

L'IMPORTANCE DE LA GESTION DU TEMPS : SAVOIR CONCILIER ÉTUDE, LOISIRS ET REPOS

La Mascotte de l'école ivoirienne

Une idée originale de JD Magazine et Télévision

Moyah, Katy et Malick discutent dans la cour du lycée, entourés de décorations festives.

Les vacances sont terminées, et j'ai l'impression de n'avoir rien fait ! Comment vais-je rattraper tout ça ?

Moi, je suis tellement fatigué que je n'ai même pas envie de recommencer les cours...

Pas de panique, les amis ! La gestion du temps, c'est ma spécialité.

Notez tout ce que vous faites dans une journée : cours, devoirs, loisirs, repas, sommeil.

BLOC
NOTES

Mais... il y a tellement de choses !

Et les vidéos que je regarde le soir, ça compte ?

Tout compte ! C'est important d'identifier où va ton temps.

BLOC
NOTES

Toutes les activités notées dans les carnets, Moyah les retranscrit sur un tableau

Regardez : vous passez trop de temps sur certaines choses et pas assez sur d'autres. Il faut trouver un équilibre !

Moyah dessine un emploi du temps coloré, avec des plages horaires pour les études, les loisirs, le repos et les imprévus.

Voici un emploi du temps réaliste. Vous avez des priorités, mais aussi du temps pour vous détendre.

Et si je réduis mes vidéos le soir, je pourrai me coucher plus tôt et être en forme le lendemain.

Oh, je vois ! Si je fais mes devoirs juste après les cours, j'aurai plus de temps pour lire.

N'oubliez pas : restez flexibles. Ce n'est pas grave si tout ne se passe pas comme prévu. L'essentiel, c'est de garder un bon équilibre.

Une semaine plus tard, Katy, Malick et Moyah se retrouvent à la bibliothèque. Katy révisé efficacement, Malick est concentré sur son travail et Moyah les encourage.

Merci, Moyah ! Je me sens beaucoup mieux.

Vous voyez ? Avec un peu d'organisation, tout devient plus simple.

Moi aussi ! Et j'ai même eu du temps pour jouer au foot avec mes amis.

Moyah s'adresse directement aux lecteurs.

Et vous, comment gérez-vous votre temps ?

MORALITÉ

Planifier et bien gérer son temps, c'est comme construire un pont entre ses rêves et ses réalités : chaque moment bien utilisé nous rapproche de nos objectifs tout en laissant de la place pour profiter de la vie. L'équilibre, c'est la clé pour réussir sans se surmener.