



TON DÉFI CETTE SEMAINE

**Fixe-toi des objectifs réalistes
et agis selon tes priorités**

IMPORTANT



**Reste positif;
encourage-toi !**

**Il ne reste que quelques
semaines avant la fin de
la session.**

LA BOÎTE À OUTILS

- ☑ Utilise des trucs pour mieux gérer ton temps : [Clique ici](#)
- ☑ Identifie bien tes priorités sur ton calendrier d'avril : [Clique ici](#)
- ☑ Prévois des rappels dans ton agenda numérique Outlook (Office 365) : [Clique ici](#)
- ☑ Identifie tes bouffeurs de temps : [Clique ici](#)
- ☑ Tu reçois le soutien des Services adaptés ? Tu souhaites revoir tes accommodements ou avoir de bonnes stratégies pour t'assurer de te préparer pour la fin de la session ? Prends rendez-vous avec ta ou ton intervenant en éducation spécialisée : [Clique ici](#)

TES RESPONSABILITÉS

- ☑ N'oublie pas de compléter ta liste de tâches à faire chaque semaine. En fonction de tes travaux scolaires et de tes disponibilités, fixe-toi des périodes d'études.
- ☑ Ta liste hebdomadaire ne devrait pas contenir uniquement des tâches importantes et urgentes. Le défi est de mettre en chantier les travaux par ordre de priorité, d'où l'importance de décortiquer les étapes de réalisation pour les planifier dans le temps.
- ☑ Détermine tes limites en tenant compte de ta réalité d'étudiant(e). Pour les semaines à venir, tu auras peut-être à refuser ou à reporter des invitations venant de ton entourage et à réajuster tes heures de travail rémunérées. Cela en vaut la peine, car il ne reste que quelques semaines avant les vacances.
- ☑ Reste discipliné(e) et prends garde aux bouffeurs de temps qui t'interpellent continuellement. Évite les nombreuses distractions lors de tes périodes d'études (cellulaire, réseaux sociaux, télé, etc.).

(Lien pour images)

**Les API peuvent te soutenir dans la réussite de tes études.
[Clique ici](#) pour en savoir davantage sur les services qui vous sont offerts**