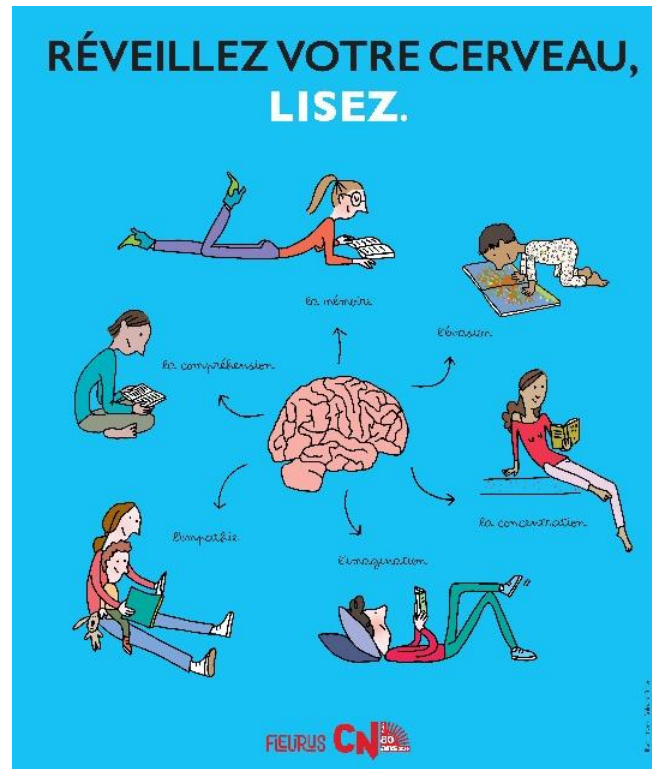


Réveillez votre cerveau, lisez. Le CNL et les éditions Fleurus publient un dépliant de sensibilisation aux bienfaits de la lecture



Alors que les jeunes Français ne consacrent plus que 18 minutes à la lecture chaque jour, contre 3h01 aux écrans¹, le Centre national du livre et les Éditions Fleurus ont souhaité porter conjointement une initiative de sensibilisation aux bienfaits de la lecture sur le cerveau.

Il y a peu d'activités aussi simples à mettre en place et aussi bénéfiques pour le cerveau que la lecture. Dans un environnement marqué par la fragmentation de l'attention et la multiplication des sollicitations numériques, il apparaît plus nécessaire que jamais de rappeler, de manière simple, accessible et concrète, les effets essentiels de la lecture.

C'est dans cet esprit qu'a été conçu un dépliant, pensé par Sylvie Chokron, neuropsychologue, et illustré par Soledad Bravi, destiné à sensibiliser tous les publics aux vertus de la lecture sur le cerveau et sur notre capacité à comprendre le monde qui nous entoure.

¹Chiffres issus de l'étude 2026 « Les jeunes Français et la lecture » CNL – Ipsos/bva

Centre national du livre

Olivier Couderc

olivier.couderc@centrenationaldulivre.fr

01 49 54 68 66 / 06 98 83 14 59

Lou-Lise Vucic

lou-lise.vucic@centrenationaldulivre.fr

01 49 54 68 18 / 06 48 49 13 19

Éditions Fleurus

Claire Decamps

c.decamps@fleuruseditions.com

06 52 48 84 41

Structuré autour de six grands pouvoirs, ce dépliant montre comment quinze minutes de lecture par jour suffisent à **s'évader**, à stimuler son **imagination**, à faire travailler sa **mémoire**, à améliorer sa **capacité de concentration**, son pouvoir **d'empathie** ainsi que sa **compréhension du monde**. Chaque thématique est abordée à travers le prisme de la lecture et des bénéfices qu'elle apporte.

Et sur les réseaux sociaux ? Destiné à un large public, ce document compare l'impact de la lecture et celui des réseaux sociaux sur notre cerveau.

Et pour les enfants ? Le dépliant intègre également des encarts mettant en lumière les effets positifs de la lecture sur le développement des plus jeunes.

À travers cette initiative, le Centre national du livre et les Éditions Fleurus souhaitent mettre à la disposition des professionnels du livre, de l'éducation et de la médiation culturelle un outil accessible, pédagogique et attractif.

Ce support a vocation à être largement diffusé dans les librairies, bibliothèques, établissements scolaires et culturels, salons et festivals du livre, mais surtout, plus largement, dans tous les lieux où la lecture peut être encouragée, partagée et recommandée. Son format recto-verso, combinant affiche et informations, en fait un support polyvalent, facilitant la diffusion du message et son affichage dans de multiples endroits.

À partir de mi-juin, les Éditions Fleurus diffuseront le dépliant auprès d'un réseau de plus de 2 000 librairies, tandis que le CNL le diffusera également à ses nombreux partenaires.

Lire est bénéfique pour tous, à tout âge. Et en ce qui concerne les enfants, la lecture est essentielle pour bien grandir. Dans un environnement saturé d'écrans, nous avons collectivement un rôle à jouer pour rendre la lecture désirable et lui redonner toute sa place dans le quotidien.

« La lecture agit, à tout âge, comme un puissant stimulateur de l'ensemble de nos processus cognitifs : elle mobilise la plasticité cérébrale, renforce l'attention soutenue, développe le langage et la mémoire, et nous permet d'exercer notre raisonnement. De la toute petite enfance au grand âge, les données scientifiques montrent qu'elle favorise le développement cognitif, enrichit les capacités d'empathie, facilite les interactions sociales, aide à réguler les émotions et contribue à préserver le cerveau du déclin cognitif. **Plus que jamais, la lecture représente à tous les âges de la vie une alliée précieuse de notre santé mentale et cognitive.** »

Sylvie Chokron, neuropsychologue

Centre national du livre

Olivier Couderc

olivier.couderc@centrenationaldulivre.fr

01 49 54 68 66 / 06 98 83 14 59

Lou-Lise Vucic

lou-lise.vucic@centrenationaldulivre.fr

01 49 54 68 18 / 06 48 49 13 19

Éditions Fleurus

Claire Decamps

c.decamps@fleuruseditions.com

06 52 48 84 41

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Le 3 juin 2026

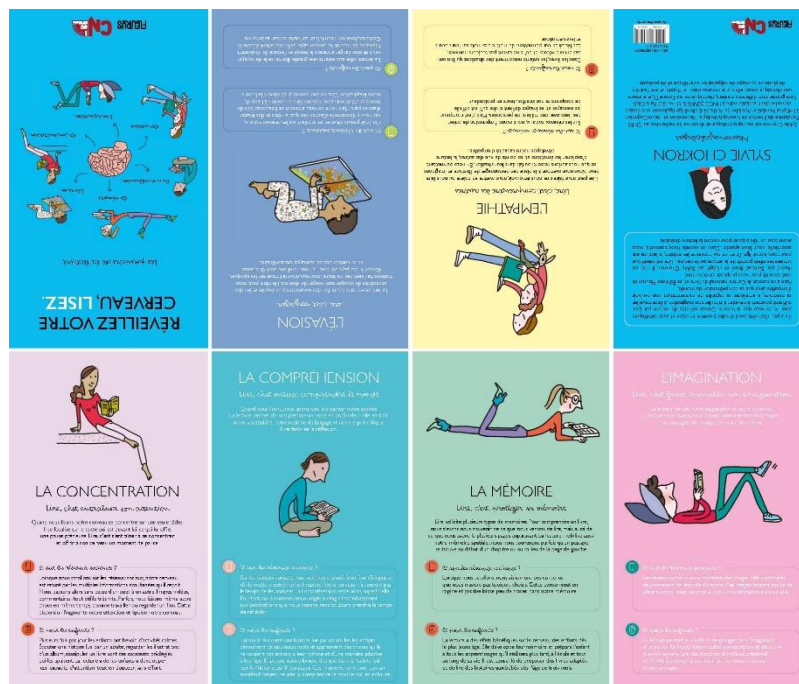
Un dépliant écrit par Sylvie Chokron, neuropsychologue



Sylvie Chokron est neuropsychologue et directrice de recherches au CNRS. Fondatrice de l'Institut de Neuropsychologie, Neurovision et NeuroCognition à l'Hôpital Fondation Adolphe de Rothschild, elle dirige également une équipe de recherche translationnelle à l'INCC (CNRS & Université Paris-Cité). Enseignante dans différents masters, chroniqueuse sur France TV, elle assure une chronique mensuelle sur le cerveau dans *Le Monde*, et est l'autrice de plusieurs ouvrages de vulgarisation scientifique et de podcasts.

Et illustré par Soledad Bravi

Soledad Bravi a été directrice artistique d'une agence de publicité avant d'entamer une étroite collaboration avec le magazine *Elle*. Les lecteurs ont un rendez-vous hebdomadaire avec les personnages qu'elle a inventés au fil du temps dans la célèbre page BD. Toucher à tout, aller vers la nouveauté est le grand plaisir de Soledad : ainsi, elle imagine des histoires pour les tout petits à *l'école des loisirs*, invente une héroïne pour la collection "Les paresseuses" chez Marabout, crée des assiettes pour Petit Jour, expose ses dessins taille mannequin chez Colette et tente d'alimenter son blog quotidiennement !



Pour en savoir plus sur cette initiative : [cliquez ici](#)

Pour télécharger la version numérique du dépliant : [cliquez ici](#)

À propos des Éditions Fleurus

Tout commence par des étoiles dans les yeux. Chez Fleurus, nous en sommes persuadés : l'entrée dans le monde du livre, c'est l'histoire d'un premier bonheur qui durera toute la vie.

Depuis 80 ans, les éditions Fleurus accompagnent les enfants, pas à pas, dans leur soif de découvrir et d'apprendre. Chaque histoire, chaque imagier, chaque documentaire ou roman nourrit leur imaginaire et les aide à grandir, pour devenir des adultes à la fois ancrés et libres, ouverts aux autres et au monde. C'est la raison pour laquelle Fleurus crée des livres à la fois attrayants et exigeants, à la hauteur de la curiosité des enfants comme de l'ambition éducative de leurs parents.

À propos du Centre national du livre

Créé le 11 octobre 1946, le Centre national du livre (CNL) est un établissement public du ministère de la Culture. Il a pour missions d'encourager la création, l'édition, la diffusion et la promotion d'ouvrages de qualité à travers de nombreux dispositifs d'aide aux acteurs de la chaîne du livre. Il œuvre également en faveur du développement de la lecture auprès de tous les publics. Acteur culturel et économique au cœur du secteur du livre, il contribue à la diversité et au rayonnement de la création littéraire francophone en France et à l'étranger. En 2026, le CNL fête 80 ans d'engagement en faveur du livre et de la lecture.

Pour en savoir plus :
centrenationaldulivre.fr
fleuruseditions.com

Centre national du livre

Olivier Couderc
olivier.couderc@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 66 / 06 98 83 14 59

Lou-Lise Vucic
lou-lise.vucic@centrenationaldulivre.fr
01 49 54 68 18 / 06 48 49 13 19

Éditions Fleurus

Claire Decamps
c.decamps@fleuruseditions.com
06 52 48 84 41