

# LECTURE

## LISTE DES 40 BIENFAITS

La lecture joue un rôle fondamental dans la vie humaine.

En plus du divertissement, chaque livre ouvert est une chance d'apprendre et d'enrichir notre quotidien.

- |                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|
| 1. La réussite scolaire          | 21. Les connaissances            |
| 2. Le développement de la langue | 22. La communication             |
| 3. Le sentiment d'appartenance   | 23. Les compétences              |
| 4. Le développement cognitif     | 24. L'éducation                  |
| 5. Briser l'isolement            | 25. La créativité                |
| 6. La confiance en soi           | 26. La résolution de problème    |
| 7. La connexion                  | 27. La liberté politique         |
| 8. La santé physique             | 28. L'opinion publique           |
| 9. La santé mentale              | 29. Les différentes perspectives |
| 10. La gestion des émotions      | 30. La liberté d'expression      |
| 11. Le développement personnel   | 31. L'information de qualité     |
| 12. Les bons choix de vie        | 32. Les relations humaines       |
| 13. Le mode de vie sain          | 33. La gentillesse               |
| 14. La gestion du stress         | 34. L'empathie                   |
| 15. Le rire                      | 35. L'intelligence émotionnelle  |
| 16. L'engagement social          | 36. La gestion de conflit        |
| 17. L'inspiration                | 37. La tolérance                 |
| 18. La vision                    | 38. La diversité                 |
| 19. L'employabilité              | 39. L'inclusion                  |
| 20. La prospérité                | 40. Le plaisir                   |