ailleurs s'appliquent en ligne: le respect, la bienveillance, la volonté de ne pas blesser.
- Les mots ont le pouvoir de blesser autant que les coups.
- On devrait être à l'aise de faire les mêmes commentaires en personne que ceux qu'on se permet de faire en ligne.
- Ce qui est publié sur les réseaux sociaux peut y rester pour toujours.

Que signifient ces émoticônes?



Il n'est pas toujours évident de comprendre ce que l'autre veut nous dire quand on ne voit pas son visage et qu'on ne peut pas se fier à son ton de voix.

En cas de doute, mieux vaut lui demander «Que veux-tu dire?» plutôt que s'imaginer tout un scénario. C'est en se parlant qu'on se comprend!



COMMENT FAIRE POUR SE RESPECTER?

Marine Guérard

INTERVENANTE
CHEZ ANEB QUÉBEC (ANEB)



N'oublie pas l'essentiel : que veux-tu vraiment, toi?
As-tu parfois l'impression que tu vis pour les autres?
J'ai un petit questionnaire pour toi!

Est-ce que je vis par et/ou pour les autres?

-  J'accepte de garder le chien de la voisine, alors que j'ai peur des chiens (parce que je veux avoir de bonnes relations avec mon voisinage).
-  Je disparaiss totalement de la vie de mes camarades lorsque j'ai une amoureuse ou un amoureux.
-  Je fais passer les envies des autres avant les miennes (au point que je ne sais parfois plus de quoi j'ai envie).
-  Je passe des heures sur les réseaux sociaux avec des camarades qui ont besoin de parler, mais qui ne répondent jamais lorsque j'ai besoin d'eux/elles.

Si tu as coché une ou plusieurs de ces phrases, c'est que tu vis peut-être par et pour les autres.

T'arrive-t-il de te faire dire par tes camarades que tu es égoïste si tu choisis de prendre du temps pour faire une activité que tu aimes et qui te fait du bien? Eh bien, j'ai envie de te dire que l'égoïsme, ce n'est pas nécessairement un défaut quand on parle de se respecter. L'égoïsme de survie, tu connais? C'est ce qui te permet de ne pas dépendre affectivement des autres et de ne pas avoir l'impression que le monde s'écroule le jour où ils ne sont pas disponibles pour toi. Pour te respecter, tu peux te poser les trois questions suivantes :

-  Est-ce que j'ai envie de faire cette activité, ce projet?
-  Est-ce que je le fais pour moi?
-  Est-ce que j'ai le temps de le faire?

Une des meilleures façons pour se respecter est de vivre pour soi-même. Si ça t'arrive de prendre la majorité de tes décisions pour les autres, que ce soit pour ta famille, tes camarades, ton amoureuse ou ton amoureux, c'est que tu oublies de te respecter.

Si tu as répondu « non » à deux des questions ou plus, je te conseille de refuser poliment l'offre. Pour te respecter, il est bon de prendre des décisions d'abord pour toi-même, mais de faire preuve de bienveillance et de respect envers les autres. C'est important de prendre en considération tes besoins, tes envies et tes aspirations, car ils contribuent à faire de toi qui tu es. T'écouter, c'est aussi ça, te respecter!





FAIRE VALOIR SES DROITS EN TANT QUE CONSOMMATEUR

Julie Coderre
CONSEILLÈRE BUDGÉTAIRE,
ACEF MONTÉRÉGIE-EST



-CONSOMMATION



Malgré ton âge, tu peux être un consommateur averti. Comment y parvenir? En t'informant sur le commerçant et le produit avant d'acheter, en comparant les prix, en vérifiant tes factures et en conservant tes factures des dépenses importantes.

Voici une situation que tu pourrais rencontrer et ce que tu dois savoir pour faire valoir tes droits :

Tu achètes une barre de chocolat et d'autres articles. Le prix du chocolat sur la tablette est de 1,10 \$. Tu regardes ta facture avant de sortir du magasin et le chocolat a été facturé à 1,15 \$. Tu remarques à l'entrée du magasin la politique sur l'exactitude des prix qui dit que :

Lorsqu'il y a erreur et quand le prix annoncé est de 10 \$ ou moins, le commerçant doit remettre, gratuitement, le produit au consommateur.

Si le prix annoncé est de plus de 10 \$, le commerçant doit corriger le prix et accorder au consommateur une réduction de 10 \$.

Tu vas alors au service à la clientèle pour te faire rembourser le 1,15 \$ au complet. Si tu t'en étais rendu compte au moment de payer, tu n'aurais pas eu besoin d'aller au service à la clientèle. Il est inutile d'être agressif au service à la clientèle. Si la personne refuse de faire le remboursement, tu peux demander à parler au gérant. Si cela ne fonctionne toujours pas, tu peux porter plainte à l'Office de la protection du consommateur. J'espère que ces petits conseils t'ont aidé!

Activité :

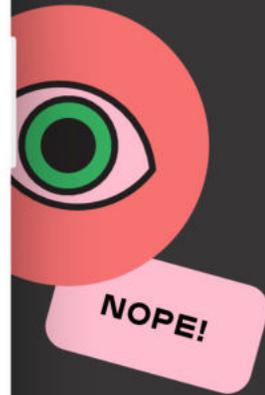
Je prends en photo différents articles qui m'intéressent dans un magasin.

Je vais sur internet pour comparer les prix.

Je vais sur le site internet de l'Office de la protection du consommateur pour vérifier s'il y a eu des plaintes par le passé au sujet des commerces que je fréquente régulièrement.

<https://www.opc.gouv.qc.ca>

C'EST ~~PAS~~ VIOLENT



Tu aurais répondu autre chose? Viens t'essayer!

CESTPASVIOLENT.COM



COMMENT FAIRE POUR SE RESPECTER?

Rémi Côté

PSYCHOLOGUE



-INTIMIDATION



Se respecter, c'est éprouver du respect à propos de soi-même et de ce qu'on a accompli. Le respect de soi est la base de la motivation.

Se respecter, c'est éprouver du respect à propos de soi-même et de ce qu'on a accompli. Le respect de soi est la base de la motivation.

Si tu prends conscience que tu avances dans la vie, dans tes objectifs, c'est déjà du respect. Parfois, il y a des embûches, des découragements, des problèmes. Mais si tu arrives à les surmonter et à surnager pour te maintenir à flot et progresser, tu sais ce qu'est le respect de soi.

Le respect, c'est cette prise de conscience que tu peux y arriver. Par exemple, si tu t'entraînes régulièrement à lever des poids ou à faire des push-ups, tu sais que tu finiras par t'améliorer. Tu fais subir un effort à ton corps, pour quelques minutes à chaque jour, et tu te rends compte que tu augmentes ta capacité musculaire et donc ton respect envers toi-même. Tu grandis, car tu augmentes ta capacité, ta compétence, ton utilité, ta résistance à l'effort et au travail.

Le respect envers toi-même te libère de la prison de la culpabilité. C'est une prise de conscience positive, car tu te dis « **j'avance, si je fais une erreur, je me corrige et je continue** ». Si je suis victime d'intimidation, c'est le respect que je ressens envers moi et mes capacités qui me permettent de rester résilient et fort.

Il y a en moi une petite lumière d'espoir qui me dit que je vaudrais ce respect que j'ai des droits. J'ai le droit d'être reconnu pour mes efforts, j'ai le droit d'être respecté.

« Le succès c'est d'aller d'échec en échec sans perdre son enthousiasme. » - Winston Churchill

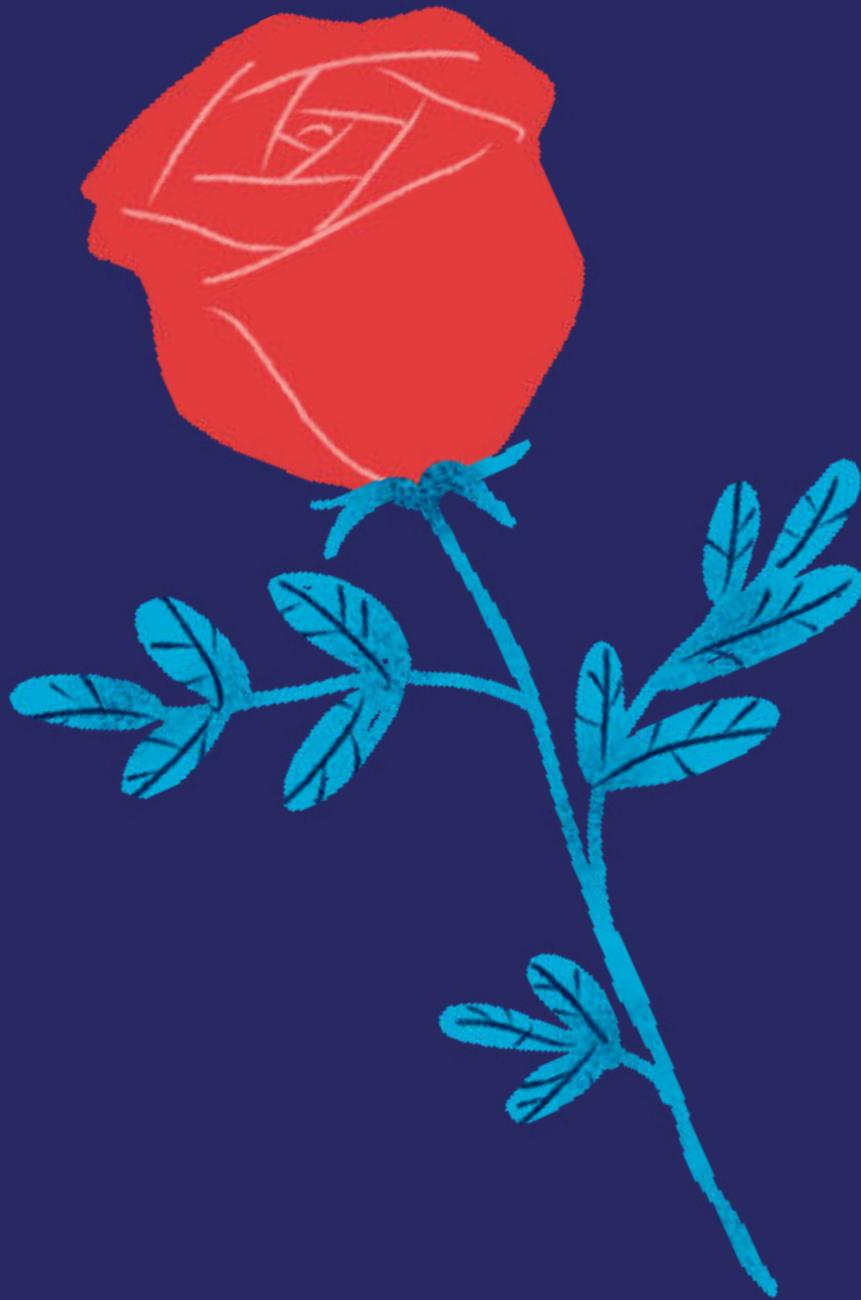
Le respect envers mes capacités c'est le nord de ma boussole intérieure, c'est le GPS qui me permet de retrouver mon chemin. Même les GPS les plus modernes ne peuvent rien sans ce nord absolu.

G R _ _ _ _ R : Résultat de l'effort

P _ R _ _ _ _ R _ R : Résultat de l'effort

S _ _ _ _ S : Résultat de l'effort

DONNE DE L'AMOUR
PAS DES ITSS.



FAIS TES CHOIX.
SOIS RESPONSABLE.

Ça se tord, ça se noue, ça envahit.

**Mettre un mot sur ça,
c'est déjà être sur la bonne voie.**

Tu as envie de reprendre le dessus ?

Texte-nous : "J'ai envie d'aller mieux"
sur  

On est là pour toi !



Parfois, c'est difficile de reconnaître que ça ne va pas et demander de l'aide peut représenter un défi. À Relief, on accompagne chaque année des milliers de personnes qui, comme toi, ont envie d'aller mieux. Parce que de d'en parler peut tout changer !

relief.ca

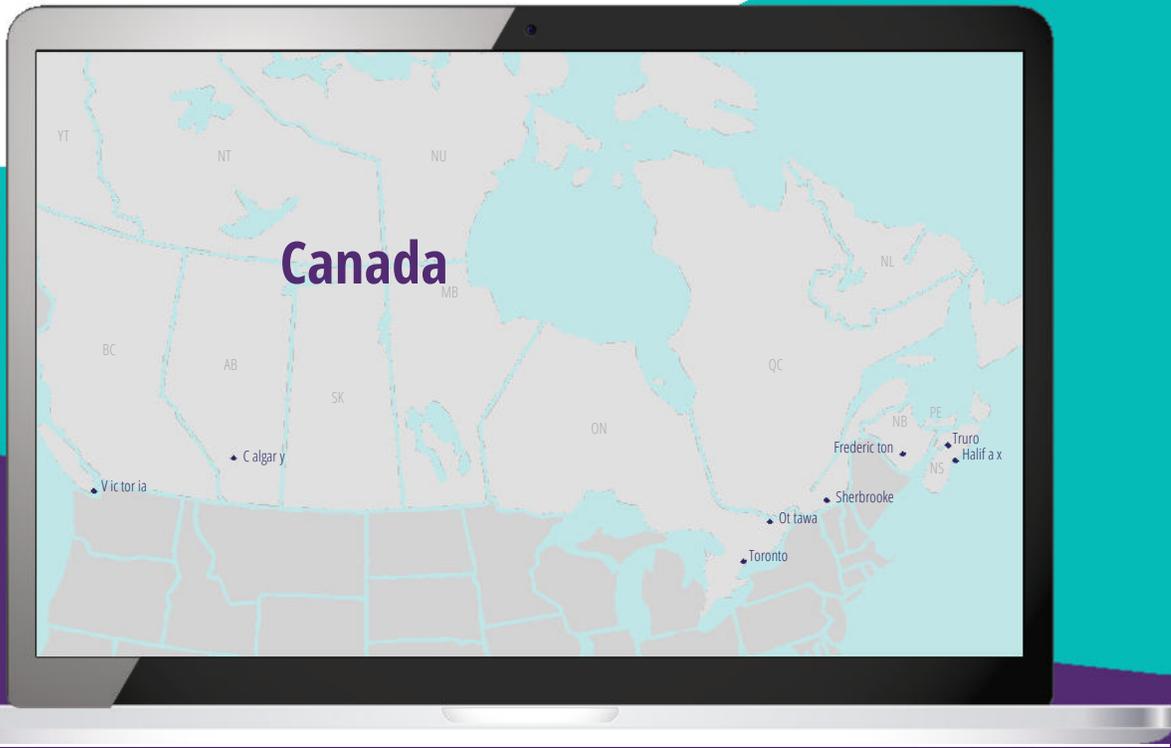
relief

le chemin de
la santé mentale

DIS-MOI

EXPLORE +, c'est quoi?

Explore, c'est propulser ton anglais à un autre niveau tout en t'immergeant dans la culture d'une autre province du Canada, pendant l'été!



UTILISE GOOGLE MAPS POUR DÉCOUVRIR LA VILLE CANADIENNE QUI POURRAIT T'ACCUEILLIR CET ÉTÉ!

Voici comment faire :



Choisis une des villes à la page suivante et écris le point de départ sur Google



Maps. Sélectionne la carte de type satellite.



Suis les indications de la page suivante et essaie de te rendre à destination!

Bon parcours, EXPLORE et ne te perds pas trop!

Un avant-goût de ce qui t'attend cet été, à l'aide de *Google Maps*!



Victoria, Colombie-Britannique (16-17 ans) :

1. Débute à la *Government House* et admire les photos des jardins et de l'architecture.
2. Tourne en direction est sur *Rockland Ave*, puis vers le sud sur *St-Charles St*.
3. Continue jusqu'au bout, tu arriveras sur le bord de la mer!
4. Dirige-toi vers l'ouest sur *Dallas RD*. Effectue environ 1 km, et tu arriveras à la pointe d'un parc au bord de l'eau.

Sur une des images disponibles, tu trouveras la plaque d'un sentier. De quel sentier s'agit-il?

Toronto, Ontario (16-17 ans) :

1. Débute au *Yonge-Dundas Square* et regarde les photos. Ça fait beaucoup d'écrans!
2. Descends vers le sud sur la *Yonge St*. et atteins la voie rapide *Gardiner Expy*.
3. Dirige-toi vers l'ouest et emprunte *Lake Shore Blvd W*. À l'intersection, tourne à droite sur *Rees St*, puis encore à droite sur *Bremmer Blvd*.
4. Arrête-toi près d'une célèbre tour, et donne-toi le vertige en regardant les photos!

De quelles couleurs s'illumine la tour quand il fait noir?

Halifax, Nouvelle-Écosse (17 ans et +) :

1. Débute au *Halifax Citadel National Historic Site* et regarde les photos pour avoir un aperçu de l'histoire de ce site!
2. Utilise le rond-point à partir de *Ahern Ave* et prends la sortie de la *Trollope St*. Continue tout droit un bon bout et remarque bien la rue changer de nom pour la *Summer St*.
3. Une fois arrivé devant les *Halifax Public Gardens*, arrête-toi et regarde les photos. . . tu peux presque sentir l'arôme de la végétation luxuriante!
4. Exécute un demi-tour sur *Summer St*. et tourne à droite sur *Sackville St*. À l'intersection, va en direction sud à l'aide de la *South Park St*. Non, tu ne rêves pas, la rue va bientôt devenir la *Young Ave*!
5. Une fois rendu à un très grand parc au bord de la mer, arrête-toi et contemple les belles photos.

Sur une des photos de ce fameux parc, tu peux observer un monument appelé « The Canadian Peacetime Sailor's Memorial ». Quelle forme prend-il?

Les réponses aux trois questions ci-dessus sont dévoilées sur la page Facebook des Programmes de langues officielles, **OLP/PLO**, viens faire un tour!

Apprends-en plus sur les aventures qui t'attendent!

FrancaisAnglais.ca

POURQUOI C'EST SI PLAISANT DE LIRE UN BON LIVRE?

Parce que lire...

Ça nous **détend**.

Ça nous **fait penser à autre chose**.

Aide à la **résolution de problèmes**.

Ça nous **fait utiliser notre imagination**.

Ça nous rend **libre** !



Le prisonnier et l'écrivain

1895, Alfred Dreyfus, capitaine de l'armée française, est injustement accusé de trahison. Parce qu'il est juif. Le célèbre auteur, Émile Zola, prend la plume pour le défendre.

Sa lettre ouverte **J'ACCUSE...** ! influencera le cours des événements et deviendra célèbre dans le monde entier.

Une histoire vraie sur le rôle et l'importance des médias.

64 pages • PAPIER : 9782898430329 • PDF : 9782898430336



editionsdelisatis.com



SE RESPECTER, ÇA S'APPREND AU QUOTIDIEN!

Cloé Cabana,

CONSEILLÈRE EN ORIENTATION,
INTERVENANTE PSYCHOSOCIALE ET
THÉRAPEUTE D'IMPACT



Commençons par le début. Se respecter, c'est être à l'écoute de ce que je suis, de ce que je ressens et de ce que j'ai envie de communiquer. C'est un geste d'amour envers soi-même.

C'est se dire : « Je suis ce que je suis et je m'aime pour et malgré moi. Et, surtout, je mérite d'exister, mon unicité est belle, importante et aimable ».

C'est aussi oser se dire, s'affirmer, confronter certaines personnes ou situations avec les risques que cela comporte (ex. déplaire, contrarier, être rejeté(e) ou abandonné(e), créer des conflits).

C'est oser Être, oser se présenter comme nous sommes plutôt que comme les autres aimeraient que nous soyons. C'est s'ajuster aux autres, mais aussi à SOI. C'est d'arrêter de dire des Oui à contrecœur et apprendre à dire des NON convaincus et convaincants.

Se respecter ainsi nous permet de réévaluer toutes les valeurs, les projets, les idées et les croyances que la société ainsi que notre entourage (de près comme de loin) nous imposent et nous proposent. C'est aussi laisser partir tous ces éléments qui sont collés à moi sans que je les aie choisis volontairement, ou que j'ai choisis par survie/par souhait d'être accepté(e) et aimé(e).

Nous entendons souvent qu'il est important de se respecter. Mais, qu'est-ce que cela veut dire? Et surtout, comment y arriver?

Enfin, je sais que tout cela est beau en théorie, mais qu'en pratique, c'est tout autre!

Mais j'ai confiance en Toi. Tout cela est un combat quotidien qui commencera avec ton premier « Non ».

Alors, c'est pour quand ce premier non?

Courage.

Prends le temps d'identifier, au cours de la dernière semaine, quand et pour quelle raison tu as dit non à quelqu'un? Parviens-tu à dire non dans chacune de tes sphères de vie? Est-ce plus facile avec ta famille, tes ami(e)s, tes collègues de classe ou tes collègues de travail?





MON CHOIX DE CARRIÈRE, LE RESPECT ET MOI

Sophie Duquette

CONSEILLÈRE D'ORIENTATION
EN PRATIQUE PRIVÉE



Est-ce que je veux aller au cégep? Est-ce que je veux aller dans une formation professionnelle? Est-ce que je veux y réfléchir et aller sur le marché du travail? Il se peut que tous ces choix se mêlent dans ta tête. Quel programme? Quel cégep? Je m'éloigne ou non? Quels seront les couts?

C'est une grosse décision que tu dois prendre et qui ne vient pas entièrement de tes parents. Il se peut aussi que ton entourage te lance toutes sortes d'idées ou te dise quoi faire et quoi ne pas faire comme choix. J'ai envie de te demander si tu te respectes à travers cette réflexion.

Est-ce que tu tiens compte de tes valeurs, de ta personnalité et des intérêts qui te sont propres? Sinon, as-tu pensé à faire une démarche d'orientation?

Une démarche d'orientation, c'est un moment que l'on prend pour réfléchir sur notre personnalité en lien avec le monde du travail selon nos critères de réalité.



On a tous des choix à faire dans notre vie. La première grosse décision que tu auras à prendre seul, c'est celle de tes études après le secondaire.

C'est un temps d'arrêt où on se demande :
Qu'est-ce que je veux comme emploi?

Quels sont mes goûts, mes aptitudes, mes valeurs et mes exigences face à un emploi?

Qu'est-ce que je peux faire comme emploi pour être en accord avec eux?

La connaissance de soi est la base de la démarche d'orientation.

Si je trouve un emploi, un domaine de formation qui me ressemble, j'apprends en même temps à respecter ma personnalité, mes goûts et mes valeurs, malgré ce que les autres peuvent en dire ou en penser.

N'hésite pas à faire appel à un conseiller d'orientation. On est là pour t'aider à faire un choix dans le respect de qui tu es.

Comment respecter ses aspirations de carrière?

Le respect de soi est fondamental dans toutes les sphères de notre vie, mais il importe encore plus lorsqu'il est question de notre futur. Apprendre à se connaître est une étape préliminaire au respect de soi. À l'adolescence, il est tout à fait normal de ne pas savoir exactement ce que l'on veut faire plus tard. La tête bouillonnante d'idées, tes aspirations peuvent se bousculer à la vitesse de l'éclair. Tu es en train de te définir comme personne. Tu reçois l'opinion de tout ton entourage et tu ne sais plus où donner de la tête?

Pour t'aider à y voir plus clair, pose-toi les questions suivantes :

- Quels sont tes intérêts?
- Quelles sont tes forces à l'école?
- Quelles sont les valeurs qui te tiennent le plus à cœur?

Peu importe l'âge, il est normal de s'interroger sur l'avenir et même de se remettre en question au fil du temps. L'important est de se respecter et de se faire respecter par les autres dans nos choix. Découvre les anecdotes de nos ambassadeurs de la relève et futurs comptables professionnels agréés (CPA), Augustin et Samuel.



« J'ai plutôt eu un parcours complet en hôtellerie et en restauration et j'ai même travaillé pour une chaîne d'hôtels de luxe, à Montréal et au Lac Louise en Alberta, le rêve! Après huit ans dans l'industrie, je me posais beaucoup de questions sur mon futur et j'ai décidé de faire un retour aux études pour devenir CPA avec un nouvel objectif : devenir directeur des finances d'un hôtel. Si je voulais être en mesure de voir mes projets se réaliser, le titre de CPA s'imposait. Cinq ans plus tard, je travaille en fiscalité. La vie nous réserve plein de belles surprises. » – Samuel



« J'aimais les sciences, j'ai donc fait mes sciences naturelles au cégep, pour ensuite commencer un baccalauréat en biochimie. Je n'aimais pas du tout ça, c'était trop abstrait pour moi. Je suis une personne qui a besoin de socialiser dans le cadre de mon travail, de faire des tâches concrètes et de voir des résultats. En ce sens, j'ai choisi la profession de CPA qui me permet de mettre à profit mon leadership et d'avoir un impact réel en aidant des entreprises dans la gestion de leurs finances. » – Augustin

Découvre la profession de CPA!





**COLLÈGE
UNIVERSEL**

CAMPUS GATINEAU

**#PourToi
#AvecToi**

Un établissement collégial, pour tous!

Accessible et inclusif : voilà ce qui définit bien le seul établissement collégial privé bilingue en Outaouais.

Au Collège Universel, tout le monde a sa place.

Qu'on souhaite se préparer à des études universitaires, au marché du travail ou à se perfectionner, qu'on soit sportif, créatif, scientifique, technologique... Surtout, quels que soient nos ambitions, intérêts et besoins particuliers, on y trouvera des gens qui ont à cœur notre réussite.

Poursuivant une tradition d'excellence de plus de 25 ans, le Collège Universel met son expertise au service de ses étudiant(e)s qui accèdent pour la majorité à l'université et au programme de leur choix.

Les programmes techniques sont tout aussi réputés et en phase avec les besoins du milieu. Les étudiant(e)s baignent dans la pratique (stages, séances d'immersion, etc.), ce qui en fait des candida(e)s très recherch(e)s une fois diplômé(e)s dans des secteurs en forte demande : travail social, gestion de projets en communications graphiques et services financiers et d'assurances.

Les athlètes de haut niveau souhaitant s'épanouir à la fois dans leur sport et dans leurs études collégiales sont également bien accompagné(e)s au Collège Universel.

Les joueuses et joueurs de hockey du Collège participent à différents *showcases* et compétitions de haut niveau au Québec, au Canada et aux États-Unis, ce qui leur offre une belle visibilité pour la poursuite de leur carrière universitaire et sportive. Au basketball, les équipes féminines et masculines évoluent au niveau du RSEQ.

Pour en découvrir plus, le Collège Universel organise le jeudi 26 et dimanche 29 janvier, sa 2e édition de l'année des journées portes ouvertes.

Tu peux y participer en virtuel ou en personne et rencontrer les équipes chargées des admissions et les enseignant(e)s qui sauront te guider dans le choix de ta prochaine formation collégiale.

Pour plus d'informations, clique ici :

<https://collegeuniversel.ca/futurs-etudiants/journee-portes-ouvertes/>

VERT TON AVENIR



**CHOISIS UN MÉTIER EN ENVIRONNEMENT
ET SAUVE LA PLANÈTE TOUS LES JOURS !**

 **Enviro
Compétences**
COMITÉ SECTORIEL DE MAIN-D'ŒUVRE DE L'ENVIRONNEMENT

ee
ENVIROEMPLOIS

Avec la participation financière de
Québec 

Cette activité est également disponible sur tablette et cellulaire grâce à la participation financière de

Nos commanditaires OR



Nos commanditaires ARGENT



Nos commanditaires BRONZE



Avec le soutien de



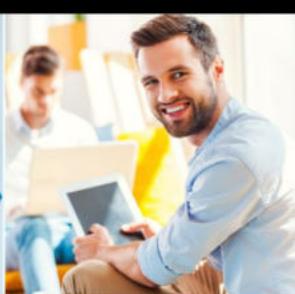
ET SI LA FORMATION
PROFESSIONNELLE
ÉTAIT **LA** BONNE
OPTION POUR TOI ?



Alimentation
et tourisme



Santé



Administration
commerce et informatique



Horticole

INSCRIS-TOI !

fierbourg.com | 418 622-7821



Centre de services
scolaire des
Premières-Seigneuries
Québec 

Pour d'autres contenus intéressants
de **Ma Réussite**



www.facebook.com/mareussite.net

**Ma Réussite**

[Pour abonnement : 5 cahiers par année](#)

mareussite.net

reussitescolaire@telus.net

581-681-6407

Comment écrire dans votre version PDF numérique? C'est très facile!

Si vous avez un Ipad:

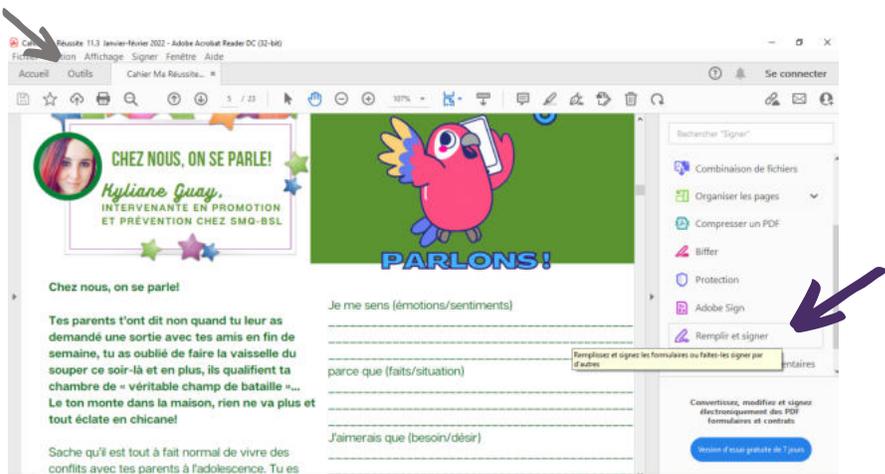
Vous pouvez utiliser la fonction *Annoter*. Pour cela, ouvrez votre PDF *Ma réussite* puis cliquez sur le bouton représentant une pointe de crayon entourée. Vous verrez alors apparaître tous les outils d'annotation disponibles. Vous pouvez aussi télécharger [PDF Expert](#) d'Apple, si ce n'est déjà fait.

Si vous avez une tablette Android : téléchargez [Xodo PDF](#).

Pour ordinateurs et portables:

Premièrement vous devez avoir installé [Adobe Acrobat Reader DC](#).

(Il est certainement déjà installé sur votre ordi ou portable!)



(Cliquez sur Outils en haut à gauche si vous n'avez pas l'onglet *Remplir et Signer* sur le côté droit.)

Cliquez sur la page où vous voulez taper du texte et... écrivez votre texte!

Vous pouvez aussi utiliser la barre du haut pour un ✗ ou un ✓, etc.

Enregistrement :

Si vous êtes sur votre propre ordi ou portable ou tablette et que vous voulez garder vos réponses personnelles, cliquez en haut à gauche sur *Fichier* et *Enregistrer sous...*

Des questions ? Vous pouvez communiquer avec nous en tout temps. reussitescolaire@telus.net