Pratiques citoyennes
en alpha pop

Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec, octobre 2016

RGPAQ

PRÉSENTATION

Avec le présent outil, le RGPAQ souhaite soutenir les pratiques citoyennes en alphabétisation populaire. Cet outil a été créé en réponse à deux principaux constats. Le premier d'entre eux porte sur la dégradation importante des conditions de vie des adultes peu alphabétisés. En effet, les risques d'exclusion se multiplient pour ces personnes. Le travail devient de plus en plus précaire pour ces dernières. Lorsqu'elles sont en situation de pauvreté, elles doivent par ailleurs se battre pour leur survie et se heurtent à de l'information et à des services de plus en plus difficiles d'accès. En outre, avec Internet et les technologies numériques qui s'imposent partout, les services se déshumanisent.

Le deuxième constat concerne le manque de ressources permettant aux groupes de partager les acquis tirés de l'expérience accumulée. Les activités, les actions et les projets en alphabétisation populaire peuvent laisser toutes sortes de traces. Les premières sont d'abord les acquis qu'en tirent les participantes et les participants. De plus, les textes publiés ou les vidéos réalisées constituent des traces importantes de l'expertise développée. S'ajoutent aussi les évaluations et les bilans faits pour le groupe et pour le bailleur de fonds. Rares, toutefois, sont les occasions où les groupes ont pu diffuser largement la démarche qui a mené aux résultats obtenus. Une fois l'activité et le projet terminés, il faut passer au projet suivant. Cette situation entraîne le risque de perdre des connaissances précieuses pour le développement de l'alphabétisation populaire.

En alphabétisation populaire, l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et du calcul est au cœur de l'action. Il vise la prise de parole et de pouvoir, sur sa vie et dans son milieu. Les groupes ont acquis et développé des savoir-faire qui font en sorte que leurs projets et leurs pratiques sont réalisés dans la poursuite de ce principe qui guide leur action.

Ce documents sur les pratiques citoyennes visent donc à soutenir les groupes populaires en alphabétisation pour qu'ils puissent, dans un contexte d'apprentissage de la lecture et de l'écriture, susciter l'implication des participantes et des participants et permettre à ceux-ci de trouver des moyens concrets d'améliorer un ou plusieurs aspects de leurs conditions de vie.

CONTENU DU DOCUMENT

Le contenu du document est structuré en cinq parties. La première partie présente des exemples concrets de pratiques citoyennes en alphabétisation populaire. La deuxième propose des repères, des façons de faire, soit des éléments clés pour faciliter la mise en œuvre de telles pratiques. La troisième partie présente 3 récits un peu plus détaillés de pratiques citoyennes et des schémas résumant chacune de ces démarches. La quatrième partie suggère des pistes de réflexion pour des individus, des équipes ou des comités. La cinquième partie rassemble un certain nombre de ressources pour soutenir des pratiques citoyennes.

Il s'agit d'une invitation à explorer les pratiques citoyennes en alphabétisation populaire. Nous ne prétendons pas avoir tout dit : il y a amplement de place pour créer, innover. Faites-nous part de vos expériences et de vos découvertes afin de contribuer au développement de l'alphabétisation populaire.

SOMMAIRE

PRÉSENTATION **1**

1. DES EXEMPLES DE PRATIQUES CITOYENNES EN ALPHA POP **3**
- La vie associative et démocratique 4
- La sensibilisation 8
- Pratiques citoyennes de revendication et d'action 13
- La participation à des mobilisations locales, régionales ou nationales 16
- Pratiques de conscientisation 19

2. PRATIQUES CITOYENNES EN ALPHA POP : QUELQUES ÉLÉMENTS CLÉS **20**
- Des références importantes 21
  - La Déclaration de principes sur laquelle reposent les pratiques en alphabétisation populaire 21
  - Des repères pour reconnaître les pratiques citoyennes 21
- Des conditions nécessaires aux pratiques citoyennes 23
- Des outils utiles visant à faciliter les différentes étapes d'une démarche 24
  - 1re étape : Le début d'une activité ou d'un projet 24
  - 2e étape : L'exploration approfondie d'une question 27
  - 3e étape : L'action 31

3. TROIS RÉCITS DE PRATIQUES CITOYENNES **37**
- Agir ensemble pour contrer l'intimidation 38
- Les petits gestes qui font du bien 42
- Une communication simple et accessible en santé, ça nous concerne! 48

4. RÉFLÉCHIR À NOS PRATIQUES CITOYENNES **58**

5. RESSOURCES POUR DES PRATIQUES CITOYENNES EN ALPHA POP **63**

1.

DES EXEMPLES DE PRATIQUES CITOYENNES EN ALPHA POP

- La vie associative et démocratique
- La sensibilisation
- Pratiques citoyennes de revendication et d'action
- La participation à des mobilisations locales, régionales ou nationales
- Pratiques de conscientisation

RGPAQ

Considérant que l'alphabétisation populaire s'est principalement développée par l'expérimentation, nous avons tout avantage à nous appuyer sur des exemples concrets pour traiter de pratiques citoyennes. L'alphabétisation populaire part des besoins et des réalités des gens, et c'est dans l'action que les pratiques citoyennes prennent forme, puisque ce sont les personnes elles-mêmes, s'appuyant sur la solidarité du groupe, qui analysent des situations vécues, discutent de leurs préoccupations et parviennent à prendre la parole. Ces démarches les amènent à dénoncer ce qui est injuste, à revendiquer leurs droits, à proposer des solutions et à agir pour changer une situation.

Ces démarches offrent de multiples occasions d'apprentissage, que ce soit en lecture, en écriture ou en calcul. Les personnes acquièrent de la confiance, améliorent et développent leur capacité d'analyser et d'agir afin d'améliorer leurs conditions de vie. Le travail en équipe ou en groupe favorise par ailleurs la coopération.

Lors des rencontres régionales des années passées, les groupes ont donné un grand nombre d'exemples de pratiques citoyennes dans lesquelles les participantes et les participants sont grandement impliqués.

Parmi les exemples qui suivent, certains sont reliés soit à la vie associative, soit à la vie démocratique. Certains concernent la sensibilisation, et d'autres portent sur des aspects des conditions de vie.

Il importe de préciser qu'il y aurait sûrement bien d'autres exemples à présenter. L'intention était toutefois d'en fournir quelques-uns qui permettraient d'appuyer les propos sur les pratiques citoyennes.

LA VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

La vie associative comprend toutes les activités que réalise un groupe pour créer un milieu accueillant et dynamique qui contribue au sentiment d'appartenance.

Les règles, les structures et les moyens déterminent comment et par qui les décisions sont prises. **La vie démocratique** se vit à travers l'exercice du pouvoir dans un groupe.

Les pratiques citoyennes en alphabétisation populaire commencent par la participation à la vie associative et démocratique des groupes eux-mêmes. Les participantes et les participants prennent part aux décisions concernant les activités et les actions d'un groupe, et les groupes déploient mille et une façons pour que les participantes et les participants puissent réellement prendre part aux décisions de l'organisme.

L'alphabétisation populaire vise à ce que la vie associative et la vie démocratique soient menées par, avec et pour les participantes et les participants.

Des exemples :

- **L'organisation de cafés rencontres ou de cafés citoyens.** Ces lieux permettent aux participantes et aux participants de prendre la parole, de s'informer et de discuter avec des gens du milieu de préoccupations et d'enjeux qui concernent les membres du groupe et les citoyens du milieu.
- **La production d'un journal par ou avec les participantes et les participants.** Une telle activité permet aux participantes et aux participants d'écrire et d'exprimer une opinion. Le journal constitue alors un projet collectif pour le groupe.

Journal de La Maison des mots, février 2015

Le journal du mois

Numéro 36 — Février 2015

Document produit par le collectif pour un Québec sans pauvreté

NON AUX COUPES À L'AIDE SOCIALE !

Monsieur le ministre, ne regardez pas que **la paille dans l'œil des personnes assistées sociales et voyez plutôt la POUTRE qui mine vos programmes !**

Le vrai problème des programmes d'aide et de solidarité sociales, c'est la grave insuffisance des montants des prestations.

Monsieur le ministre, vous devez intervenir avec force dans la lutte à la pauvreté.

Dès maintenant.

ANNULEZ LES COUPES À L'AIDE SOCIALE ! HAUSSEZ LE REVENU DES PERSONNES !

Au Québec, les personnes assistées sociales sont dans le ROUGE, elles ne couvrent pas leurs besoins de base.

Non aux coupes 1
Dossier : Austérité 2
Les augmentations 3
Des mots, des mots 4
Babillard 4

Bonne Lecture !

- **L'élaboration et la négociation d'un code de vie ou d'un code d'éthique en groupe.** Cette démarche amène les membres d'un groupe à s'approprier la mission de ce dernier et à participer à la définition des responsabilités de chacune et de chacun.
- **L'organisation d'activités, d'événements et de fêtes.** L'organisation d'événements constitue un moyen de favoriser une vie associative dynamique et de susciter un sentiment d'appartenance parmi les participantes et les participants, puisque cela leur permet de prendre des décisions ensemble et de se partager les tâches et les responsabilités.
- **Un journal du conseil d'administration (C. A.) publié par une animatrice et lu en atelier par les participantes et les participants pour qu'ils puissent s'informer des activités du C. A.** Le journal devient alors un outil qui favorise le sentiment d'appartenance et la participation à la vie démocratique du groupe.
- **Les évaluations des activités, des ateliers, des actions et des animatrices par les participantes et les participants.** Cela leur donne du pouvoir sur les choix que doit faire le groupe, ses activités et ses actions.

En alphabétisation populaire, les groupes visent à ce que les structures et le fonctionnement facilitent la participation.

Des exemples :

- Pour permettre aux participantes et aux participants de prendre part de façon réelle aux décisions qui sont prises, les groupes prennent divers moyens : prévoir un nombre suffisant de participants au C. A., soutenir les personnes qui présentent des activités au C. A. et simplifier les documents.
- Certains groupes favorisent la mise sur pied d'un **comité de participantes et de participants** qui :
  - décide de l'organisation des activités à partir des besoins des participantes et des participants et rédigera des textes collectifs reliés à la vie associative (cartes de souhaits, etc.) ou aux représentations dans le milieu (cartes ou lettres de remerciements aux bailleurs de fonds, production d'un historique du groupe, bilan de l'année pour l'assemblée générale annuelle, cahier sur le logement, etc.);
  - décide de sorties, du sujet des cafés rencontres, des activités reliées à la vie associative;
  - fait le lien entre le C. A. et les participantes et les participants.
- **D'autres groupes font en sorte de favoriser des rapports égalitaires** et de faire ressortir les forces et les savoirs de chacune et de chacun. En alphabétisation populaire, il faut laisser de côté le rapport maître-élève et les relations hiérarchiques. Bien qu'il faille reconnaître que les rôles de chacun sont différents, chaque personne, qu'elle soit participante ou travailleuse, est membre du groupe, et chacune a quelque chose à apporter. Savoir tirer parti du bagage de chacune et de chacun est ce qui procure la force au groupe. De tels rapports entre les gens permettent un vrai partage des pouvoirs et contribuent à l'établissement d'une bonne communication et d'un climat de confiance. (Dans le DVD *L'alpha pop en parole*, un point traite particulièrement des rapports égalitaires dans les groupes d'alphabétisation populaire.)

Présentation du C.A., Atout-lire

- En invitant des participantes et des participants à prendre part à des **comités d'embauche**, certains groupes soulignent ainsi l'importance de l'expérience et du point de vue de ces personnes dans le groupe. Graduellement, les participantes et les participants s'intègrent aux comités et au conseil d'administration, y prennent la parole et prennent part aux discussions et aux décisions. Ils y acquièrent de l'expérience et davantage de confiance en eux, ce qui permet à plusieurs de s'impliquer de plus en plus, non seulement au sein du groupe, mais aussi dans d'autres organismes du milieu.

- **Lorsqu'on prépare une assemblée** avec et pour les participantes et les participants, on peut favoriser leur participation de diverses façons :
  - une assemblée constitue un lieu de prise de parole, de valorisation et de créativité qui contribue à l'intégration des nouvelles personnes;
  - une assemblée peut être organisée de façon très visuelle et être adaptée aux besoins du groupe, notamment grâce à l'utilisation de micros et de haut-parleurs, qui permettent de monter le son pour les personnes malentendantes, et au recours à des phrases courtes avec un appui visuel et à des écrits simplifiés;
  - une assemblée peut donner lieu à une présentation théâtrale du bilan de l'année par les participantes et les participants.

Ordre du jour, assemblée générale d'Atout-lire

Rapport d'activités, Atelier des lettres

- **Une démarche collective de planification stratégique** avec l'ensemble des membres permet de créer des comités et de revoir la répartition des pouvoirs. La démarche repose sur une analyse en groupe des besoins du milieu, de ceux des participantes et des participants et des limites du groupe.
- **L'intégration des participantes et des participants dans les activités de concertation** (tables de concertation locales, Front commun des personnes assistées sociales du Québec, etc.) permet à ceux-ci de prendre part à des lieux de réflexion et d'action sur des enjeux et des questions qui les préoccupent.

LA SENSIBILISATION

En alphabétisation populaire, les participantes et les participants jouent un rôle clé dans la sensibilisation à l'analphabétisme et la promotion de l'alphabétisation populaire. En effet, ils sont les mieux placés pour parler de ces deux sujets, de leurs expériences de vie, de leurs rapports à l'écrit et de leurs démarches en alphabétisation populaire. La sensibilisation offre des possibilités de pratiques citoyennes.

- **Le théâtre** : écriture collective d'une pièce sur un thème choisi par un groupe et sa diffusion dans le milieu pour sensibiliser les gens à diverses situations. Par exemple, un groupe a créé une pièce pour sensibiliser les gens aux problèmes de logement vécus par les participantes et les participants. Ceux-ci expriment ce qu'ils vivent à travers le thème choisi. Ils écrivent ensemble le canevas. Ils le transposent en bande dessinée. Ils apprennent leur scénario puis délaissent le texte pour jouer spontanément en utilisant leurs mots.

  La présentation de la pièce permet de sensibiliser le public au sujet choisi, pour que les gens aient une meilleure compréhension de ce que vivent les participantes et les participants. Elle donne aussi l'occasion à ceux-ci de prendre la parole et de faire connaître l'alphabétisation populaire.

- **L'intégration des participantes et des participants aux activités de concertatio**n : la participation de personnes peu alphabétisées à ce type d'activité permet aux organismes de mieux comprendre ce que signifie être peu alphabétisé et ce qu'est l'alphabétisation populaire et d'en saisir les défis et les enjeux.

Pièce de théâtre *La survie de l'alpha pop*, assemblée de La Maison des Mots des Basses-Laurentides

- **Les médias sociaux** : les sites Internet et pages Facebook des groupes sont largement utilisés pour la sensibilisation. Ils permettent de faire connaître la mission des groupes, leurs actions et leurs productions. De plus, ils ouvrent une fenêtre sur le quotidien : la préparation d'un événement, les activités régulières, les ateliers, des messages écrits par des participants, une assemblée générale, etc.

- **Les journaux des participantes et des participants distribués dans le milieu.**

- **L'affichage dans le milieu** : préparé et réalisé avec les participantes et les participants, avec leurs messages, pour favoriser une meilleure connaissance de l'analphabétisme et des réalités des personnes peu alphabétisées.

CEDA, affichage dans le quartier

- **Les journées internationales** (alphabétisation, alphabétisation familiale, pour l'élimination de la pauvreté, semaine de la dignité, etc.) : organisation d'activités avec les participantes et les participants pour faire connaître les réalisations de ceux-ci, sensibiliser la population aux obstacles qu'ils rencontrent et à leurs droits et promouvoir l'alphabétisation populaire.
- **Des projets avec les bibliothèques** : des projets d'ateliers d'écriture ou de lectures publiques avec les participantes et les participants afin de sensibiliser la population à l'analphabétisme et de faire connaître l'alphabétisation populaire.

Projet Bibliothèque du Groupe Alpha Laval

- **L'organisation avec les participantes et les participants de tables d'information dans des lieux publics** : par exemple, l'exposition d'affiches sur les préjugés durant la Semaine de la dignité.

Table d'information de l'Atelier d'éducation populaire de Saint-André-Avelin

- **Publications et vidéos** : produites avec les participantes et les participants et reliées à leurs préoccupations, leurs parcours, leurs démarches en alpha, la pauvreté, l'accès aux services de santé, etc. Diffusion de ces productions et animation d'activités de réflexion avec des témoignages de participantes et de participants afin de permettre une meilleure compréhension de l'analphabétisme.

  Ces démarches offrent aux participantes et aux participants la possibilité d'acquérir des connaissances à partir des expériences vécues et de partager ces acquis. La réalisation de productions comporte des activités de planification, d'analyse, de lecture et d'écriture, de prise de parole, de calcul et d'évaluation, qui sont toutes des occasions d'apprentissage. La diffusion de ces productions offre aux participantes et aux participants la possibilité d'agir relativement à une réalité qu'ils ont vécue.

Exemples de vidéos :

Vidéo promotionnelle de La Boîte à lettres
http://bit.ly/2dMmtx7

Nou, les écrivins, L'Atelier des lettres
https://vimeo.com/33088531

Foncer pour mieux comprendre,
Alphabeille Vanier
http://alphabeille.com

- **Projets sur les préjugés** : plusieurs groupes ont mis sur pied des projets sur les préjugés. Ces activités constituent des pratiques citoyennes puisque les participantes et les participants y sont engagés dans une démarche collective d'analyse et d'action pour contrer les préjugés. Certains groupes ont axé ce travail en créant des lieux d'échange entre personnes de diverses générations. À Montréal, plusieurs groupes d'alphabétisation populaire ont uni leurs efforts pour aborder cette question avec les participantes et les participants. Une démarche sur la fierté a mené à la production d'affichettes présentant des savoirs des participantes et des participants. Collectivement, ils ont choisi d'organiser un événement pour diffuser les productions dans un lieu public.

  Les outils issus de l'approche Reflect ont été expérimentés tout au long du projet. Ainsi, les participantes et les participants ont pu analyser ensemble l'impact des préjugés dans leur quotidien. De plus, Reflect a offert des outils ayant pour but de permettre aux participantes et aux participants de décider collectivement d'une action visant à contrer les préjugés. Les diverses étapes de cette démarche ont constitué des occasions d'apprentissage multiples, par exemple : écriture des textes sur leurs savoirs, travail en grand groupe pour définir des critères pour le choix du lieu de diffusion, fierté, confiance en soi acquise ainsi que solidarité créée au cours de cette démarche et lors de la présentation des résultats dans un lieu public.

Projet sur la fierté, Montréal

- **L'organisation d'activités ouvertes à la communauté** : par exemple, l'aménagement d'un jardin permet d'organiser des ateliers sur les fruits et légumes et le jardinage urbain. La récolte constitue un événement public. Chaque année, ce type d'activité connaît du succès en ce qui a trait à la sensibilisation du milieu à l'analphabétisme et constitue une source de fierté pour les participantes et les participants.
- **Participation à des événements publics** : présentation collective, en public, qui permet aux participantes et aux participants de réciter les poèmes qu'ils ont écrits ou lus dans les ateliers et qui témoignent de leurs parcours, de leurs préoccupations et de leurs rêves.

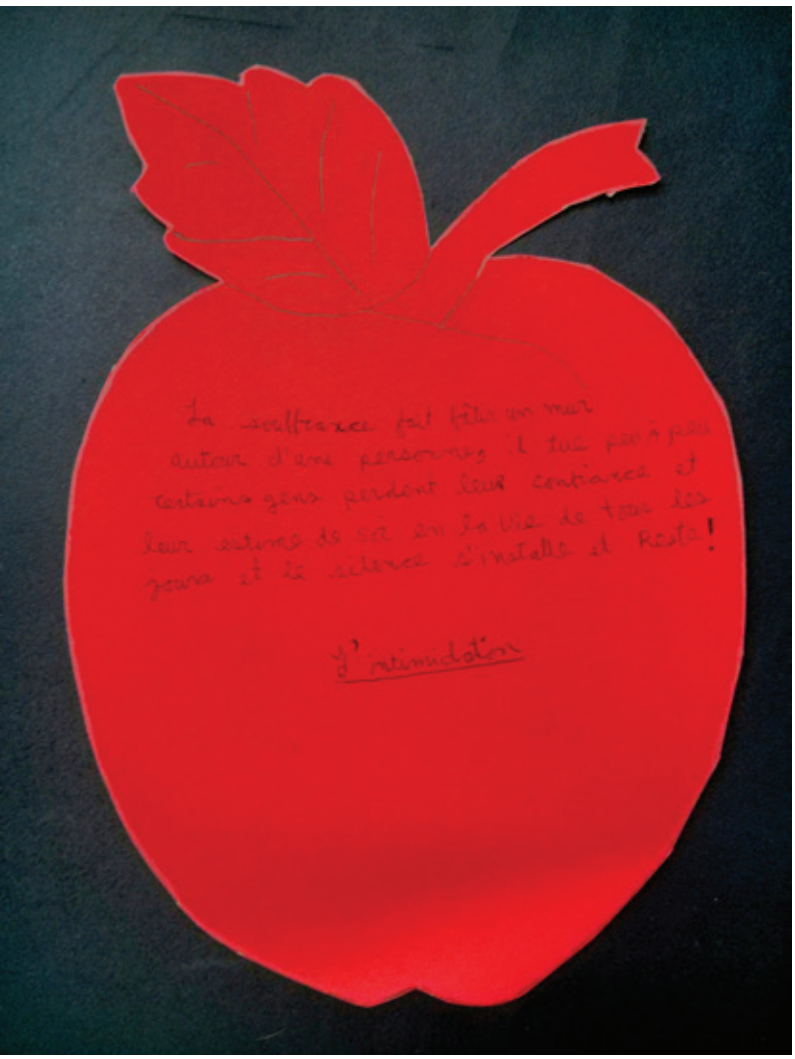
Atelier des lettres, participation au Festival international de littérature

- **Marathon de lecture et d'écriture** : activité annuelle ouverte à la population permettant de faire vivre un atelier et une activité d'écriture et de connaître un groupe d'alphabétisation populaire.

Marathon de lecture et d'écriture d'Atout-lire

- **Recherche-action** : par exemple, une recherche-action a été réalisée avec des jeunes, tous issus des classes spéciales. Ce projet a mené à la production d'une vidéo avec les jeunes visant à dénoncer les conséquences des classes spéciales.

- **Projet sur l'intimidation** : par exemple, un projet a été réalisé pour parler de l'intimidation vécue par toutes les participantes d'un groupe. Ce projet a mené à la publication d'un texte qui a par la suite été largement diffusé par une coalition du milieu qui s'intéresse à cette question. (Voir le récit de ce projet : *Agir ensemble pour contrer l'intimidation*, Alpha-Entraide des Chutes-de-la-Chaudière.)



Alpha-Entraide, projet sur l'intimidation

- **Album photos sur les besoins essentiels** (textes, photos ou images) : l'album présente des besoins essentiels non comblés (comme le logement) et il permet d'étayer les revendications de l'organisme. Il est envoyé au député pour qu'il prenne connaissance de l'ampleur du problème et comprenne les besoins des personnes concernées. L'album est un outil d'expression sociale utilisant l'écrit.
- Création d'une **chorale de personnes aveugles et sourdes-muettes** : par exemple, la Chorale des sans mots, qui est allée chanter *Frère Jacques* à la sortie du métro pour sensibiliser les gens à la situation de ses membres.

CEDA, chorale de muets et aveugles

- **Projet sur la pauvreté** : démarche de groupe sur l'impact de la pauvreté dans divers aspects du quotidien (la situation financière, le transport, le logement, etc.). Par exemple, un groupe a analysé les conséquences vécues de la pauvreté. Ce projet a donné lieu à la création de textes et d'images et à la mise en place d'installations par les participantes et les participants, illustrant des aspects de la réflexion sur la pauvreté présentés lors d'une exposition sur la pauvreté dans un musée.

Tour de lire, arbre sur la pauvreté, Expovreté, 2015

PRATIQUES CITOYENNES DE REVENDICATION ET D'ACTION

Certaines réflexions ayant pour point de départ un problème soulevé par une ou des personnes incitent un groupe à s'intéresser collectivement à une question en particulier. Dans ces démarches, le groupe mène une réflexion et, avec une approche critique, il analyse la question pour y voir plus clair. Il explore comment il pourrait en être autrement, il propose sa vision des choses et entreprend d'exprimer cette vision. Ces pratiques citoyennes prennent diverses formes : créations collectives présentées dans des événements ou lieux publics, lettres ou actions visant des élus, projets visant à faciliter l'accès à des services inaccessibles…

Association de l'Ouïe de l'Ouatouais

- **Des actions et des mobilisations** pour défendre les droits des personnes sourdes.
- **Plusieurs organismes ont réalisé des projets sur la santé** pour :
  - trouver des moyens de faire un suivi des soins de santé reçus ou prescrits;
  - faciliter une communication simple et accessible en santé;
  - trouver des moyens accessibles et adaptés de rester en santé.

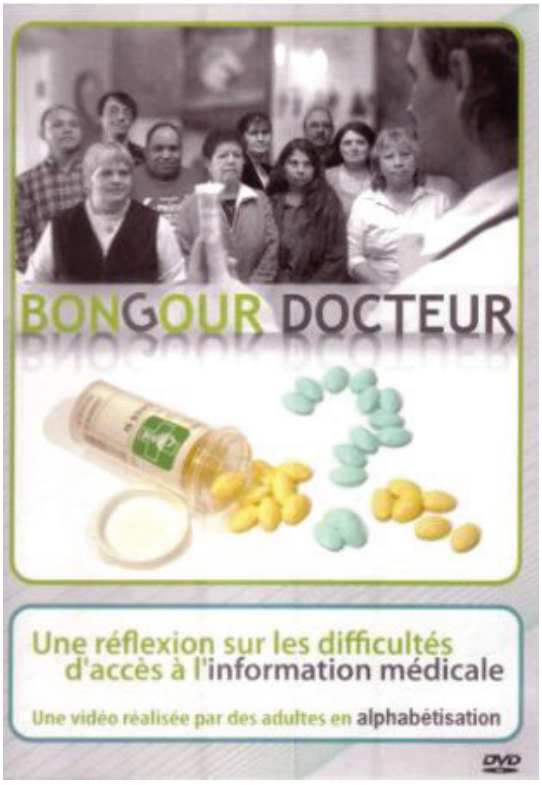
  Ces démarches, menées sur plusieurs mois et parfois sur plus d'une année, comportent plusieurs étapes : analyse d'un problème et des besoins, exploration et choix de solutions, production d'un outil

(p. ex. carnet de santé, outil de communication) ou d'une vidéo comportant toutes les étapes de planification, d'écriture, de tournage ou d'édition, de diffusion, etc.

Chaque étape offre la possibilité de travailler la lecture (p. ex. l'analyse de l'information existante) et la prise de parole en groupe (p. ex. la préparation à une rencontre avec des intervenants ou lors d'une visite d'une ressource en santé). Le groupe peut avoir à écrire à différents moments pendant le projet pour noter de l'information, réagir à une information reçue, produire un témoignage, etc.

La réflexion sur la santé permet à chacune et à chacun de faire le constat des acquis obtenus grâce à l'expérience personnelle vécue. La question de la santé est amenée à sa dimension collective. Le groupe se concentre sur la recherche commune de moyens d'agir pour résoudre le problème soulevé.

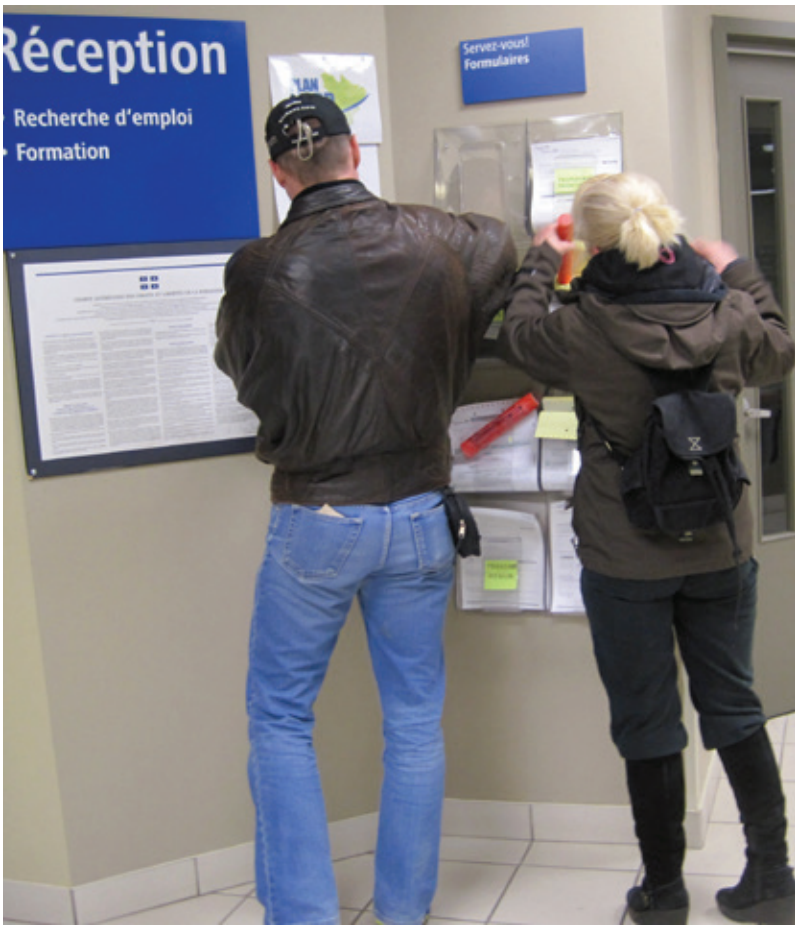
Atout-Lire, Le carnet de santé



La Jarnigoine, Bongour docteur

Alpha-Nicolet, Se comprendre... pour ma santé c'est important!,

- **Les lettres collectives**
  Certains problèmes soulevés par les participantes et les participants les amènent à choisir comme moyen d'action d'écrire une lettre collective à l'instance susceptible d'intervenir pour résoudre le problème :
  - Écrire aux cinémas d'une ville pour leur demander d'adapter leurs salles aux malentendants et obtenir gain de cause.
  - Écrire à la Ville afin qu'elle ralentisse le défilement des textes d'information, qui sont présentés trop rapidement sur les panneaux routiers électroniques et que les gens n'ont pas le temps de lire. Après une première lettre essuyant un refus, le groupe envoie une seconde lettre et obtient des résultats positifs.
  - Écrire au CLE pour obtenir la possibilité de poursuivre la participation au PASS.
  - Écrire au Bureau du directeur général des élections pour que le matériel pour les personnes sourdes soit mieux adapté.
  - En groupe, écrire une lettre à la société de transport pour que les autobus soient plus fréquents aux heures où les participantes et les participants en ont besoin, notamment pour venir à leur atelier ou pour retourner à la maison.
- **Une action d'éclat**
  À l'écoute des participantes et des participants, un groupe ayant constaté un manque d'accès à l'information et aux services au Centre local d'emploi (CLE) a décidé d'agir. Les participantes et les participants ont entrepris une série d'actions pour accroître l'accès au CLE. Faute d'obtenir un meilleur accès, les participantes et les participants ont eu l'idée de confectionner des bâtons de dynamite en roulant des formulaires d'Emploi-Québec sur lesquels ils avaient écrit « Aidez-nous à remplir le formulaire a». Pour elles et pour eux, c'était là le symbole de ce qu'ils ressentaient quand ils se retrouvaient devant un formulaire qu'ils étaient incapables de remplir : le formulaire risquait d'exploser devant eux. Ce geste a permis aux participantes et aux participants d'obtenir une rencontre avec des fonctionnaires d'Emploi-Québec, qui ont pris l'engagement d'élaborer de nouvelles directives à ce sujet. Par la suite, les participantes et les participants ont exercé une vigilance pour s'assurer que l'accès s'était réellement amélioré.



CEDA, action CLE

LA PARTICIPATION À DES MOBILISATIONS LOCALES, RÉGIONALES OU NATIONALES

Certaines pratiques s'inscrivent dans des actions ou des campagnes menées avec d'autres groupes à l'échelle locale, régionale ou nationale. Ces pratiques demeurent en lien étroit avec les préoccupations des participantes et des participants, la défense des droits des personnes peu alphabétisées et la défense et la promotion de l'alphabétisation populaire.

- Implication dans la lutte contre l'exploitation du gaz de schiste avec des organisations locales, ce qui permet de discuter des enjeux et d'agir en solidarité avec les groupes du milieu.
- Implication directe dans l'organisation de la **marche pour la lutte à la pauvreté et l'exclusion sociale**.
- **Implication solidaire avec des groupes du milieu** sur des questions qui sont en lien avec les préoccupations des participantes et des participants (p. ex. mobilisation pour le logement).

CEDA, participtiption à des mobilisations

Participation aux campagnes du RGPAQ

- **La Semaine de l'alphabétisation populaire**
  Organisation d'actions et d'événements avec les participantes et les participants pour mettre en valeur l'alphabétisation populaire : rassemblement avec soupe à l'alphabet, chaîne humaine et pétition, etc.

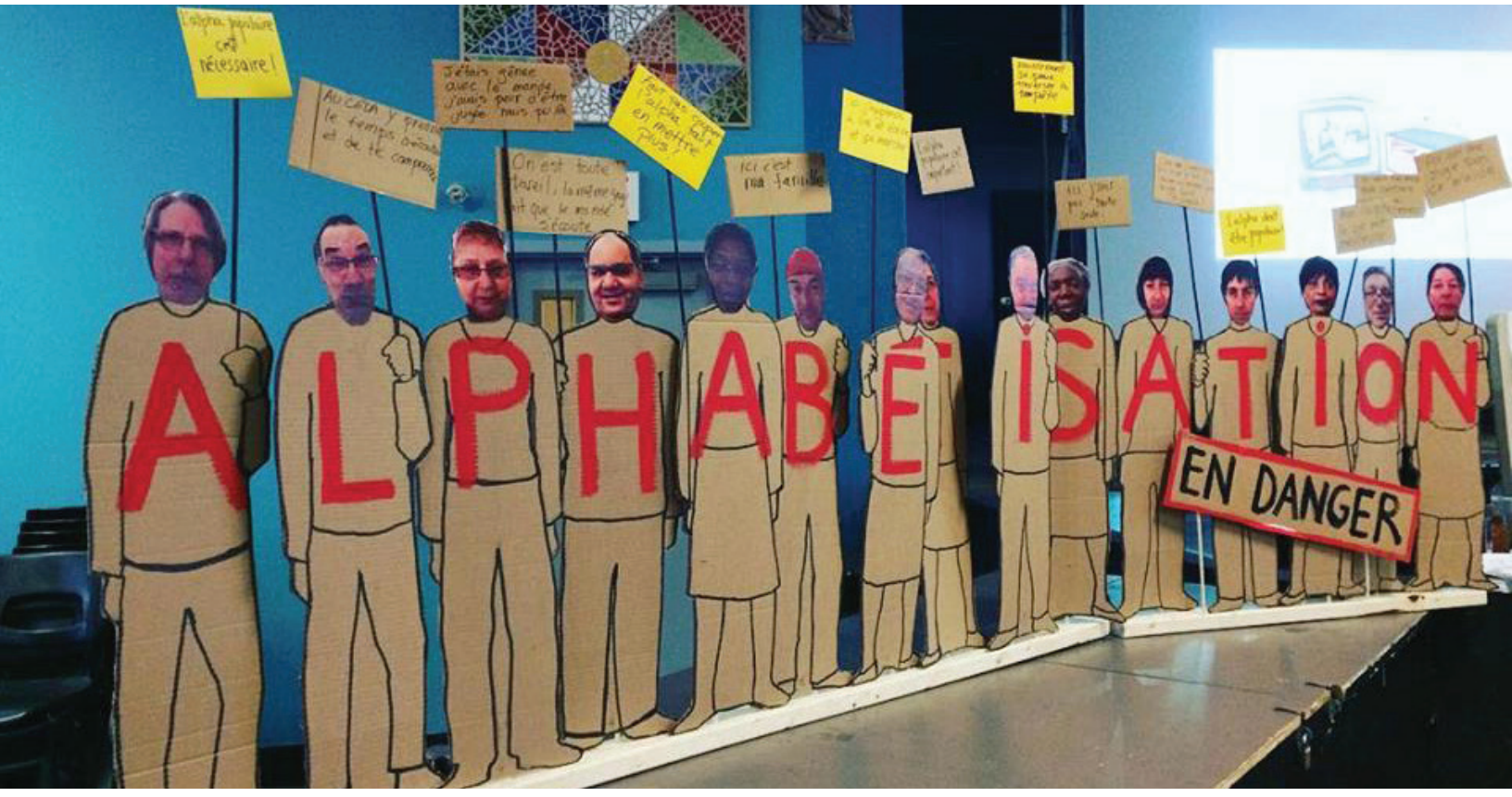
La Marée des mots, Semaine de l'alpha pop

- **L'alpha pop en péril**
  Démarches collectives dans certaines régions avec les participantes et les participants pour appuyer conjointement l'argumentaire sur des témoignages et décider d'actions pour rencontrer les députés et présenter les revendications.

Alpha pop en péril, Assemblée Laval/Laurentides/ Lanaudière

Alpha Pop en péril, Abitibi-Témiscamingue

Alpha pop en péril, Alpha Montréal



- **Ensemble contre l'analphabétisme**
  Cartes postales sur les conditions de vie et les difficultés des gens. Analyse des problèmes en groupe et recherche de solutions. Écriture en groupe sur les cartes postales et présentation aux députés. Ces cartes postales ont servi d'outils de sensibilisation à l'analphabétisme dans le milieu, ce qui nous a permis d'être invités à faire une présentation lors de la Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté, le 17 octobre.

- **La lutte contre l'austérité**
  Démarches de réflexion avec les participantes et les participants sur les effets de l'austérité avec, comme toile de fond, leurs besoins. Production d'un journal avec des écrits des participantes et des participants sur l'austérité, réalisation d'actions lors de la semaine d'actions dérangeantes (p. ex. fabrication et installation d'une corde à linge au-dessus de la rue pour dénoncer les conséquences de l'austérité, mur de glace devant le bureau du député, action dans le métro, au centre commercial, au bureau du député).

Mur de glace contre l'austérité, Centre alpha de La Baie et du Bas-Saguenay

CRECA, l'austérité en 26 lettres

Des rencontres ou des ateliers sur l'économie prenant pour point de départ les besoins et les aspirations des participantes et des participants. Ces activités permettent aux personnes de s'initier à la fiscalité et de mieux comprendre l'impôt, les sources de revenus du gouvernement et ce qui est financé avec ces revenus. Ainsi, les participantes et les participants peuvent discuter des choix de société et des conséquences de ces choix. Ils sont par la suite mieux en mesure de participer à l'élaboration de revendications et d'actions.

- **Le Bêcherons**
  Participation en groupe à la production du Bêcherons pour dénoncer les effets de l'austérité sur les personnes peu alphabétisées et revendiquer auprès des élus la reconsidération de leurs décisions.

  Les participantes et les participants ont présenté leur analyse sous la forme de conjugaisons qui ont été rassemblées dans un recueil, intitulé *BÊCHERONS - Conjuguer l'Austérité*. Ce Bêcherons est le cri du cœur d'adultes qui disent sans détour que les politiques d'austérité représentent pour eux un cul-de-sac, des conditions de vie encore plus difficiles que celles qu'ils connaissent déjà et davantage d'exclusion, de marginalisation et de pauvreté.

PRATIQUES DE CONSCIENTISATION

L'approche de conscientisation guide les pratiques des groupes. Analyse, réflexion et échanges offrent la possibilité aux participantes et aux participants de mieux comprendre une situation vécue et d'adopter une approche critique. Celle-ci leur permettra ensuite d'être mieux en mesure de transformer collectivement cette situation.

L'approche de conscientisation guide tant la sensibilisation que les moments de réflexion et d'analyse ou les actions et les mobilisations. Elle va de pair avec les pratiques citoyennes puisque réflexion et action sont liées de près. Elle prend comme point de départ un besoin, une préoccupation, dont l'analyse fait ressortir une dimension collective, politique, sur laquelle il faut agir.

- La mise sur pied d'une **cuisine collective** pour répondre au besoin de bien se nourrir avec un petit budget et contourner les difficultés à y parvenir peut constituer une pratique citoyenne. Dans certains cas, la cuisine collective sert de lieu de discussion et permet de parler des problèmes que les gens éprouvent à bien se nourrir. Ainsi, la préparation des menus et des achats, tout en constituant des occasions de lecture, d'écriture et de calcul, sont aussi des moments de réflexion critique qui peuvent mener à des actions. Par exemple, des groupes ont déjà initié des actions pour que les commerçants tiennent compte des budgets des familles à faibles revenus lorsqu'ils planifient les réductions.

Rencontres des cuisines collectives des groupes de l'Outaouais, semaine de l'alphabétisation populaire

La cuisine collective peut aussi permettre la mise en œuvre d'actions, par exemple, pendant le temps des Fêtes (p. ex. projet « Des pâtés pour s'aider », réalisé en solidarité avec des personnes à faibles revenus).

- **Analyse en groupe d'un article de journal**
  Bon nombre de groupes font la lecture régulière du journal local. Une lecture critique de l'actualité permet de réfléchir aux « dessous » des nouvelles : ce qui est dit, ce qui n'est pas dit et ce qui est caché. Cet exercice permet de découvrir les préoccupations ou les champs d'intérêt communs dans un groupe. Il permet la prise de parole, l'expression d'opinions et le développement de l'esprit critique et peut inciter un groupe à amorcer une action.

- **Des lieux d'échanges et de discussions sur des sujets préoccupant le groupe**
  Ateliers de conscientisation, déjeuners solidaires, discussions sur des questions sociales, cafés-rencontres pour malentendants, etc.

2.
PRATIQUES CITOYENNES EN ALPHA POP : QUELQUES ÉLÉMENTS CLÉS

- Des références importantes
  - La Déclaration de principes sur laquelle reposent les pratiques en alphabétisation populaire
  - Des repères pour reconnaître les pratiques citoyennes
- Des conditions nécessaires aux pratiques citoyennes
- Des outils utiles visant à faciliter les différentes étapes d'une démarche
  - 1re étape : Le début d'une activité ou d'un projet
  - 2e étape : L'exploration approfondie d'une question
  - 3e étape : L'action

RGPAQ

Les pages qui suivent présentent quelques éléments clés qui se dégagent des pratiques citoyennes actuelles en alphabétisation populaire. Les moyens et les outils présentés sont puisés en grande partie dans les expériences et les récits de pratiques citoyennes qui nous ont été transmis par les groupes. Ils proviennent aussi des principes de l'alphabétisation populaire et de certains outils de référence tels que l'approche Reflect et l'approche de la citoyenneté. Ils peuvent être adaptés à chaque réalité et à chaque milieu. Nous vous invitons par ailleurs à contribuer à la réflexion sur les pratiques citoyennes et à nous faire part de vos expériences à ce chapitre, expériences que nous pourrons ensuite ajouter aux exemples et aux outils présentés.

A. DES RÉFÉRENCES IMPORTANTES

1. La Déclaration de principes du RGPAQ

Le premier principe de la Déclaration de principes du RGPAQ constitue une clé permettant l'intégration de pratiques citoyennes en alphabétisation populaire :

> « L'alphabétisation populaire fait de l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et du calcul un outil d'expression sociale, de prise de parole, de pouvoir sur sa vie, et dans son milieu. »

Ce principe détermine la façon d'aborder l'apprentissage de la lecture et de l'écriture en alphabétisation populaire. Plutôt qu'une fin en soi, on y voit un moyen d'expression, de prise de parole et d'action.

De plus, la Déclaration de principes trace le cadre de la vie démocratique et associative. Elle établit que les participantes et les participants exercent un pouvoir dans les groupes, qu'ils y acquièrent un sentiment d'appartenance et que l'approche y est collective.

On trouve aussi d'autres éléments fondamentaux. L'alphabétisation populaire...

- part des réalités quotidiennes des participantes et des participants;
- suscite la conscientisation, mène à une prise de conscience collective des différentes réalités de la société et favorise une analyse critique et politique de même que le passage à l'action dans un objectif de transformation sociale.

Ces caractéristiques essentielles de l'alphabétisation populaire font en sorte que les pratiques citoyennes ont pleinement leur place en alphabétisation populaire.

2. Des repères pour reconnaître les pratiques citoyennes

Outre la Déclaration de principes, quelques repères seront utiles dans la mise en œuvre de pratiques citoyennes en alphabétisation populaire.

1er repère : Des définitions de pratiques citoyennes

Pour trouver des définitions qui collent à l'alphabétisation populaire, nous avons puisé dans deux sources : la revue du RGPAQ, *Le Monde alphabétique*, et les écrits de Majo Hansotte, qui inspirent un grand nombre d'organismes communautaires au Québec et en Belgique.

- Des pratiques collectives qui permettent d'acquérir :
  - une conscience claire et objective de sa situation; une approche critique de la réalité.

- Des pratiques qui suscitent la recherche et la découverte de moyens de transformer ensemble le monde dans lequel on vit.

Le Monde alphabétique, Citoyenneté, citoyennetés,
nº 10, RGPAQ, automne 1998

- Des pratiques grâce auxquelles, à travers une expérience commune, les citoyennes et les citoyens exercent leur liberté d'expression publique, leur citoyenneté. Ils ont le pouvoir, et d'une certaine manière le devoir, de contester ce qui leur paraît injuste, de faire émerger les questions et les problèmes à traiter, de proposer d'autres visions des choses.

  Le but de l'éducation populaire est de permettre aux citoyens de donner du sens à l'expérience vécue. Les connaissances acquises au cours d'une telle démarche permettent aux citoyennes et aux citoyens de reconstruire ensemble des rapports offensifs visant un monde plus juste.

Mettre en œuvre les intelligences citoyennes,
une méthodologie de Majo Hansotte
www.mondefemmes.org
http://www.rcentres.qc.ca/public/mettre-en-oeuvre-les-intelligences-citoyennes.html

2e repère : Des questions pour guider une démarche

Deux questions constituent des clés de base facilitant la compréhension du concept de « pratiques citoyennes » et l'intégration de telles pratiques dans ses activités quotidiennes : « **Qu'est-ce qui est juste? Qu'est-ce qui est injuste?** ». Les personnes sont ainsi invitées à réfléchir à ce qui est juste non seulement pour elles, mais aussi pour toutes les autres, et à **passer du « je » au « nous tous »**. Ainsi, collectivement, elles chercheront la **solution la plus juste possible pour « nous tous »**.

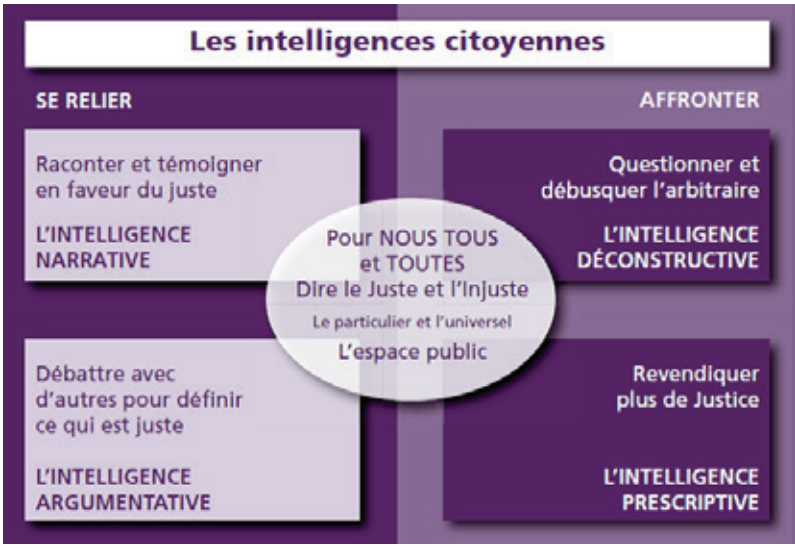
Exercer sa citoyenneté suppose d'être prêt à s'exprimer, à revendiquer ses droits et à entrer en conflit, mais attention, non pas dans un but de destruction, mais bien dans un cadre démocratique où le conflit a pour but de défendre des principes, des droits et des pratiques de vie.

3e repère : Les intelligences citoyennes

Une des clés des pratiques citoyennes réside dans la connaissance des intelligences citoyennes. Chacune peut être mise à contribution pour accroître sa capacité d'agir, de dire ce qui doit être dit, de revendiquer ce qui nous importe, de construire un pouvoir collectif, d'entreprendre une action.

- **L'intelligence narrative** : que s'est-il passé, hier et aujourd'hui? Que pouvons-nous et devons-nous faire? Qu'est-ce qu'on comprend de ce qui s'est passé?
- **L'intelligence déconstructive** : questionner, douter de ce qui nous est dit, remettre des choses en question, pratiquer une vigilance critique.
- **L'intelligence prescriptive** : revendiquer nos droits.
- **L'intelligence argumentative** : coopérative et non compétitive, basée sur le contexte réel vécu et comportant des objectifs clairs.

Schéma des intelligences citoyennes.
Sources : HANSOTTE, Majo, *Mettre en œuvre les intelligences citoyennes,* 2013. 94p.



B. DES CONDITIONS NÉCESSAIRES AUX PRATIQUES CITOYENNES

- Une équipe motivée.
- Un climat de confiance.
- Du temps pour discuter et pour creuser des sujets qui préoccupent les participantes et les participants.
- Une communication claire et simple (voir la section *Écrire simplement…* dans l'*Outil d'introduction pour la relève*).
- De l'ouverture de la part de l'équipe relativement aux préoccupations des participantes et des participants.
- De l'écoute envers les participantes et les participants.

Le groupe de travail sur la santé à Alpha Nicolet

- Un climat de discussion coopératif et non compétitif.
- Du temps : prendre le temps de présenter les apprentissages de différentes façons. Travailler l'apprentissage de la lecture et de l'écriture à partir des préoccupations des participantes et des participants.
- La reconnaissance d'un statut égalitaire pour chacun et chacune, et ce, même si les responsabilités diffèrent d'une personne à l'autre (*L'alpha pop, Des relations égalitaires* dans le DVD *L'Alpha pop en paroles*).
- La mise de côté et l'oubli du « prof en nous » pour adopter le rôle d'animatrice ou de facilitatrice qui accompagne les personnes dans leur démarche en alphabétisation populaire.
- Une présentation claire du cadre de la discussion (le cadre du groupe, de l'atelier, du projet, du comité, etc.).
- L'établissement de liens avec ce qui s'est fait sur cette question avant ou ce qui se fait dans d'autres groupes avec qui on est en contact.
- La liberté : voir à ce que le groupe ait la liberté nécessaire pour faire ses choix, pour créer, revendiquer, agir.
- La prévision des suites du projet : les ressources supplémentaires exigées, les attentes créées, etc.
- La planification des évaluations et des réajustements.

C. DES OUTILS UTILES POUR FACILITER LES DIFFÉRENTES ÉTAPES D'UNE DÉMARCHE

1re ÉTAPE : LE DÉBUT D'UNE ACTIVITÉ OU D'UN PROJET

Comment, dans un groupe d'alphabétisation populaire, déterminer un problème, une préoccupation ou un intérêt commun? Comment s'entendre sur un projet ou une activité qui…

- … répondra à une préoccupation collective?
- … suscitera une volonté de changement, une revendication, une action, la volonté de se mobiliser?
- … sera suffisamment rassembleur, favorisera la participation du groupe et contribuera au sentiment d'appartenance?

Des exemples de moyens et d'outils

- Porter une attention particulière aux discussions durant les moments informels tels les débuts de journée, les pauses, les midis, etc.
- Prévoir l'accueil et prendre le temps qu'il faut pour que les membres du groupe se connaissent et pour que s'installe un sentiment de confiance. Utiliser les activités brise-glace pour permettre aux membres du groupe de mieux se connaître et de découvrir les champs d'intérêt dans le groupe (voir la section *L'accueil des participantes et des participants dans l'Outil d'introduction pour la relève*).
- Puiser dans les évaluations d'activités ou d'actions passées, de l'information sur des besoins, des désirs ou des préoccupations des participantes et des participants.
- Déceler ce qui motive les participantes et les participants et ce qui les amène en alpha et respecter leurs attentes tout en faisant ressortir la façon différente de travailler en alphabétisation populaire (le travail s'y fait à partir des préoccupations des participantes et des participants et non pas à l'aide d'un programme établi).
- Animer une discussion de groupe à partir de questions telles que : « Qu'est-ce qui te préoccupe? Qu'est-ce qui t'intéresse? Qu'est-ce que t'aimerais apprendre? Qu'est-ce qui est important? Pourquoi tu viens apprendre à lire? » Vidéo sur l'éducation populaire : https://vimeo.com/126458022.
- Faire de façon régulière la lecture collective du journal local. Beaucoup de groupes s'adonnent à cette activité, qui permet de discuter de l'actualité et de parler des préoccupations des participantes et des participants et de trouver des champs d'intérêt communs.
- Utiliser du matériel réel. Demander aux participantes et aux participants d'apporter des documents qu'ils ont à la maison : formulaires, feuillets d'instruction, information de l'école des enfants, emballages, etc. Suggérer un thème (la santé, l'alimentation, etc.). Selon les capacités des gens, en faire une activité de groupe ou de sous-groupes et porter une attention particulière aux préoccupations communes.

- Offrir des choix aux participantes et aux participants et souligner les éléments communs. Amener le groupe à jouer un rôle de plus en plus actif dans les ateliers et dans les diverses activités et lieux d'implication.
- Planifier la réalisation d'une œuvre collective, d'un grand collage à partir d'une question lancée au groupe : « Qu'est-ce qui nous met en colère aujourd'hui (dans la société, dans notre quartier, notre ville, notre milieu...)? » Les personnes choisissent une image, font un dessin, écrivent un mot sur une très grande feuille. Toutes les idées sont écoutées et respectées.
- Explorer des situations de la vie quotidienne avec le théâtre forum, des jeux de rôles, des mises en situation.
- Faire une marche et observer en groupe les lieux où il y a de l'information écrite à lire.

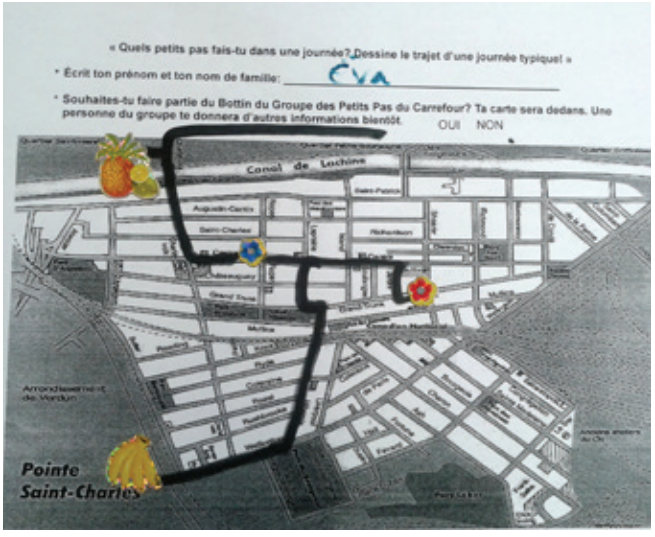
Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles, parcours sur l'histoire

- Explorer l'histoire. Visiter à pied ou en autobus des lieux significatifs dans l'histoire du quartier ou de la localité.

Les cartes

- Une carte peut permettre de faire l'historique des participantes et des participants. On peut en effet y retracer le parcours des personnes en indiquant leur lieu de naissance et leurs déménagements. Cet exercice peut en outre être utilisé pour le calcul de distances ou de dates entre chaque événement. Un exercice d'écriture visant à expliquer les déménagements peut également être réalisé.
- On peut aussi utiliser une carte pour constater l'évolution d'un lieu et faire ressortir des préoccupations communes. Les événements insérés dans la carte peuvent susciter des discussions et inspirer un travail d'écriture.
- On peut également indiquer sur une carte les caractéristiques du milieu observées par les participantes et les participants et discuter des changements dans le voisinage.

Carte du groupe Les petits pas, Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles, illustrant les déplacements d'une participante dans le quartier



- Sur une carte, on peut tracer les déplacements de chaque membre du groupe dans le quartier, la municipalité ou sur un plus grand territoire et localiser des ressources communautaires, des services fréquentés, des services alimentaires, des lieux où il faut lire ou écrire ou s'informer (voir le récit *Les petits gestes qui font du bien*).

Le calendrier

On peut confectionner un calendrier pour faire ressortir des activités des femmes et des hommes pour une période choisie (mois, semaine ou journée type). Cette activité permet de discuter ensuite des résultats.

L'arbre à problème

L'arbre à problème sert à explorer des situations ou des problèmes. Le tronc représente le sujet qui fera l'objet de la discussion : l'analphabétisme, les difficultés de transport, le manque de temps, les problèmes de santé, etc. Les racines représentent les causes, les ressources, la base du sujet. Les branches symbolisent les conséquences du problème ou des moyens que les ressources permettent. Les feuilles ou les fruits représentent les solutions.

Une ligne du temps/un fleuve historique

Une ligne du temps ou un fleuve historique accompagnent des activités sur l'histoire et permettent de noter des faits importants sur divers thèmes et d'en discuter. En traçant une ligne du temps qui illustre l'histoire d'un groupe ou d'une localité, les participantes et les participants peuvent se situer eux-mêmes dans cette histoire (leur naissance ou des événements marquants pour eux). Ces outils permettent de faire ressortir les expériences que les gens trouvent significatives, d'établir des liens entre les expériences vécues et de définir un point commun sur lequel on souhaite agir.

RESSOURCES :

Pédagogies émancipatrices et démarches citoyennes, Journal de l'alpha, n° 192, 1er trimestre 2014.

Un outil d'introduction pour la relève en alphabétisation populaire, et le DVD *L'Alpha pop en paroles*, RGPAQ 2013.

L'APPROCHE REFLECT

Reflect est une approche dont le but est de créer un espace où les gens se sentent à l'aise pour se réunir et discuter de questions importantes dans leur vie. L'approche vise la participation des populations aux décisions qui ont un impact sur leur vie. Elle est donc axée sur la communication.

Comme l'alphabétisation populaire et comme les pratiques citoyennes, Reflect est fondée sur un projet de transformation sociale et sur la recherche d'une plus grande justice sociale. Reflect implique aussi un espace démocratique où la voix de chacun a une valeur égale. Cette approche repose sur le respect des expériences et des savoir-faire des populations. Elle propose un cycle constant de réflexion et d'action dans une perspective de changement.

L'approche propose de multiples outils participatifs qui ont pour but de faciliter la création d'environnements ouverts et démocratiques, qui sont conçus pour soutenir la réflexion sur les rapports de pouvoir.

Plusieurs moyens et outils suggérés sont puisés dans cette approche. Selon l'objectif poursuivi, il y aura un outil qui pourra contribuer à soutenir la démarche d'un groupe. Les références complètes sont données dans la section *Ressources pour des pratiques citoyennes en alpha pop*.

Ressources sur Reflect :

Martine Fillion, *Journée d'échanges Reflect*, RGPAQ.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=12&record=19247070124910652529

Communication et pouvoir, ressources pratiques, www.reflect-action.org

Manuel de conception Reflect, www.reflect-action.org

L'Atelier d'expérimentation de Reflect offert par le RGPAQ permet de découvrir cette approche et d'expérimenter plusieurs outils.

2e ÉTAPE : L'EXPLORATION APPROFONDIE D'UNE QUESTION

Comment aller plus loin sur un sujet qui intéresse ou qui préoccupe le groupe? De quelle façon peut-on analyser plus en profondeur une question? Comment parvenir à une compréhension plus complète d'un problème? Comment se défaire des idées qui nous sont imposées et des préjugés? Comment créer un espace démocratique, un lieu de réflexion et de pratiques politiques dans le sens où tous et toutes se mettent à réfléchir à une autre façon d'aborder la situation pour que ce soit juste pour « nous tous et toutes »?

Les références importantes mentionnées au début du présent document, à savoir la **Déclaration de principes** et les repères sur les **pratiques citoyennes**, guideront la réflexion à mener. De plus, on peut trouver dans les approches et les outils en alphabétisation populaire le soutien nécessaire pour amorcer de telles réflexions. L'approche de **Conscientisation** et la démarche **Reflect** proposent des façons de faire et des outils qui ont pour but de faciliter la participation de tous les membres d'un groupe à la réflexion et aux

décisions. L'approche de la **Pensée critique et créatrice** procure des façons de soutenir et d'accompagner la réflexion dans un groupe. Le **Récit de vie** permettra d'approfondir l'analyse du rapport à l'écrit et des causes de l'analphabétisme. Enfin s'ajoute le **Langage intégré**, qui permet de faire de ces moments de réflexion des occasions de travailler l'apprentissage de l'écrit.

Des exemples de moyens

- **La création d'un groupe de travail** composé de participantes et de participants qui soulèvent un problème, décrivent la façon dont il est vécu, nomment les difficultés qui en découlent et explorent ce qui pourrait être fait pour résoudre ces dernières, découvrent des aspects particuliers d'une problématique ou abordent des notions qui permettent de réfléchir à des solutions, analysent des documents d'information.

- **L'arbre à problème** peut être utilisé pour analyser en profondeur un problème, ses conséquences et les solutions envisageables pour le résoudre. L'arbre constitue un outil d'animation qui facilite la participation de toutes et de tous aux discussions. Les sujets peuvent ensuite être exploités pour des activités d'écriture selon les niveaux des participantes et des participants.

- **Les insectes** : le corps d'un insecte dessiné symbolise un thème, un sujet à creuser, et les pattes, les idées qui ressortent de la discussion. Les discussions font émerger des mots qui peuvent servir à créer un texte, à amorcer des recherches sur certains sujets, à lire et à discuter.

- **Des récits d'expérience** : de courts récits d'expériences vécues, par les personnes elles-mêmes ou par un proche, peuvent être faits. Le récit peut être celui d'une situation injuste que les gens ont vécue à cause des difficultés qu'ils éprouvent à lire et à écrire. Après avoir écouté les récits de chaque personne, les membres du groupe peuvent s'entendre sur un récit à analyser ensemble. La réflexion et la discussion permettront de cerner ce qui est collectif, ce que le groupe voudrait comme changement et ce qu'il serait prêt à faire pour changer la situation.

  Les récits peuvent être présentés sous forme orale, en images ou avec des dessins et selon les capacités des participantes et des participants, de même que par écrit, avec quelques mots, des phrases ou de courts textes.

- **Un tableau récapitulatif** : on peut présenter dans un tableau, sous forme d'images ou de mots simples, les éléments qui ressortent d'une discussion sur un récit abordé en groupe (page suivante).

- Des mots écrits ou des images dessinées ou collées sur des feuilles permettent de représenter les changements voulus. Les feuilles sont ensuite regroupées, ce qui aide les groupes à faire des choix.

Ce que nous avons spontanément envie de dire	Les images qui nous viennent	Ce que nous voulons comme changements
Une émotion mobilisatrice	**Un imaginaire critique**	**Un désir transformateur**
Les cris du cœur et les questions brûlantes ***Les aspects affectifs*** Le récit fait surgir des paroles de colère, de tristesse, d'indignation, des questions spontanées...	**Les images intérieures** ***Les aspects symboliques*** Le récit fait surgir des visions et images : que voyons-nous? (Symboles, objets, personnages, scènes...)	**Les exigences en lien avec les changements souhaités** ***Les aspects politiques*** Le récit interprété par nous comporte en soi des visées de changement. Quels changements sont espérés par la personne? L'individu Quelles exigences de changement sont aussi ressenties par les personnes qui écoutent? Le collectif Quelles exigences de changement sont à revendiquer pour NOUS TOUTES ET TOUS? La société ou le monde Questionner. Classer. Définir des priorités.

RESSOURCES

Mettre en œuvre les intelligences citoyennes [ressource électronique] : une méthodologie de Majo Hansotte.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=9&record=19269655124910878379

Pédagogies émancipatrices et démarches citoyennes, Journal de l'alpha, Lire et écrire, n° 192, 1er trimestre 2014.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=7&record=19264509124910827819

Les exemples de pratiques citoyennes en alpha pop et les trois récits :

- *Une communication simple et accessible en santé, ça nous concerne!*
- *Les petits gestes qui font du bien*
- *Agir ensemble pour contrer l'intimidation*

Les formations du RGPAQ :

- *Approche de conscientisation en alphabétisation populaire*
- *Développer la pensée critique et créatrice*
- *Récit de vie, appropriation de la lecture et de l'écriture*
- *Atelier d'expérimentation de l'approche Reflect*

DÉVELOPPER UNE PENSÉE CRITIQUE CRÉATRICE

Cette approche met l'accent sur la pratique de la philosophie, l'apprentissage du dialogue. Pour cela, elle propose de partir d'un texte ou d'une histoire qui suscite une discussion autour de thèmes définis par les personnes. Ainsi, le groupe est transformé en une communauté de recherche, en un lieu où il est possible de créer, d'échanger des idées, de clarifier des concepts, d'élaborer des hypothèses et d'évaluer les conséquences d'une action. Les personnes apprennent à penser par et pour elles-mêmes et à réfléchir avant d'agir. Par la délibération et la collaboration, les personnes peuvent par exemple distinguer ce qui relève de l'imaginaire et ce qui provient de faits, reconnaître les préjugés et s'en défaire, se rendre compte qu'elles ne sont pas là pour gagner mais pour apprendre, voir qu'il faut prendre le temps de s'écouter et constater que la vérité est une chose difficile à cerner et qu'elles sont responsables de découvrir par elles-mêmes cette vérité.

Ressources

Publications :

La communauté de recherche philosophique : applications et enjeux, PUL, Québec, 2011.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=10&record=19244541124910627239

Gagnon, Mathieu. *Guide pratique pour l'animation d'une communauté de recherche philosophique*, PUL, 2005.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=10&record=19174459124919926319

BOUCHARD, Amélie, Clode LAMARRE et Stéphane THÉORET. *Je pense donc j'agis [ensemble multisupports] : outil d'animation pour le développement de la pensée critique dans un groupe d'alphabétisation populaire*, La Jarnigoine, 2010.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=1&record=19234547124910527299

Formation :

La formation *Développer une pensée critique créatrice* offerte par le RGPAQ permet de découvrir cette approche et de l'expérimenter afin de pouvoir s'en inspirer dans sa pratique.

3e étape : L'action

Les participantes et les participants étant à l'origine et au cœur de la réflexion, ils sont aussi au cœur de l'action. La section *Des exemples de pratiques citoyennes en alpha pop* illustre bien comment les activités, les actions et les projets peuvent être conçus et réalisés par et avec les participantes et les participants. Les trois récits détaillés de pratiques citoyennes contribuent aussi à présenter des pratiques où les participantes et les participants ont été citoyennes et citoyens à part entière. Les exemples portent autant sur la vie associative et démocratique que sur les activités et les actions des groupes d'alphabétisation populaire. Ces pratiques se situent dans différents contextes : dans des activités régulières, des projets d'envergure modeste, des projets échelonnés sur de longues durées, en milieu urbain, en région, etc. Les pratiques présentées ont en commun de contribuer à la prise de parole et à l'exercice de la citoyenneté. À travers ces démarches, les participantes et les participants ont mis au jour des problèmes vécus, dénoncé des situations qui devraient être changées et proposé des façons différentes d'agir pour qu'une situation devienne plus juste.

C'est ainsi que le premier principe de la Déclaration de principes devient concret : « L'alphabétisation populaire fait de l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et du calcul un outil d'expression sociale, de prise de parole, de pouvoir sur sa vie, et dans son milieu. »

Pour favoriser la participation, il existe diverses ressources. Là encore, l'approche Reflect fournit des outils pour faciliter les discussions, pour que chaque personne participe aux décisions et pour que les choix soient ceux de tout le groupe. Ainsi, toutes et tous se sentiront parties prenantes des activités et des actions.

Des exemples d'outils

- **Les matrices**

  Les matrices sont des outils issus de l'approche Reflect qui peuvent être utilisés de différentes façons. Ce sont des grilles ou des tableaux qui permettent de structurer une discussion. Elles ont déjà été très utiles dans la planification de projets, la construction d'un scénario et le plan de tournage d'un DVD. On les a aussi utilisées pour discuter de choix à faire pour réaliser une activité, analyser l'accessibilité de messages, etc. Selon l'objectif poursuivi, on peut se servir de différentes matrices.

  Le recours à la symbolisation favorisera la participation aux discussions et aux décisions de tous les membres d'un groupe, et ce, peu importe leur niveau de compétence en lecture et en écriture. C'est par consensus que des images sont choisies par les participantes et les participants pour symboliser des idées et de l'information à inscrire dans la matrice.

  On a démontré la pertinence des matrices dans divers contextes. Les décisions qui sont prises pendant l'élaboration en groupe d'une matrice donnent lieu à des discussions au cours desquelles les participantes et les participants doivent expliquer leurs choix. Ces discussions permettent d'établir collectivement des critères ou de trouver des valeurs communes qui ont de l'importance pour le groupe. Ainsi, l'élaboration de matrices permet à tous les membres d'un groupe de se sentir partie prenante d'un projet.

La Jarnigoine, planification et partage des tâches pour la production de la vidéo Action-répondeur

- **La matrice de planification**

  Utilité : planifier un projet ou une action.

  On peut y regrouper de l'information utile pour tous les membres d'un groupe qui participent à un projet (par exemple, on commence par planifier tous les aspects du projet à réaliser). Des images choisies par les participantes et les participants illustrent QUOI, COMMENT, QUI, QUAND et OÙ.

- **Une matrice de comparaison**

  Utilité : mener une campagne, choisir les actions à entreprendre en fonction de l'objectif et de la cible visée (population, gouvernement, etc.).

  Lors d'un projet réalisé sur la fierté, une matrice représentait en images divers lieux où pouvaient être installées les affiches des participantes et des participants.

  La matrice a permis aux participantes et aux participants de tous les groupes de discuter de leurs préférences, de fournir des explications relativement aux raisons qui avaient guidé leurs choix et de faire ressortir des critères communs à l'ensemble du groupe.

Matrice de comparaison, projet sur la fierté, Alpha-Montréal

LES PRATIQUES D'ÉCRITURE AUTONOME ET DE LECTURE OU LE LANGAGE INTÉGRÉ EN ALPHABÉTISATION POPULAIRE

L'approche du langage intégré constitue un outil de base en alphabétisation populaire. Cette approche permet de situer l'apprentissage de l'écrit dès le départ dans un contexte de communication et d'action. L'idée derrière le langage intégré est de saisir chacune des occasions qui passent pour en faire autant d'occasions d'écriture et de communication. Pour cela, il faut obtenir la collaboration des membres du groupe. Ainsi, l'approche permet d'intégrer les apprentissages dans les projets, les activités et les actions d'un groupe. Ce qui rend les apprentissages transférables au quotidien puisqu'ils sont basés sur des expériences et des situations vécues et des réalisations concrètes.

L'approche est fondée sur le respect des personnes et de leur culture. Elle tient compte de qui elles sont, de leur vécu et de leurs façons de s'exprimer. Elle repose par ailleurs sur de grands principes et propose des façons de faire qui permettent de soutenir les apprentissages et de favoriser le climat de collaboration dans le groupe. Par exemple, en langage intégré, la modélisation permet de faire découvrir le processus d'écriture. L'approche propose aussi différentes formes d'échanges (en groupe, en sous-groupes, entre participantes et participants et animatrices) qui permettent de discuter, d'échanger des idées, de voir des règles grammaticales, de corriger un texte, etc.

Ressources

Publications :

FILLION, Martine. *Pouvoir se dire, les pratiques d'écriture autonome et de lecture en alphabétisation populaire, Les suites du langage intégré*, RGPAQ.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=4&record=19229469124910476419

BOUDREAU, Guy*., langage intégré*, RGPAQ.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=5&record=19229563124910477459.

Formation :

Les pratiques d'écriture autonome et de lecture en alphabétisation populaire, RGPAQ

- **Les participantes et les participants présents à toutes les étapes de la réalisation**

  Les expériences de pratiques citoyennes en alphabétisation populaire ont démontré que certains moyens mis en œuvre font en sorte que les participantes et les participants sont au cœur de l'action et que le projet devient le leur.

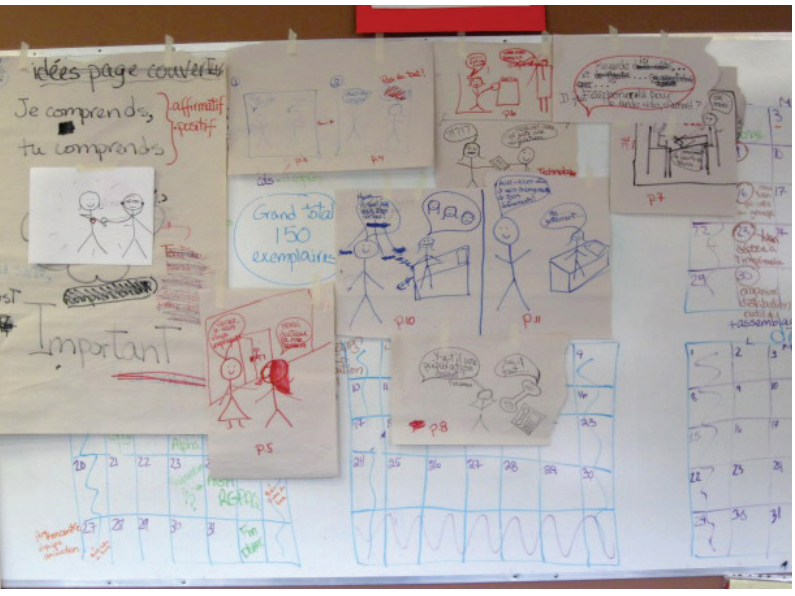
- Chacune des étapes d'un projet ou d'une activité est le fruit d'une décision collective du groupe.
- Le travail de réflexion se base constamment sur les mots et les propos des participantes et des participants qui ont été notés, affichés.
- L'animatrice est là pour répéter ce qui s'est dit, faire un rappel des objectifs, apporter de l'information utile, suggérer

des outils qui permettront de discuter des choix effectués, souligner les acquis, les savoirs et les forces des participantes et des participants, accompagner la recherche de ressources pertinentes dans le milieu pour la réalisation du projet, soulever des questions pour aider les participantes et les participants à y voir plus clair et à approfondir le sujet : « As-tu des exemples de ce que tu dis? Qu'est-ce que ça implique? Comment sais-tu cela? Pensez-vous que c'est bon ou mauvais pour nous? »

Ce travail en groupe constitue une occasion ou un moyen d'élaborer un texte ou un outil de communication, de calculer un budget, de planifier un échéancier, d'organiser un événement, de prendre la parole, de travailler en équipe, de prendre conscience de ses acquis et de pouvoir en faire profiter aux autres.

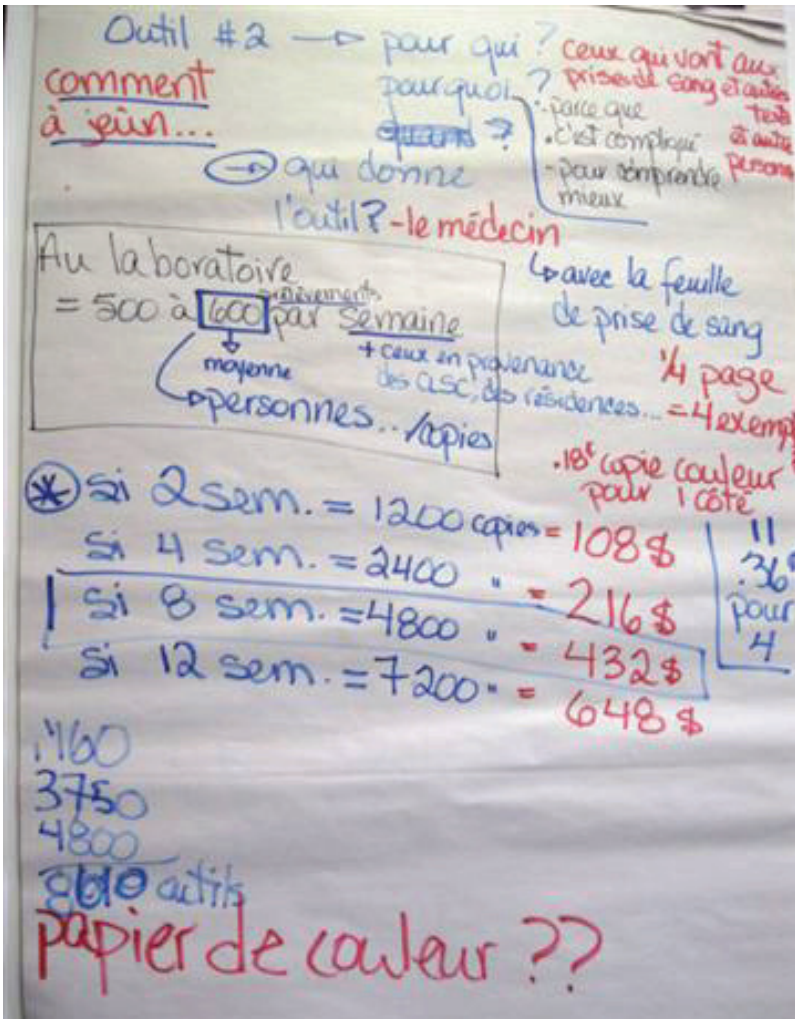
(Voir les trois récits : *Une communication simple et accessible en santé, ça nous concerne !, Les petits gestes qui font du bien,* et *Agir ensemble pour contrer l'intimidation.*)

Notes du groupe de travail sur la santé, Alpha-Nicolet



- **La gestion du budget, la planification de la distribution**

  Cet aspect d'une activité ou d'un projet, s'il est pris en charge par les participantes et les participants, permet à ces derniers d'exercer un pouvoir, de discuter de contraintes et de possibilités et de faire des choix, qui exigent qu'ils s'entendent sur des critères communs.



Gestion du budget, groupe de travail sur la santé, Alpha-Nicolet

- **La diffusion d'une production de groupe**

  La diffusion d'une production de groupe constitue une étape importante d'un projet puisqu'elle offre la possibilité aux participantes et aux participants d'éprouver de la fierté à l'égard de la démarche qu'ils ont menée et d'obtenir de la crédibilité pour leurs propos. En effet, la diffusion de la production du groupe par les participantes et les participants contribue à ce qu'ils soient entendus et leur permet d'avoir des retombées dans le milieu ciblé.

  Là encore, les apprentissages peuvent être multiples : les participantes et les participants peuvent cibler les organismes du milieu à inviter à un lancement ou à une conférence de presse, rédiger collectivement les invitations et les présentations à faire pendant l'événement, organiser ensemble l'activité et prendre la parole publiquement lors de celle-ci.

- **L'évaluation des activités**

  Le fleuve a largement été utilisé lors des évaluations pour permettre aux participantes et aux participants de prendre la parole et d'avoir du pouvoir sur les activités, les projets ou les actions d'un groupe.

Actualités

POUR UNE MEILLEURE COMMUNICATION AVEC LES INTERVENANTS DE LA SANTÉ

Par François Beaudreau

Des participantes d'Alpha-Nicolet présentent le résultat de leur travail pour trouver des solutions afin de contrer les inégalités sociales en santé.

Article, Lancement des outils d'Alpha Nicolet

Tout au long d'une année ou d'un projet, le groupe intègre dans un fleuve des images illustrant le parcours du groupe. L'élaboration du fleuve donne libre cours aux discussions et permet à chaque personne de s'exprimer, de faire ressortir les consensus et d'orienter les activités, les projets, etc.

Le fleuve, La Maison des mots

Ressources

Publications :

La conscientisation selon l'approche de Freire, RGPAQ, 2003, 36 p.

« Oser l'approche conscientisante », Le Monde alphabétique, nº 15, RGPAQ, automne 2003. http://bv.cdeacf.ca/ma.php?no=15

Rapport synthèse, *expérimentations Reflect*, RGPAQ, mars 2013.

L'outil d'introduction pour la relève en alphabétisation populaire et le DVD *L'Alpha pop en paroles*.

Les exemples de pratiques citoyennes en alpha pop et les trois récits.

Les formations du RGPAQ :

- *L'approche de conscientisation en alphabétisation populaire, RGPAQ*
- *L'Atelier d'expérimentation de l'approche Reflect*
- *La démocratie au cœur de nos groupes d'alphabétisation populaire*

3.
TROIS RÉCITS DE PRATIQUES CITOYENNES

- Agir ensemble pour contrer l'intimidation
- Les petits gestes qui font du bien
- Une communication simple et accessible en santé, ça nous concerne!

RGPAQ

AGIR ENSEMBLE POUR CONTRER L'INTIMIDATION

Un résumé du projet d'Alpha-Entraide des Chutes-de-la-Chaudière

OBJECTIF

Faire un projet pour trouver des moyens de se libérer d'une forme d'intimidation.

AVEC QUI?

- Un groupe de huit participantes, âgées de 20 à 60 ans, inscrites au Programme PAAS.
- Le Projet-Éveil est une initiative d'organismes communautaires locaux regroupés au sein d'une Table prévention promotion famille enfance jeunesse de Lévis qui avait pour but d'aider des jeunes vivant de l'intimidation.

LE CONTEXTE

Les participantes viennent trois fois par semaine à des ateliers où elles travaillent la lecture, l'écriture, le calcul, l'informatique et le développement personnel et social. C'est dans le cadre d'une activité régulière, soit l'atelier de développement personnel, que le projet a pris forme. La question de l'intimidation a émergé des discussions sur les relations interpersonnelles : toutes les membres du groupe avaient vécu une expérience d'intimidation dans leur vie. C'est donc d'un commun accord qu'elles ont décidé de creuser collectivement cette expérience commune.

COMMENT

Une démarche a été entreprise au cours de laquelle, de semaine en semaine, pendant dix semaines, les participantes ont travaillé sur la question de l'intimidation :

- Table ronde pour parler des différentes expériences vécues.
- Consensus pour réaliser un projet qui proposera des moyens de se libérer de l'intimidation.
- Remue-méninges portant sur des idées de projets.
- Échanges à partir de la documentation sur l'intimidation.
- Élaboration en groupe de solutions à l'intimidation.
- Recherche d'un symbole pour représenter l'intimidation et échanges sur comment ce symbole représente l'intimidation pour chaque personne.
- Production collective : bricolage.
- Diffusion de cette production dans un bulletin d'un projet des organismes communautaires du milieu portant précisément sur l'intimidation et associé à un grand nombre de partenaires locaux (ville, école, réseau de la santé, de loisirs, etc.).

LES RÉSULTATS

L'expérimentation d'une démarche de réflexion, d'analyse et de création à partir d'une préoccupation soulevée par les participantes.

La publication de la production du groupe dans l'infolettre du Projet-ÉVEIL ainsi que sa diffusion dans un large réseau d'organismes du milieu.

AGIR ENSEMBLE POUR CONTRER L'INTIMIDATION

Le récit du projet d'Alpha-Entraide des Chutes-de-la-Chaudière

Dans quel contexte le projet sur l'intimidation d'Alpha-Entraide a-t-il vu le jour?

Geneviève : C'est dans le cadre d'activités régulières, les ateliers de développement personnel et social – *Nouvelles découvertes* – que le projet sur l'intimidation a été réalisé. Il a été mené sur une période de dix semaines, au rythme des ateliers, une fois par semaine. Huit femmes, âgées de 20 à 60 ans, inscrites au Programme PAAS Action, ont décidé de faire un retour sur une expérience commune qu'elles avaient toutes vécue.

Comment la question de l'intimidation a-t-elle surgi?

Geneviève : D'abord, les participantes se connaissaient bien. Elles participaient à des ateliers depuis deux ans. Il y avait donc une relation établie entre elles, un climat de confiance. Pour animer les ateliers, je préparais quelques questions portant sur les relations interpersonnelles, par exemple :

- Pourquoi est-il si important d'avoir des relations positives avec autrui?
- Qu'est-ce que ça peut apporter?
- Qu'est-ce qu'on veut partager avec chaque personne?
- Comment sait-on si on vit une bonne ou une mauvaise relation?

En discutant, les femmes ont pris conscience qu'elles avaient toutes vécu une expérience d'intimidation dans leur passé. Ensemble, elles ont parlé des expériences qu'elles avaient vécues à l'enfance et à l'adolescence. **Cette discussion a conduit le groupe à un consensus autour de l'idée de faire un projet pour offrir des moyens de se libérer de l'intimidation**. Le fait qu'il s'agisse d'une expérience commune à tous les membres du groupe nous a permis d'en discuter de façon générale, en traitant des différentes formes d'intimidation. Le sujet a suscité beaucoup d'émotion, compte tenu des dures expériences de chacune. Cependant, j'ai invité les femmes à aborder cela en fonction des expériences et des faits vécus plutôt que des problèmes à fouiller.

Tout au long du projet, le groupe a vu à maintenir cet équilibre entre un sujet chargé de souvenirs douloureux et la volonté d'adopter un point de vue élargi afin de penser collectivement à des solutions pour surmonter l'intimidation. Le climat de confiance qui régnait dans le groupe a été une clé de la réussite de ce projet.

Comment les étapes suivantes se sont-elles précisées?

Geneviève : À la suite de la décision de faire un projet, les étapes suivantes se sont précisées au fil des semaines. Les réflexions ont forcé les participantes à faire des choix. De plus, nous avons eu l'occasion de diffuser les messages du groupe. Voici, en bref, des éléments des différentes étapes :

DISCUSSION AUTOUR DES EXPÉRIENCES VÉCUES ET RÉFLEXION COLLECTIVE SUR LES SOLUTIONS

- **Réflexions sur l'intimidation**
  - « Il est certain que vivre l'intimidation fait baisser notre estime et notre confiance en soi.
  - « Lorsqu'on ne veut pas parler de notre souffrance, c'est qu'il y a trop de honte, de gêne, de culpabilité, de peur de se faire juger... »

Proposition de solutions

- Parler à des personnes de confiance : parents, professeurs, etc.

La symbolisation de l'intimidation

Pour faciliter la discussion, les participantes ont été invitées à choisir un symbole qui représentait l'intimidation.

La pomme

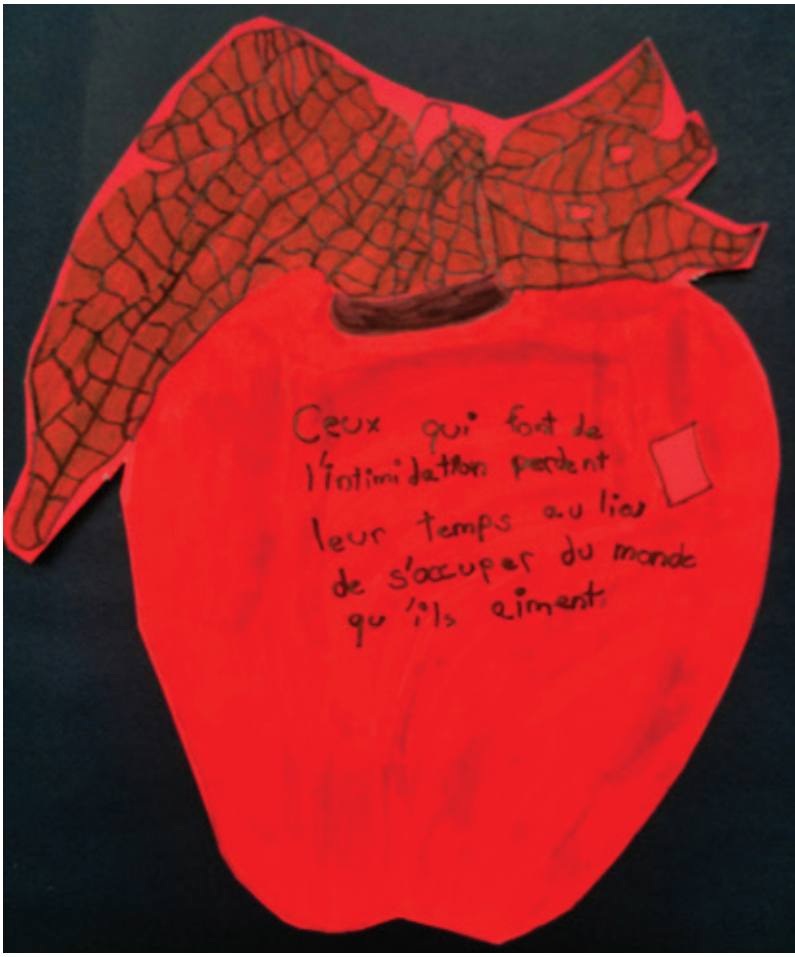
Les participantes ont choisi la pomme comme symbole de l'intimidation. En expliquant ce choix, elles ont mis des mots sur cette réalité.

- Les poques brunes sur la pomme représentent les coups durs de la vie.
- Le cœur de la pomme : l'identité de la personne.
- Les pommes pourries : l'empoisonnement par les problèmes.
- Les pépins : les solutions, les fruits de la prévention et de l'éducation, pour ne pas que ça se répète chez les jeunes.
- Les pommes : des êtres humains avec leur couleur unique, la beauté, le rejet.

Le pommier

Par la suite, le groupe a déterminé qu'il faudrait un pommier pour contenir les pommes à l'intérieur desquelles les messages des participantes devraient être inscrits.

- Des branches, comme des bras qui entourent.
- Des mots, au sens profond : vieillesse, sagesse, racines, vie, force, union, paix, énergie, amour, tranquillité, vie meilleure, espoir, nature, renaissance.



- Un trou dans l'arbre, représentant une carapace, une maison, permettant de se protéger, de se cacher pour devenir invisible aux yeux des autres.

Et l'environnement

- Soleil : réchauffe, éclaire, rayonne, illumine notre cœur de joie.
- Nuages : éloignent la tristesse, repré-sentent le mal de vivre, les idées noires.
- Verdure : espoir.
- Fleurs : fleurs fanées qui s'ouvrent à l a vie, qui s'épanouissent, qui signifient qu'on renaît.
- Un personnage : éteint le feu, éloigne le mal et la méchanceté et s'en va vers l'amour, l'amitié, et le respect.

Le groupe a-t-il pu diffuser ses messages sur l'intimidation?

Geneviève : Pour diffuser le message du groupe, Alpha Entraide s'est associé à un grand projet sur l'intimidation, soit le Projet EVEIL, initiative d'organismes communautaires locaux regroupés au sein de la Table de prévention promotion famille enfance jeunesse de Lévis afin d'aider les jeunes vivant de l'intimidation. La production des participants a été publiée dans un bulletin diffusé largement au sein de ressources communautaires et publiques de la localité.

http://projeteveil.com/journal/Infolettre%2012-2015.pdf

Quelle évaluation avez-vous faite du projet?

Geneviève : Un an après la fin du projet, nous avons discuté en groupe de l'impact de celui-ci. Le climat de confiance au sein du groupe est ressorti comme un élément important : « Je suis contente de ne pas avoir de jugement parce qu'on était un groupe qui se connaissait bien. » Le projet a permis de constater que l'intimidation était un problème pour bien des personnes, peu importe l'âge, et *qu'il faut en parler*. Ce projet constitue « une expérience qui pourra servir ailleurs, sur le marché du travail ou à l'école plus tard. Ça va me servir à être plus forte, plus sûre de moi pour régler mes choses avec la personne concernée et à moins me fier sur l'opinion des autres ».

Entrevoyez-vous des suites à ce projet? Des perspectives?

Geneviève : Les participantes à ce projet sont demeurées motivées, et les autres pistes d'action qu'elles avaient tracées pour diffuser leur message restent présentes et pourraient un jour ou l'autre se matérialiser au gré de l'évolution des événements et des préoccupations du groupe.

LES PETITS GESTES QUI FONT DU BIEN

Un résumé du projet du Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles

UN CONSTAT CHEZ LES PARTICIPANTES ET LES PARTICIPANTS

Maladies chroniques, malades relativement jeunes, incapacité à monter les escaliers, augmentation du taux d'absentéisme, enthousiasme à l'égard des thèmes reliés à la santé.

OBJECTIFS

- Aider les participantes et les participants à prendre leur santé et leur vie en main et à être des citoyens actifs.
- Réaliser un projet d'éducation populaire de A à Z, par et pour les participantes et les participants, afin de créer de nouveaux savoirs à partir des expériences collectives.
- Sensibiliser les personnes intervenant en santé aux réalités des personnes peu scolarisées et contribuer à ce que leurs pratiques soient adaptées aux besoins de ces personnes.

AVEC QUI?

Des adultes dont la moyenne d'âge est élevée, peu de jeunes, des gens en majorité du quartier, des personnes peu actives, de faibles lecteurs; des personnes peu alphabétisées, dont plusieurs ont des problèmes de santé physique, quelques-unes ont un handicap intellectuel et certaines présentent un problème de santé mentale.

QUOI

1re année : Une recherche-action

- Cueillette d'information sur les obstacles à l'activité physique.
- Détermination collective de solutions adaptées aux capacités des personnes, à leurs limites et à leurs contraintes, et prise en compte des conditions qui favoriseraient la participation.
- Intégration de ces solutions au fonctionnement de l'organisme.
- Réalisation d'une activité en groupe : une marche sur le mont Royal.

2e année : Le groupe Les petits pas

- Intégration de « Des petits gestes qui font du bien » à l'ensemble du Carrefour.
- Mise sur pied du groupe Les petits pas : démarche pour s'opposer à l'imposition d'activités physiques et revendication de la reconnaissance des activités déjà réalisées par chacun, production d'un recueil des parcours de déplacements à pied de chacun, diffusion dans les organismes du quartier.

3e année : Documentaire sur les activités quotidiennes, *Nos petits gestes*

- Production d'une vidéo documentaire sur les activités physiques quotidiennes.
- Diffusion de la vidéo.

RÉSULTATS

Accomplissements du groupe : Dans une perspective de transformation sociale, il y a eu prise de conscience, prise de parole, recherche de consensus, expérience de démocratie directe, revendication, proposition et réalisation d'activités, publication et diffusion d'un recueil des trajets de marche de chacune et de chacun et participation à la réalisation d'une vidéo sur les activités physiques quotidiennes.

Retombée externe : Diffusion de l'expérience dans un bulletin de l'ordre des travailleurs sociaux du Québec.

LES PETITS GESTES QUI FONT DU BIEN

Le récit du projet du Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles

Depuis quelques années, le Carrefour réalise des projets portant particulièrement sur la santé. Graduellement, le thème s'est donc imposé et a suscité une démarche importante en 2013-2014 avec un groupe de participantes et de participants en alphabétisation. Les années suivantes, la démarche a été élargie à l'ensemble des secteurs d'activité du Carrefour, et deux autres volets au projet ont permis d'explorer ce thème selon les besoins et les décisions des participantes et des participants de l'organisme, et ce, dans le respect des ressources disponibles.

Un partenariat entre le Carrefour et la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles a permis d'obtenir du soutien financier pour le projet initial et pour la suite au cours des deux années suivantes.

Projet sur la santé

Des constats à l'origine de ce projet

Plusieurs facteurs ont incité le Carrefour à amorcer le projet *Les petits gestes qui font du bien* : un certain nombre de personnes avaient une maladie chronique, certaines n'étaient plus capables de monter les escaliers qui mènent aux ateliers, le taux d'absentéisme pour maladie était en hausse, et certaines éprouvaient du désarroi à l'égard d'un diagnostic reçu. S'ajoutaient à cela les études qui démontrent les liens entre l'état de santé des citoyens, la pauvreté et l'analphabétisme. De plus, au cours des mois et des années antérieurs au projet, des activités traitant de la santé avaient suscité beaucoup d'intérêt parmi les participantes et les participants.

Les objectifs du projet

- Aider les participantes et les participants à prendre leur santé et leur vie en main et à être des citoyens actifs.
- Réaliser un projet d'éducation populaire de A à Z, qui serait mené par et pour les participants, afin de permettre l'acquisition de nouveaux savoirs à partir des expériences collectives.
- Sensibiliser les intervenants en santé aux réalités des personnes peu scolarisées et contribuer à la modification de leurs pratiques pour que celles-ci soient mieux adaptées aux besoins de ces personnes.

L'arbre à problème

Les participantes et les participants

Les adultes qui ont participé au projet *Les petits gestes qui font du bien* sont en majorité des citoyennes et des citoyens du quartier et ont une moyenne d'âge élevée. La plupart d'entre eux participent aux ateliers en alphabétisation. Plusieurs éprouvent des problèmes de santé physique. Quelques-uns ont un handicap intellectuel, et certains souffrent de troubles de santé mentale.

La première année du projet : une recherche-action

Collecte d'information dans le cadre d'ateliers et de rencontres individuelles

Le projet a débuté par une collecte d'information en groupe. L'arbre à problème, puisé dans les outils d'animation issus de l'approche Reflect, et des activités avec des photos et des images ont servi à nommer les difficultés, à décrire les réalités que chacune et chacun vivaient et à chercher des solutions. Les discussions en groupe ont permis de réfléchir collectivement à l'activité physique et de trouver des solutions pour chacun des obstacles.

De plus, un animateur a rencontré individuellement les participantes et les participants pour recueillir plus d'information sur les aspects nommés en groupe.

« On se dégourdit » : sortie sur le mont Royal

Au terme de la démarche de réflexion, les participantes et les participants ont décidé d'une activité à réaliser ensemble : une marche sur le mont Royal.

Marche sur le mont Royal

Des pistes pour l'an deux du projet

À la fin de ce projet, le groupe a tracé des pistes qui pourraient être intégrées aux pratiques du Carrefour et être utiles à la Clinique puisqu'elles permettraient d'informer ses propres intervenants. Les pratiques à mettre en place devaient tenir compte de la pauvreté et des conditions de vie difficiles. Les solutions devaient être applicables en milieu défavorisé et prendre en considération de la relation avec un corps qui a forcément été malmené. En outre, on ne doit pas présumer que les personnes veulent ou peuvent faire quelque chose.

Les pistes soulignaient un atout majeur du Carrefour, celui d'être un milieu de vie. L'évaluation du projet a fait ressortir l'importance de la relation de confiance, de la continuité, de l'implication et de l'engagement.

La deuxième année : le projet *Les petits gestes qui font du bien* est intégré au quotidien

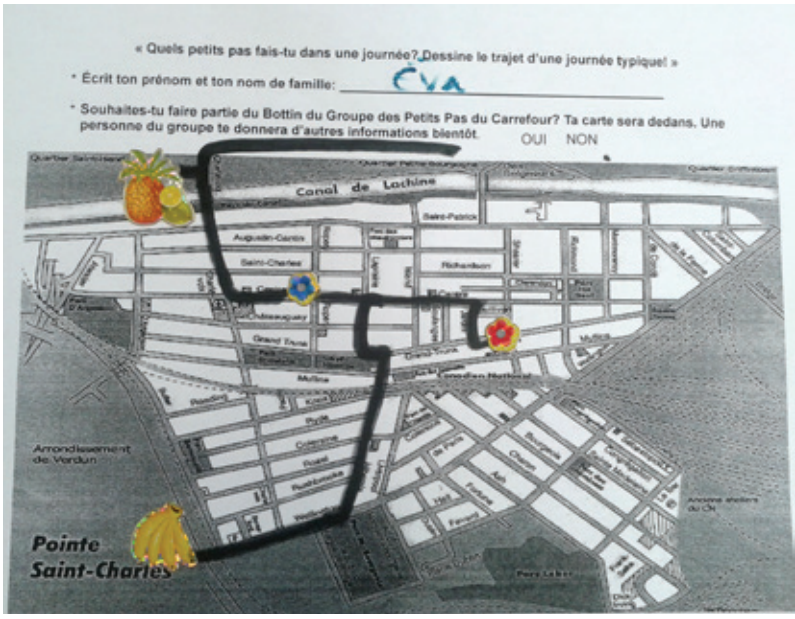
Ainsi, la deuxième année du projet, un comité a été formé et s'est efforcé d'intégrer *Les petits gestes qui font du bien* à l'ensemble des activités du Carrefour. Tant l'équipe de travail que les participantes et les participants des divers secteurs d'activité ont été appelés à un moment donné à faire une activité physique inspirée par les participantes et les participants.

Création du groupe Les Petits Pas

Ces activités ont suscité la création du groupe *Les Petits Pas*, qui s'est opposé à l'imposition des activités physiques. Les participantes et les participants ont en effet demandé qu'on reconnaisse que l'activité physique faisait déjà partie de leur quotidien.

Pour appuyer leurs propos, ils ont décidé de produire un recueil de trajets de marche illustrant leurs parcours quotidiens dans Pointe-Saint-Charles, intitulé *Dans les pas d'une participante du Carrefour!*, recueil qui a ensuite été diffusé dans les organismes du quartier.

Cette réaction des participantes et des participants démontre à quel point ils s'étaient approprié la question de la santé et de l'activité physique. Ils se sont sentis en mesure d'affirmer haut et fort leur point de vue et de revendiquer la reconnaissance de leurs réalités et ont réclamé qu'on tienne compte de leur opinion.



Carte des trajets de marche dans le quartier

La troisième année : réalisation de la vidéo *Nos petits gestes*, sur les activités physiques quotidiennes

Dans la suite de cette démarche, un troisième volet au projet *Les petits gestes qui font du bien* a été conçu. Celui-ci a permis de documenter comment, au quotidien, toutes sortes d'activités physiques contribuent à la santé. Le comité Ensemble, composé en majorité de participantes et de participants, a guidé tous les aspects de la production de la vidéo : la forme (documentaire, fiction, etc.),

les activités à présenter, le montage. Une vidéaste professionnelle a procuré de l'aide pour le tournage.

Le comité Ensemble a organisé un lancement afin non seulement de sensibiliser le plus de gens possible à la réalité des personnes qui vivent dans des conditions de pauvreté et qui sont souvent peu alphabétisées, mais aussi de modifier leur perception de ces dernières.

Conclusion

Le projet *Les petits gestes qui font du bien*, réalisé par et pour les participantes et les participants, a permis à ceux-ci de prendre la parole et de faire des revendications. Ils se sont affirmés et ont demandé que les projets portant sur l'exercice physique tiennent compte de ce qu'ils accomplissaient déjà au quotidien, de leurs réalités et de leur vécu. Les participantes et les participants du Carrefour ont suggéré et expérimenté les solutions qu'ils proposaient. Concrètement, ils ont trouvé ensemble des moyens de prendre leur santé en main qui leur convenaient, accessibles et réalistes. Un article sur le projet paru dans un bulletin du réseau de la santé a permis de sensibiliser des intervenants sociaux dans tout le Québec. « Comme organisateur communautaire, il faut être vraiment à l'écoute de ce qui se dégage des discussions afin de soutenir concrètement les personnes en dehors de toute stigmatisation. » De plus, la promotion du projet dans le quartier a permis de sensibiliser plus de 300 personnes à cette question. Ainsi, le projet *Les petits gestes qui font du bien* constitue un bon exemple de pratique citoyenne.

http://www.otstcfq.org/docs/default-source/bulletins/otstcfq_bulletin-126_lr.pdf?sfvrsn=2

http://carrefourpop.org/nos-petits-gestes-videos-activite-physique/

UNE COMMUNICATION SIMPLE ET ACCESSIBLE EN SANTÉ, ÇA NOUS CONCERNE!

Un résumé du projet d'Alpha-Nicolet

LE CONTEXTE

Constat que la santé est une préoccupation très présente dans le groupe : problèmes de santé fréquents et accès aux soins de santé difficile. Projet antérieur de mobilisation des intervenants du réseau de la santé afin d'améliorer l'accès aux services de santé des personnes peu alphabétisées. Décision de réaliser un autre projet pour travailler sur cette question avec les participantes et les participants ainsi qu'avec les personnes intervenantes déjà mobilisées.

AVEC QUI?

- Un groupe de travail constitué de sept participantes soutenues par une animatrice.
- Des intervenants du réseau de la santé avec qui des liens ont déjà été établis.

OBJECTIF

Permettre aux participantes de développer une plus grande capacité de s'exprimer, de tisser des liens sociaux avec les divers professionnels du secteur de la santé et ainsi d'augmenter leur pouvoir sur leur propre santé. Produire des outils afin que les pratiques des personnes intervenant dans le réseau de la santé soient mieux adaptées aux personnes peu scolarisées.

COMMENT

Travail de recherche par le groupe de travail pour cerner les besoins et pouvoir choisir les outils :

- Exploration approfondie des difficultés de communication vécues.
- Analyse pour mieux comprendre de quoi est faite la communication interpersonnelle.
- Recherche de moyens pour une meilleure communication entre patients et personnel médical.
- Cueillette de l'information difficile à comprendre : information sur les médicaments consommés, listes de symptômes et de maladies connues, ordonnances médicales, etc.; rencontres entre intervenants de la santé et participantes dans le groupe et lors de visites; mises en situation.
- Analyse de l'accessibilité de documents d'information sur la santé. Traitement de l'information recueillie au cours des rencontres (prise de notes, enregistrement audio, plan de rencontres, documentation remise).
- Analyse de la communication entre le médecin et la patiente : analyse de la vidéo *Bongour docteur*.
- Choix des solutions et des outils à produire pour répondre aux besoins cernés.

PRODUCTION DES OUTILS SELON LE BUDGET ET LA DISTRIBUTION PLANIFIÉE PAR LE GROUPE DE TRAVAIL

1er outil : « Se comprendre... Pour Ma santé c'est important ».
Destiné au personnel de la santé et aux personnes peu alphabétisées ou peu scolarisées. Collaboration du groupe de travail avec un dessinateur graphiste pour la création de l'outil. Distribution, avec la collaboration des partenaires, aux intervenants de divers services de santé.

2e outil : « Moi et le monde médical ».
Vise à faciliter la préparation aux rendez-vous médicaux et à permettre aux personnes peu scolarisées de gagner en confiance relativement à leur capacité de s'exprimer et de discuter avec le personnel soignant. Réalisation complète par le groupe de travail. Distribution par un service de messagerie dans tous les foyers de Nicolet.

3e outil : « Être à jeun et comment y parvenir ».
Vise à aider les personnes à se préparer pour les examens où il est nécessaire d'être à jeun. Réalisation complète par le groupe de travail. Distribution par l'intermédiaire des médecins. Lancement préparé et réalisé par le groupe de travail : invitations, déroulement, présentations.

IMPACT

Sur le personnel de la santé : Meilleure compréhension des difficultés rencontrées dans le système de la santé par les personnes peu scolarisées. Des pratiques contribuant à contrer les inégalités en santé.

Sur les participantes : Acquisition de compétences individuelles et collectives. Prise de conscience de l'importance d'être bien informées. Obtention d'un plus grand pouvoir sur leur vie et sur leurs relations avec les professionnels de la santé. Acquisition d'un sentiment de fierté après avoir contribué à la solution d'un problème important dans le système de la santé.

UNE COMMUNICATION SIMPLE ET ACCESSIBLE EN SANTÉ, ÇA NOUS CONCERNE!

Le récit du projet d'Alpha-Nicolet

À Alpha-Nicolet, d'année en année, la santé ressortait comme une préoccupation bien présente dans le groupe. Les participantes et les participants rencontraient de nombreuses difficultés lorsqu'ils utilisaient les divers services de santé : chez le médecin, à la pharmacie, chez le dentiste, lors de la préparation pour un examen médical, etc.

Dans ses activités de sensibilisation, Alpha-Nicolet faisait face au scepticisme des professionnels de la santé à l'égard de l'analphabétisme. De plus, un grand nombre d'intervenants se sentaient dépourvus de moyens pour rendre leurs services plus accessibles.

À l'écoute des participantes et des participants et aux prises avec les réactions des intervenants du milieu, l'organisme a donc décidé de réaliser un projet sur la santé. Ce projet visait à permettre aux participantes et aux participants de développer leur capacité à s'exprimer et à tisser des liens sociaux avec les divers professionnels du secteur de la santé pour ainsi augmenter leur pouvoir sur leur propre santé. Ce projet devait par ailleurs leur permettre de produire des outils qui aideraient les intervenants du réseau de la santé à adapter leurs pratiques aux besoins des personnes peu scolarisées.

Un projet avec et par les participantes

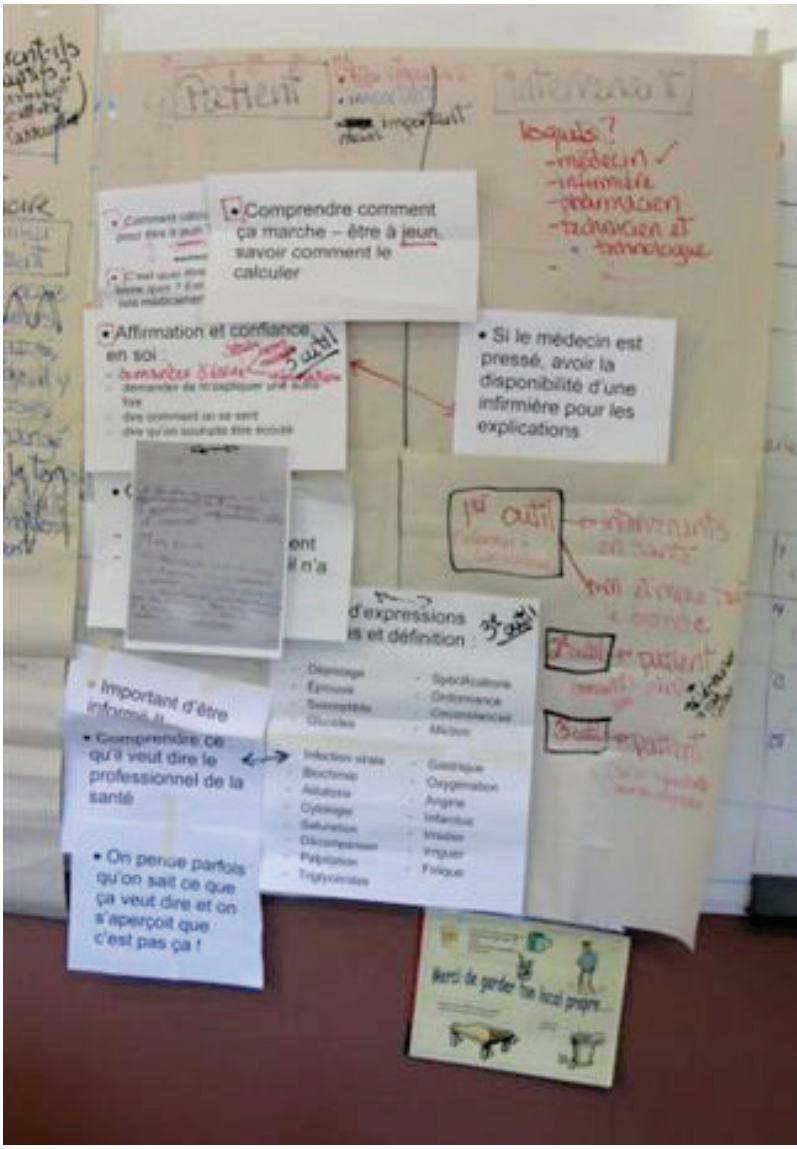
Pour mettre en œuvre ce projet, un groupe de travail a été créé. Malgré les problèmes de transport, sept participantes qui fréquentent Alpha-Nicolet depuis plusieurs années se sont engagées dans ce projet. Pour elles, celui-ci constituait une façon de redonner à d'autres ce qu'elles ont elles-mêmes acquis au fil des ans en s'impliquant à Alpha-Nicolet, tout en leur permettant de renforcer des compétences qu'elles possédaient déjà. Le groupe est assez homogène, les participantes se débrouillent avec l'écrit, mais elles éprouvent encore des difficultés à décoder. La plupart d'entre elles ont participé soit à des groupes de travail, soit à des projets de l'organisme.

Groupe de travail

La constitution du groupe a constitué une étape cruciale. Les premières semaines, les participantes ont appris à travailler ensemble avant de commencer à se poser des questions sur la santé. Même si plusieurs participantes se connaissaient, l'accueil des nouvelles s'est avéré essentiel pour que toutes se sentent solidaires et unissent leurs efforts à l'occasion de ce projet. Tout au long de celui-ci, le travail d'équipe a occupé une place importante. Les compétences de chacune étaient utilisées en complémentarité pour la recherche et le décodage de l'information, pour fouiller dans la documentation, etc.

Après deux ou trois rencontres d'une demi-journée, le groupe a lui-même décidé de prolonger le travail jusqu'à 15 h. L'intensité des activités variait pendant la journée. Le groupe prenait le temps au début de la journée d'échanger sur les expériences vécues pendant la semaine. Souvent, le thème de la santé surgissait dans ces discussions, un rendez-vous chez le médecin devenant l'occasion de parler des expériences. L'animatrice faisait un rappel relativement au travail effectué la semaine précédente en affichant les notes du groupe. Elle demeurait à l'écoute du groupe, car c'était lui qui guidait le travail, et proposait des activités selon l'évolution du travail : travail en équipe, utilisation du projecteur, travail à l'ordinateur. Des pauses étaient prévues lorsque cela était nécessaire, et les discussions se poursuivaient le midi.

De plus, des intervenants du réseau de la santé, avec qui des liens avaient déjà été créés lors d'un projet précédent, étaient associés au projet. Ils ont participé à la recherche de moyens visant à faciliter la transmission de l'information et la communication, à l'intention des personnes les plus en contact avec le public, en particulier les infirmières.



Notes du groupe de travail

POSER DES QUESTIONS ET RECONNAÎTRE L'IMPORTANCE DE L'EXPÉRIENCE DE CHACUNE

Une des clés de la réussite de ce projet a résidé dans le fait que tout au long de cette réflexion, l'animatrice est demeurée à l'écoute des participantes tout en restant attentive à leurs attitudes, ce qui lui a permis d'anticiper les questions que les participantes pouvaient se poser et de déceler les doutes ou les préoccupations qu'elles pouvaient ressentir. Elle a accompagné le groupe de travail en posant constamment des questions pour aider les participantes à préciser et à définir les aspects qui exigeaient des éclaircissements, à faire des choix et à prendre des décisions. La communauté de recherche a proposé des questions pour explorer un sujet, par exemple : « As-tu des exemples de ce que tu dis? Qu'est-ce que ça implique? Comment sais-tu cela? Pensez-vous que c'est bon ou mauvais pour nous[1] ? »

Les discussions ont permis aux participantes de nommer ce qu'elles ont appris de leurs expériences personnelles avec les services de santé et d'insister sur l'importance de ces acquis. Le projet leur a offert un moyen concret de partager ces acquis avec d'autres.

La réflexion, la recherche et les rencontres au cours du projet leur ont également permis d'améliorer leurs connaissances et leurs compétences. Basée sur l'approche de conscientisation, l'intervention de l'animatrice avait constamment pour but de faire en sorte que les participantes trouvent leurs propres réponses. C'est ainsi que le projet a pu réellement devenir la réalisation du groupe de travail.

[1] GAGNON, M. *Guide pratique pour l'animation d'une communauté de recherche philosophique*, Québec, Presses de l'Université Laval. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=2&record=19174459124919926319

Étape par étape

- **Explorer les problèmes vécus**

  Dès le départ, les participantes ont travaillé à bien définir les problèmes : comprendre le fonctionnement des services de santé et le vocabulaire utilisé, décrire les difficultés rencontrées et trouver des moyens qui permettraient de surmonter ces difficultés.

  Elles ont parlé des expériences personnelles vécues pour faire ressortir les propos et les consignes incompris dans les services de santé. Ce travail a permis de déterminer des lieux à visiter en vue de mieux comprendre le fonctionnement et le vocabulaire.

  Elles ont réfléchi à des pistes de solution pour résoudre les problèmes vécus. Les membres du groupe de travail ont exploré les solutions qui permettraient une meilleure communication avec le personnel de la santé. De part et d'autre, quelles attitudes et quelles façons d'agir permettraient aux participantes et au personnel du milieu de la santé de mieux se comprendre?

  Plusieurs rencontres avec des professionnels de la santé et visites au cœur des services de santé ont été organisées. Les participantes ont rencontré une pharmacienne, elles ont visité un laboratoire médical et se sont rendues à l'urgence d'un centre de santé. À la suite

de ces visites, elles ont traité l'information recueillie et les notes prises, les enregistrements audio et la documentation reçue.

Elles ont analysé l'accessibilité de la documentation et de l'information médicales : documents sur des maladies chroniques, les premiers soins, les soins des pieds, etc. Ensemble, elles ont fait des recherches dans des encyclopédies, des dictionnaires et sur Internet.

Elles ont fait des mises en situation pour être en mesure de jeter un autre regard sur leurs propres expériences dans les services de santé.

- **Comprendre la communication interpersonnelle**

Des activités sur la communication
Le groupe de travail a cherché à mieux comprendre la communication interpersonnelle, ce qui faciliterait par la suite la création d'outils qui permettraient d'améliorer la communication dans le milieu de la santé. Tout au long du projet, des activités ayant pour but de susciter la réflexion sur la communication ont été organisées. On a entre autres parlé de l'écart qui existe parfois entre ce qu'une personne dit et ce qu'une autre comprend de ce qui est dit. Cette réflexion a eu pour effet immédiat de resserrer les liens au sein du groupe de travail, de susciter un sentiment de solidarité des unes envers les autres et de faciliter le travail en équipe.

Deux exemples d'activités sur la communication

Demander à une personne de décrire à une autre une forme dessinée sans que la dernière ne puisse voir cette forme et observer par la suite la différence entre ce qui a été dit et ce qui a été compris.

Les trois filtres de Socrate : se demander si quelque chose est vrai, bien et utile avant de s'exprimer.

Analyse de la communication entre médecin et patiente
Le groupe a écouté la vidéo *Bongour docteur*, qui reflétait bien leur vécu. Elles y ont reconnu leurs propres expériences. Ces discussions ont permis de mieux comprendre la communication entre un médecin et une patiente.

- **Des outils pour répondre aux besoins**

Grâce à tout ce travail, les participantes ont réussi à définir les problèmes de communication qui causaient le plus d'inquiétude à l'égard de la santé. Les discussions leur ont par ailleurs permis de déterminer les principaux besoins à l'origine de ces difficultés. C'est ainsi qu'elles ont décidé de produire trois outils pour répondre à ces besoins :

Le premier outil a été conçu à l'intention des intervenants du milieu de la santé et des personnes peu scolarisées : « Se comprendre... Pour ma santé, c'est important ! » Il devait permettre d'améliorer le canal de communication entre les personnes peu scolarisées et les professionnels de la santé.

Cet outil a été produit avec un dessinateur graphiste. Pour les participantes, c'était une première. Elles devenaient des expertes dotées d'un rôle clé, ayant à déterminer le contenu et les situations à illustrer et à guider la création des illustrations. Grâce à la collaboration d'un professionnel, la qualité graphique de l'outil contribuerait à ce qu'il soit mieux perçu par les personnes qui l'auraient en main et permettrait d'accroître sa durabilité.

Ce premier outil a été distribué, avec la collaboration des intervenants du réseau de la santé, à tous les intervenants concernés dans divers services de santé (professionnels de l'urgence, infirmières, pharmaciens, etc.). Pour les salles d'attente, à cause des exigences liées à l'hygiène et du manque de ressources pour le nettoyage régulier des outils d'information, des affiches ont été produites. Celles-ci ont été conçues en deux versions pour deux périodes de l'année afin de souligner la Journée internationale de l'alphabétisation et la Journée de l'alphabétisation familiale.

Deux autres outils ont été entièrement produits par le groupe. Les participantes ont eu à trouver des images pour illustrer le contenu qu'elles avaient élaboré, ce qui les a amenées à explorer le concept des droits d'auteurs.

« Moi et le monde médical » serait destiné aux personnes peu alphabétisées ou peu scolarisées afin d'aider ces dernières à se préparer aux rendez-vous médicaux et de leur permettre de gagner en confiance relativement à leur capacité de s'exprimer et de discuter avec le personnel soignant. Ce second outil a été distribué de porte en porte dans toute la municipalité.

Un troisième outil s'avérait nécessaire : **« Être à jeun et comment y parvenir »**. Le défi demeure de trouver les moyens de transmettre cet outil aux médecins afin qu'ils le remettent à leur tour aux patients qui doivent être à jeun pour des examens médicaux ou des prélèvements.

Faire confiance

Une autre clé de la réussite de ce projet a résidé dans la confiance en la capacité des participantes de réaliser ce projet. Le groupe de travail a su traverser les étapes laborieuses de la recherche et de l'analyse et faire les choix nécessaires aux différentes étapes. L'animatrice a ressenti quelques doutes pendant les étapes où il y avait beaucoup d'information à traiter, et il a parfois fallu rappeler aux participantes les résultats visés. Malgré cela, le projet s'est poursuivi avec succès, et ce, surtout grâce à la confiance accordée aux participantes.

- **La diffusion des outils**

  Sur la base de leurs connaissances des difficultés vécues, des objectifs visés par chacun des outils, des besoins auxquels ceux-ci devaient répondre, des ressources en santé concernées dans leur localité et du budget disponible, les membres du groupe de travail ont planifié la distribution des outils tout en précisant le nombre d'exemplaires à produire, le mode d'impression et d'assemblage, la distribution (où et comment), etc. Tout un exercice de planification et de calcul!

  Le lancement des outils

  Le processus ne pouvait prendre fin sans un lancement des réalisations du groupe, qui permettrait de faire connaître ce projet et les outils produits. Le groupe de travail a organisé les divers aspects du lancement : les invitations, le déroulement de l'évènement ainsi que les présentations pendant le lancement.

Actualités

POUR UNE MEILLEURE COMMUNICATION AVEC LES INTERVENANTS DE LA SANTÉ

Des participantes d'Alpha-Nicolet présentent le résultat de leur travail pour trouver des solutions afin de contrer les inégalités sociales en santé.

- **L'impact du projet**

  Tout au long de ce projet, **les participantes du groupe de travail** ont eu à planifier, à comprendre une quantité importante d'information tant orale qu'écrite, à écrire, à prendre des notes et à calculer. Le projet a constitué pour elles une occasion non seulement d'apprentissage de nouvelles connaissances, mais aussi d'acquisition de nouvelles compétences individuelles et collectives et d'un plus grand pouvoir sur leur vie et sur leurs relations avec le personnel du secteur de la santé. Elles ont retiré de la fierté d'avoir contribué à la solution d'un problème important dans les services de santé de leur milieu.

  Alpha-Nicolet estime que ce projet a contribué à **une meilleure compréhension, par le personnel du milieu de la santé**, des difficultés vécues par les personnes peu scolarisées lorsque ces dernières doivent avoir recours aux services de santé.

- **Des obstacles importants**

  La réalisation d'un tel projet ne va pas sans la rencontre d'une multitude d'obstacles. Il est en effet ardu d'obtenir la collaboration des intervenants du réseau de la santé. Les structures sont complexes, et les gens sont débordés. De plus, les structures sont instables et il y a beaucoup de roulement de personnel. Par exemple, les personnes qui ont collaboré à ce projet ont changé de postes. Le travail est donc constamment à refaire pour maintenir la collaboration.

  Le transport constitue également un obstacle majeur. Les participantes doivent se déplacer sur un grand territoire où le transport collectif est absent. Alors, comment faciliter la participation?

  Le manque de temps et de ressources a des conséquences importantes. Une fois le projet terminé, comment soutenir les participantes pour qu'elles parlent de leur expérience avec les nouvelles venues dans le groupe? Comment faire le suivi des outils distribués? Comment entretenir la collaboration avec les intervenants dans le réseau de la santé?

Conclusion

Au cours de ce projet, les participantes sont parties d'une expérience commune, qu'elles ont analysée ensemble. Elles ont proposé des moyens de transformer des situations pour qu'elles, et d'autres vivant des situations similaires, puissent reprendre du pouvoir sur leur santé. Ainsi, par ce projet, on voit comment, avec l'approche de conscientisation, la lecture, l'écriture et le calcul constituent des outils qui permettent de prendre la parole et d'acquérir du pouvoir sur sa vie et son milieu. Cette expérience d'Alpha-Nicolet constitue un bel exemple de pratique citoyenne et illustre comment les principes de l'alphabétisation populaire s'intègrent dans un groupe.

4.
RÉFLÉCHIR À NOS PRATIQUES CITOYENNES

RGPAQ

OUTIL POUR SOUTENIR LA RÉFLEXION

En alphabétisation populaire, action et réflexion vont de pair. Des périodes de réflexion sur les pratiques devraient pouvoir être intégrées aux activités d'un groupe, ne serait-ce que pour faire le point à certains moments de l'année et s'assurer que l'action entreprise est toujours bien ancrée.

On s'assurera ainsi que les pratiques individuelles et collectives demeurent cohérentes non seulement avec la mission du groupe, mais aussi avec les principes de l'alphabétisation populaire. Ces périodes de réflexion permettront par ailleurs à toutes et à tous de prendre du recul, de vérifier quels sont les acquis sur lesquels on peut miser, les conditions nécessaires à mettre en place, les principales difficultés rencontrées et les ajustements à apporter. Ainsi, les pratiques individuelles et collectives pourront évoluer suivant les résultats de cette analyse.

Idéalement, ce type de réflexion devrait se faire en équipe ou encore en comité. De cette façon, la démarche collective permettra d'approfondir la réflexion. Ensemble, les personnes pourront nommer les acquis, confronter l'interprétation de chacune et de chacun des situations vécues et relatées et trouver des façons d'ajuster et d'améliorer les pratiques individuelles et collectives. Soulignons que chaque personne devrait aussi se réserver des moments de réflexion sur ses propres pratiques.

Le présent outil est conçu en cinq sections qui se terminent toutes par quelques questions qui permettent d'amorcer une réflexion. Cet outil doit être adapté selon les besoins et les réalités de chaque groupe. Le temps disponible constitue une contrainte pour la grande majorité des groupes. Il est évidemment possible d'aborder les sections séparément, l'intention étant de soutenir des moments de réflexion sur les pratiques citoyennes en alphabétisation populaire.

1. Travailler en alphabétisation populaire, c'est être à la fois :

- facilitatrice ou facilitateur;
- actrice ou acteur de changements;
- animatrice ou animateur;
- formatrice ou formateur.

Travailler en alphabétisation populaire exige la pleine participation de toutes et de tous. Cette participation constitue à la fois le but et la condition de l'apprentissage.

L'alphabétisation populaire, au-delà de l'acquisition de savoirs, vise des changements, une transformation des personnes et une transformation sociale. Il s'agit d'un processus mené par les gens eux-mêmes, dans le cadre d'une démarche collective.

Questions

- Est-ce que je perçois mon rôle de cette façon?
- Comment faire en pratique pour exercer ce rôle?
- Quelles sont les principales difficultés?
- Dans mon groupe, est-ce que toute l'équipe perçoit son rôle de cette façon?
- Comment cela se reflète-t-il dans les activités du groupe?
- Quelles sont les principales difficultés?
- Que pourrions-nous faire autrement?

2. En alpha pop, on agit pour le changement. Pour cela, on :

- adopte une pensée réflexive et on fait preuve d'esprit critique;
- s'informe sur l'actualité sociale, politique, économique et culturelle;
- participe aux débats et aux luttes sociales;
- vise l'émancipation et la participation citoyenne;
- soutient des démarches qui visent à contester l'injustice et à proposer d'autres visions des choses;
- participe à la création, au développement et à la réalisation de projets avec différents acteurs du milieu;
- participe à l'évaluation des projets, des actions et des activités.

Pour travailler en alphabétisation populaire, on doit aussi être capable de tenir compte des expériences et des savoirs des participantes et des participants. C'est à partir de leurs expériences et de leurs connaissances que les personnes se mobiliseront. Il faut aussi prendre en compte les attentes et les besoins des personnes participantes, de même que le contexte, les causes et les conséquences d'un problème.

Questions

- Est-ce que je travaille dans cette perspective de changement?
- Dans mon groupe, est-ce que tous les membres se situent dans cette perspective?
- Quels sont les exemples de telles pratiques au sein de l'organisme, tant sur le plan individuel que collectif?
- Quel est l'impact sur l'organisme? Sur les individus? Sur soi?
- Comment cela se passe-t-il dans l'atelier? Dans les comités? Dans les activités?
- Y a-t-il des aspects moins présents?
- Quelles sont les difficultés rencontrées?
- Comment les pratiques pourraient-elles être améliorées?

3. Agir en alpha pop, c'est animer des démarches citoyennes en :

- favorisant le travail collectif et la solidarité;
- s'exprimant clairement et efficacement;
- visant l'expression des opinions dans le respect de l'égalité et de l'intégrité des personnes;
- abandonnant le statut d'experte ou d'expert et en tenant compte des savoirs des personnes;
- soutenant l'acquisition et le développement d'une pensée critique;
- favorisant la prise de responsabilités et la participation active des personnes à leur démarche, à l'organisation des activités, aux tâches quotidiennes et aux structures;
- suscitant l'expression des demandes et des aspirations au sein d'un groupe;
- déterminant avec les participantes et les participants les objectifs et le contenu des ateliers tout en tenant compte de leurs demandes et de leurs besoins, des buts de l'organisme et du contexte;
- réalisant des projets collectifs et en soutenant les personnes dans leurs projets;
- aidant les personnes à reprendre du pouvoir sur leur situation;
- travaillant sur l'apprentissage et les obstacles à l'apprentissage;
- rendant explicite et en valorisant les savoirs des participantes et des participants;

- mettant en œuvre des pratiques d'évaluation participatives tant du processus que de ce qui en découle (apprentissage au sens large : savoirs, savoir-faire et « savoir-être », et ce, tant sur le plan des connaissances que des habiletés), en modifiant les démarches en fonction des objectifs et des besoins.

Questions

- Comment chacun de ces éléments est-il présent dans mes préoccupations? Dans celles du groupe?
- Quels sont les exemples de telles pratiques au sein de l'organisme, tant sur le plan individuel que collectif?
- Quel est l'impact sur l'organisme? Sur l'équipe? Sur les participantes et les participants? Sur soi?
- Qu'est-ce que ces pratiques apportent aux gens? À l'organisme? À moi?
- Comment cela se passe-t-il dans l'atelier? Dans les comités? Dans les activités?
- Y a-t-il des aspects moins présents?
- Quelles sont les difficultés rencontrées?
- Comment les pratiques pourraient-elles être améliorées?

4. Animer des pratiques citoyennes demande...

- de faire preuve de curiosité pour comprendre la trajectoire de chaque personne qui marque sa relation avec les autres (milieu et conditions économiques, sociales, culturelles…);
- de composer avec le langage, le rythme, les savoirs, les choix et les décisions des personnes;
- de reconnaître que chaque personne peut faire des choix, mais que ceux-ci peuvent ne pas être les bons, et que l'expérimentation de la capacité de choisir permet de développer et d'améliorer sa capacité d'agir;
- de connaître les ressources du milieu pour ancrer les pratiques dans le milieu;
- d'instaurer un climat de sécurité, de confiance et de respect au sein du groupe, favorable au renforcement de l'estime de soi et à l'expression de toutes et de tous;
- d'élaborer avec le groupe des règles de vie démocratiques et respectueuses de l'autre et de ses caractéristiques personnelles et culturelles;
- de voir au bon fonctionnement du groupe, de reconnaître et d'affronter les problèmes.

Questions

- Quels sont les exemples de telles pratiques au sein de l'organisme, tant sur le plan individuel que collectif?
- Quel est l'impact sur l'organisme? Sur l'équipe? Sur les participantes et les participants? Sur soi?
- Y a-t-il des aspects moins présents?
- Quelles sont les difficultés rencontrées?
- Comment les pratiques pourraient-elles être améliorées?

5. Pour aborder les pratiques citoyennes

L'intégration de nouvelles pratiques se fera plus facilement si on…

- relève le défi un jour à la fois plutôt qu'en appréhendant tout à l'avance;
- opte pour la simplicité et si on fait confiance à son intuition;
- sort de l'écrit pour s'ouvrir à d'autres projets ou préoccupations des participantes et des participants;
- vérifie auprès des participantes et des participants ce qu'ils veulent;
- comprend que tout est possible et que certaines limites ne dépendent que de nous;
- voit l'importance de la créativité, dans tous les aspects de la vie d'un groupe;
- sait qu'on devra composer avec les dures conditions de vie des participantes et des participants (cette dimension doit être prise en compte dans les différentes activités d'un groupe – la lutte contre la pauvreté fait partie des préoccupations et des combats à mener; par contre, il ne faut pas perdre de vue qu'on ne peut affronter seul cette réalité :
  - on peut compter sur le soutien de l'équipe;
  - il existe des ressources extérieures auxquelles on peut recourir;
  - on a nos propres limites);
- met de côté certaines appréhensions : la perte de la maîtrise de soi, le sentiment d'être remis en question, la peur de se tromper, etc.;
- a confiance, si on compte sur le soutien du groupe et si on comprend qu'il est possible de compter sur les autres;
- apprend à se connaître à travers l'expérience;
- prend le temps qu'il faut pour réaliser une démarche en alphabétisation (cela demande souvent beaucoup plus de temps que ce qu'on croyait au départ – il faut rester réaliste, car la question du temps dépasse largement l'apprentissage de l'écrit; la vie démocratique demande aussi du temps, et la volonté de prendre les décisions avec les participantes et les participants exige donc de prévoir du temps);
- s'adapte aux changements, aux valeurs et à la culture du groupe et à son environnement.

Questions

- Quels sont les principaux obstacles à l'intégration de pratiques citoyennes?
- Existe-t-il d'autres façons de faire, collectives ou individuelles, qui faciliteraient l'intégration de pratiques citoyennes?

5.

RESSOURCES POUR DES PRATIQUES CITOYENNES
EN ALPHA POP

RGPAQ

La première ressource à connaître lorsqu'on cherche de la documentation en alphabétisation populaire est le **Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la formation continue (CDEACF)**. La collection du RGPAQ ainsi que les productions des membres y sont déposées afin d'y rassembler le maximum de ressources en alphabétisation populaire. Un grand nombre de documents sont accessibles en format papier, et une quantité importante l'est en format virtuel. Les membres du RGPAQ sont tous membres du CDEACF.

Nous avons regroupé ici les références mentionnées dans le présent outil sur les pratiques citoyennes. La liste n'est pas exhaustive, mais sert plutôt de point de départ à l'exploration des pistes tracées dans ces documents.

OUTILS, PUBLICATIONS, PROJETS ET RÉALISATIONS DES GROUPES MEMBRES

Sur le site du RGPAQ, dans chacune des fiches des groupes membres, un lien mène vers toutes les publications de ces derniers contenues dans le catalogue du CDEACF. On y trouve une mine d'exemples pertinents de pratiques en alphabétisation populaire.

De plus, il est possible de trouver sur les sites Internet et les pages Facebook des groupes membres un large éventail d'exemples de pratiques citoyennes en alphabétisation populaire.

PRATIQUES CITOYENNES

« Citoyenneté et démocratie, Piliers de l'alphabétisation », *Journal de l'alpha*, nº 191, Lire et écrire, Belgique, novembre-décembre 2013.
http://www.lire-et-ecrire.be/Journal-de-l-alpha-191-Citoyennete-et-democratie

« Pédagogies émancipatrices et démarches citoyennes », *Journal de l'alpha*, nº 192, Lire et écrire, Belgique 1er trimestre 2014.
http://www.lire-et-ecrire.be/Journal-de-l-alpha-192-Pedagogies-emancipatrices-et-demarches-citoyennes

« Résister, c'est pas commode », *Journal de l'alpha*, nº 200, 1er trimestre 2016, Lire et écrire, Belgique, p. 98-124.

« Vivre ensemble : facile ou difficile », *Journal de l'alpha*, nº 200, 1er trimestre 2016, Lire et écrire, Belgique. Accessible en ligne :
http://www.lire-et-ecrire.be/Vivre-ensemble-facile-ou-difficile

HANSOTTE, Majo. *Mettre en œuvre les intelligences citoyennes*, 2013, 100 p.
www.mondefemmes.org
http://www.rcentres.qc.ca/public/mettre-en-oeuvre-les-intelligences-citoyennes.html

« Citoyenneté, Citoyennetés... », *Le Monde alphabétique*, nº 10, RGPAQ, automne 1998, p. 35-85. http://bv.cdeacf.ca/ma.php?no=10

GROUPE ALPHA LAVAL. *Ajoutez votre voix, Une démarche de recherche de participation citoyenne au Groupe Alpha Laval*, 2006, 77 p.
http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=3&record=19184899124919020719

Atout-lire, les cahiers du comité « Prendre sa place » (outils d'animation sur l'économie).

REFLECT

FILLION, Martine. *Journée d'échange REFLECT*, RGPAQ, 2011, 32 p.
http://bv.cdeacf.ca/RA_PDF/157299.pdf

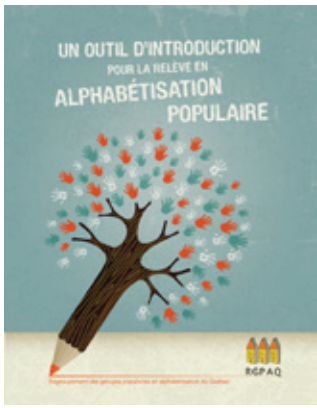
Communication et pouvoir, Reflect, Ressources pratiques. www.reflect-action.org

Manuel de conception Reflect. www.reflect-action.org

Rapport synthèse, Expérimentations Reflect, RGPAQ, mars 2013, 27 p.

Reflect-Action, *Journal de l'alpha*, nº 163, avril 2008.
http://www.lire-et-ecrire.be/Journal-de-l-alpha-163-Reflect-Action-avril-2008

ALPHABÉTISATION POPULAIRE



Un outil d'introduction pour la relève en alphabétisation populaire, RGPAQ, 2013.
En particulier :

- Gestion, vie associative et vie démocratique : 4.10 à 4.20.
- L'action collective et la mobilisation : 4.28 à 4.34.
- DVD ***L'Alpha pop en parole***s, RGPAQ, 2013.

Repères, Des pistes pour surmonter des difficultés souvent rencontrées en alpha pop, octobre 2015, RGPAQ, 13 p.

La revue *Le Monde alphabétique*, RGPAQ. http://cdeacf.ca/mondealpha#rgpaq

APPROCHE DE CONSCIENTISATION

« Oser l'approche conscientisante », *Le Monde alphabétique*, nº 15, RGPAQ, automne 2003.
http://bv.cdeacf.ca/ma.php?no=15

La conscientisation selon l'approche de Freire, RGPAQ, 2003, 36 p.

MEJIA, Jonathan. *Alors, qu'est-ce que la conscientisation?* [Vidéo en ligne].
https://vimeo.com/126458022

FILION, Esther. *Théâtre image, portraits de société*. *Guide d'animation*, GRFPQ, 2014.

Vidéo sur l'éducation populaire : https://vimeo.com/126458022

VIE DÉMOCRATIQUE

MATHIEU, Réjean. *Agir ensemble démocratiquement, Un visa pour l'alpha pop*, RGPAQ, 1993, 112 p. http://bv.cdeacf.ca/RA_PDF/2686.pdf

PICARD, Louise et Anne ST-CERNY. *Guide sur la gestion démocratique d'un groupe populaire en alphabétisation*, RGPAQ, 2006, 241 p. http://bv.cdeacf.ca/RA_PDF/96593.pdf

LE LANGAGE INTÉGRÉ

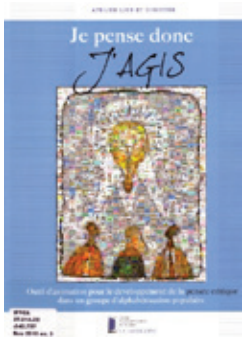
BOUDREAU, Guy. *Le langage intégré, Un Visa pour l'alpha pop*, RGPAQ, 1992, 71 p. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=4&record=19229563124910477459

FILLION, Martine. *Pouvoir se dire..., Les pratiques d'écriture autonome et de lecture en alphabétisation populaire, Les suites du langage intégré*, RGPAQ, 2006, 35 p. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=4&record=19187496124919056789

APPROCHE PHILOSOPHIQUE

La communauté de recherche philosophique : applications et enjeux, PUL, Québec, 2011. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=10&record=19244541124910627239

GAGNON, Mathieu. *Guide pratique pour l'animation d'une communauté de recherche philosophique*, PUL, 2005. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=10&record=19174459124919926319



BOUCHARD, Amélie, Clode LAMARRE et Stéphane THÉORET. *Je pense donc j'agis [ensemble multi-supports] : outil d'animation pour le développement de la pensée critique dans un groupe d'alphabétisation populaire*, La Jarnigoine, 2010. http://catalogue.cdeacf.ca/Record.htm?idlist=1&record=19234547124910527299

CRÉDITS

Éditeur
Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec
Courriel : alpha@rgpaq.qc.ca
Site Internet : www.rgpaq.qc.ca

Recherche et rédaction
Ginette Richard

Le comité sur le Développement des pratiques a collaboré étroitement à l'élaboration du contenu
Hélène Deslières, Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles
Ilham Gaudreau, La Maison des mots des Basses-Laurentides
Nathalie Germain, CÉDA
Marie-Claure Pellerin, Atout-Lire
Michel Picard, Alpha-Entraides des Chutes-de-la-Chaudière

Les personnes ressources qui ont guidé la production des récits de pratiques citoyennes
Guylaine Blanchard, Alpha-Nicolet
Hélène Deslières, Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles
Geneviève Nadeau, Alpha-Entraides des Chutes-de-la-Chaudière

Révision
Marie-Andrée Bédard

Infographie
Nathalie Gignac

ISBN : 978-2-921293-23-5
Dépôt légal – 4e trimestre 2016
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives Canada