

Mosaïque

Ce bulletin est une mosaïque, il rassemble des opinions et des idées différentes.

Numéro 7
Printemps 2004

Mot du comité des personnes apprenantes de la Fédération canadienne pour l'alphabétisation en français (FCAF)

Nous sommes très heureux de vous présenter ce septième numéro de notre bulletin. Vous avez sûrement remarqué que le nom du bulletin a changé. Il s'appelle maintenant Mosaïque. Félicitations à Madame Diane Richard du Nouveau-Brunswick. Cette personne apprenante est la gagnante du concours pour trouver un nouveau nom au bulletin. Elle étudie au centre d'alphabétisation d'Acadie Siding. Nous avons reçu 93 suggestions de noms. Merci à tous les participants. De plus, trois personnes apprenantes nous ont aussi demandé de publier leur texte dans ce numéro. Merci à ces personnes apprenantes. Nous encourageons d'autres lecteurs et lectrices à faire de même.

Une grande partie de ce bulletin parle des liens qui existent entre la santé et l'alphabétisation. Des recherches démontrent que les personnes qui ont de la difficulté à lire ont souvent tendance à avoir des problèmes de santé. Les recherches nous indiquent aussi que les personnes peu alphabétisées sont en moins bonne santé que les personnes qui savent bien lire.

En octobre 2004, la deuxième Conférence sur l'alphabétisation et la santé aura lieu à Ottawa. Carole Blouin, représentante des personnes apprenantes, fait partie du comité de programmation de la conférence. Carole conseille l'Association de la santé publique sur les meilleures façons d'encourager les personnes apprenantes à participer à cette conférence.

Nous espérons que vous aurez autant de plaisir à lire ce numéro du bulletin que nous avons eu à le préparer pour vous. Bonne lecture!

Le comité des personnes apprenantes

Le comité des personnes apprenantes de la FCAF se compose des membres suivants :



Carole Blouin, représentante de l'Ontario
Anne-Marie D'Entremont, représentante sortante de l'Atlantique
Lisette Arsenault, représentante de l'Atlantique
Cédric Noudijmaye, représentant du Québec
Raymond Roy, représentant de l'Ouest et du Nord (absent de la photo)

Le Printemps des lettres :

un cahier de 355 lettres écrites à Daniel Lavoie

Au cours de l'hiver 2004, 355 personnes apprenantes ont écrit à Daniel Lavoie, porte-parole de la Fédération canadienne pour l'alphabétisation en français (FCAF). Chaque lettre montre que les personnes apprenantes ont appris à lire et à écrire.

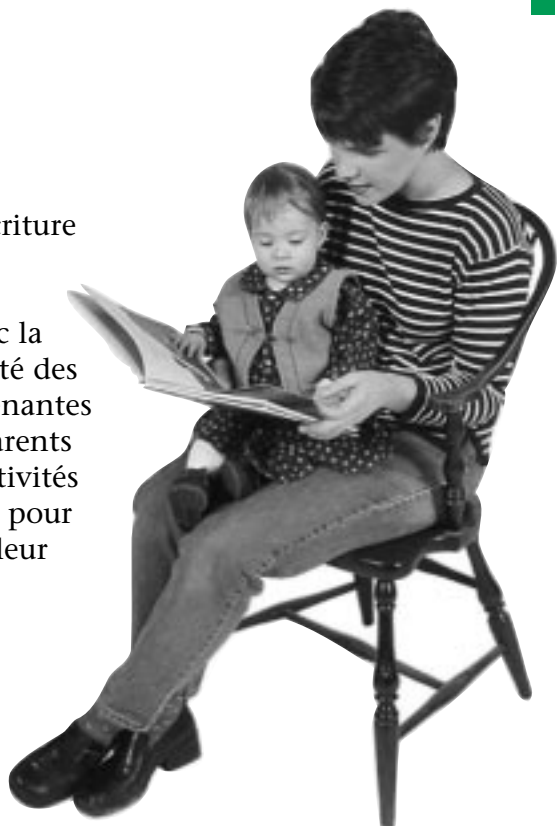
La Fédération fera un cahier avec les 355 lettres. Elle enverra le cahier à chaque participant et participante et à chaque centre d'éducation des adultes et groupe d'alphabétisation.



La Fédération vous invite à vous renseigner sur cette activité auprès des responsables de votre centre d'alphabétisation.

Le coin des parents

L'aventure de la lecture et de l'écriture du petit enfant commence dans la famille et avec la famille. Le comité des personnes apprenantes encourage les parents à profiter des activités de tous les jours pour apprendre avec leur enfant.



Activité parent-enfant

Si vous récitez des comptines avec vos enfants, vous développez leur langage, leur mémoire, leur écoute et leur rythme. Voici des activités à faire avec votre enfant :

- Réciter et mimer des comptines.
- Inventer de nouvelles comptines.
- Écrire une comptine sur une feuille de papier.
- Lui demander de faire un dessin sur une comptine.

Exemple de comptine :

*Vole, vole papillon
sur le toit de ma maison.
Danse, danse un rigodon
sur les notes du violon.*

Inspiré du modèle d'alphabétisation familiale « Grandir avec mon enfant », parrainé par Éduuk, organisme de St-Paul, en Alberta.

Saviez-vous que...

...

Saviez-vous que les personnes peu alphabétisées sont **moins** portées :

- à lire et à comprendre les avertissements sur la sécurité;
- à donner des soins de prévention, comme à s'examiner les seins;
- à faire de l'activité physique régulièrement;
- à allaiter leurs enfants;
- à se plaindre par écrit ou à soutenir la santé;
- à utiliser la ceinture de sécurité;
- à consulter les documents qui parlent de la santé (dépliants, brochures, etc.)?

...

Saviez-vous que les personnes peu alphabétisées sont **plus** portées :

- à être stressées;
- à mal utiliser les services de santé;
- à attendre d'être très malades pour voir un médecin;
- à avoir une mauvaise alimentation;
- à prendre de mauvaises habitudes, comme fumer;
- à se tromper de médicament, à prendre la mauvaise quantité de médicament ou à se tromper en donnant des médicaments à leurs enfants;
- à accepter des traitements médicaux sans se renseigner?

Inspiré du document *Santé et alphabétisation : Quels sont les liens?* traduction de *Health & Literacy, How Do They relate, Promoting Wellness In Your Community*

L'alphabétisation, clé de l'avenir

Le droit de l'être humain

J'avais 13 ans quand j'ai quitté l'école. J'ai commencé à travailler dans une boucherie. Je gagnais bien ma vie pour ce temps-là. J'avais une voiture et j'étais indépendante.

En 1992, je suis tombée malade, rhumatisme inflammatoire, je ne pouvais plus faire mon travail. C'est à ce moment que je me suis mise à descendre de plus en plus bas, tellement que j'avais honte de moi. Comme je ne savais pas trop lire et écrire, j'allais faire quoi comme travail? Il n'y avait rien pour moi, surtout que ma santé empirait toujours. Je me suis sentie misérable. J'ai dû aller sur le bien-être social. J'avais perdu toute mon indépendance et surtout ma dignité. Pendant toute une année je me suis cachée dans ma chambre et un soir j'ai pensé au suicide.

Dieu a mis sur mon chemin une personne, une formatrice en alphabétisation, qui m'a parlé des classes d'alphabétisation, cette personne a discuté beaucoup avec moi de ce que cela pourrait apporter dans ma vie. Pendant une semaine j'y ai pensé beaucoup. Je me suis dit « il faut que je fasse quelque chose de moi ». J'ai décidé de m'inscrire à l'école d'alphabétisation. C'est là que j'ai appris à lire et écrire et à aimer les mathématiques. Au début, je ne pouvais même pas tenir un crayon entre mes doigts, quand j'avais fini ma journée j'étais tellement fatiguée que j'allais me coucher, ça demandait beaucoup d'énergie pour moi.

Je suis contente d'avoir appris à lire et à écrire, mais surtout aujourd'hui je peux me débrouiller toute seule quand je vais à l'hôpital ou chez un médecin, avant je ne pouvais pas faire ça toute seule. J'ai aussi appris à avoir confiance en moi. Les formatrices m'ont appris à être une personne comme les autres et à accepter ma maladie. Elles ont travaillé et donné beaucoup de leur temps pour nous. L'école commençait à 9 h et finissait à 4 h, mais souvent elles étaient encore là à

4 h 30 ou à 5 h avec nous autres à discuter. Elles étaient toujours disponibles pour nous. Aussi, comme je prends beaucoup de médicaments, il y a des fois où je tombe endormie sur ma table pour quelques minutes, elles me permettent de le faire et les autres apprenants aussi respectent ça et prennent bien soin de moi.

Mon médecin m'a dit que d'aller à l'école m'aidait beaucoup à supporter ma maladie. Quand j'occupe mon cerveau à faire du français ou de la mathématique, il oublie de me dire que j'ai mal, car les rhumatismes c'est ça, ton cerveau passe son temps à te dire que t'as mal. Si je n'avais pas été dans une classe d'alphabétisation, je serais probablement dans un lit ou une chaise roulante ou peut-être plus là du tout.

J'ai aussi appris à avoir confiance et à m'impliquer dans la communauté, ce que je ne faisais pas avant. Je fais du bénévolat et j'aime ça. Je peux aussi aider de mes amis(es) maintenant. Je peux les écouter moi aussi, ce que je ne savais pas faire avant, cela me valorise beaucoup.

Avant, même quand je travaillais, je ne pouvais pas m'occuper de mes affaires toute seule, je ne savais pas lire assez pour ça. Maintenant, même si je suis plus démunie, je m'occupe de mes affaires toute seule et quand je dois aller à l'hôpital ou chez le médecin je peux remplir les formulaires moi-même et c'est une grande liberté que de ne pas toujours demander l'aide des autres.

L'alphabétisation m'a donné la confiance, ma dignité et surtout mon indépendance à nouveau, mais dans un autre sens, car même si je ne peux plus travailler, je me sens beaucoup mieux à l'intérieur de moi et avec les autres.

Merci à Réjeanne et Linda et à l'alphabétisation. Continuez à faire votre beau travail.

Germaine Cormier,
apprenante de Paquetville, au Nouveau-Brunswick



Maintenir le cap

l'alphabétisation et la santé; première décennie

Quand ? Du 17 au 19 octobre, 2004

Où ? Ottawa, Ontario

Pourquoi ? Pour discuter de ce qui se fait pour améliorer la santé des Canadiens qui ont de la difficulté à lire et à écrire

Parlez de votre santé

Vous avez déjà écrit des poèmes, des histoires qui parlent de votre santé ? L'Association canadienne de santé publique (ACSP) aimerait les exposer à la Galerie Apprenez par le vécu des personnes apprenantes.

Ce que vous allez envoyer sera affiché à deux endroits :

- à la galerie pendant la Deuxième Conférence canadienne sur l'alphabétisation et la santé, du 17 au 19 octobre à Ottawa;
- dans notre site Internet – avant et après la conférence : www.cpha.ca/literacyandhealth

Un certificat d'appréciation sera envoyé à tous les contributeurs

Vous pouvez écrire ou illustrer une histoire sur votre santé ou sur vos expériences avec les services de santé :

Comment mes difficultés à lire et à écrire touchent à ma santé ?

Exemples de situation :

- Vous voulez garder une bonne santé pour vous et votre famille. Vous vivez avec un problème de santé comme : le diabète, les problèmes cardiaques, la dépression, le stress
- Vous voulez trouver de l'information sur la santé pour vous, pour un membre de votre famille ou pour un ami
- Vous allez voir le médecin ou le dentiste; ou vous allez à la clinique pour faire des tests
- Vous allez à la pharmacie, vous devez lire les étiquettes ou parler au pharmacien
- Vous êtes un patient à l'hôpital

Indiquez votre nom et adresse sauf si vous préférez ne pas vous identifier.

Envoyez vos histoires, vos poèmes ou vos images à :

Apprenez par le vécu des personnes apprenantes

Deuxième conférence canadienne sur l'alphabétisation et la santé Association canadienne de santé publique
1565, avenue Carling, suite 400, Ottawa, ON K1Z 8R1

☎ 613-725-3769 ☎ 613-725-9826

Courriel : literacyandhealth_conf@cpha.ca

Internet: www.cpha.ca/literacyandhealth



Les apprenants s'engagent dans la conférence

- Ils font partie du comité de planification
- Ils envoient des histoires, de l'art et des poèmes pour la Galerie Apprenez par le vécu des personnes apprenantes
- Ils aident à présenter un atelier sur les projets d'alphabétisation et/ou de santé
- Ils vont à la conférence



Programme national sur l'alphabétisation et la santé
Association canadienne de santé publique



Êtes-vous à court d'idées?

Toute personne a le droit de comprendre et d'être comprise pour sa santé et son bien-être.

Comprendre et être compris peut aider à se garder en santé et à être bien dans sa peau. Toute personne a le droit de comprendre et d'être comprise.

Lorsque vous avez affaire à une personne du domaine de la santé, vous devez vous dire : « J'ai de la difficulté à lire et à écrire. La personne devant moi doit me respecter. Je lui demande :

- de parler lentement;
- d'utiliser des mots plus simples et de répéter;
- de me faire un dessin ou de me montrer une image pour m'aider à comprendre;
- de m'écrire de façon simple ce qui est important à comprendre;
- de m'expliquer ce que je dois faire;
- de m'expliquer comment utiliser le produit ou le médicament;
- de m'aider dans ce que j'ai à faire après la visite;
- de me fournir de l'information en français.

Après tout, il s'agit de ma santé et de mon bien-être! »

De plus, toute personne qui donne des services de santé a la responsabilité de répondre aux besoins de la personne qui a de la difficulté à lire et à écrire.

Inspiré d'un outil de sensibilisation développé par Éduk, organisme albertain.

Coin de lecture

Le **Poids** santé chez l'enfant

Savais-tu?

Le taux d'enfants obèses a doublé au Canada depuis 1981. L'obésité peut dépendre d'un facteur génétique mais elle peut dépendre aussi des habitudes alimentaires et du mode de vie familial.

- 37 % des enfants de 2 à 11 ans font de l'embonpoint
- 18 % des enfants de 2 à 11 ans sont considérés obèses
- environ 40 % des jeunes de 12-13 ans ne font pas d'activités physiques
- 60 % des ados de 15-16 ans ne font pas d'activités physiques

(Source : Statistiques Canada, 1999.)

De plus, un enfant obèse

- risque de devenir un adulte obèse;
- cache souvent un problème émotionnel;
- possède une faible estime de soi ce qui l'amène à se suralimenter;
- fait parfois face à des moqueries humiliantes;
- a souvent de la difficulté à pratiquer des activités et à se motiver à les faire.

Quelques ressources à consulter

- Assistance parents : parentsinfo.sympatico.ca
 - Familles d'aujourd'hui : famillesdaujourd'hui.com
- (Sites vérifiés à la date d'impression : mai 2004)



COMMANDES

1-888-814-4422 ou 524-3672



**Centre FORA
Service ÉDUC**

432, avenue Westmount, unité H
Sudbury (Ontario) P3A 5Z8
Fax : 1-705-524-8535

www.centrefora.on.ca



Le coin des lecteurs

Le texte et les poèmes qui suivent ont été soumis au comité par des personnes apprenantes de l'est du pays. Bravo et merci!

Le courage de Martin

Martin est orphelin de mère. Caroline est morte en lui donnant la vie. Martin est fils unique et il doit s'occuper de son père, car celui-ci souffre d'un cancer des poumons. Martin n'a jamais eu la chance de fréquenter l'école. S'il a le malheur d'aller faire l'épicerie sans son père, c'est l'enfer. Il ne peut pas lire les étiquettes et peut difficilement choisir les meilleurs produits.

Un jour, il fait la connaissance de sa voisine Marie. Ils deviennent vite de bons amis. Deux semaines après leur rencontre, elle doit partir travailler au loin. Elle écrit des lettres à Martin, mais sans avoir de réponse. Un mois plus tard, un peu fâchée de cette situation, elle décide de lui rendre visite. Martin lui avoue qu'il ne sait ni lire ni écrire. Elle l'invite alors à s'inscrire au cours d'alphabétisation offert dans sa région. Dans les semaines qui suivent, Martin se joint au groupe d'apprenants. De jour en jour, il fait du progrès. Il est finalement récompensé pour ses efforts.

Aujourd'hui, il est content et fier de lui. Il peut maintenant lire et écrire. Il profite de ses temps libres pour aider les autres. Il se sent valorisé et en sécurité.

Claudette Daigle, Nouveau-Brunswick

En hiver

Le calendrier marquait janvier 2004...
Y faisait frette!!!
Mais nous avions chaud...
Parce que nous étions dans l'auto.

J'avions pris des portraits d'la Rivière d'la Butte...
Y'avait d'la glace!!!
Y'avait aussi des pruches pleines de neige...
La neige qui couvrait des pièges...

Y'avait un beau ciel et à travers les nuages...
Le soleil brillait!!!
C'était une belle journée...
Pour se promener

Lise Thibodeau et Allan Comeau, Nouvelle-Écosse



Petite pensée

La vie est tellement stressante
qu'il faut se relaxer en vitesse.

Auteur inconnu

Devinette Trouvez-moi

- Je suis un prénom féminin
- Je suis une partie d'une machine à écrire
- Je désigne une fleur

Voir réponse page 3.

À la « dump »

Qu'est-ce qu'on voit?

La mer

La mer « rough »...

La mer froide...

La mer avec ses « frains »...

La neige

La neige blanche...

La neige froide...

La neige gelée...

Quousque ça fait???? La glace...

C'est le temps que s'arrête!!!

Les roches

Les roches avec de la glace...

Les roches grises...

Les roches solides...

Les roches « glissantes »...

Attention pour ne pas tomber!!!

Les nuages

Les nuages gris...

Les nuages d'images...

Les nuages qui grouillent...

Les nuages de mauvais temps^^

Les nuages qui cachent...

Es-tu dans les nuages???

Le soleil

Le soleil brille... non, mais il essaie!!!

Le soleil... malade...

Le soleil... la vie... la joie... la clarté...

l'énergie...

Le soleil éclaire!!!

Dans la vie, quand on commence avec rien,

quand on est perdu, quand on se sent à la

« dump », il y a toujours un brin de soleil.

Il faut sortir de la « dump ».

*Allan Comeau, Gregory Comeau, Lisa
Melanson et Lisa Thibodeau, Nouvelle-Écosse*

**Réponse de la devinette du Bulletin
numéro 6 : Pluton**

Merci à Carole Blouin pour la pensée et la devinette.

Mot mystère

Mot de 5 lettres • LES SPORTS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	R	A	Q	U	E	T	T	E	I	R	E	S
2	A	B	A	T	A	P	A	G	A	Y	E	R
3	V	O	L	L	E	Y	B	A	L	L	I	S
4	R	X	L	R	P	E	R	T	E	J	N	E
5	B	E	D	A	L	K	L	M	R	O	A	L
6	D	U	I	L	N	C	M	C	T	U	M	I
7	I	R	I	K	L	O	S	N	I	E	S	A
8	S	U	A	A	S	H	I	I	B	T	T	D
9	Q	L	N	S	A	M	N	V	R	L	R	N
10	U	C	A	I	D	A	N	E	A	A	O	A
11	E	R	E	A	R	R	E	T	E	R	P	H
12	B	S	B	C	F	I	T	R	O	P	S	C

A

abat
ailes
arbitre
arrêter
article
assommé
avion

B

badminton
boxeur
bras

C

chandail
cran

D

disque

H

haies
hockey

J

jouet

L

lance

M

manié

P

pagayer
pairs
paris
perdu
perte

Q

quille

R

raquette

S

série
sportif
sportsman
skier

T

talle
tennis

V

volley-ball

Voir réponse page 3.

Réponse du mot mystère du Bulletin numéro 6 : **férié**



Le Prix de la francophonie en alphabétisation

Madame **Claudette Daneau**, de Montréal, a remporté 1000 \$ en participant au Prix de la francophonie en alphabétisation 2004.

Voici un extrait de son texte :

« La chose la plus merveilleuse qui s'est produite dans ma vie depuis que je sais lire et écrire, c'est qu'après trois tentatives, j'ai réussi à passer les examens écrits pour l'obtention de mon permis de conduire. Je peux lire les panneaux d'indications routières et je les comprends, c'est merveilleux. La prisonnière est sortie de la cellule. Les barreaux invisibles de ma prison se sont écartés pour me laisser la chance de prendre ma place. »

Madame Daneau fréquente le groupe populaire Un Mondalire depuis 2002.

Trois autres personnes ont remporté un prix de 100 \$. Il s'agit de :

- Françoise Cadieux, de l'Ontario
- Gail Enright, de la Saskatchewan
- Donat Roussel, du Nouveau-Brunswick

La Fédération remercie toutes les personnes qui ont participé au concours d'avoir écrit des textes aussi touchants, aussi vrais.

Bravo!



Équipe du Bulletin des apprenants

Conception :

Lisette Arsenault, Carole Blouin, Anne-Marie D'Entremont, Cédric Noudjimaye et Raymond Roy

Coordination :

Margo Fauchon, Johanne Renaud

Collaboration :

Carole Blouin, Allan Comeau, Gregory Comeau, Germaine Cormier, Claudette Daigle, Éduk, Lisa Melanson, SEFFA, Lisa Thibodeau

Mise en page :

Linda Labrecque

Révision :

Michelle Martin, Diane Pouliot

Impression :

Impressions Imprimerie-Printing Inc.

Pour communiquer avec nous :

FCAF

Comité des apprenants

235, chemin Montréal, bureau 205
Ottawa (Ont.) K1L 6C7

Téléphone : (613) 749-5333
ou, sans frais, 1 888 906-5666

Télécopieur : (613) 749-2252

Courriel : info@fcfa.net

Site Internet : <http://www.fcfa.net>

La production de ce bulletin a été rendue possible grâce à la contribution financière du Secrétariat national à l'alphabétisation (SNA).

POSTES		CANADA
CANADA		POST
Port payé		Postage paid
Poste- publications		Publications Mail
40007783		