

**1** Incoraggia tuo figlio a parlare quanto prima con il consulente di orientamento scolastico: ci sono vari percorsi, il VCE non è l'unica opzione.

**6** Aiuta tuo figlio a sviluppare buone abitudini di studio, facendo anche pause regolari.

**2** Prendi i libri di testo prima dell'inizio della scuola in modo che tuo figlio possa familiarizzare con gli argomenti.

**7** Una dieta equilibrata e abbondante riposo sono importanti.

**3** Assicurati di avere in casa un calendario con le date scolastiche importanti.

**8** Assicurati che tuo figlio sia a conoscenza del sostegno disponibile: il gruppo per la salute e il benessere della scuola, Kids Helpline, LifeLine, Headspace e Beyond Blue.

**4** Parla con tuo figlio di come sta andando a scuola e di eventuali preoccupazioni che possa avere: fagli sapere che sei lì per aiutarlo rispettando i suoi spazi.

**9** Se tuo figlio è preoccupato per lo studio o gli esami, mantieni la calma e ascolta le sue preoccupazioni.

**5** Incoraggia tuo figlio a partecipare ad attività extra scolastiche, come sport e musica.

**10** Incoraggia tuo figlio ad andare alle giornate di orientamento per università e TAFE. Non deve essere uno studente dell'anno 12 per prendervi parte.

Per ulteriori informazioni, consulta [www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school](http://www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school)