



# Édu.Pop.

Au secondaire



# Édu.Pop



- Des enseignantes-ressources d'expérience, vous proposent une sélection d'ateliers participatifs adaptés aux besoins des parents et des élèves adultes. Elles peuvent aussi vous accompagner pour choisir ou adapter les ateliers répondant le mieux aux besoins de votre milieu.
  - Les ateliers d'une durée de 2h sont offerts en avant-midi, en après-midi ou en soirée à l'heure qui convient le mieux au contexte de votre milieu. Les enseignantes ne sont cependant pas disponibles le lundi matin.
  - Les ateliers sont gratuits pour les établissements du CSSDM.
- Vous aimeriez en savoir davantage sur le fonctionnement, le contenu des ateliers et l'approche utilisée pour les ateliers en éducation populaire ? Le service de l'Édu.Pop. vous offre la possibilité d'un accompagnement personnalisé à travers les différentes étapes de la demande de service : présentation des ateliers, soutien à la sélection selon les besoins des participants, planification stratégique des ateliers, mobilisation des parents et processus d'inscription.
- Les essentiels pour les ateliers:
- - La présence d'un membre de votre équipe sur les lieux
    - Informer l'enseignante-ressource si vous prévoyez plus de 25 parents.

Vous désirez un atelier ? Remplissez le formulaire disponible au [infocrep.cssdm.gouv.qc.ca/edupop/](http://infocrep.cssdm.gouv.qc.ca/edupop/)  
Vous avez des questions sur le contenu ou le déploiement des ateliers? Écrivez-nous à l'adresse suivante : [crep.edupop@cssdm.qc.ca](mailto:crep.edupop@cssdm.qc.ca)



## Motivation et persévérance scolaire

*Explorer des moyens concrets pour soutenir la motivation de son adolescent et favoriser sa persévérance scolaire.*

- Les différents types de motivation
- La clé de la motivation
- Des stratégies pour soutenir la motivation et favoriser la persévérance scolaire

## Apprendre de 1001 façons

*Présenter différentes stratégies d'apprentissage afin de soutenir son adolescent dans ses travaux scolaires.*

- Découvrir différentes façons d'apprendre
- Expérimenter des moyens concrets favorisant sa façon unique d'apprendre

## SOUTIEN AUX APPRENTISSAGES

### Prévenir l'anxiété

*Développer des stratégies efficaces pour accompagner son adolescent dans la gestion de son stress et ainsi prévenir le développement de l'anxiété.*

- Connaître les principales manifestations du stress
- Découvrir les caractéristiques d'une situation stressante
- Explorer des stratégies et des outils pour soutenir son adolescent dans la gestion du stress

### Soutenir son adolescent face au stress et aux examens

(Adolescents invités)

*Développer des stratégies de gestion du stress afin d'aider son adolescent à faire face aux périodes d'évaluations scolaires.*

- Compréhension du stress
- Sensibilisation de l'adolescent au contrôle qu'il peut exercer sur son stress face aux examens
- Stratégies pour se préparer aux examens

# SOUTIEN AU RÔLE DE PARENT

## Contribuer à construire l'estime de soi de son adolescent

*Identifier des moyens concrets pour développer l'estime de soi chez son adolescent.*

- Le développement de l'estime de soi chez l'adolescent
- Les quatre composantes de l'estime de soi : les sentiments d'identité, de sécurité, d'appartenance et de compétence.
- L'exploration de pistes d'action pour augmenter l'estime de soi de son adolescent

## Mieux communiquer avec son adolescent

*S'initier à des façons d'être et de faire qui favorisent une communication bienveillante.*

- La dynamique de la communication
- Les obstacles à la communication
- Les fondements d'une communication saine

## Prévenir et résoudre les conflits

*S'initier à des façons d'être et de faire qui favorisent la résolution de conflits.*

- Savoir reconnaître et mieux comprendre la dynamique des conflits
- Mieux connaître les attitudes et les aptitudes nécessaires à la prévention et à la résolution des conflits
- S'initier à différentes stratégies de résolution de conflits



## Vers une discipline positive

(Possibilité d'effectuer 2 ou 3 ateliers ciblant les besoins des parents)

*Atelier proposant les bases d'une discipline alliant fermeté et bienveillance auprès de l'adolescent.*

- Explorer les concepts de base de la discipline positive
- Comprendre l'importance de la relation parent-adolescent
- Différencier punitions, conséquences et solutions aidantes
- Expérimenter des outils de la discipline positive

## Être parent à l'ère des écrans

(Adolescents invités)

*Offrir un espace de réflexion sur la gestion des écrans au quotidien et l'importance de préserver la relation parent-adolescent.*

- S'appropriier son rôle de parent dans la gestion des écrans
- Comprendre l'impact des écrans sur le développement de l'adolescent et sur sa réussite scolaire
- Offrir des outils aux parents