

# Info Écrimots

Richmond

Savoir lire, écrire et compter *C'est profiter de la vie et être autonome!*

Vol. 1, N° 4, Décembre 2008

## Bonne année... et surtout la santé!

Par le passé, au Nouvel An, on souhaitait à la famille et aux amis *Et le paradis à la fin de vos jours!* Aujourd'hui, c'est la santé que l'on se souhaite avant tout!

### Analphabétisme et santé

Cependant, la santé n'est pas un «bien» également réparti. Des recherches démontrent que les personnes peu alphabétisées présentent un état de santé inférieur au reste de la population. Selon le Groupe d'experts de l'Association Canadienne de Santé Publique (2008), la majorité des Canadiens adultes n'ont pas les compétences nécessaires pour comprendre l'information sanitaire dont ils ont besoin au quotidien. Les résultats de l'Enquête internationale sur l'alphabétisation et les compétences des adultes (2003) indiquent que les adultes québécois ayant de très faibles compétences en compréhension de textes déclarent davantage un état de santé médiocre que ceux ayant un niveau souhaitable de compétences.

### Liens directs

Nous savons que les personnes qui ne lisent pas bien ont de la difficulté à trouver et à comprendre l'information sur la santé. Trop souvent, les livres et des dépliants sur la santé sont écrits pour les plus instruits.

Ces personnes font également plus d'erreurs en prenant ou en donnant des médicaments (ex. une personne âgée confond vitamines et médicaments, un parent nourrit son bébé de lait concentré sans y ajouter d'eau ou donne trois fois la dose quotidienne d'un antibiotique à son enfant de 2 ans). Elles ne respectent pas toujours les instructions du médecin, de l'infirmière ou du pharmacien (ex. difficulté à trouver les aliments adéquats dans une épicerie pour suivre un régime spécifique ou mauvaise préparation à une intervention chirurgicale).

Elles ont également plus d'accidents de travail (ex. un travailleur se blesse en maniant des substances chimiques, malgré les avertissements écrits sur l'étiquette).

### Liens indirects

Les personnes qui ont des problèmes de lecture ont plus tendance à avoir des habitudes qui peuvent mener à des problèmes de santé. Par exemple, elles ne font pas régulièrement d'activités physiques, fument davantage, mangent moins bien et ont des emplois plus dangereux.

### Droit à la santé

Les personnes moins lettrées ont aussi le droit d'être en bonne santé et de vivre en sécurité. Elles ont droit à une bonne information et à des services adéquats. Parmi les actions pour y arriver, le Ministère de l'éducation, du loisir et du sport (2007) soulignait récemment l'urgence d'établir des partenariats avec les milieux de la santé sur le plan local, régional et national.

## Des stratégies variées pour le personnel de la santé

- ✓ Avoir des indices pour reconnaître une personne analphabète (voir **Info Écrimots**, vol 1);
- ✓ Faire des tests pour assurer la compréhension des documents écrits;
- ✓ Imprimer l'information en gros caractères;
- ✓ Privilégier une présentation «conviviale» avec des images et des espaces blancs;
- ✓ Demander à des personnes qui ne savent pas bien lire d'aider à la préparation des documents;
- ✓ Utiliser des images, des symboles et du matériel audiovisuel pour transmettre des renseignements et des instructions en santé;
- ✓ Utiliser des stratégies novatrices (ex. indiquer sur le dessin d'une horloge, l'heure à laquelle le patient doit prendre son médicament);
- ✓ demander aux patients de répéter vos explications et instructions afin de vérifier s'ils ont bien compris;
- ✓ Utiliser des entretiens particuliers, ou des démonstrations et séances à l'intention de petits groupes.

Tiré de *Projet alphabétisation et santé : Première étape. Rendre le milieu plus sain et sans danger pour les personnes qui ne savent pas lire.* L'Association pour la santé publique de l'Ontario et Collège Frontier. 1989

## Des activités de groupe pour Écrivots

Présentement, 8 jumelages sont en cours par rapport à 7 en juin dernier. Le Comité Écrivots croit en la pertinence de cette stratégie pour garantir le succès d'une démarche d'alphabétisation. Cependant, derrière chaque nouveau jumelage, il y a une personne qui doit prendre conscience de ses difficultés et être motivée à améliorer sa situation, ce qui n'est pas une démarche aisée à réaliser...

Pour faire connaître nos services et «démystifier» les problèmes en alphabétisation, le Comité proposera des activités de groupe ponctuelles permettant aux personnes de se familiariser avec la lecture et l'écriture tout en faisant une activité agréable. Une première activité ayant pour thème la fabrication de cartes de Noël et la rédaction de souhaits personnels se tiendra en décembre au Café Communautaire. D'autres activités seront annoncées bientôt! À suivre!

## Le coin cadeaux...

### Écrivots reçoit un cadeau en bois...

En septembre dernier, dans le cadre du projet «Bois et petits bonheurs», le Comité Écrivots a reçu d'une participante un **pupitre d'école** tout rénové et joliment gravé des lettres de l'alphabet. Parrainé par la Commission des Loisirs de Richmond et les Carrefours Jeunesse Emploi des comtés de Richmond et Johnson, ce projet avait pour objectif l'intégration sociale et professionnelle de 8 jeunes femmes âgées entre 16 et 30 ans par le biais d'activités d'ébénisterie. Nous les remercions chaleureusement de reconnaître, par ce cadeau, l'importance d'activités d'alphabétisation dans notre communauté.

Le **pupitre d'école** a maintenant sa place au Café Communautaire de Richmond. Il est rempli de livres mis à la disposition des visiteurs. Durant les prochains mois, on y retrouve des livres destinés aux parents désirant lire des histoires avec leur enfant.

### Grand merci aux partenaires

Écrivots a reçu une subvention de 500\$ de la Ville de Richmond pour 2008-2009. Près des deux tiers sont versés en services de photocopie et d'impression de documents promotionnels et pédagogiques. Le Cep de l'Estrie nous a également offert un ordinateur plus performant pour réaliser nos activités de gestion.

C'est l'addition de tous les coups de pouce, aussi diversifiés soient-ils, des partenaires de la communauté, qui vont permettre à Écrivots de poursuivre ses activités à moyen terme.

### Écrivots a demandé au Père Noël...

Une table et une chaise de travail et un paravent pour créer un lieu plus intime pour les activités de jumelages. Si vous avez ces articles de mobilier en trop, nous ferons appel aux lutins du Père Noël pour aller les chercher... Merci à l'avance!

## Des gestes qui comptent!

Voici de petits gestes qui font la différence lorsqu'ils sont accomplis par plusieurs.

- ✓ Faire parvenir ce bulletin à vos collègues qui oeuvrent en santé;
- ✓ Relire les stratégies tirées de l'encadré en page 1;
- ✓ Parler d'Écrivots à votre clientèle et leur fournir le numéro de téléphone du Centre de Bénévolat de Richmond (**819-826-6166**);
- ✓ Offrir un livre en cadeau de Noël, particulièrement aux plus jeunes;
- ✓ Contribuer à remplir le **pupitre d'école** en nous faisant parvenir vos livres usagés au 421, rue Principale Nord à Richmond.

**Le Comité Écrivots de Richmond vous souhaite une très belle période des Fêtes et surtout la santé!**

## Pour nous rejoindre...



Richmond

Pour nous rejoindre et avoir plus d'informations sur l'alphabétisation et le comité Écrivots, vous n'avez qu'à nous écrire à l'adresse courriel : [ecrimots@le-rivage.org](mailto:ecrimots@le-rivage.org)