



INFO-PARENTS  
Mai 2023

Chers parents,

La fin de l'année scolaire arrive à grands pas et la période des examens débutera dans les prochains jours. C'est un moment important où nous devons encourager nos élèves à persévérer et à bien se préparer pour réussir. Votre soutien est essentiel pour favoriser la réussite de votre enfant.

Afin de l'accompagner et l'aider à mieux gérer son stress, plusieurs moyens sont à votre portée:

- Assurez-vous de connaître les dates importantes d'ici la fin de l'année scolaire.
  - Consulter les dates des [examens du ministère pour les élèves de 2<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> secondaire](#).
- Informez-vous de la planification de son temps et de ses besoins : études, travail et loisirs.
- Soyez à l'écoute de ses inquiétudes et rassurez-le en lui rappelant des réussites antérieures.
- Optez pour un mode de vie sain en famille et rappelez à votre enfant de bien manger le matin d'un examen.
- Encouragez-le en lui envoyant un texto ou en lui laissant une note le jour d'un examen et faites un retour avec lui sur sa journée.
- Consultez le site [Alloprof Parents](#), un site de référence, où vous retrouverez deux dossiers spéciaux: « Réussir ses examens » et « Le stress et l'anxiété ».
- Référez votre enfant aux [outils d'Alloprof pour bien se préparer aux épreuves du ministère](#).

Nous souhaitons bon succès à nos élèves durant les examens et vous remercions de votre précieuse collaboration!

Jean-François Pressé,

Directeur général