

Votre adolescent  
se cherche un  
**premier  
emploi?**

Comment l'aider?



PREE/Martin Blache (Sports Experts Sherbrooke)



CSHC/Jocelyn Riendeau

MES ÉTUDES  
MA PRIORITÉ

Ce dépliant vous propose des idées pour bien accompagner votre jeune qui choisit de travailler tout en étudiant. Vous y trouverez des sujets pour alimenter les échanges que vous aurez avec votre jeune afin qu'il vive une première expérience de travail positive.

**Comme parent, j'aide mon jeune à se trouver un emploi.**

### Étape 1 → Définir son profil

Quelle belle occasion de l'amener à mieux se connaître! Voici des éléments sur lesquels vous pouvez questionner votre jeune.

- Loisirs, intérêts, passions?
- Travail avec le public ou manuel?
- Travail en équipe, seul ou les deux?
- Forces et limites?
- Métier, emploi dans l'avenir?

Ses réponses vous indiqueront le genre d'emploi qui convient à votre jeune.

### Étape 2 → Rédiger un CV

Comment rendre son CV intéressant sans expérience de travail? Vous pouvez aider votre jeune à transformer ses qualités et ses engagements en compétences!

Visitez le site suivant pour l'aider à nommer ses compétences : [jeunesse.gc.ca/fra/medias/inventaire\\_compétences.shtml](http://jeunesse.gc.ca/fra/medias/inventaire_compétences.shtml)

Les qualités d'un bon CV:

- Il est bref et précis
- Il possède une mise en page claire
- Il ne dépasse pas deux pages

Les sites internet des Carrefours jeunesse-emploi de l'Estrie vous offrent également des outils en ligne qui pourront vous être utiles : [cje-estrie.qc.ca](http://cje-estrie.qc.ca)

### Étape 3 → Cibler les employeurs conciliants

Les employeurs conciliants favorisent la persévérance en respectant les besoins des élèves face à leurs études. Ils offrent des conditions qui encouragent un équilibre entre les études et le travail, dont un horaire flexible et adapté aux besoins des étudiants-employés. Pour la liste complète des employeurs conciliants de l'Estrie, consultez :

[jechoisismonemployeur.com](http://jechoisismonemployeur.com)

### Étape 4 → Préparer son entrevue

Vous pouvez aider votre jeune à bien se préparer pour passer et réussir une entrevue.

- Racontez-lui vos expériences personnelles.
- Simulez avec lui une entrevue, posez des questions, aidez-le à formuler des réponses.
- Suggérez-lui de s'informer sur l'entreprise avant l'entrevue.

L'employeur veut en savoir davantage. C'est pourquoi la première impression est si déterminante. Le jeune doit projeter une image positive et confiante.

Évidemment, la tenue vestimentaire, la politesse et l'enthousiasme sont très importants lors des premiers contacts avec l'employeur.

### Étape 5 → Maintenir son emploi

Votre jeune a trouvé un emploi qu'il apprécie. Comment l'aider à le conserver?

Rappelez-lui l'importance des éléments suivants :

- Être ponctuel
- Avoir de l'autonomie et le sens de l'initiative
- Démontrer une attitude positive
- Écouter les consignes attentivement
- Poser des questions sur la sécurité
- Informer l'employeur des périodes d'examen au moins deux semaines à l'avance

L'EMPLOI PEUT ÊTRE UN ATOUT POUR LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE... SAUF QUAND ON Y CONSACRE TROP D'HEURES PAR SEMAINE !



Au Québec,  
**43%**

des jeunes travaillent tout en poursuivant leurs études au secondaire

#### BÉNÉFICES

- DÉVELOPPEMENT DU SENS DE L'ORGANISATION
- DÉVELOPPEMENT DU SENS DES RESPONSABILITÉS
- DÉVELOPPEMENT D'UNE DISCIPLINE PERSONNELLE

#### INCONVÉNIENTS

- MOINS D'ÉNERGIE ET DE TEMPS POUR LES ÉTUDES
- BAISSÉ DE LA CONCENTRATION
- RETARDS ET ABSENTÉISME
- DIMINUTION DE LA MOTIVATION

# La problématique? L'équilibre!

## Accompagner son jeune dans la conciliation études-travail

Si votre jeune connaît un déséquilibre, sa réussite scolaire sera menacée. En tant que parent, vous pouvez exercer une influence positive et l'aider à faire les bons choix.

### **Vous pouvez aider votre jeune à concilier ses études et son travail, en vous tenant informé :**

- du nombre d'heures travaillées
- de la charge des travaux scolaires
- des résultats scolaires obtenus
- des périodes d'examens et de fin de session
- des pratiques de l'employeur face à la conciliation études-travail
- des signes de stress ou de fatigue manifestés
- de la façon dont votre jeune gère son budget

## Attention : trop travailler pour surconsommer

→ Est-ce un besoin réel ou inutile ?

Plusieurs jeunes augmentent leurs heures de travail pour acheter ce qu'ils désirent. Guidez votre jeune dans ses choix et amenez-le à garder un équilibre entre ses études et son travail.

*Calculez avec votre jeune combien d'heures de travail représente l'achat d'un trio au resto ou d'un forfait cellulaire. Il sera surpris!*

## L'intérêt que vous portez à votre jeune l'aide à développer sa confiance en lui!

**N'HÉSITEZ SURTOUT PAS À FAIRE PART À VOTRE JEUNE DE VOS OBSERVATIONS. CONTINUEZ ÉGALEMENT DE VOUS INTÉRESSER À SA FAÇON DE CONCILIER SES ÉTUDES ET SON TRAVAIL.**

**N'OUBLIEZ JAMAIS QUE VOUS REPRÉSENTEZ UNE DES PERSONNES LES PLUS INFLUENTES DANS LA POURSUITE DE SES ÉTUDES.**

**Bonne discussion!**



# Tu te cherches un premier emploi?

## Étape 1 → Définis ton profil

Bien te connaître est la première étape vers une recherche d'emploi efficace : identifie tes intérêts, nomme tes passions et reconnais tes forces.

- Qu'est-ce que tu **AIMES** ?
- Qu'est-ce qui te **TIENT À CŒUR** ?
- En quoi **ES-TU BON** ?

Cela t'aidera à te préparer et à bien choisir le secteur d'emploi qui te convient. Ainsi, tu augmentes tes chances d'avoir une première expérience d'emploi positive.

## Étape 2 → Rédige ton cv (curriculum vitae)

- Le CV est un portrait de toi. C'est ton passeport pour une entrevue.
- Le but d'un CV est d'attirer l'attention sur ta candidature.
- Il doit donner le goût à l'employeur de te rencontrer pour te connaître davantage.
- Investis du temps dans la rédaction de ton CV.
- Soigne la présentation visuelle : tu en seras gagnant.

### C'EST DIFFICILE POUR TOI DE NOMMER TES COMPÉTENCES ?

Visite le site suivant pour t'aider et te donner des idées :

- [jeunesse.gc.ca/fra/medias/inventaire\\_competences.shtml](http://jeunesse.gc.ca/fra/medias/inventaire_competences.shtml)

### TU CHERCHES DES MODÈLES DE CV ?

Navigue sur les sites ci-dessous :

- [jeunesse.gc.ca](http://jeunesse.gc.ca)
- [cje-estrie.qc.ca](http://cje-estrie.qc.ca)

Comme étudiant, je choisis mon employeur et fais passer mes études en premier.

## Étape 3 → Cible des employeurs conciliants

Ceux-ci favorisent la persévérance scolaire car ils respectent les besoins de leurs étudiants-employés face à leurs études.

- Visite le site : [jechoisismonemployeur.com](http://jechoisismonemployeur.com)

## Étape 4 → Prépare ton entrevue

Lors de l'entrevue, l'employeur a lu ton CV. Il veut te rencontrer. Il veut savoir si tu es le candidat idéal pour le poste à combler.

L'employeur observera davantage ces éléments lors de ton entrevue :

- Ta formation
- Tes compétences
- Tes qualités personnelles
- Tes aptitudes
- Ton intérêt pour le poste à combler
- Ta connaissance de l'entreprise

**SOIS PRÊT À RÉPONDRE À CES QUESTIONS.**

## Étape 5 → Maintiens ton emploi

### TU AS OBTENU UN EMPLOI ?

Voici quelques trucs pour favoriser une bonne entente dans ton nouveau milieu de travail :

- Écoute attentivement les informations que ton employeur et ton superviseur te donnent.
- Exprime tes idées avec politesse et avec une attitude positive, même dans des situations difficiles.
- Choisis les bons moments et les bonnes personnes pour faire tes demandes.
- Sois disponible lorsque ton employeur a besoin d'aide pour le dépanner.
- Informe ton employeur des périodes d'exams au moins deux semaines à l'avance.



Conciliation études-travail Estrie encourage la persévérance scolaire en sensibilisant les employeurs et les étudiants à l'importance de concilier les études et le travail.

[jechoisismonemployeur.com](http://jechoisismonemployeur.com)

