

# comme une Libellule



**Christine CROIZET**  
**Graphothérapeute Approche Multiple**

Depuis bientôt 10 ans, **comme une libellule**, **cabinet de graphothérapie** accueille les enfants, les adolescents et les adultes en peine avec leur écriture. Merci aux familles, aux enseignants, orthophonistes, psychomotriciens, orthoptistes et aux amis pour leur confiance et leurs recommandations. Merci à la Communauté de Communes du Rouillacais pour son fidèle soutien.

Entre les ateliers de formation pour les parents et les professeurs des écoles, entre les interventions en classe et les séances individuelles aux cabinets de Cognac et Rouillac, **comme une Libellule** poursuit son vol, celui de l'écoute, de l'accompagnement et de la transmission.

## **Comment se passe une évaluation graphomotrice ?**

Observation de la posture, de la tenue du crayon, de l'écriture dans les cahiers utilisés en classe, tests étalonnés de vitesse, de lecture et de copie, autant d'outils qui me permettent d'appréhender les difficultés d'écriture, leur origine et de proposer un suivi en graphothérapie. Il est parfois nécessaire d'orienter les élèves vers des bilans complémentaires.

**Dans cette infolettre, je vous invite à un tour d'horizon en images des prérequis pour aller vers une écriture sans douleur, endurente, lisible et assez rapide pour répondre aux exigences académiques.**



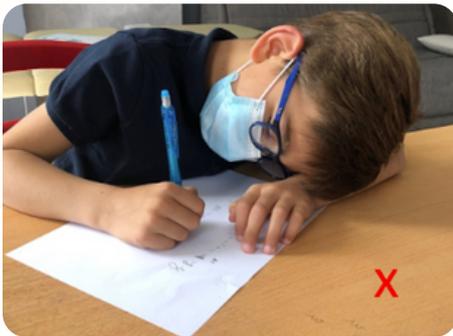
**Dis moi comment tu te tiens,  
je te dirai comment tu écris !**

## 1- La posture

**Objectif :** encourager l'enfant à adopter une posture favorisant un geste graphique libre et fluide

### La bonne pratique :

Adapter la table et la chaise à la taille de l'enfant.  
Utiliser si nécessaire un coussin (dynamique ou non) et un repose-pieds.  
Les pieds bien installés au sol, l'avant bras repose sur la table perpendiculaire au haut du bras, les coudes proches du buste, les épaules détendues face à la table.



## 2- La tenue du crayon, pour une écriture fonctionnelle

- Est-ce que l'enfant produit des mouvements détendus, précis et rapides?
- Est-ce que ce sont surtout ses doigts qui bougent et contrôlent le crayon ?

**Objectif :** délier les doigts et développer la tonicité distale, afin d'adopter une prise dynamique du crayon

### La bonne pratique :

Eviter le stylo 4 couleurs et le bic cristal. Souvent, la qualité de l'encre oblige une tenue verticale du stylo, donc des tensions. Le corps trop lisse entraîne les doigts vers la pointe du stylo, ce qui oblige l'enfant à incliner et rapprocher sa tête du cahier pour voir ce qu'il écrit. Retrouvez une sélection de stylos dans mon infolettre précédente.

## Activités de motricité fine préparant à une bonne tenue du crayon

- Froisser une feuille fine de papier
- Défroisser en ouvrant et fermant le poing



- Passer les balles l'une derrière l'autre en mobilisant le pouce



Prise du crayon la plus efficace (mais pas la seule)

### La pince tripode dynamique

- Une liberté de mouvement de l'index, du majeur et du pouce.
- Une stabilité de la main, la détente du geste.
- Un contrôle du crayon pour des traits arrondis et fluides.



## 3- La position du cahier

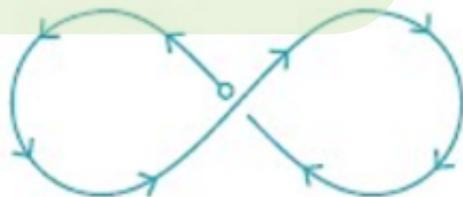
### Les habitudes à prendre dès la maternelle

- Pour les droitiers, décaler le cahier vers la droite, puis l'incliner vers la gauche.
- Pour les gauchers, décaler le cahier vers la gauche, puis l'incliner vers la droite.

**Objectif :** passer la main sous la ligne d'écriture avec le bras bien en appui sur la table. Faciliter le glissement latéral du bras en le positionnant parallèle au côté du cahier.

#### La bonne pratique :

Proposer à l'enfant de tracer un 8 couché sur une feuille A3 (ou A4 pour les plus jeunes) en paysage. Positionner correctement la feuille (en l'inclinant à gauche ou à droite) et la maintenir avec du scotch. Le bras ne doit pas se soulever. La main est alignée avec l'avant bras.



## En bref

La chaise est suffisamment rapprochée de la table, le dos est décollé du dossier.

Les pieds sont bien posés au sol.

Les avant-bras forment un angle droit lorsqu'ils sont posés sur la table.

Les coudes sont près du corps.

La tenue de crayon permet le mouvement dynamique des doigts.

La feuille est décalée, puis inclinée avec une bonne position de l'avant-bras et la main sous la ligne d'écriture.



## Calendrier

### Coaching individuel enseignant

A Rouillac sur rendez-vous

### Séances de prévention

offertes aux familles

du 13 au 18 janvier 2025

A Rouillac sur rendez-vous

### Les Ateliers Multi'Mouv<sup>®</sup>

« Pour mieux écrire, bouge ton corps, bouge ton cerveau »

Financés par la Communauté de Communes du rouillacais (ouverts aux enseignants et personnels hors rouillacais en fonction des places disponibles)

- Enseignants de **primaire** et **personnels de garderie** mercredi 26 mars de 9h30 à 12h00 à Rouillac
- Enseignants de **maternelle** et **animateurs** samedi 22 mars de 9h30 à 12h00 à Rouillac

comme une Libellule

77, Place Thiers  
16170 Rouillac

06.81.56.50.99  
commeunelibellule.fr

19 rue des Oiseaux  
16100 Cognac

chriscroizet.graphotherapeute@gmail.com