

# Les livres nous rendent

## PLUS HEUREUX

PAR ISABELLE PROVOST, MEMBRE DU  
CONSEIL D'ADMINISTRATION DE LA  
FONDATION POUR L'ALPHABÉTISATION



**Nous nous en doutions bien et, depuis quelques années, les données probantes\* le démontrent, la lecture de romans permet de garder le cerveau en santé, fait vivre plus longtemps, réduit le stress, rend heureux, améliore les relations avec les autres, est associée à un meilleur statut social et augmente la créativité.**

Il est aussi reconnu que la précocité du contact avec le langage écrit constitue le facteur clé de réussite scolaire et d'assiduité à la lecture. Autrement dit, plus un enfant est mis en contact tôt avec le livre, meilleur sera son rapport à la lecture tout au long de sa vie. Aimer lire aide à mieux réussir à l'école.

### Pourquoi s'en passer alors ?

Au Québec, le livre n'est malheureusement pas présent partout, et cette activité culturelle enrichissante est méconnue de plusieurs. C'est pour cette raison que le programme *La lecture en cadeau* de la Fondation pour l'alphabétisation illustre les bienfaits de la lecture de romans et vise ainsi à prévenir les difficultés de lecture et d'écriture susceptibles de mener au décrochage scolaire, puis à l'analphabétisme.

Chaque année, le grand public est invité à faire don d'un livre jeunesse neuf dans l'un des 286 points de collecte au Québec. Les livres recueillis sont ensuite distribués jusqu'au mois de mai de l'année suivante à des enfants de 0 à 12 ans qui vivent en milieux défavorisés. Il est également

possible de faire un don en argent ou d'organiser sa propre collecte de fonds.

La mission est claire, et plusieurs travaillent avec conviction pour permettre aux jeunes de découvrir les bienfaits de la lecture. Partout au Québec, des bénévoles dévoués et passionnés organisent des collectes de livres et de fonds, notamment en entreprise, des ventes de livres usagés, des marathons de lecture, etc.

### Vous souhaitez contribuer à votre façon ?

Consultez le site de *La lecture en cadeau* :

[www.fondationalphabetisation.org/nos-programmes/lecture-en-cadeau](http://www.fondationalphabetisation.org/nos-programmes/lecture-en-cadeau)

Ou encore, participez au marathon de lecture pour *La lecture en cadeau* :

[www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau](https://www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau)

N'oublions pas que garder le cerveau en santé, être moins stressé, être plus heureux, améliorer ses relations avec les autres, avoir un meilleur statut social et une belle créativité sont essentiels à notre fonctionnement au quotidien. ●

### FONDATION POUR L'ALPHABÉTISATION

Téléphone : 514 289-1178

Téléphone sans frais: 1 877 389-1178

[www.fondationalphabetisation.org](http://www.fondationalphabetisation.org)



\* *Bavishi, A., et autres, Social Science & Medicine, septembre 2016; Freidland, R.P., et autres, PNAS, mars 2001; Wilson, R.S., et autres, Neurology, juillet 2013; The Telegraph, mars 2009; Comer Kidd, D., et autres, Science, mars 2013; Ritchie, S.J., et autres, Psychological Science, juillet 2013; Ritchie, S.J., et autres, Learning Individual Differences, août 2013; Billington, J., et autres, University of Liverpool, 2016.*



## Le projet *Cuisi-mots* :

un exemple de collaboration entre organismes  
pour favoriser la réussite éducative

Par la Fondation pour l'alphabétisation

**« Badigeonner », ça veut dire quoi ? Et « 4 c. à thé », ça se lit comment et ça correspond à quelle mesure ? Cela peut paraître anodin et pourtant, il faut savoir lire pour bien manger.**

La Fondation pour l'alphabétisation a mis sur pied Cuisi-mots, un projet d'alphabétisation (ou littératie) familiale financé par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur\* et bénéficiant du soutien de La Tablee des chefs, de Ricardo Media, de l'Université du Québec à Montréal ainsi que de nombreux organismes à travers le Québec.

Il s'agit d'une série d'activités gratuites alliant cuisine et lecture. Les enfants du niveau primaire, avec leurs parents, sont invités à lire, comprendre, réaliser, goûter et ramener à la maison un total de six recettes. Le projet poursuit notamment l'objectif de faire vivre une expérience positive avec le livre pour sensibiliser les familles en milieux défavorisés à l'importance de lire au quotidien, tout en favorisant le développement d'habiletés parentales et les saines habitudes de vie.

## « SEUL, ON VA PLUS VITE, MAIS ENSEMBLE, ON VA PLUS LOIN »

Il n'est jamais évident de sortir de sa zone de confort et de s'engager dans des partenariats avec d'autres organisations aux missions différentes. Pourtant, ce projet est un exemple de collaboration entre des organisations variées (OBNL, entreprises privées, université) qui rassemblent leurs forces selon des valeurs communes afin de favoriser l'enrichissement collectif à plusieurs niveaux : La Tablée des chefs et Ricardo Média nous ont fait bénéficier de leur expertise en alimentation (gestion des denrées alimentaires, recrutement des chefs, recettes), le personnel de l'UQAM nous a fait profiter de sa connaissance pointue en éducation et en pédagogie, et les organismes sont ceux qui connaissent le mieux la réalité sur le terrain et ce qui convient à leurs familles. C'est grâce à eux, et avec eux, que le projet peut se déployer entre septembre 2018 et décembre 2019.



## DES ALLIÉS SUR LE TERRAIN À OUTILLER ET À ACCOMPAGNER

En effet, afin de rejoindre un grand nombre de familles, tant en milieux urbains, semi-urbains que ruraux, il était nécessaire de s'entourer de ceux qui les côtoient tous les jours. Le projet peut compter sur la mobilisation, la collaboration et l'intervention d'organismes partout au Québec, qui accueillent les ateliers, recrutent les familles et offrent le volet pédagogique. Cuisi-mots leur permet notamment de bonifier leur offre de service, de recruter de nouveaux usagers, de consolider leur bassin de familles, le tout à moindre coût.

En élaborant un concept clé-en-main, nous voulions nous assurer qu'il soit tout de même assez flexible pour que chaque organisme puisse se l'approprier et l'adapter. Du recrutement aux ingrédients, en passant par la dynamique d'animation, chaque organisme crée donc sa propre version des ateliers Cuisi-mots.

Une collaboration avec une cinquantaine d'organismes est prévue d'ici décembre 2019, œuvrant tant durant l'année scolaire qu'en été, période durant laquelle les enfants issus de milieux défavorisés sont d'autant moins exposés aux livres.

## LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE : L'ÉCOLE... ET LES AUTRES!

L'ensemble des experts du milieu s'entendent pour dire qu'il n'y a pas que l'école qui intervient dans le développement de la compétence à lire. La famille (et sa perception de la lecture) joue un rôle de premier plan. Ainsi, même si le projet bénéficie du soutien de partenaires locaux en éducation, il valorise avant tout la relation parent-enfant, le rôle du parent, l'apprentissage de l'enfant, avec en trame de fond, le plaisir de lire combiné au plaisir de cuisiner.

Réunir des organisations de milieux diversifiés a définitivement été une incroyable opportunité de création de projet, au profit des familles québécoises. ■

 Fondation pour  
l'alphabétisation

 Cuisi-mots  
Lire pour bien manger



\*Cette initiative s'inscrit dans le cadre de la Politique de la réussite éducative. Elle est en adéquation avec la stratégie relative aux services éducatifs offerts aux enfants de 0 à 8 ans – Tout pour nos enfants.

### Pour plus d'information :

- [www.cuisimots.org](http://www.cuisimots.org)
-  @fondationalphabetisation
-  @fondationalpha

# L'analphabétisation, un fléau économique *et social*

Myriam Désourdy, La Fondation pour l'alphabétisation





À l'ère des médias sociaux et de la société du savoir, il peut être difficile de croire que près d'un Québécois sur cinq est analphabète. Pourtant, encore aujourd'hui, plus de 50 % des Québécois âgés de 16 à 65 ans ont de la difficulté à lire en vue d'apprendre, de comprendre, d'agir ou d'intervenir en toute autonomie.

Les enjeux de l'analphabétisme sont évidemment nombreux et dommageables à plusieurs égards. En plus d'affecter directement le quotidien des personnes analphabètes et, dans plusieurs cas, d'hypothéquer leur avenir, ce fléau affecte la société tant au plan social qu'économique. Les conséquences pour les individus sont bien connues : capacité limitée à obtenir et comprendre de l'information essentielle, revenus inférieurs, emplois de piètre qualité, accessibilité restreinte à la formation continue ou au perfectionnement professionnel et précarité financière. Statistiquement, le taux de chômage est deux à quatre fois plus élevé chez les personnes peu scolarisées que parmi celles qui détiennent un diplôme universitaire. Une personne qui ne peut comprendre un simple article de journal pourra difficilement s'investir pleinement dans sa communauté et sa démarche citoyenne sera également limitée. L'alphabetisation permet une meilleure accessibilité au marché du travail et participe à son épanouissement en tant que citoyen; ces outils sont essentiels au développement et à la croissance du capital humain et surtout à l'exercice de la démocratie de notre société.

D'autre part, des études démontrent que l'analphabétisme entraîne également un lot d'enjeux

affectant particulièrement la santé physique et mentale des personnes analphabètes. Ces dernières subissent généralement plus d'accidents sur leur lieu de travail, mettent plus de temps à se rétablir et sont souvent plus enclines à faire mauvais usage de médicaments par méconnaissance des ressources disponibles et parce qu'elles ont de la difficulté à lire et à comprendre l'information inhérente à leur condition.

À travers tous les cycles de la vie, l'alphabetisation est primordiale. Qu'il s'agisse de faire la lecture aux tout-petits, de la promouvoir auprès des enfants, de créer des activités de lecture et d'écriture chez les adolescents ou encore d'offrir des ressources de mise à niveau pour les adultes, la lecture et l'écriture composent la clef de voûte de notre société.

Malheureusement, il est aussi démontré que les personnes analphabètes valorisent peu l'éducation ou la lecture en famille, ce qui entraîne souvent la transmission intergénérationnelle de l'analphabétisme. C'est

**Qu'il s'agisse de faire la lecture aux tout-petits, de la promouvoir auprès des enfants, de créer des activités de lecture et d'écriture chez les adolescents ou encore d'offrir des ressources de mise à niveau pour les adultes, la lecture et l'écriture composent la clef de voûte de notre société.**

pourquoi plusieurs programmes, tel que *La lecture en cadeau*, visent à améliorer les compétences en lecture et en écriture de tous les membres de la famille, parents et enfants. Lire ou accompagner son enfant tout au long de sa scolarité donne souvent des résultats satisfaisants. Il faut savoir que l'alphabetisation commence dès la naissance, alors que les enfants font leurs premières expériences avec les mots, notamment par mimétisme de leurs parents. La façon d'agir avec nos enfants est donc primordiale pour le développement de leurs capacités de lecture et d'écriture : il suffit simple-

ment de prendre un moment pour lire avec eux, discuter, ou simplement de faire un dessin en leur compagnie.

Comment rompre le cycle de l'analphabétisme ? Nous devons conjuguer nos efforts pour ensemble vaincre l'analphabétisme et ses répercussions. Plusieurs pistes sont envisageables : la formation de base en entreprise, le transfert des connaissances (entre les travailleurs à l'aube de la retraite et les employés de tous âges), le travail auprès des familles afin de prévenir le décrochage scolaire et l'analphabétisme, ou encore, donner davantage aux jeunes provenant de milieux défavorisés les moyens d'étudier. En assurant la participation des organismes communautaires, des entreprises, des gouvernements et surtout des individus, il est possible de renverser la situation. Ensemble, un livre à la fois. ■

 **Fondation pour l'alphabetisation**  
Des mots d'espoir



Pour s'abonner :  
[www.fondationalphabetisation.org](http://www.fondationalphabetisation.org)

À votre service



*Lire et écrire  
permet*  
**la liberté**

Par la Fondation pour l'alphabétisation

Au Québec, une personne sur cinq est susceptible de se retrouver dans une situation où elle éprouvera de grandes difficultés à lire et à utiliser l'écrit (PEICA, 2013). En plus d'affecter cette personne dans son quotidien et de souvent hypothéquer son avenir, ce fléau affecte la société de façon importante, tant au plan social qu'au plan économique.

## Causes

Plusieurs facteurs sont à l'origine de ces grandes difficultés de lecture. D'abord, la faible scolarisation des parents peut créer un milieu familial dépourvu de stimulation quant à l'importance de la lecture et de l'écriture. Il y a également la pauvreté et les conditions de vie précaires du milieu familial qui peuvent engendrer des difficultés scolaires pour l'enfant. L'échec et le décrochage scolaire est souvent le résultat d'un manque d'encadrement, d'appui, de ressources, mais aussi parfois d'un trouble d'apprentissage (dyslexie, dysorthographe, etc.) qui ralentit considérablement la progression de l'élève dans sa formation. Certains choisiront donc d'intégrer le marché du travail plutôt que de rester dans ce milieu qui leur cause plus de souffrances que d'apprentissages. Imaginez-vous l'impact que cela a sur leur vie ?

## Impacts

Ces personnes n'arriveront pas à lire et à comprendre leurs factures, leurs contrats de travail ou leurs prescriptions du médecin. Ils s'orientent difficilement dans un quartier qu'ils ne connaissent pas, n'arrivant pas à lire correctement les noms des rues ou la carte du métro. Malheureusement, il sera laborieux pour eux d'avoir accès à un emploi de qualité et auront un revenu inférieur, les laissant dans une situation financière précaire. Un sentiment de honte ou de faible estime de soi peut les mener à l'isolement.

L'impact dépasse l'individu : la difficulté à lire et à écrire mène à l'écart ces gens qui ne comprennent pas les enjeux de société et qui ne voient donc pas l'intérêt de s'engager et de participer à la communauté. Ils ne peuvent joindre leurs voix au discours social et politique de la majorité. De plus, nous ne pouvons nier l'impact économique d'avoir autant de gens en situation précaire au niveau social, individuel et intellectuel : si nous augmentions de 1 % le taux de littératie au Canada, nous verrions un ajout de 32 milliards de dollars au PIB national (Statistiques Canada, 2004).

## Ressources

Il y a des ressources pour les adultes qui désirent faire un retour à l'école. Les lignes téléphoniques Info-Alpha (1 800 361-9142) et Info Apprendre (1 888 488-3888) de la Fondation pour l'alphabétisation existent pour aider tous ceux qui ont besoin d'aide dans leurs démarches de retour aux études. Des intervenants sont disponibles pour écouter et répondre aux questions, gratuitement,

**L'impact dépasse l'individu : la difficulté à lire et à écrire mène à l'écart ces gens qui ne comprennent pas les enjeux de société et qui ne voient donc pas l'intérêt de s'engager et de participer à la communauté.**

concernant une formation recherchée (tous les niveaux : alphabétisation, présecondaire, secondaire, collégial, professionnel, universitaire), les procédures d'inscription, les possibilités d'aide financière ou autres. Les intervenants référeront les appelants à des organismes communautaires, à des centres d'éducation aux adultes ou à des institutions répondant à leurs besoins.

Ayant la mission de soutenir les adultes et les enfants afin d'assurer le développement de leurs capacités à lire et à écrire pour qu'ils puissent participer pleinement à la société, la Fondation pour l'alphabétisation offre des services et des programmes pour tous :

## Pour les adultes...

En plus du service de référence (Info-Alpha et Info Apprendre), elle offre, en collaboration avec la Fondation Desjardins, un concours de bourses Je ne lâche pas, je gagne !, qui souligne la persévérance et la détermination d'adultes ayant réussi une démarche d'alphabétisation ou de formation de base. Ce sont cinq bourses de 1000 \$ chacune disponibles pour tout adulte de 16 ans et plus et ce, partout au Québec.

## Pour les enfants...

La Fondation pour l'alphabétisation a également un programme pour les enfants de 0 à 12 ans, La lecture en cadeau, qui permet à des milliers de jeunes de milieux défavorisés de recevoir un livre neuf. Sans l'accès à des livres, il est difficile de développer le goût de la lecture et d'apprendre à aimer lire et écrire. La lecture étant souvent garante de la réussite à l'école, il est important que chacun ait accès au monde infini des mots ! ■



# Lire des kilomètres de mots :

## Le marathon de lecture au profit de *La lecture en cadeau*.

Par Isabelle Provost

Selon les résultats de l'Enquête internationale sur l'alphabétisation et les compétences des adultes (EIACA), **49 %** des Québécois âgés de 16 à 65 ans avait des difficultés en lecture.

La faible scolarisation des parents, l'absence de livres à la maison et le manque de stimulation quant à l'importance de la lecture, l'échec et le décrochage scolaire, les conditions de vie difficiles et la pauvreté ainsi que les troubles d'apprentissage sont parmi les causes les plus fréquentes de l'analphabétisme chez l'adulte.

Attentive aux causes de l'analphabétisme, la Fondation pour l'alphabétisation a créé en 1999 le programme *La lecture en cadeau*. Cette initiative, adressée aux enfants de 0 à 12 ans qui vivent en milieux défavorisés aux quatre coins du Québec, vise à prévenir les difficultés de lecture et d'écriture susceptibles de mener au décrochage scolaire, puis à l'analphabétisme.

Afin de collaborer au succès de ce programme, une dizaine de marathoniens de lecture participent au Marathon de lecture au profit de *La lecture en cadeau* du 25 juin au 25 août de chaque année en lisant un minimum de six livres pour amasser des dons en argent et/ou des livres neufs pour les enfants de 0 à 12 ans.

Au cours des quatre dernières années, plus de 500 livres ont été lus, plus de 3500 \$ et 200 livres neufs ont été amassés dans le cadre de ce marathon.

Vous, vos enfants, vos amis aimeriez devenir marathoniens de lecture? C'est très simple :

1. Aimez la page Facebook : [www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau](http://www.facebook.com/MarathonDeLectureLaLectureEnCadeau)
2. L'inscription aura lieu en juin 2016 et tous les détails de participation seront alors disponibles.
3. Une fois inscrit :
  - a. Lisez au minimum 6 livres du 25 juin au 25 août.
  - b. Amassez des dons en argent et/ou en livres neufs pour les enfants de 0 à 12 ans.
  - c. Partagez des résumés courts ou des critiques de vos lectures afin d'encourager l'échange entre les participants et les observateurs de la page.

Nous espérons vous compter parmi nous en 2016 et ainsi permettre à encore plus d'enfants de lire pour devenir des adultes libres et capables de réfléchir. ■

**Pour nous rejoindre :**  
FONDATION POUR L'ALPHABÉTISATION  
[www.fondationalphabetisation.org](http://www.fondationalphabetisation.org)

