



DU 16 AU 20 FÉVRIER 2026

LES JOURNÉES DE LA  
**PERSÉVÉRANCE  
SCOLAIRE**

#JPS2026



# Petit guide des JPS

au Centre-du-Québec



**Derrière le premier  
prix récompensant  
un artiste hip-hop,  
il y a 20 ans de  
persévérance.**

La persévérance,  
ça mène loin.



**Il a fallu 142 ans  
d'essais et de  
chutes pour  
inventer le vélo  
à deux roues.**

La persévérance,  
ça mène loin.



**Derrière les  
premières  
femmes dans  
nos universités,  
il y a 63 ans  
de persévérance.**

La persévérance,  
ça mène loin.



**Ça a pris plus  
de 20 ans pour  
que ces blocs  
s'emboîtent  
parfaitement.**

La persévérance,  
ça mène loin.







## **Nous avons tous un rôle à jouer!**

La Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec (TRECQ) propose ce guide des JPS comme outil d'accompagnement pour soutenir nos partenaires et les acteurs du milieu dans leur engagement envers les Journées de la persévérance scolaire (JPS).

La mobilisation entourant les JPS démontre notre engagement commun envers la réussite de chaque jeune. Par de simples gestes de soutien et des milieux bienveillants, nous pouvons encourager leur persévérance et nourrir leur confiance. Grâce aux encouragements, aux activités et à l'implication de la communauté, chacun joue un rôle important dans la construction d'une génération résiliente et engagée.

Rappelons-nous que les jeunes doivent pouvoir compter sur les adultes qui les entourent, surtout lorsqu'ils vivent des difficultés. Les actions quotidiennes – écoute, soutien, encouragement – créent des liens de confiance qui les aident à progresser et à mieux comprendre leurs défis.

**Enseignants, parents, élus, intervenants,  
entraîneurs, employeurs:**

Unissons nos efforts pour améliorer le quotidien des jeunes et favoriser la persévérance scolaire du plus grand nombre!



# Table des matières

Les Journées de la persévérance scolaire 5

Le mouvement régional Tope là ! 7

ANNEXE - Fiches d'activités 16



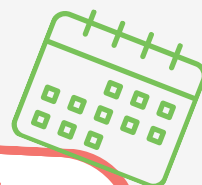


# Les Journées de la persévérance scolaire

16 au 20 février 2026

Dans un monde où tout va vite et où l'on valorise souvent les résultats immédiats, il est essentiel de rappeler que la réussite prend du temps.

Elle se construit à travers des défis, des essais, des erreurs, et surtout, grâce à un engagement constant. C'est justement la persévérance, cette capacité à continuer malgré les obstacles, qui permet de franchir des étapes que l'on pense parfois inaccessibles.



## Pourquoi en février ?

Parce qu'il s'agit d'un moment stratégique dans l'année scolaire.

À cette période, les élèves sont souvent confrontés à un creux de motivation : les fêtes sont terminées, les examens de mi-année sont passés, et il reste encore plusieurs mois avant la fin de l'année scolaire.

**Et derrière chaque personne qui persévère se trouve quelqu'un qui croit en elle.**

**Enseignants qui accompagnent, parents qui félicitent, employeurs qui soutiennent, amis qui écoutent, entraîneurs qui motivent : ces gestes simples du quotidien ont un impact réel et positif sur la persévérance scolaire et la réussite éducative des jeunes!**



**La persévérance, ça mène loin.**

# La réussite des jeunes: l'affaire de toute une communauté !

## Municipalités, bibliothèques, clubs sportifs, organismes communautaires

Tous offrent des ressources, ouvrent des portes,  
éveillent la curiosité, nourrissent la créativité et  
élargissent les possibles.

Parce que chaque jeune mérite d'aller au bout de son  
potentiel, ces initiatives changent des vies. Elles créent,  
ensemble, de vraies chances pour tous.

## Soutenir la persévérance scolaire, c'est parfois aussi simple que:

### Dire: « Je suis fier de toi »

Partager son propre parcours, avec ses détours et ses embuches

Valoriser les progrès, pas seulement les résultats

Aider à fixer des objectifs à court terme

Créer un climat où l'erreur devient un apprentissage

Présenter des modèles variés de résilience et de persévérance

Offrir de la flexibilité dans les horaires de travail en période d'examens

Aménager des temps d'étude sur le lieu de travail





## Durant les JPS, le Centre-du-Québec se mobilise pour encourager les jeunes et les adultes à persévérer !

Le mouvement **Tope là!** a été créé pour encourager une participation active aux JPS et pour avoir un impact fort et visible auprès des jeunes et des adultes en formation. À l'aide d'un geste simple et symbolique, nous cultivons l'importance de les encourager et de les soutenir tout au long de leur parcours éducatif.

**Nous avons tous déjà placé notre main sur l'épaule de quelqu'un pour l'encourager, l'appuyer ou encore le soutenir. Lorsque l'on marque un but, on se tape dans les mains pour se féliciter. Le mouvement régional Tope là! vise exactement ce même objectif.**

**C'est ainsi que Tope là! a vu le jour.**

Le potentiel du mouvement a rapidement été constaté. Au-delà d'inspirer les jeunes, il insuffle l'audace et l'engagement chez ceux qui les accompagnent.

Année après année, **Tope là!** prend de l'ampleur. La vague de mains d'encouragement a progressivement été agrémentée d'actions collectives marquantes et d'initiatives colorées pour témoigner fierté et bienveillance.

**Au Centre-du-Québec, on fait bouger les choses !**

Annuellement, le mouvement **Tope là!** marque l'imaginaire avec un engagement remarquable des acteurs et des organisations de la région.

Avec ferveur, le Centre-du-Québec se mobilise pour donner une tape dans le dos de ses jeunes et ses adultes en formation afin de les encourager à poursuivre leurs efforts jusqu'à la fin de l'année scolaire.

Accédez aux outils  
**Tope là!**

L'an dernier, **Tope là!** a suscité une vive présence sur Facebook :

- 48 organisations ont partagé une publication en utilisant le mot-clic #topela
- 59 municipalités ont publié (pour un total de 71 publications)
- 168 publications valorisant les initiatives des organisations du Centre-du-Québec

[www.facebook.com/TRECQ](https://www.facebook.com/TRECQ)



**Ensemble, nous sommes plus forts !**

Tout l'entourage des jeunes peut participer : parents, grands-parents, amis, enseignants, intervenants, entraîneurs, employeurs, voisins, élus...

Joignez votre main pour tapisser le quotidien des jeunes et des adultes d'encouragements et de bienveillance.





**Un mouvement national qui se vit  
au Centre-du-Québec...**

**...et dans chacune des régions du Québec !**

# Les JPS en bref

**16  
au  
20**

## Campagne radio

Pour encourager la participation aux JPS,  
un message de sensibilisation est diffusé  
sur les stations de radio du Centre-du-Québec.



## Vague d'encouragements sur Facebook

Partagez vos publications inspirantes  
sur les réseaux sociaux afin d'encourager  
les jeunes et les adultes en formation.

**Utilisez les mots clics #JPS2026 et #topela**

**16  
au  
20**

**19  
Février**

## Tous en VERT pour le jeudi PerséVERT

Relevez le défi ! Osez le vert!  
Décorez votre bureau, prenez une photo  
et partagez-la!

**Utilisez les mots clics #JPS2026 #topela**



**LES  
RENDEZ-  
VOUS  
VIRTUELS**  
LES JOURNÉES DE LA  
PERSÉVÉRANCE  
SCOLAIRE

## Activités virtuelles pour en connaître +

Webinaires sur des sujets d'intérêt (IRC)

**Pour en  
savoir plus**



**16  
au  
20**

Une initiative du



Coordination régionale



Avec la participation financière de





## OUTILS DISPONIBLES



Le site Web des Journées de la persévérance scolaire offre une vitrine personnalisée à chacune des 18 régions du Québec!

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



### **Vous y trouverez**

les outils génériques de la campagne des JPS 2026  
du matériel de promotion et d'animation  
pour vous aider à porter des actions en soutien à la  
persévérance scolaire des jeunes.



### **Participez en grand nombre aux #JPS2026**

en organisant une activité, en posant un geste  
d'encouragement ou de reconnaissance envers les  
jeunes et les adultes en formation de votre entourage,  
sans oublier les personnes qui les soutiennent au  
quotidien : parents, enseignants, employeurs, oncles,  
amis, etc.





# LE RUBAN DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

*Le porter, c'est l'adopter !*

Durant les Journées de la persévérance scolaire (JPS), affichez votre engagement personnel en soutien aux étudiants dans leurs efforts et leur réussite scolaire en portant fièrement le ruban vert et blanc de la persévérance, commun à l'ensemble des régions du Québec.

**Commandez vos rubans JPS !**



# PROPOSITION D'ACTIVITÉS



## SERVICES DE GARDE / CPE

- Visite de la bibliothèque
- Visite d'une école primaire
- Intensification des activités d'éveil à la lecture
- Jeu des coin coin de la première transition scolaire (3 versions)



## PRIMAIRE

- Intégration du thème de l'effort aux différents contenus pédagogiques : exposé oral, dictée, examen, rédaction, lecture, recherche, etc.
- Atelier sur la transition primaire / secondaire, visite de l'école secondaire
- Valorisation des élèves persévérants : diffusion de messages au *Multivox*, tableau d'honneur, gala, tournée des classes, remise de médailles ou de certificats, activité récompense
- Présentation des métiers de parents d'élèves, participation des parents aux activités en classe, journée portes ouvertes
- Identification de modèles de persévérance
- Projet artistique : murale, bande dessinée, affiche, chanson, slogan, publicité, multimédia, carte de la persévérance, etc.
- Équipe d'entraide entre élèves, mentorat
- Messages d'encouragement joints aux évaluations



## SECONDAIRE

- Intégration du thème de la persévérance aux différents contenus pédagogiques : exposé oral, dictée, examen, rédaction, lecture, recherche, etc.
- Projet entrepreneurial
- Diffusion de messages à la radio étudiante et dans le journal étudiant, chaîne de courriels
- Conférence (anciens élèves, athlètes, parents, entrepreneurs, persévérants, décrocheurs, cégepiens et universitaires)
- Discussion en classe, table ronde, présentation de vidéos, stand d'information dans les centres sociaux
- Improvisation, jeux de rôle, théâtre
- Projet artistique : bande dessinée, murale, affiche, chanson, slogan, publicité, multimédia, etc.
- Coaching et suivi individuel
- Création de comités, de conseils ou d'escouades d'élèves œuvrant à la persévérance de leurs pairs
- Valorisation des élèves persévérants : tableau d'honneur, gala, remise de médailles ou de certificats
- Atelier d'exploration de professions pour développer les aspirations professionnelles
- Atelier sur les outils de gestion (budget, agenda, calendrier, prise de notes, etc.)





## FP / FGA

- Atelier sur les perspectives d'emploi et les formations
- Atelier sur la motivation, l'estime de soi et les habiletés sociales
- Atelier sur les outils de gestion (budget, agenda, calendrier, prise de notes, etc.)
- Feuille de route de la persévérance, tenue d'un journal personnel
- Café de la persévérance
- Stage d'un jour
- Visite d'entreprises et d'industries



## CÉGEPS ET UNIVERSITÉS

- Blogue de la persévérance
- Feuille de route de la persévérance, tenue d'un journal personnel
- Diffusion de messages à la radio étudiante et dans le journal étudiant, chaîne de courriels
- Intégration du thème de la persévérance aux différents projets étudiants
- Visite d'entreprises et d'industries
- Rédaction d'une lettre par l'étudiant à lui-même et envoyée par l'enseignant l'année suivante
- Coûts et impacts du décrochage, la valeur d'un diplôme



## PARENTS / FAMILLES

- Participation aux activités de l'école
- Encouragements quotidiens aux jeunes
- Envoi d'une carte électronique de la persévérance
- Inscription d'un message d'appréciation de l'enseignant dans l'agenda scolaire



## EMPLOYEURS

- Port du ruban de la persévérance scolaire
- Instauration de mesures favorisant la conciliation études-travail
- Atelier sur l'équilibre études-travail-vie personnelle
- Encouragements quotidiens aux jeunes
- Discussion avec les employés sur leurs aspirations professionnelles
- Stage de formation



## DANS LES MUNICIPALITÉS

- Port du ruban de la persévérance scolaire par les élus municipaux et les fonctionnaires
- Adoption d'une résolution proclamant les Journées de la persévérance scolaire
- Diffusion de chroniques sur la persévérance scolaire dans le bulletin municipal
- Adoption de motions de félicitations pour les jeunes se démarquant par leur persévérance et leurs efforts
- Remise de certificat de reconnaissance aux étudiants persévérants



# LIENS UTILES

Découvrez des sites Web pertinents  
en lien avec la persévérance scolaire et la réussite éducative

**[journeesperseverancescolaire.com](http://journeesperseverancescolaire.com)**

Site national des Journées de la persévérance scolaire (JPS)

**[trecq.ca](http://trecq.ca)**

Table régionale de l'éducation Centre-du-Québec (TRECQ)

**[reussiteeducative.quebec](http://reussiteeducative.quebec)**

Réseau québécois pour la réussite éducative (RQRE)

**[academos.qc.ca](http://academos.qc.ca)**

Mentorat virtuel pour trouver le métier de ses rêves

**[agol.ca](http://agol.ca)**

Campagne faisant la promotion de la lecture auprès des jeunes

**[alloprof.qc.ca](http://alloprof.qc.ca)**

Aide aux devoirs pour les élèves

**[naitreetgrandir.com](http://naitreetgrandir.com)**

Site Web de référence sur le développement des enfants

**[TransitionsScolaires.ca](http://TransitionsScolaires.ca)**

Un outil pour aider à vivre les transitions scolaires tout en douceur

**[tuaslederniermot.com](http://tuaslederniermot.com)**

Campagne de sensibilisation sur le stress et l'anxiété

**[employeursengages.ca](http://employeursengages.ca)**

Mouvement national visant à sensibiliser et à accompagner les employeurs du Québec dans leur rôle en matière de réussite éducative

**[emploisdavenir.gouv.qc.ca](http://emploisdavenir.gouv.qc.ca)**

Site qui présente une sélection de métiers offrant les meilleures perspectives d'emploi

**[granddeclic.ca](http://granddeclic.ca)**

Outil pour développer les aspirations professionnelles et explorer les professions d'avenir au Centre-du-Québec

**[jeconcilie.com](http://jeconcilie.com)**

Outil d'autoévaluation sur sa situation de conciliation études-travail

**[monemploi.com](http://monemploi.com)**

Information sur les carrières et sur les formations





## S'engager pour la réussite des jeunes

À travers ce guide, l'équipe de la Table régionale de l'éducation du Centre-du-Québec (TRECQ) souhaite avoir cultivé votre intérêt pour les Journées de la persévérance scolaire (JPS). Nous espérons qu'il vous apportera les outils nécessaires pour saisir pleinement l'importance de ces journées et vous inspirera à vous engager activement en faveur de la réussite des jeunes et des adultes en formation.

Annuellement, les JPS nous rappellent qu'ensemble, nous avons le pouvoir de faire une différence dans leur parcours éducatif. En multipliant les gestes de soutien, en favorisant un environnement bienveillant et en soulignant l'importance de la persévérance, nous bâtissons une société plus résiliente et engagée envers la réussite éducative.

Chaque acteur de la communauté – enseignants, parents, élus, employeurs, et organismes – joue un rôle essentiel pour accompagner les jeunes et les adultes en formation dans leurs défis quotidiens et leurs succès. En unissant nos efforts, nous les inspirons à croire en leurs capacités, à persévérer malgré les obstacles et à se projeter avec confiance dans l'avenir.

Nous espérons que les JPS inspireront un élan collectif qui se poursuivra bien au-delà du mois de février. Pour beaucoup d'entre eux, les défis ne s'arrêtent pas après les JPS. Chaque jour, ils font face à des obstacles qui mettent à l'épreuve leur motivation. En témoignant notre engagement, nous leur donnons la force de surmonter ces moments difficiles et de persévérer jusqu'à la fin de l'année scolaire.

**Ensemble, faisons de la persévérance scolaire une valeur fondamentale de notre région, un engagement qui ne faiblit pas après les JPS, mais qui résonne tout au long de l'année.**

*Parce qu'ici, on s'engage pour leur réussite*





# ANNEXE

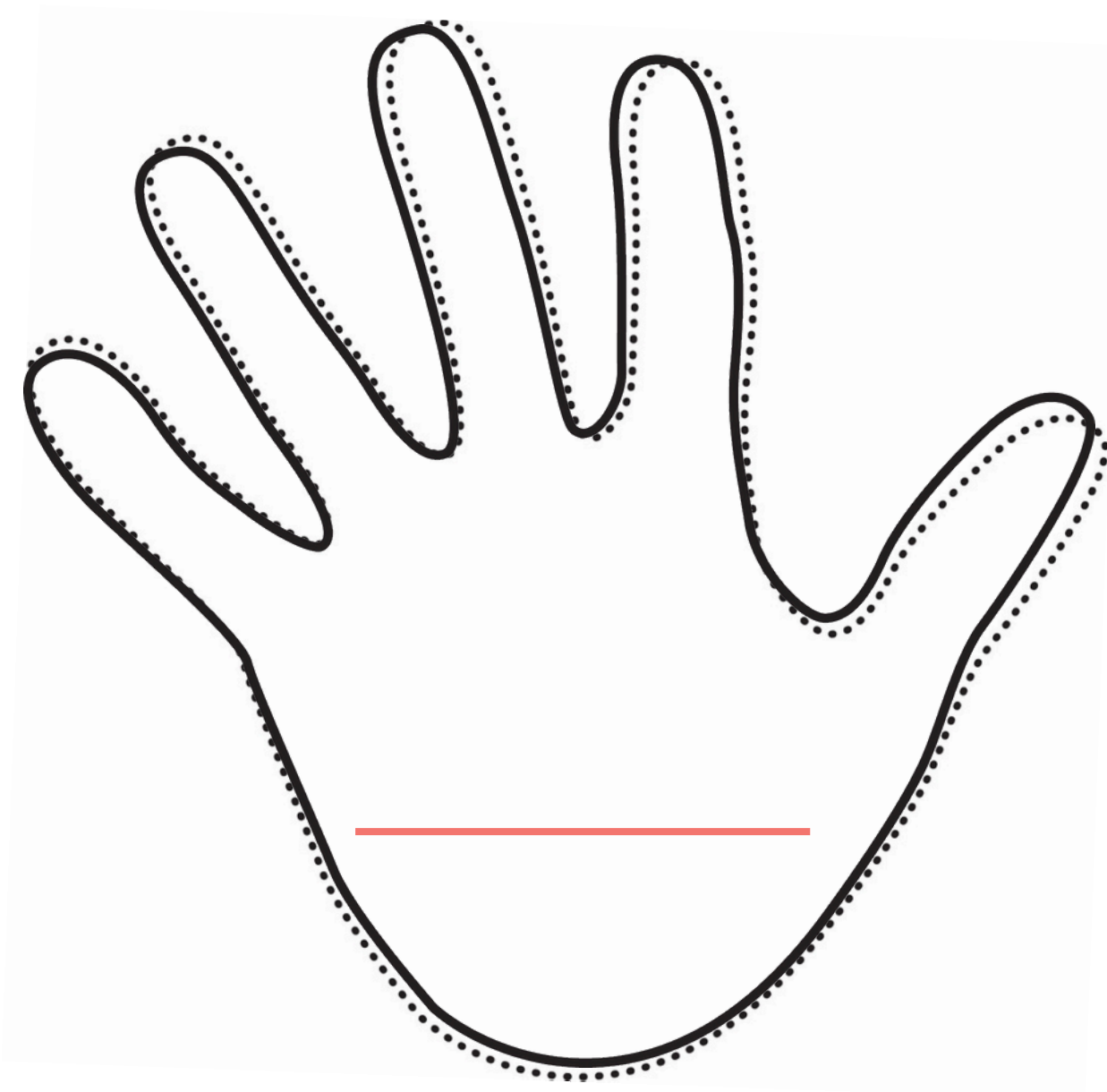
## FICHES D'ACTIVITÉS

FICHE D'ACTIVITÉ



# ENCOURAGEZ, AVEC TOPE LÀ !

Pour témoigner votre engagement envers les jeunes et les adultes en formation, mettez en valeur vos mains d'encouragement ! Imprimez cette main, écrivez le nom d'un étudiant, collez-la dans votre fenêtre à la vue de tous et recommencez autant de fois que vous avez de jeunes à encourager dans votre entourage.



## FICHE D'ACTIVITÉ

# L'ARBRE DE LA PERSÉVÉRANCE

Publics visés : 1er, 2 et 3 cycles du primaire - secondaire

Voici l'occasion d'amener les jeunes à comprendre qu'il n'y a pas de honte à avouer qu'ils doivent faire face à des difficultés à l'école. L'important, c'est d'apprendre à relever les défis grâce au soutien de leur entourage !

Au tableau, dessinez un grand arbre à trois branches, mais sans feuilles. Présentez-le comme l'arbre de la persévérance. Expliquez que les feuilles poussent quand ils font des efforts pour leur réussite, aidés des membres de leur entourage.

Invitez les jeunes à identifier les difficultés auxquelles ils se heurtent à l'école. Ces défis peuvent se poser soit au regard de l'apprentissage, mais également au niveau social ou familial.

Faites dessiner 15 feuilles par jeune (ou utilisez celles à découper fournies dans cette fiche).

### POUR LES PETITS

Chaque élève découpe et colorie ses feuilles et y inscrit ses initiales.

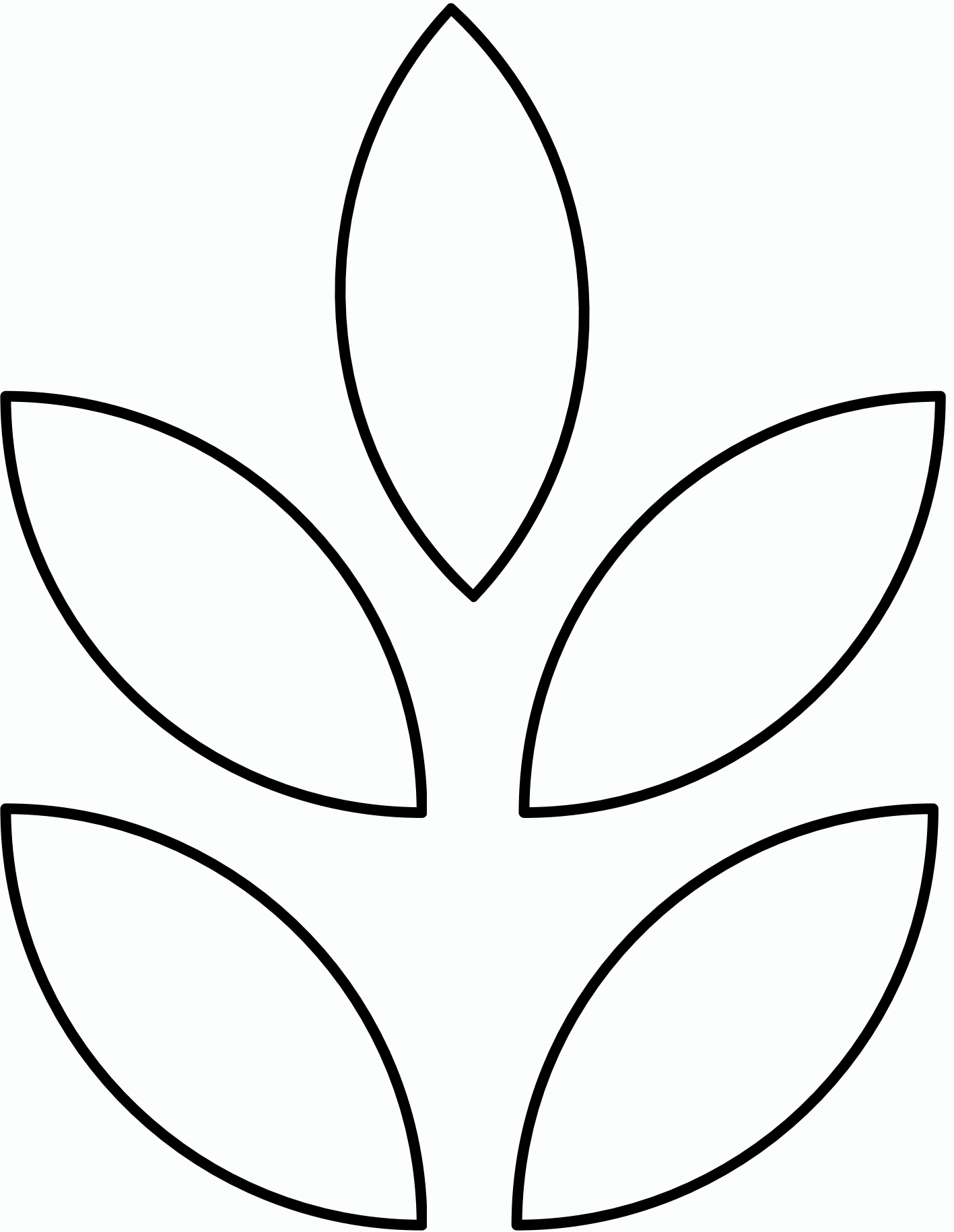
### VARIANTE POUR LES PLUS GRANDS

Le jeune inscrit sur ses feuilles de quelle manière il peut surmonter ses difficultés : « J'ai à relever ce défi pour ma réussite. Qui autour de moi pourrait m'aider ? Et surtout, de quelle manière ? Quel geste cette personne pourrait poser pour m'aider à persévérer ? »

Quotidiennement, pendant les Journées de la persévérance scolaire, chaque jeune peut venir coller trois feuilles en les plaçant sur une branche. Au fil de la semaine, laissez l'arbre se déployer pleinement grâce à tous ces efforts.

Prenez une photo de votre arbre de la persévérance et diffusez sur vos médias sociaux avec le mot-clic #JPS2025 ou encore sur le site web de votre centre de services scolaire.







# DESSINE L'ÉQUATION DE TA RÉUSSITE!

Cette activité est une occasion pour toi d'identifier les éléments dans ta vie qui te permettent de te projeter vers ta réussite.

<div></div>	+	<div></div>	+	<div></div>	+	<div></div>	=	Ma réussite
<div></div>		<div></div>		<div></div>		<div></div>		

## FICHE D'ACTIVITÉ

# LES PAPILLONS DE LA PERSÉVÉRANCE

Public visé : secondaire - jeunes adultes

Cette idée, fort simple, peut se réaliser dans vos différents milieux (école, organisme, maison de jeunes, à la maison. etc.). Sur un carton, que vous apposerez sur un mur, écrivez « La persévérance scolaire, c'est... ». Incitez les jeunes à répondre à la question sur un papillon autocollant (de marque Post-it ou autre). Collez tous les papillons autour du carton, de manière à créer une murale.



## LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE, C'EST...



## FICHE D'ACTIVITÉ

# LA BOUSSOLE DE MA RÉUSSITE



Publics visés : 2e cycle du secondaire, formation des adultes

Cet exercice te permettra de t'interroger sur tes valeurs personnelles et de déterminer celles qui deviendront la boussole de tes aspirations professionnelles et de ton projet d'avenir.

Dans la liste ci-dessous, choisis les 8 valeurs qui te représentent le mieux:

Ambition	Audace	Compassion	Confiance	Créativité	Dépassement
Environnement	Entraide	Famille	Imagination	Indépendance	Justice
Observation	Paix	Persévérance	Plaisir	Prudence	Protection
Respect	Responsabilité	Spiritualité	Rigueur	Risque	Sagesse
Sécurité	Solidarité	Réussite	Succès	Vérité	Volonté

### POUR Y ARRIVER, POSE-TOI LES QUESTIONS SUIVANTES :

- Quels sont les traits principaux de ma personnalité ?
- Qu'est-ce qui est vraiment important pour moi dans la vie ?
- En quoi est-ce que je crois ?



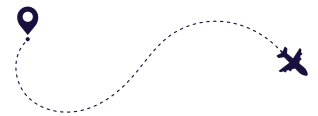
Tu peux, si tu le souhaites, pousser ton analyse plus loin en remplissant le test des 19 valeurs du psychologue *Shalom H. Schwartz* (que tu trouveras facilement sur Internet).

Consulte tes résultats en compagnie d'un adulte pour t'assurer de comprendre tous les termes utilisés !

Donne ta propre définition de chacune des 8 valeurs que tu as choisies.

Valeur	Définition (Pour moi, ça représente...)

Tes valeurs peuvent te permettre de réfléchir à ta destination.

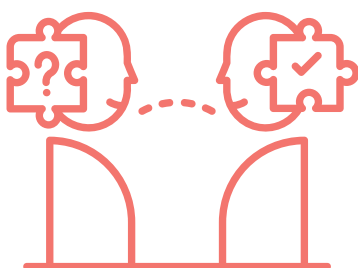


Quel métier aimerais-tu explorer ou exercer plus tard ?

(Inspire-toi de tes passions ou de ce que tu aimes faire dans la vie.)

Selon toi, est-ce que ce métier reflète tes valeurs ? Pourquoi ?

(Exemple : En devenant infirmière, je serai en phase avec mes valeurs d'**entraide** et de **compassion**, mais je devrai travailler sur mon désir de **sécurité**, car c'est un métier rempli de surprises...).



Il y a peut-être des professions auxquelles tu n'as pas encore pensé et qui correspondent parfaitement à tes valeurs ! Le conseiller ou la conseillère d'orientation de ton établissement peut t'aider à faire un choix de carrière, en phase avec tes aptitudes et tes compétences, et te guider vers le chemin de la réussite ! N'hésite pas à le ou la consulter !

Pour aller plus loin, découvre les professions d'avenir avec le **Grand déclic** !



## FICHE D'ACTIVITÉ

# TABLEAU DE VISUALISATION

*Visualise ta réussite !*

Public visé : 3<sup>e</sup> cycle du primaire, secondaire, postsecondaire



## Matériel requis :

Carton  
format affiche

Ciseaux

Colle

Crayons  
(marqueur  
permanent ou  
de couleurs)

Images  
imprimées :  
magazines,  
photos,  
autocollants,  
lettres et  
éléments  
graphiques JPS,  
citations JPS, etc.

Le **TABLEAU DE VISUALISATION** est un outil de motivation puissant, qui aide à déterminer ses valeurs, à prioriser ses intentions et à visualiser ses objectifs. En créant leur propre tableau de visualisation, les jeunes se donneront les moyens de rester concentrés sur les efforts à fournir pour persévérer, en plus d'explorer leur côté artistique et leur créativité.

Le tableau de visualisation peut prendre plusieurs formes : affiche géante, format de poche, babillard en liège, tableau en ligne de style Pinterest, ou même un mur complet !

Pour les fins de cette activité, le format affiche sera privilégié.

## ÉTAPES POUR CRÉER UN TABLEAU DE VISUALISATION

### 1 Déterminer et prioriser ses objectifs.

Invitez les jeunes à inscrire un but, un objectif à atteindre d'ici la fin de l'année scolaire. Cet objectif peut être soit en lien avec l'apprentissage, soit avec leur vie sociale ou familiale.

Voici des exemples d'objectifs : Persévérer dans une épreuve sportive, remettre ses devoirs à temps, lire 15 minutes par jour, améliorer ses résultats en mathématiques, être fier de son année scolaire, etc.

### 2 Partager ses idées pour clarifier sa pensée.

Planifiez un moment pour que les jeunes puissent échanger entre eux et partager leurs aspirations et leurs défis. Il n'est pas toujours simple pour un jeune de déterminer un objectif concret. Les idées des uns peuvent les inspirer et les amener ailleurs dans leur réflexion. Ensuite, ils pourront réfléchir aux images qui les aideront à concrétiser leur but.

### 3 Trouver, puis découper des images et des mots en lien avec l'objectif fixé.

Les jeunes sélectionnent des images pour illustrer les étapes qui les mèneront à concrétiser leur but.

Qu'est-ce qui représente leur réussite? Une personnalité, des citations inspirantes, un objet significatif, une photo d'ambiance qui fait rêver... Les magazines, Pinterest et Google débordent d'images de toutes sortes. À cette étape, il n'y a pas de limite, pas de censure ! L'idée est de trouver des images qui nous interpellent sur le coup.

### 4 Trier, regrouper et assembler les images sur un carton.

Avant de coller, les jeunes sélectionnent d'abord les images les plus représentatives de leur objectif. Ils pourront ensuite les rassembler sous un même thème (par exemple : l'école, la famille, les amis ou le sport) et les placer de façon artistique sur leur carton.

### 5 Coller !

Une fois leur tableau de visualisation à leur goût, les jeunes collent les éléments graphiques sur le carton, tels qu'ils les auront disposés.

### 6 Ajouter une touche personnelle !

Les jeunes peuvent également compléter leur création en ajoutant des collants, des dessins, des mots et des notes personnelles. Place à la créativité !

### 7 Faire vivre le tableau de visualisation.

Exposez les créations de vos jeunes en classe et discutez avec eux de leur démarche personnelle. Ensuite, invitez-les à exposer leur tableau chez eux, à un endroit visible où ils pourront le consulter plusieurs fois par jour : dans leur chambre, au sous-sol... Ils peuvent aussi prendre une photo de leur tableau et en faire un fond d'écran sur leur cellulaire !

## BONNE CRÉATION !

Prenez une photo des tableaux de visualisation de vos jeunes  
et diffusez sur vos médias sociaux avec le mot-clic

**#JPS2026**



## FICHE D'ACTIVITÉ

# LES MOTS D'ENCOURAGEMENT

Public visé : Tous les jeunes

Des encouragements nourris et répétés aident les jeunes à développer une bonne estime d'eux-mêmes et à s'engager dans une relation positive avec celui ou celle qui les offre, que vous soyez parent, enseignant, entraîneur, ami, etc. L'estime de soi et le soutien affectif sont des déterminants importants de la persévérance scolaire. Chaque jeune a besoin d'encouragements, chaque jour !

**Il y a plusieurs manières d'exprimer de l'encouragement à un jeune, peu importe son âge :**

- Soulignez une réussite ou une amélioration ;
- Valorisez les efforts fournis ;
- Incitez au dépassement de soi, notamment après un échec ;
- N'hésitez pas à employer des superlatifs ;
- Abusez du point d'exclamation, à l'oral comme à l'écrit ;
- Amalgamez, additionnez et empilez les adjectifs à connotations positives ;
- Utilisez tous les moyens à votre disposition : une parole, un geste, une lettre, une note collée sur un frigo, un texto, un mot glissé dans l'agenda, un courriel, une carte... Les idées sont nombreuses : innovez ;
- Joignez, à l'occasion, l'encouragement à l'octroi d'une récompense ou d'un privilège.

**Répétez l'exercice le plus souvent possible, au moins une fois par jour.**

- Ça, c'est du travail bien fait !
- À te regarder faire, ça semble facile !
- Tu apprends vite !
- Tu fais vraiment d'énormes progrès !
- Tu vas te rendre loin !
- Tu m'inspires !
- Toute une performance !
- Nous sommes là pour te soutenir !



- L'effort mène à la réussite !
- Une fois encore et tu l'auras !
- Mets-y du cœur au ventre !
- Persévère, tu réussiras !
- Continue !
- Je savais que tu y arriverais !
- Tu t'améliores !
- Tu fais du bon boulot !
- Je suis fier de toi !
- Quelle amélioration !



- Tes résultats m'impressionnent !
- Je louange tes efforts !
- Tu mérites un 10 sur l'applaudimètre !
- Je suis ton fan numéro 1 !
- C'est mieux que jamais !
- Tu réussis super bien !
- Rien ne peut t'arrêter maintenant !
- Tu agis de plus en plus comme un grand !

- Bravo !
- Félicitations !
- Extraordinaire !
- Superbe !
- Fabuleux !
- Magnifique !
- Épatant !
- Ne lâche pas !





DU 16 AU 20 FÉVRIER 2026

# LES JOURNÉES DE LA **PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE**

#JPS2026



Table régionale  
de l'éducation  
Centre-du-Québec

[trecq.ca](http://trecq.ca)  
[grandde clic.ca](http://grandde clic.ca)  
[facebook.com/trecq](https://facebook.com/trecq)  
[linkedin.com/company/trecq](https://linkedin.com/company/trecq)

Avec la participation financière de



Fortement inspiré d'une initiative du

