

Votre programme d'aide aux employés et à la famille (PAEF) est un service confidentiel de soutien pouvant vous aider à entreprendre une démarche pour effectuer un changement.

Des activités estivales pour les adolescents

Au moment où vos enfants vivront leur adolescence, vos responsabilités de parent changeront.

Graduellement, vous n'aurez plus à vous occuper d'eux à temps plein, bien que les jeunes adolescents aient encore besoin d'un certain encadrement. Cependant, vous devrez quand même les maintenir actifs et occupés pendant les mois d'été et leur trouver de nouvelles occasions d'apprendre et de faire leurs premières armes.

La résistance aux activités planifiées

Vous rencontrerez peut-être une certaine résistance aux activités planifiées, car les adolescents préfèrent nettement musarder. Négociez un compromis en permettant quelques jours de flânerie au début ou à la fin de l'été, et peut-être entre les activités proposées.

Faites en sorte que votre enfant vous informe de ses allées et venues, et qu'il vous indique les numéros de téléphone où le joindre.

Le moment sera alors venu de lui rappeler que les collèges, les universités et les employeurs éventuels tiendront compte des activités estivales dans leurs rapports d'évaluation. La flânerie n'impressionne personne.

Heureusement, il existe un vaste éventail d'activités susceptibles d'intéresser les adolescents.

Les programmes de loisirs et les colonies de vacances

Les jeunes adolescents aiment encore les programmes de loisirs et il y en a pour tous les goûts. Pour de plus amples renseignements à ce sujet, consultez votre parc municipal et le guide des activités récréatives.

Si l'adolescent croit qu'il est trop âgé pour les programmes de loisirs, il pourrait obtenir un emploi d'été ou faire du bénévolat :

- **Conseiller en formation**. Il s'agit d'un poste non rémunéré et vous pourriez même devoir payer pour qu'il obtienne cette formation. Pour l'adolescent, il s'agit d'une excellente occasion d'acquérir des compétences et d'obtenir ultérieurement un emploi dans un programme de loisirs.
- **Moniteur.** Ce poste rémunéré offre aux adolescents plus âgés l'occasion de développer leur sens des responsabilités, d'acquérir de nouvelles compétences, de se faire des amis et de gagner un peu d'argent.

Les ateliers spécialisés

Nombre d'organisations, souvent affiliées aux musées, aux théâtres ou aux centres d'art de votre localité, offrent des ateliers de tous genres. Ceux-ci durent habituellement d'une à quatre semaines.

Les occasions d'étude

L'adolescent voudra peut-être se rattraper dans certaines matières ou se préparer à de nouveaux cours.

Les écoles secondaires et privées offrent parfois des cours de rattrapage ou de perfectionnement. Demandez des suggestions au conseiller en orientation de l'adolescent.

Certains établissements privés offrent un mentorat intensif pouvant comprendre des cours de rattrapage ou de préparation.

Les possibilités d'emploi

Les emplois d'été offrent à l'adolescent la possibilité d'acquérir le sens des responsabilités et de nouvelles compétences qui pourraient revêtir une grande importance au moment d'accéder à des études supérieures ou de postuler un emploi dans une entreprise.

Certains emplois saisonniers offrent de belles occasions aux étudiants :

- Sauveteur
- Travail dans les parcs, les centres récréatifs et les clubs de golf
- Emploi dans des entreprises d'aménagement paysager et d'entretien ménager
- Emploi dans les parcs d'attractions et autres centres touristiques
- Hôtellerie et restauration
- Leçons particulières

Les emplois sur mesure

Ce type de travail peut s'avérer une bonne solution pour les adolescents de tous âges : les heures sont flexibles et le travail est rémunéré. Il comprend diverses occupations : entretien ménager, jardinage, garde d'enfant, soins aux animaux de compagnie ou leçons particulières.

Il s'agit d'une option particulièrement attrayante pour ceux qui habitent en milieu rural, où ils peuvent se faire une clientèle chez les agriculteurs.

Le bénévolat

Un nombre croissant d'étudiants cherchent des emplois bénévoles. Il s'agit d'un excellent moyen de rencontrer des gens, d'acquérir de nouvelles compétences et d'obtenir une expérience de travail qui étoffera leur curriculum vitae et leurs plans d'études.

Le bénévolat offre de multiples possibilités :

- Préposé dans les hôpitaux et les maisons de retraite pour personnes âgées ou aux besoins particuliers
- Participation à des projets communautaires
- Préposé dans les musées, les bibliothèques et les centres culturels
- Travail auprès d'un organisme caritatif
- Stagiaire (non rémunéré) pour une entreprise privée ou un organisme sans but lucratif

En tant que parent, vous voudrez vous assurer que votre enfant adolescent passe un été intéressant et productif. Examinez ces options ensemble afin de déterminer celle qui correspond le mieux à ses centres d'intérêt et à ses objectifs. Pour obtenir de plus amples renseignements à ce sujet, consultez le conseiller d'orientation de son école ou le service des parcs et loisirs de votre municipalité.
© 2026 Morneau Shepell ltée. Votre programme ne comprend pas nécessairement tous les services décrits dans ce site. Veuillez consulter la documentation de votre programme pour plus d'information. Pour une assistance immédiate, composez le 1 844 880 9137.