

Prendre sa place

Cahier 3

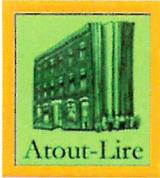
ABC Dire

ABCD Écrire

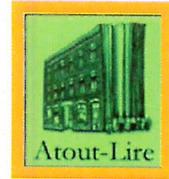
ABCDE Faire

Sensibilisation

Atout-Lire, groupe populaire en alphabétisation - 2016



« L'éducation populaire autonome
c'est des moyens qu'on a choisi ensemble
pour se rendre plus forts pis changer le monde »
RÉPAC ÉPA trousse 2012



Bonjour,

On est heureux et heureuses de partager avec vous le travail qu'on a fait cette année à Atout-Lire dans un projet spécial.

Dans ce cahier on vous dit comment on a fait pour sensibiliser des étudiants à ce qu'on vit quand on a de la misère à lire et écrire.

On espère que ça va vous intéresser.

Les membres du Comité Prendre sa place.

(Le style d'écriture utilisé se tient au plus près de la parole dite et écrite des participants. Les hommes et les femmes qui ont réalisé ce projet ont eu à cœur de prendre plus de place dans des endroits réservés aux gens lettrés. Ce sont les paroles, les actions et les démarches de ces participants d'Atout-Lire qui sont ici présentées.)



Source image : nostalgykiki.eklablog.com

Sensibilisation

Voici ce que nous, les participants du comité de travail du projet *Prendre sa place*, avons fait pour sensibiliser des étudiants et des professeurs à ce qu'on vit quand on a de la misère à lire et écrire. On va aussi vous parler de nos collaborations les plus spéciales.

Notre présentation à l'Université Laval en médecine

En novembre 2015, une professeure de l'Université Laval nous invite dans sa classe. C'est en médecine qu'on va. Elle avait entendu parler du carnet santé qu'on a fait en 2013-2014. Elle pense que ça serait intéressant pour ses étudiants de nous entendre expliquer comment on a fait ça. Le carnet santé a été comme une carte de visite. On lui a dit qu'on pourrait aussi parler de nous, des problèmes qu'on vit quand on a de la misère à lire et écrire. Comment on est traité quand on a besoin de se faire soigner. C'est quoi un bon médecin. Des choses comme ça. On était fier de cette invitation.

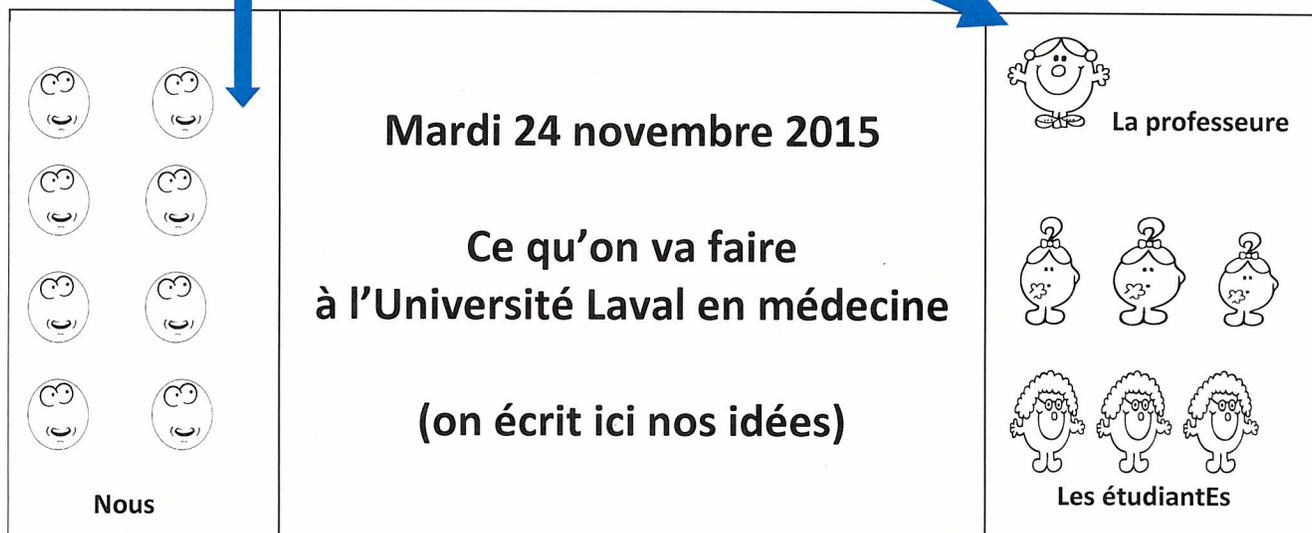
Voici maintenant comment on a travaillé en atelier pour se préparer.

1. On lit ensemble l'invitation et on demande qui veut aller à l'université et parler devant presque 200 personnes. 8 personnes disent que ça les intéresse. Les autres membres de notre comité disent « On va vous aider à vous préparer ! ».

2. On colle des grandes feuilles sur un mur.

D'un côté on place des images de bonhommes et on écrit en dessous « La professeure, les étudiants et étudiantes ».

Et là, c'est « nous ».



On écrit nos prénoms

ici c'est pour notre plan de travail

C'est à eux qu'on va parler

Référence pour les bonhommes : www.kewl.fr

3. Voici nos idées sur ce qu'on va faire à l'université, de quoi on va leur parler :

- 🚧 Bonjour, comment ça va?
- 🚧 On se présente, on donne nos prénoms. On dit d'où on vient : Atout-Lire, groupe populaire en alphabétisation.
- 🚧 Petite présentation d'Atout-Lire avec un Power Point.
- 🚧 Les obstacles qu'on a pour se faire soigner : les rendez-vous, les déplacements, les informations, etc.
- 🚧 Les médecins : ce qu'on veut leur dire.
- 🚧 Ce qu'on veut continuer à faire en santé.
- 🚧 Notre projet pour cette année : Prendre sa place.
- 🚧 On remercie et on donne des carnets santé.

4. On discute d'abord des obstacles. On pense que c'est ce qui va le plus intéresser les étudiants parce que ça parle de leur travail. On écrit nos idées sur de grandes feuilles.

Voici ce que ça donne :



Obstacles pour s'occuper de notre santé



Il y a beaucoup de démarches à faire pour avoir un rendez-vous. Pour prendre un rendez-vous, c'est pas facile à cause des répondeurs.

On aimerait parler à un être humain.



On n'a pas d'aide quand on est dans une salle d'attente et personne vient nous parler. Des fois, on doit attendre très longtemps.



Quand on a à se déplacer dans les hôpitaux c'est difficile. C'est pas toujours clairement indiqué par où aller. C'est mélangeant et stressant.



Des fois, c'est loin pour aller se faire soigner. C'est pas facile pour le transport, surtout si on doit prendre plus d'un autobus.



Il y a beaucoup d'informations sur internet, mais c'est pas tout le monde qui sait comment ça marche.



Les médecins



Il y a des médecins qui ont l'air bête quand ils nous reçoivent. Ils ne nous expliquent rien. On aimerait être rassuré. On voudrait par exemple qu'on prenne le temps de nous expliquer un peu c'est quoi une machine pour la médecine nucléaire. Qu'est-ce que ça fait sur mon corps?



On n'a pas facilement accès à un médecin.

Il y a beaucoup de retraites.

Il y a des médecins qui s'en vont à cause des coupures du gouvernement.



Mon médecin ne m'écoute pas. Pour lui, j'ai jamais raison.

Mais pourtant c'est moi qui sais ce que je ressens.

C'est bien quand les médecins nous respectent et nous parlent en adulte.



Comment faire pour dire au médecin qu'on a de la difficulté à lire?

C'est difficile à dire quand on ne connaît pas le médecin.

On ne se sent pas à l'aise.

Moi je dis à mon médecin quand je comprends pas parce que j'ai confiance en lui.

Un bon médecin nous écoute.

Un bon médecin nous aide à remplir des formulaires.

Des fois, on nous fait payer pour remplir des papiers.

C'est pas tout le monde qui a les moyens pour payer.



Ce qu'on veut continuer à faire



À Atout-Lire, on veut continuer à travailler pour produire des outils qui aident les gens qui ont de la misère à lire. On a fait un carnet santé et on va continuer à produire des choses utiles.



On aimerait ça avoir un guide des mots en médecine. On voudrait savoir ce que ça veut dire une greffe, des soins intensifs, un prélèvement par exemple.



On aimerait ça faire venir à Atout-Lire quelqu'un qui travaille en santé pour parler des maladies graves qu'on a pour toute la vie.



On va aussi continuer à faire de la sensibilisation comme on fait avec vous aujourd'hui.



5. Après, on parle des autres points qui restent.
On se demande comment on veut présenter notre projet de cette année. On trouve que l'article qu'on a écrit au début de l'année dans le journal communautaire **Droit de parole** est bon. C'est pas long à lire. C'est ce qu'on va faire à l'université. On va lire notre article. Pour voir l'article, allez la page 11.
6. On se partage tous les points de manière à ce que chaque personne puisse parler. Chaque personne qui veut aller à l'université lit ce qu'on a écrit pour chaque point de notre plan d'action. Comme ça, chacun et chacune peut voir si il arrive à lire ce qui est écrit, si il faut changer des mots pour que ce soit plus facile.
7. On prend le temps pour que chaque personne pratique la lecture de la partie qu'elle a choisie. Ouf! Ça fait un gros atelier mais on est content et on se sent assez fort pour aller à l'université.
8. On va aller à l'université le 24 novembre 2015. On se donne rendez-vous une heure avant de partir d'Atout-Lire. On veut se pratiquer encore un peu ensemble.



Et voilà, ça s'est bien passé !



On a fait notre travail et on a donné des carnets santé aux futurs médecins.

Après, il y a eu des étudiants qui nous ont posé des questions :

« Comment ça se passe quand vous dites à votre médecin que vous savez pas lire? »

« Comment on en vient à commencer en alphabétisation? »

« Comment avez-vous entendu parler d'Atout-Lire? »

« Combien de temps par semaine vous passez à Atout-Lire? »

« Comment vous arrivez à rejoindre les gens? »

« Ça ne doit pas être facile si les gens ont de la difficulté à lire les pancartes, les dépliants, etc.? »

Et aussi il y a des étudiants qui sont venus nous parler pour demander si ils pouvaient travailler avec nous !

Venir chez nous pour organiser des ateliers sur la santé, pour écrire des documents d'information sur la santé qu'on trouverait facile à lire pour beaucoup de gens.

Cette activité a duré un peu plus d'une heure.





C'est encore nous à l'université.

Sur la photo, il manque la photographie de notre groupe.

Prendre sa place, pour des personnes qui sont dans une démarche d'alphabétisation, c'est amener notre propre parole dans toutes sortes d'endroits de notre société. Il est très important pour nous de prendre de la place dans les espaces publics. Nous, on peut vous dire qu'on a été écouté. Même que des futurs médecins nous ont dit que ça leur donnait des idées pour améliorer leurs façons de faire.



Ah oui ! Il nous reste quelque chose à vous dire.

On a commencé l'atelier de la semaine suivante en parlant de ce qu'on avait fait à l'université.

On s'est posé des questions sur :

- Ce qu'on a fait.
- Ce qu'on a dit.
- Ce qu'on a vu.
- Comment on s'est senti.
- Comment les étudiants ont réagi.
- Ce qu'on pense et ce qu'on veut faire des collaborations qu'on nous a offertes.

Et puis, on a décidé de faire un album photos pour montrer aux autres participants d'Atout-Lire. Les albums photos, c'est comme une mémoire et ça aide quand on manque de mots. On en a fait plusieurs depuis qu'Atout-Lire existe.



Voici notre premier article qui parle du projet Prendre sa place

**Journal Droit de parole Volume 42, Numéro 7 octobre 2015
Chronique Atout-Lire, groupe populaire en alphabétisation.**

Par les membres du projet Prendre sa place

Chers lecteurs, on voudrait vous parler de notre nouveau projet à Atout-Lire. Atout-Lire est un groupe populaire en alphabétisation situé dans le quartier Saint-Sauveur. On sait qu'au Québec il y a plus de 1 300,000 personnes qui ont de la difficulté à lire et à écrire. Pour ces hommes et ces femmes, c'est très difficile de trouver un emploi. Plusieurs vivent dans la pauvreté. Beaucoup de personnes et de groupes communautaires nous ont demandé de créer des guides qui aideront des adultes à prendre leur place dans la société.

Nous avons formé un comité de travail le mercredi 23 septembre dernier. Nous allons partager nos idées, nos démarches et nos réalisations avec les gens et les groupes intéressés. On va faire des visites dans des endroits qui aident les gens, comme les banques alimentaires. On veut aussi mieux connaître les groupes qui défendent les droits de la personne. On veut produire un guide des ressources très très accessible. On ira aussi dans des radios. On écrira dans des journaux comme on le fait aujourd'hui. On va continuer à rencontrer des gens qui travaillent en santé pour les sensibiliser à nos réalités. On va faire pas mal de choses pour prendre de la place dans la société pour qu'elle soit plus juste et traite bien tout le monde.

On vous en donnera des nouvelles tout au long de l'année!

Participation d'étudiants dans le comité Prendre sa place

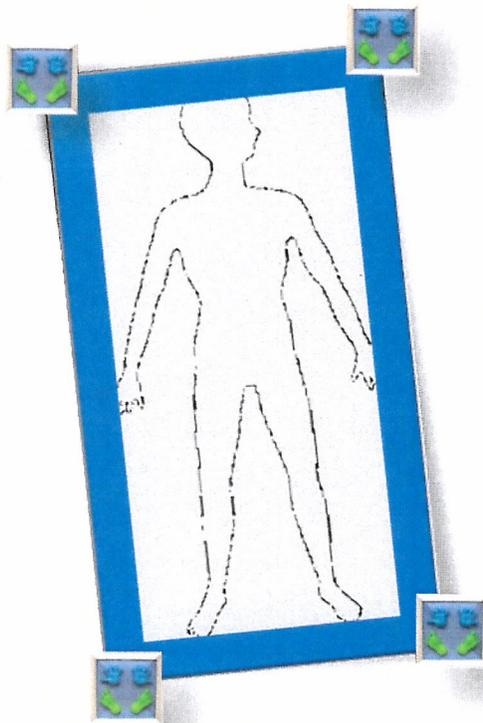
On aimerait vous parler d'une de nos expériences.

En avril 2016, on reçoit une étudiante en médecine de l'Université Laval qui avait posé des questions quand on était allé parler devant sa classe.

À la première rencontre à Atout-Lire, elle regarde comment on travaille. Elle nous demande ce qu'on pourrait faire ensemble. On lui donne pas mal d'idées. Elle choisit de faire un atelier sur les organes qu'on a dans le haut du corps. Elle prépare du matériel et des questions avec l'aide d'une animatrice. Elle trouve ça plus difficile qu'elle pensait.

On est maintenant rendu à vivre l'atelier

1. L'étudiante en médecine nous donne une grande feuille avec le dessin que vous voyez :



2. Après, elle nous donne des petits papiers. Il y en a 7 qui sont des dessins d'organes du corps humain. 7 autres sont des mots :

Les intestins

Les poumons

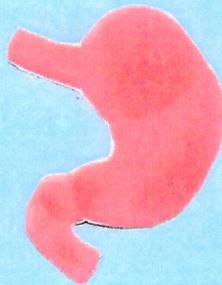
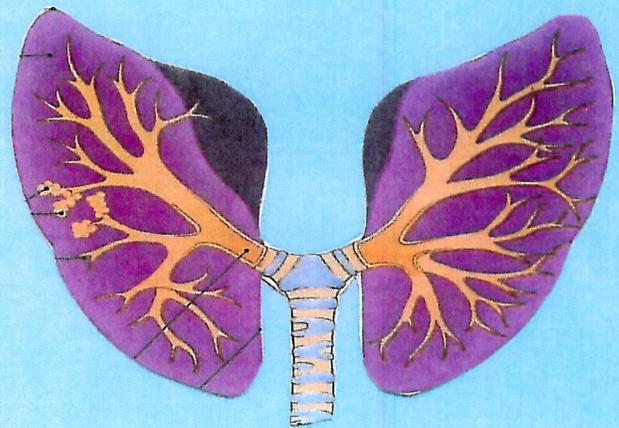
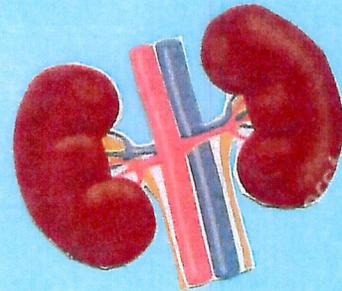
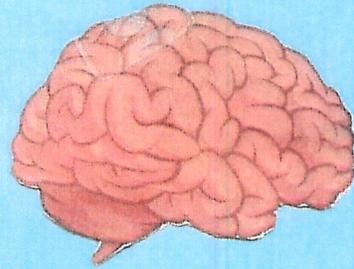
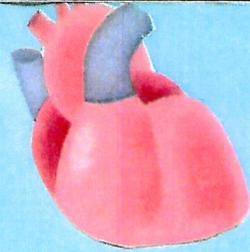
L'estomac

Le cerveau

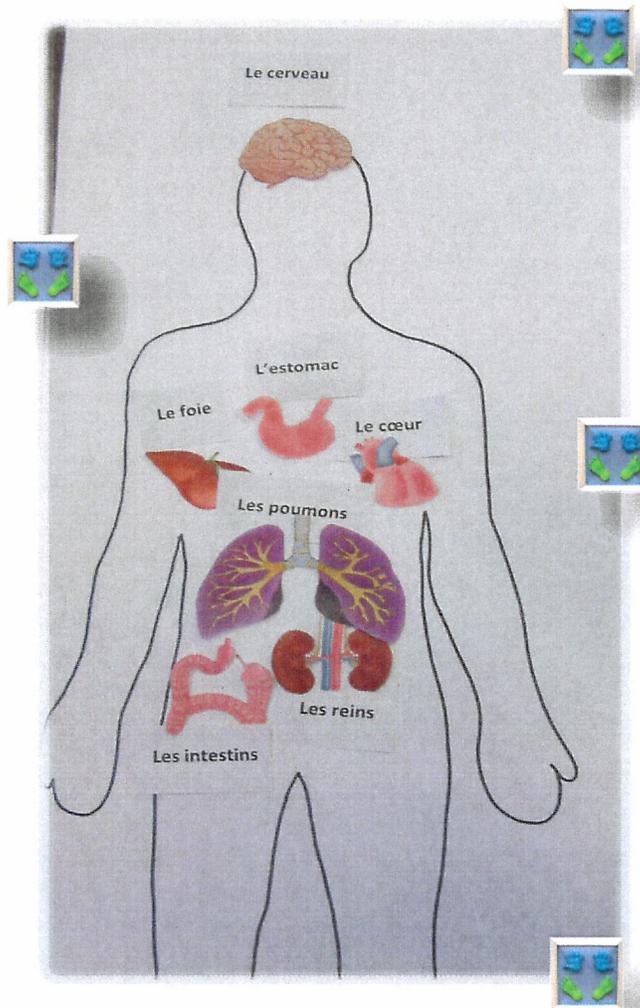
Le cœur

Les reins

Le foie

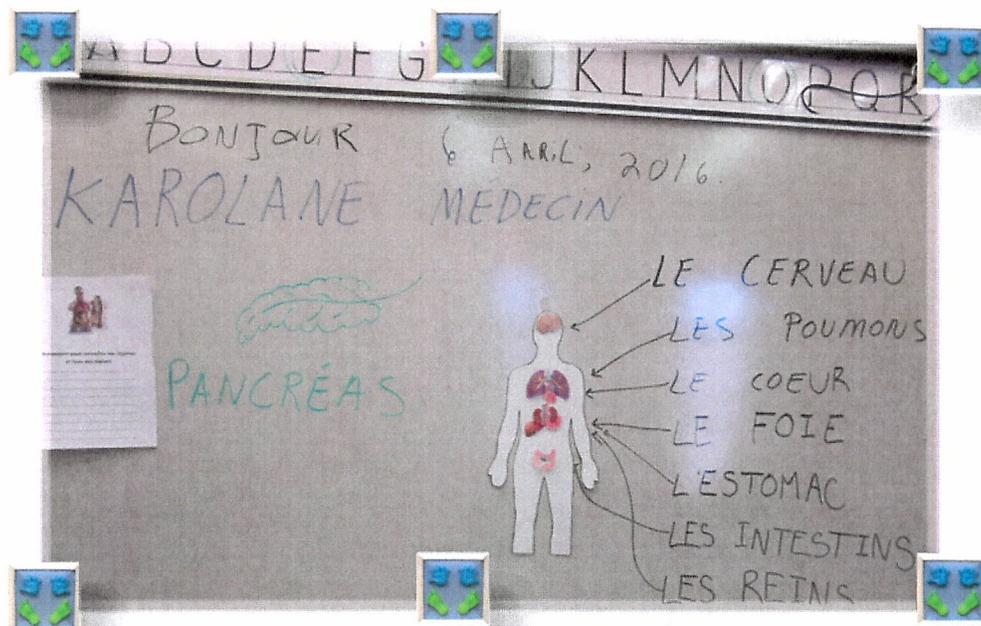


3. On essaie d'abord de mettre ensemble les mots et les organes.
C'est pas si facile.
4. Une fois qu'on a collé ensemble chaque mot avec un organe, on reprend notre grande feuille avec le corps humain. Et puis on essaie de mettre les organes aux bons endroits sur le corps.
Oh! Oh! Là, c'est encore plus difficile. Mais on a du plaisir à essayer. On peut travailler en équipe de deux ou on peut essayer de le faire tout seul.



Trouvez-vous que tout est à la bonne place?

5. Quand on a fini de placer les morceaux, l'étudiante, fait la même chose mais en plus gros sur le tableau blanc dans notre local. Elle nous parle un peu aussi de chaque organe, à quoi ça sert.



On a beaucoup aimé cet atelier !

On a aussi reparlé ensemble de cet atelier. C'est important de prendre le temps de se dire ce qu'on a aimé ou pas aimé après une activité. Ça aide à savoir quoi faire les prochaines fois. Nous, on a trouvé ça intéressant d'arriver à savoir les mots. Ça a l'air de quoi les poumons? Ça sert à quoi? Où sont placés nos organes? Avons-nous d'autres organes? Pour la santé c'est important parce que ça nous fait apprendre ce qu'on a dans le corps. On a beaucoup appris. Il faut refaire ça ! Il faudrait faire plusieurs ateliers. L'étudiante avec qui on a eu tellement de plaisir à travailler a écrit une lettre. Sa façon de parler de son expérience à Atout-Lire nous a touchés. Voici sa lettre.



Mon expérience chez Atout-Lire



Dans le cadre de ma formation en médecine, il m'a été demandé de réaliser douze heures d'implication dans un milieu communautaire. Suite à la visite d'Atout-Lire à la faculté de médecine à l'automne 2015, j'avais envie de mieux connaître cet organisme qui m'avait ouvert les yeux sur la problématique de l'analphabétisme en lien avec l'accès aux soins de santé. J'ai ainsi eu la chance d'y prendre part à des ateliers dont le thème est « Prendre sa place ». J'ai pu assister au développement de diverses activités en lien avec ce thème et ai même pu animer deux ateliers.

D'abord, ce qui a attiré mon attention dès ma première visite a été l'accent qui est mis sur la participation égale de tous et chacun. On encourage chaque participant à donner son avis sur les activités. Ceci s'inscrit dans la thématique « Prendre sa place », qui incite les gens ayant des difficultés de lecture et d'écriture à affirmer leur place dans la société, alors qu'ils ont tendance à s'y sentir à part, puisque de nos jours, presque tout requiert une bonne capacité à lire et à écrire. Les participants, au cours des discussions, amenaient souvent des points de vue que je n'avais pas considérés. Leur participation permettait des discussions enrichissantes. Cet enthousiasme généralisé et ce respect de l'égalité entre tous les membres permettent d'ailleurs au projet « Prendre sa place » de fleurir. En un an, il y a tellement d'idées d'activités et de projets qui ont été suggérées qu'il leur a été impossible de toutes les mettre sur pied. Le mouvement est donc en plein développement. Une autre chose qui m'a marquée lors de mes visites à Atout-Lire a été la soif de développer des outils non seulement pour les adultes ayant des difficultés de lecture et d'écriture fréquentant le centre, mais aussi pour des gens d'autres organismes d'alphabétisation et même pour la population en général.

Un exemple parfait de ceci est le carnet de santé qu'ils ont développé et produit eux-mêmes. Il a été distribué dans la plupart, si ce n'est dans tous les centres d'alphabétisation de la région et un peu partout au Québec, ainsi que dans plusieurs milieux comme des cliniques médicales ou des pharmacies. Ils ont également des contacts avec des collègues belges, ce qui a permis et continuera de permettre l'exportation outre-mer de leurs idées!

Avant de me présenter à Atout-Lire et d'y être accueillie comme si j'étais chez moi, j'avais évidemment quelques craintes. J'avais peur de m'y sentir comme une étrangère, car mes visites étaient courtes et c'est un groupe qui travaille ensemble depuis quelques temps déjà sur les projets de « Prendre

sa place ». C'est tout le contraire qui est arrivé; on m'a tout de suite accueillie avec intérêt et chaleur. Les participants étaient curieux de mieux me connaître et m'encourageaient toujours à prendre part aux discussions, faisant de moi une participante au même titre qu'eux. Ils m'ont bien permis de prendre ma place alors que je craignais de ne pas y parvenir. Également, j'ai participé à l'animation d'une activité et à la mise sur pied d'une autre, et j'avais peur de ne pas susciter l'intérêt. Il s'est avéré que tous participaient bien et avaient plein de questions à poser. Je crois donc que les participants sont intéressés à recevoir de futurs professionnels de la santé qui viendraient animer différents ateliers sur leur champ d'expertise. Il m'a semblé clair que l'intérêt est vivement présent.

Par exemple, lors de ma première visite, j'ai pu aider à l'animation d'un atelier sur les organes internes. Les participants avaient chacun des images d'organes qu'ils devaient placer sur un corps humain dessiné. J'ai trouvé cet atelier éducatif et simple. Le fait de pouvoir manipuler les organes et de les voir a permis aux participants, je crois, de mieux comprendre où ils se trouvent et quelles sont leurs fonctions.

Les participants étaient très intéressés et avaient plein de questions à poser à la fin de l'atelier. Ceci m'a donné l'impression qu'il pourrait être très intéressant, autant pour les participants que pour des étudiants en sciences de la santé, de tenir des ateliers sur les systèmes du corps humain et de parler de maladies fréquentes qui y sont reliées. Les participants d'Atout-Lire démontraient effectivement un grand intérêt, et cela permettrait aux étudiants de pratiquer leurs capacités à communiquer plus simplement, ce qui les préparerait bien à rencontrer des patients avec des difficultés de communication dans leur pratique future.

Lors d'une visite suivante, j'ai pu animer un atelier sur l'organisation d'un dépliant d'information sur le cholestérol. Le but principal de l'atelier n'était pas tellement de parler du cholestérol, mais bien de la façon dont l'information sur la santé peut être transmise de façon simplifiée, mais tout aussi juste et vraie. Les points clés qui ont été dénotés sont entre autres l'organisation de l'information, qui est plus facile à lire lorsqu'elle est regroupée sous forme de points plutôt qu'un long texte continu. Une police simple et de plus gros format aide également. Des sections annoncées par des sous-titres visibles aident le lecteur à s'organiser. Des phrases plus courtes et qui vont droit au but sont à préconiser.

Finalement, il est nécessaire de définir les termes plus compliqués; par exemple, dans le dépliant utilisé pour l'atelier, on décrivait le cholestérol ainsi: « Le cholestérol est la substance blanche et cireuse produite par le foie. Le corps a besoin de cholestérol pour bien fonctionner. Mais trop de cholestérol dans le sang peut bloquer les vaisseaux sanguins (veines et artères). »¹

La description est dans un langage simplifié, mais on ne perd pas l'essentiel du message et il est tout aussi juste.

Finalement, voici mes conseils pour un médecin qui n'aurait pas la chance d'assister à un tel atelier à Atout-Lire pour réussir à communiquer efficacement avec des patients peu scolarisés et ayant des difficultés de communication, afin de donner des soins mieux centrés sur la personne. D'abord, une façon simple de simplifier son vocabulaire est de ne pas oublier que nous avons dû apprendre un tout nouveau jargon au début de nos études, et qu'il n'est pas acquis de la population générale. Il faut donc tenter de parler en se servant des mots que nous connaissions avant d'apprendre ce nouveau vocabulaire médical.

S'il advenait qu'un mot du répertoire médical n'ait pas d'équivalent en langage courant, il est facile et rapide de le définir avant de l'utiliser dans une discussion. Parfois, dessiner aide le patient à se figurer ce dont le professionnel de la santé parle. Il faut faire preuve de patience et comprendre que la visite chez le médecin puisse être stressante. Il est aussi possible de conseiller aux patients de se faire une liste des choses dont ils veulent parler la prochaine fois et les assurer que nous allons la regarder ensemble.

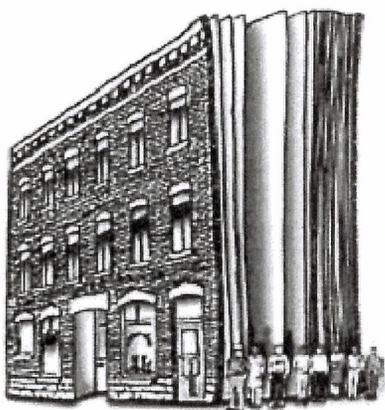
Pour terminer, j'aimerais remercier Atout-Lire de m'avoir permis de vivre un expérience aussi enrichissante et qui me servira sans aucun doute dans ma carrière future.

Karolane Coderre, étudiante en médecine de 3e année, Université Laval

¹ Tiré du document *Vive les mots clairs!*, Association canadienne de santé publique, 1998



Si vous le souhaitez, c'est avec plaisir que nous accueillerons
vos commentaires sur ce troisième cahier de la trousse
Prendre sa place.



Atout-Lire

Atout-Lire, groupe populaire en alphabétisation
266, rue St-Vallier Ouest
Québec (Québec) G1K 1K2
alpha@atoutlire.ca
418 524-9353