



## BIEN VIVRE OU SURVIVRE À MA FIN DE SESSION

- + Utilise des outils afin de planifier tes examens de fin de session et la remise de tes travaux : [Section : Gestion de temps.](#)
  
- + Planifie ta fin de session avec stratégie :
  - ☑ *Fais le point* : Consulte ton sommaire des résultats sur *Mon Portail/Omnivox* pour chaque cours.
  - ☑ *Questionne-toi pour chacun de tes cours* :
    - Quel est mon cumulatif jusqu'à maintenant ?
    - Combien me reste-t-il d'évaluations ?
    - Quel résultat dois-je viser pour réussir ce cours ?
    - Dans quelle matière devrais-je investir plus de temps ?
    - Ai-je besoin de consulter mon professeur pour mieux me préparer ?
  
- + Adopte une préparation aux examens à long terme afin d'avoir plusieurs périodes pour mieux intégrer la matière.
  
- + Assure-toi de maintenir une bonne hygiène de vie pour maximiser ton attention et ta concentration.
  
- + Récompense-toi lorsque tu atteins tes objectifs.



[Lien images](#)