OSE! explorer

Nom :

CAHIER DE L'ÉLÈVE

Mes **préférences professionnelles**

Projet rendu possible
grâce à la contribution du

Secrétariat à la condition féminine
Québec

Ordre des conseillers
et conseillères d'orientation
du Québec

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 1 2026-04-13 2:57 PM

OSE! explorer

CONTENUS EN ORIENTATION SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE

Dans la foulée des contenus en orientation scolaire et professionnelle (COSP) spécifiés par le ministère de l'Éducation (MEQ), les élèves de 3e secondaire doivent être en mesure de sélectionner des préférences professionnelles qui correspondent à leur profil personnel. Cette mission s'inscrit dans l'axe de la connaissance du monde du travail.

Explorer au pluriel

Le ministère de l'Éducation (2022) souligne l'importance de la mixité en emploi. Le fait de choisir un métier non traditionnel est un pas vers cette direction… mais comment reconnaître ce type de métier?

> Pour les femmes, un métier ou une profession est considéré comme non traditionnel lorsqu'on y trouve moins de 33 % de femmes, par exemple les métiers d'électromécanicien ou d'ingénieur informaticien.
>
> Pour les hommes, un métier ou une profession est considéré comme non traditionnel lorsqu'on y trouve moins de 33 % d'hommes, comme les emplois en soins infirmiers ou en éducation à l'enfance.

Voici une série d'activités d'exploration qui te permettra de découvrir une panoplie de métiers et professions en fonction des variables suivantes : la mixité en emploi et les différents niveaux de formation. Ces activités toucheront également l'axe de la connaissance du monde scolaire.

Idée originale : Pascale Blanchard, c.o. (2026)
Conception graphique : Hoola studio

Objectif de l'activité

Découvrir des métiers et professions dont le niveau de formation varie : diplôme d'études professionnelles, diplôme d'études collégiales de niveau technique et diplômes universitaires. Les métiers et professions sélectionnés sont considérés comme non traditionnels, soit pour les femmes, soit pour les hommes.

Un survol des voies de formation menant à une diplomation

D'entrée de jeu, voici un survol des voies de formation menant à une diplomation au Québec.

Au secondaire

- **Diplôme d'études secondaires (DES)**
  Durée : 5 ans
  Formation générale qui te permet d'accéder à tes études postsecondaires

- **Diplôme d'études professionnelles (DEP)**
  Durée : entre 6 mois et 2 ans, variable selon le métier
  Apprentissage d'un métier spécialisé ➔ accès au marché du travail

Au collégial

- **Diplôme d'études collégiales préuniversitaires (DEC)**
  Exemples de programmes : Sciences humaines, Sciences de la nature, Arts visuels
  Durée : 2 ans
  Programme qui te prépare à des études universitaires

- **Diplôme d'études collégiales techniques (DEC)**
  Exemples de programmes : Techniques policières, Techniques de travail social
  Durée : 3 ans
  Programme théorique et pratique qui t'offre une spécialisation ➔ accès au marché du travail

À l'université

- **Baccalauréat**
  Exemples de programmes : Baccalauréat en génie civil, Baccalauréat en biologie, Baccalauréat en enseignement au secondaire
  Durée : 3 à 4 ans

- **Maîtrise**
  Exemples : Maîtrise en orthophonie, Maîtrise en orientation, Maîtrise en architecture
  Durée : 2 ans

- **Doctorat**
  Durée : 3 ans et plus
  Spécialisation dans un domaine ➔ accès au marché du travail

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 3 2026-04-13 2:57 PM

Pour explorer davantage

Amuse-toi à consulter les différents niveaux du système scolaire québécois afin de nommer tes aspirations scolaires. Voici un lien pour naviguer : https://www.systemescolairequebecois.com/

Lors d'une période d'étude ou à la maison, tu peux également consulter le document d'accompagnement qui te fournira de plus amples informations.

Primaire → Secondaire → Collégial → Universitaire

Activité - Coin des devinettes

Tu dois identifier le niveau de formation requis pour chacun des métiers et des professions et préciser s'ils sont considérés comme non traditionnels, soit pour les femmes, soit pour les hommes.

Nom du métier, de la profession	Niveau de formation				Non traditionnel	
					Femmes	Hommes
	Diplôme d'études professionnelles (DEP)	Diplôme d'études collégiales (DEC technique)	Universitaire Baccalauréat	Hors du réseau scolaire formel		
Esthéticien, esthéticienne						
Opérateur, opératrice de pelle mécanique						
Technicien, technicienne en pharmacie						
Architecte de systèmes informatiques						
Policier, policière GRC						
Naturopathe Section : Endroits de formation						
Électricien, électricienne Section – Le programme d'études						
Orthothérapeute Section : Endroits de formation						

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 4 2026-04-13 2:57 PM

Agent, agente de bord Section : Les formations						
Responsable du support informatique aux usagers						
Pilote d'avion						

Réflexion sur l'exploration professionnelle en lien avec la diversification des choix

CE QUE JE RETIENS

À la suite de cette activité d'exploration professionnelle, choisis une profession qui n'est pas associée à ton genre. Explique ce qui t'intéresse ou ce qui ne t'intéresse pas de ce métier ou de cette profession.

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 5 2026-04-13 2:57 PM

Activité - Jeu d'association - Qui suis-je?

À la suite du survol des voies de formation menant à une diplomation au Québec, tu auras l'occasion de découvrir des professions qui exigent un diplôme d'études collégiales de niveau technique permettant d'obtenir une spécialisation au terme de trois années de formation.

Tu auras accès à différentes sources Web (variable selon les milieux : tablette personnelle ou ordinateur au laboratoire informatique ou projection sur un tableau blanc).

Dans un premier temps, tu devras associer le nom de l'une des cinq professions nommées ci-après (lettre correspondante) à chacune des descriptions.

Professions

A. Technicien, technicienne d'avionique

B. Technologue en génie civil

C. Inhalothérapeute

D. Technologue en échographie médicale

E. Technicien ambulancier paramédical/technicienne ambulancière paramédicale

Dans un deuxième temps, tu tenteras d'identifier si chacune des professions est considérée comme non traditionnelle, soit pour les femmes, soit pour les hommes.

A. Technicien, technicienne d'avionique

- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://www.ena.ca/ena/futurs-etudiants/programmes-d-etudes/techniques-davionique
- Vidéo : 2 min 45 s.
  https://www.inforoutefpt.org/formation-technique/diplome-etudes-collegiales/360#fres-sources
- Jeu d'association à compléter au fur et à mesure des sources consultées

Durée : **6 minutes**

B. Technologue en génie civil

- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://www.monemploi.com/formations/programmes/collegial-technique/techniques-physiques/genie-civil-technologie-du
- Vidéo : 1 min 14 s.
  https://www.youtube.com/watch?v=EAdHYGtlEd8
- Jeu d'association à compléter au fur et à mesure des sources consultées

Durée : **5 minutes**

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 6 2026-04-13 2:57 PM

C. Inhalothérapeute

- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://avenirensante.gouv.qc.ca/carrieres/inhalotherapeute
- Vidéo : 2 min 36 s.
  https://www.youtube.com/watch?v=6S8UP7kz4-Q
- Jeu d'association à compléter au fur et à mesure des sources consultées

Durée : **6 minutes**

D. Technologue en échographie médicale

- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://www.collegeahuntsic.qc.ca/programmes-dec/techniques/technologie-de-lechographie-medicale#description (section : Principales tâches)
- Lecture de la fiche descriptive : 1 minute
  https://www.inforoutefpt.org/formation-technique/diplome-etudes-collegiales/529#fmetierbref
- Vidéo : 2 min 17 s.
  https://maformationenvideo.ca/technologie-de-l-echographie-medicale-x98tm
- Jeu d'association à compléter au fur et à mesure des sources consultées

Durée : **7 minutes**

E. Technicien ambulancier paramédical/technicienne ambulancière

- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://avenirensante.gouv.qc.ca/carrieres/technicien-ambulancier-paramedic
- Lecture de la fiche descriptive : 3 minutes
  https://www.inforoutefpt.org/formation-technique/diplome-etudes-collegiales/566
- Jeu d'association à compléter au fur et à mesure des sources consultées

Durée : **6 minutes**

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 7 2026-04-13 2:57 PM

Qui suis-je?

Description	Qui suis-je ? (profession)	Métier non traditionnel	
		Femmes	Hommes
J'utilise des instruments d'arpentage pour faire des relevés de terrains.			
Mes principaux intérêts sont : les contrôles électriques des systèmes, la navigation, la communication, l'autopilote.			
Je révise des plans et des devis de bâtiments et de travaux publics.			
Je suis en mesure de procéder à des examens abdominaux, pelviens, obstétricaux et gynécologiques, cardiaques, musculosquelettiques, vasculaires et mammaires.			
Ces techniciennes et techniciens vérifient, inspectent, remplacent et réparent les systèmes de navigation, communication, autopilotage et autres.			
J'évalue et stabilise les patients dans le but de prévenir une détérioration de leur condition avant qu'ils ne reçoivent les soins médicaux appropriés.			
Je m'occupe des soins du système cardiorespiratoire.			
Ces techniciennes et techniciens peuvent entre autres travailler dans l'industrie de l'aérospatiale.			
Mes plus grands atouts sont : esprit d'analyse, adaptation face aux changements technologiques, dextérité et minutie, polyvalence, sens de l'observation, sens des responsabilités, bilinguisme (un atout).			
Dans le cadre de mon travail, j'aide les médecins et les radiologistes dans le suivi des grossesses ainsi que dans le diagnostic de différents problèmes de santé.			
Mes interventions sont réalisées dans divers contextes (médicaux, psychologiques, traumatiques, etc.) et pour tous les types de patients.			

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 8 2026-04-13 2:57 PM

Quelques-uns des domaines dans lesquels j'interviens : maritime, voirie, structures, ponts, tunnels, quais, bâtiments.			
Je travaille dans les différentes unités de soins d'un centre hospitalier : urgence, soins intensifs, néonatalogie, physiologie respiratoire, etc.			
Je participe à la conception de projets de construction dans divers champs d'activités de génie (environnemental, municipal, routier, géotechnique, etc.).			
Selon l'intervention, les examens et les soins prodigués peuvent varier : réanimation cardiorespiratoire, intubation, assistance respiratoire, administration de médicaments, immobilisation des patients traumatisés, contrôle des hémorragies, etc.			
J'assiste les anesthésistes en salle de chirurgie pour surveiller les fonctions vitales du patient et assurer le bon fonctionnement des appareils utilisés.			
Mes plus grands intérêts sont : le travail en contact avec le public, le travail en équipe avec des collègues ou d'autres professionnels, le travail physique ou la manipulation d'instruments.			

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 9 2026-04-13 2:57 PM

Réflexion sur la mixité en emploi

- Avantages : _____

- Défis : _____

- Autre aspect retenu : _____

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 10 2026-04-13 2:57 PM

Activité - Fiches d'enquête

Tu pourras découvrir des métiers qui sont considérés comme non traditionnels, soit pour les femmes, soit pour les hommes. Les métiers sélectionnés pour l'activité sont les suivants :

- **Éducatrice, éducateur à l'enfance** (métier non traditionnel pour les hommes)
- **Pompière, pompier** (métier non traditionnel pour les femmes)
- **Coiffeuse, coiffeur** (métier non traditionnel pour les hommes)
- **Charpentière-menuisière, charpentier-menuisier** (métier non traditionnel pour les femmes)

Dans le cadre de cette activité d'exploration, tu endosseras le rôle d'enquêteur ou d'enquêteuse.

- Tout d'abord, il est important de prendre connaissance des différentes rubriques de la fiche d'enquête afin de t'aider à cibler les informations à récolter lors de ton enquête.
- Ensuite, tu devras consulter un certain nombre de sources sur le Web ou celles-ci seront projetées sur l'écran. Tu devras noter les informations pour chacune des rubriques de la fiche.

Matériel pour l'investigation

- **Fiche d'enquête : éducatrice, éducateur à l'enfance**
  Sources à consulter par les élèves ou à projeter sur un tableau blanc :
  - Lecture de la fiche descriptive : 2 minutes
    https://www.inforoutefpt.org/formation-technique/diplome-etudes-collegiales/572#fmetierbref
  - Vidéo : 2 min 11 s. - Le quotidien d'une éducatrice à l'enfance
    https://www.youtube.com/watch?v=yGw3D_l1Waw

  Temps pour compléter la fiche : 4 minutes
  Durée totale : **8 minutes**

- **Fiche d'enquête : pompière, pompier**
  Sources à consulter par les élèves ou à projeter sur un tableau blanc :
  - Lecture de la fiche descriptive : 2 minutes
    https://www.inforoutefpt.org/formation-professionnelle/diplome-etudes-professionnelles/5322#fmetierbref
  - Vidéo : 3 min 22 s. – La caserne au féminin
    https://www.youtube.com/watch?v=RNVELvjuocI

  Temps pour compléter la fiche : 4 minutes
  Durée totale : **10 minutes**

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 11 2026-04-13 2:57 PM

- **Fiche d'enquête : coiffeuse, coiffeur**
  Sources à consulter par les élèves ou à projeter sur un tableau blanc :

  - Lecture de la fiche descriptive : 2 minutes
    https://www.inforoutefpt.org/formation-professionnelle/diplome-etudes-professionnelles/5245#fmetierbref
  - Vidéo : 2 min 54 s.
    https://maformationenvideo.ca/dep-coiffure-e6kk8

  Temps pour compléter la fiche : 4 minutes
  Durée totale : **9 minutes**

- **Fiche d'enquête : charpentière-menuisière, charpentier-menuisier**
  Sources à consulter par les élèves ou à projeter sur un tableau blanc :

  - Lecture de la fiche descriptive : 2 minutes
    https://www.inforoutefpt.org/formation-professionnelle/diplome-etudes-professionnelles/5319#fmetierbref
  - Vidéo : 1 min 14 s.
    https://www.youtube.com/watch?v=eselwKXu0Vc

  Temps pour compléter la fiche : 4 minutes
  Durée totale : **7 minutes**

- **Fiche d'enquête de ton choix**

  Si tu as accès à ta tablette personnelle ou à un laboratoire informatique, tu pourrais opter pour la section du site Explorer des métiers et des professions ci-après :

  https://www.quebec.ca/emploi/informer-metier-profession/explorer-metiers-professions

Consigne pour la sélection d'un métier ou d'une profession de ton choix :

- Cliquer sur *Plus de filtres*
- Choisir *Pour les hommes* OU *Pour les femmes*
- Indiquer le métier ou la profession retenu : _____

Durée totale : **10 minutes**

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 12 2026-04-13 2:57 PM

Fiche d'enquête

Éducatrice, éducateur à l'enfance

Nom du programme	Techniques d'éducation à l'enfance
Durée approximative (heures, mois ou année)	
Principales tâches et compétences	
Caractéristiques professionnelles (intérêts, aptitudes, qualités)	
Milieux de travail	
Clientèles desservies	
Option professionnelle envisagée pour ton futur	○ Oui ○ Non Explications :

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 13 2026-04-13 2:57 PM

Fiche d'enquête

Pompière, pompier

Nom du programme	DEP Intervention en sécurité incendie
Durée approximative (heures, mois ou année)	
Principales tâches et compétences	
Caractéristiques professionnelles (intérêts, aptitudes, qualités)	
Milieux de travail	
Clientèles desservies	
Option professionnelle envisagée pour ton futur	○ Oui ○ Non Explications :

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 14 2026-04-13 2:57 PM

Fiche d'enquête

Coiffeuse, coiffeur

Nom du programme	DEP Coiffure
Durée approximative (heures, mois ou année)	
Principales tâches et compétences	
Caractéristiques professionnelles (intérêts, aptitudes, qualités)	
Milieux de travail	
Clientèles desservies	
Option professionnelle envisagée pour ton futur	○ Oui ○ Non Explications :

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 15 2026-04-13 2:57 PM

Fiche d'enquête

Charpentière-menuisière, charpentier-menuisier

Nom du programme	DEP Charpenterie-menuiserie
Durée approximative (heures, mois ou année)	
Principales tâches et compétences	
Caractéristiques professionnelles (intérêts, aptitudes, qualités)	
Milieux de travail	
Clientèles desservies	
Option professionnelle envisagée pour ton futur	○ Oui ○ Non Explications :

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 16 2026-04-13 2:57 PM

Fiche d'enquête de ton choix

(nom du métier ou de la profession retenu) : _____

Nom du programme	
Durée approximative (heures, mois ou année)	
Principales tâches et compétences	
Caractéristiques professionnelles (intérêts, aptitudes, qualités)	
Milieux de travail	
Clientèles desservies	
Option professionnelle envisagée pour ton futur	○ Oui ○ Non Explications :

Act2-GuideEleve-OseExplorer-vF.indd 17 2026-04-13 2:57 PM


OSE!
explorer