

« La lecture est à l'esprit, ce que le sport est à notre corps » disait J. Addison, écrivain et poète anglais du 18^e siècle.

Ce n'est plus une surprise que notre corps a besoin d'exercices physiques pour son bien-être.

De même, lire est une chance, développe notre imagination, notre esprit et nous permet de se recentrer.





Moments lecture

La lecture diminue le stress de 68%, selon des neuropsychologues. Elle aide donc à bien dormir.

De plus, elle enrichit le vocabulaire.

10 à 15 % de notre vocabulaire global vient de la lecture.





Moments lecture

Enfin, comme le lecteur ou la lectrice suit son héros ou héroïne préféré(e), il comprendra mieux les émotions et développera une empathie pour les personnages, facilitant les échanges relationnels de la vie quotidienne.





Moments lecture

L'anatomie d'un lecteur



L'esprit créatif :
pour imaginer
les histoires

Les yeux : pour
identifier des mots
et des images

Le cœur : pour
s'attacher aux
histoires

Les livres :
pour enrichir
ses
connaissances

Les mains pour
tenir le livre avec
soin

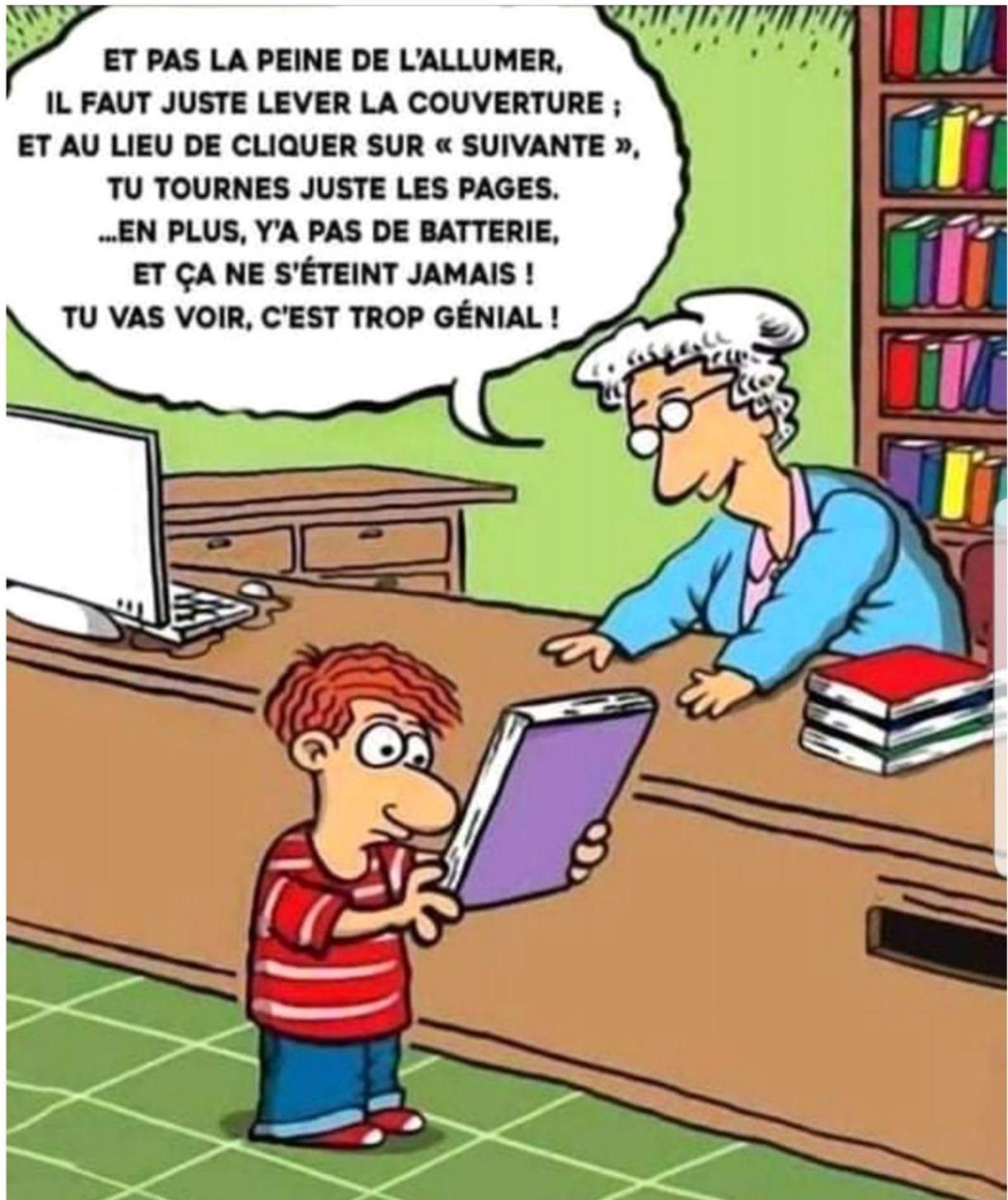
Les
moments
de lecture

**APEMS de Jules Loth
ENFIN !**

REVOLUTIONNAIRE !

les moments de lecture

Lire à l'apems



Un vrai bonheur

MOMENT D'ÉVASION
AU PAYS IMAGINAIRE
DES LIVRES
À L'APEMS

