

Indices à surveiller pour ne pas perdre le cap

Il est important de bien s'informer, d'organiser et d'évaluer notre conciliation études-travail, car elle peut devenir problématique.

- Tu manques de temps ou d'énergie pour faire tes travaux
- Tu es plus fatigué, stressé, impatient... ou tu dors mal
- Tes résultats scolaires diminuent et/ou tu échoues
- Tu manques de motivation pour étudier
- Tu travailles plus d'heures et plus tard en période d'examens ou en fin d'étape
- Tu manques des cours ou tu es en retard à cause de ton travail (entrevue, formation, travail, oubli de matériel et/ou devoirs non faits)

L'emploi = A TOUT pour la persévérance scolaire

Voici quelques avantages à bien concilier études et travail :

- Acquisition de nouvelles connaissances
 - Développement de l'autonomie et du sens des responsabilités
 - Amélioration de la gestion du temps
- Et plusieurs autres, si l'équilibre est maintenu...

Organismes partenaires projet Conciliation études-travail Vaudreuil-Soulanges :



Tu veux plus d'information ! Contacte-moi!

Rejoignez-nous !

03 7 année

Chargé de projet conciliation études-travail

Tél. : 450-455-3185 ou

Courriel : info@cjevs.org



CONCILIATION
ÉTUDES-TRAVAIL
Vaudreuil-Soulanges

70% des jeunes occupent un emploi dans la région de Vaudreuil-Soulanges!!¹

Pourquoi la conciliation études-travail (CÉT) ?

La CÉT concerne autant les jeunes de niveau secondaire que les adultes en formation. Elle a pour objectif de l'aider à établir un équilibre de vie entre tes engagements personnels et un emploi rémunéré.

Plus le nombre d'heures de l'ensemble de tes occupations (heures travaillées rémunérées, sport, vie sociale, implication communautaire et toutes autres activités à ton emploi du temps) augmente, plus il y aura des risques de répercussions sur tes études, ta santé et ton bien-être.

Avec un diplôme, ton revenu = +6800\$ par année
Au bout de 45 ans = 439 000\$.
La persévérance, c'est payant!

¹ Selon un sondage réalisé par la Commission scolaire des Trois-Lacs, en 2011.

Les qualités recherchées par les employeurs

La plupart des qualités recherchées par les employeurs se développent d'abord à l'école, par exemple :

- La fiabilité
- Le travail soigné
- La ponctualité
- Le respect des échéances
- L'assiduité au travail
- Le sens de la collaboration



Des employeurs n'hésitent pas à embaucher des jeunes sans expérience s'ils constatent que ces jeunes possèdent les qualités qu'ils recherchent.

Principaux droits des jeunes au travail

À 16 ans, tu as l'obligation de fréquenter l'école

- Tu ne peux pas travailler pendant les heures de classe
- Ton employeur ne peut pas te faire travailler durant la nuit, pendant la semaine de classe
- Tu ne dois pas effectuer un travail compromettant ton éducation, dépassant tes capacités, nuisant à ta santé ou à ton développement physique ou moral.



Comment réussir ta conciliation études-travail ?

Voici les 6 règles d'or :

Règle 1

Favoriser la présence en classe.

Effectuer tes heures de travail en dehors de tes heures de cours.

Règle 2

Attention au nombre d'heures de travail par semaine.

Au-delà de 20 heures de travail par semaine, tu deviens à risque d'abandon scolaire, de stress et de fatigue.

Règle 3

Diminuer les heures de travail lors des périodes d'examens et de remise de travaux.

Il existe des périodes pendant l'année scolaire où les obligations scolaires demandent plus de temps.

Règle 4

Planifier les horaires de travail.

Donne tes disponibilités à ton employeur. En sachant à l'avance les périodes où tu n'es pas disponible, ton employeur dispose de plus de souplesse pour te remplacer.

Règle 5

Être attentif aux signes de fatigue et d'épuisement.

Si tu ressens des signes de fatigue et d'épuisement, parles-en avec ton employeur, un parent, un intervenant ou d'autres personnes importantes pour toi, afin de trouver des solutions.

Règle 6

Oser parler avec ton employeur.

Parle à ton employeur de tes objectifs scolaires et de l'organisation de ton horaire, ainsi il sera bien clair pour lui que tu accordes la priorité à tes études.

