

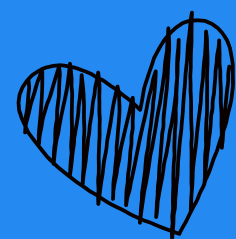
À GO, ON LIT!

SAGUENAY LAC-SAINT-JEAN

Les bienfaits de lire

À GO, ON S'ENRICHIT AVEC LES BONIS DE LECTURE!

LISTE DES 40 BIENFAITS/ BONIS DE LECTURE

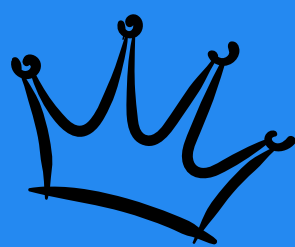


La lecture est bien plus qu'un simple passe-temps, elle joue un rôle fondamental dans la vie humaine, offrant bien plus que du divertissement. Elle est une aventure passionnante qui nous permet de découvrir de nouveaux mondes et d'apprendre plein de choses. Quand on lit un livre, on voyage à travers des histoires intéressantes et on rencontre des idées et des personnages fascinants. Lire, c'est aussi un excellent moyen de se détendre et de s'évader un peu de la routine quotidienne.

Chaque livre ouvert est une chance de s'amuser, d'apprendre et d'enrichir notre imagination. Tu doutes encore? Voici une liste de tous les bienfaits ou les bonis que la lecture t'apportera!



1. La réussite scolaire
2. Le développement de la langue
3. Le sentiment d'appartenance
4. Le développement cognitif
5. Briser l'isolement
6. La confiance en soi
7. La connexion
8. La santé physique
9. La santé mentale
10. La gestion des émotions
11. Le développement personnel
12. Les bons choix de vie
13. Le mode de vie sain
14. La gestion du stress
15. Le rire
16. L'engagement social
17. L'inspiration
18. La vision
19. L'employabilité
20. La prospérité



21. Les connaissances
22. La communication
23. Les compétences
24. L'éducation
25. La créativité
26. La résolution de problème
27. La liberté politique
28. L'opinion publique
29. Les différentes perspectives
30. La liberté d'expression
31. L'information de qualité
32. Les relations humaines
33. La gentillesse
34. L'empathie
35. L'intelligence émotionnelle
36. La gestion de conflit
37. La tolérance
38. La diversité
39. L'inclusion
40. Le plaisir