

## COMMENT APPORTER VOTRE PIERRE À L'ÉDIFICE ?

Ensemble, nous pouvons aider la nouvelle génération de filles à briser le Plafond des Rêves.

Voici quelques suggestions pour soutenir les filles de votre entourage.



- **Présenter davantage de modèles d'inspiration**  
Montrez aux filles des exemples inspirants de femmes de tous âges. Lorsqu'on leur présente des récits et des parcours de femmes de différents horizons, les filles voient leur champ des possibles s'élargir.
- **Lutter contre les stéréotypes**  
Limitez l'exposition aux médias qui renforcent les stéréotypes négatifs. Exposez plutôt les filles à du contenu brisant les préjugés.
- **Favoriser l'apprentissage social et émotionnel**  
Donnez-leur matière à apprendre au niveau social et émotionnel en abordant des thèmes utiles : comment surmonter les obstacles, collaborer avec les autres, gérer des émotions négatives, croire en soi-même, etc.
- **Valoriser les notions d'effort et de persévérance**  
Des études révèlent que ceux qui pensent qu'il faut travailler dur pour réussir, réussissent mieux. Lorsque les enfants sont convaincus qu'ils peuvent devenir plus intelligents en s'impliquant et en travaillant dur, ils redoublent de temps et d'efforts, ce qui les mène à de plus grandes réussites.
- **Faire des activités favorisant la confiance en soi**  
Il s'avère que le succès repose autant sur la confiance que sur les compétences.
- **Stimuler leur imagination**  
Privilégiez des jeux qui encouragent la découverte, la pensée divergente et l'innovation.
- **Accompagner leurs rêves**  
Encouragez activement les filles de votre entourage à poursuivre leurs rêves. Montrez aux filles qu'elles peuvent être tout ce qu'elles veulent.

Rejoignez-nous.

**#BriserLePlafondDesRêves**