Les 10 bienfaits de la lecture

❶ Stimule le cerveau et aide à son entretien

❷ Diminue le stress et met de bonne humeur

❸ Développe les connaissances

❹ Enrichit le vocabulaire

❺ Améliore la mémoire

❿ Permet de se divertir

❽ Améliore la rédaction

❻ Développe les capacités d'analyse

❾ Tranquillise l'esprit et aide à se relaxer

❼ Améliore l'attention et la concentration