

Important

- ★ **ATELIER API :** Tu as besoin d'un coup de main pour partir ta session du bon pied ? Les API te proposent trois outils pour t'aider à t'organiser, lors d'un atelier sur mesure.

[Clique ici](#)

- ★ **Implique-toi dans le collège** car l'engagement étudiant est aussi un gage de réussite et de motivation scolaire. Cela te permettra de rencontrer des nouvelles personnes qui partagent ta réalité d'étudiant.

La boîte à outils

- » Si tu es une personne soutenue par les Services adaptés et que tu sens le besoin d'avoir plus d'information sur le fonctionnement de la salle d'examen, présente-toi au local de soutien aux étudiants (LSE) C-369.00. Nous t'accueillerons avec plaisir!

- » [Capsule : GESTION DU TEMPS](#)

- » Complète ton calendrier hebdomadaire :

[Horaire hebdomadaire](#)

- » [Calendrier de session](#)

- » Identifie tes bouffeurs de temps :

[Clique ici](#)

Les API peuvent te soutenir dans ta réussite.

[En savoir plus](#)

[Prendre rendez-vous en ligne](#)

Ton défi cette semaine

Adopte une routine hebdomadaire

Tes responsabilités

- ✓ **Complète un horaire hebdomadaire** en incluant toutes tes activités;
- ✓ Assure-toi d'avoir un minimum de **20 heures par semaine** pour tes études;
- ✓ Dresse **une liste de tâches à faire chaque semaine** en tenant compte des dates d'échéance scolaire et de tes disponibilités; Fixe-toi des objectifs réalistes !
- ✓ **Prévois tes périodes d'études** dans les moments où tu es le plus en forme. Les blocs d'études de 2 heures entrecoupés d'une pause sont à privilégier;
- ✓ Pour la matière difficile, **divise ton temps en petites périodes d'études**; la tâche te semblera moins lourde et cette démarche sera plus efficace pour intégrer la matière. Profite des périodes libres à ton horaire pour relaxer !
- ✓ **Questionne-toi sur ton emploi du temps** et identifie les activités non importantes (tes bouffeurs de temps) qui perturbent tes périodes d'études;
- ✓ **Si tu as un emploi**, assure-toi que ton employeur est sensible à ton projet d'études.