

comme une Libellule

Christine CROIZET
Graphothérapeute Approche Multiple

Mai 2026, Comme une libellule fête ses 10 ans. **Dix années** à accueillir les enfants, les adolescents et les adultes en peine avec leur écriture. Merci aux parents, grand-parents, aux enseignants, aux orthophonistes, psychomotriciens, ergothérapeutes, orthoptistes de la région pour leur confiance et leurs recommandations.

À Cognac et à Rouillac, **comme une Libellule** poursuit son vol, celui de l'écoute et de l'accompagnement des familles. Des ateliers découverte aux séances individuelles ou collectives, chaque enfant, chaque jeune mérite un coup de pouce pour reprendre confiance et retrouver l'envie d'écrire.

De la petite fille maladroite à la graphothérapie

Je me souviens de cette petite fille gauchère.

Peu guidée et peu encouragée, elle pensait ne jamais savoir écrire.

Je me souviens de cette institutrice de CE2, Madame Picard.

Son regard bienveillant a changé ma vie. Elle m'a tendu un crayon à papier pour que l'encre du stylo plume ne balaye plus ma page.

“ Christine, décale ton cahier vers la gauche et incline-le vers la droite ».

Ce conseil a libéré mon écriture. Bien plus tard, je suis devenue journaliste et biographe.

Aujourd'hui, c'est moi qui donne des conseils. D'abord, à deux de mes trois fils freinés dans leur scolarité par un geste graphique trop lent et douloureux. Ils ont passé leur bac, pris leur envol avec succès après un sacré parcours du combattant !

Pour mieux accompagner les familles d'enfants à besoins spécifiques et donner à chacun une chance d'exprimer pleinement son potentiel, j'ai repris le chemin de l'école en 2011. Formée à la rééducation de l'écriture au Centre Josiane Delorme, je suis certifiée Graphothérapeute Approche Multiple et membre de l'AGAME l'association des Graphothérapeutes Approche multiple Européens .

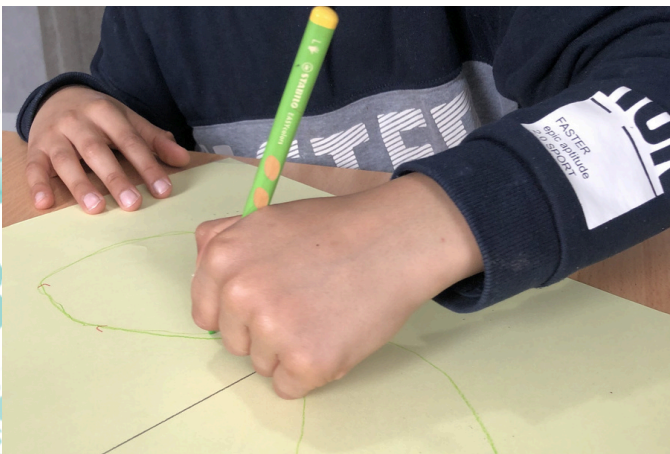
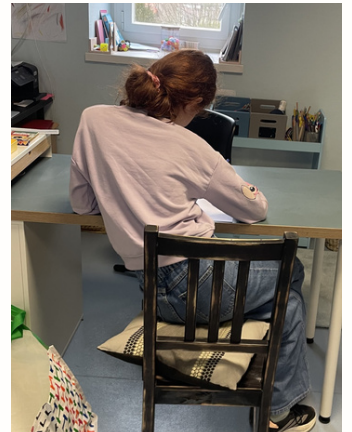
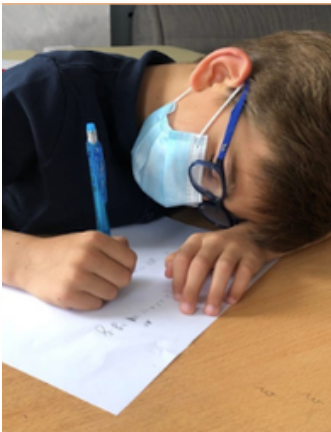
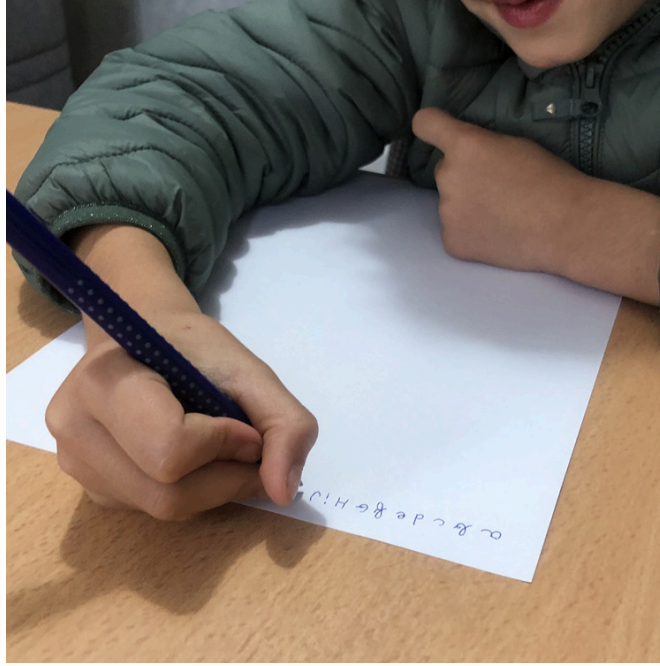
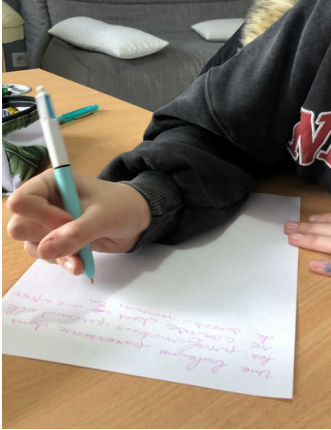
77, Place Thiers
16170 Rouillac

06.81.56.50.99
commeunelibellule.fr

19 rue des Oiseaux
16100 Cognac

chriscroizet.graphotherapeute@gmail.com

10 ANS



10 IMAGES

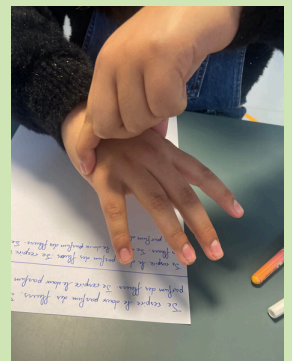
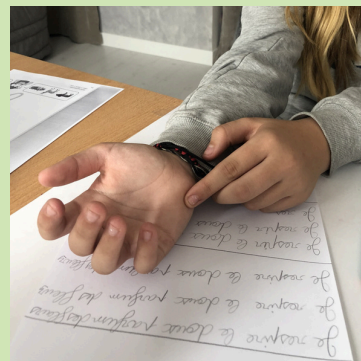
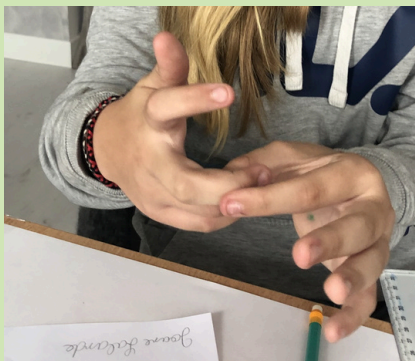
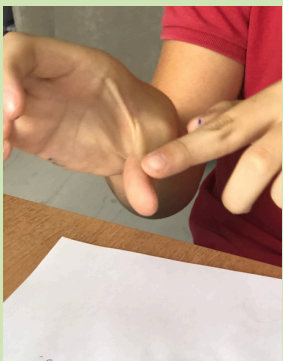
ÇA VOUS CHOQUE ? Eux ils ont mal.



Non, ce n'est pas normal de souffrir pour écrire.

Pourquoi j'ai mal à la main quand j'écris, même quelques lignes ?

Les photos parlent d'elles-mêmes. **La posture est souvent la cause d'une écriture inconfortable, douloureuse et peu endurente.** Par posture on entend, la tenue du crayon inadaptée ou/et crispée ou trop laxe, des bras éloignés du corps, la tête proche de la feuille, le dos affaissé, les pieds qui ne reposent pas au sol. **Tout est ergonomie et tout se prépare et s'apprend** dès l'entrée en maternelle voire dès la naissance.



Beaucoup d'enfants ne se plaignent jamais. Ils prennent comme une normalité cette écriture qui fait mal. À y regarder de plus près, l'enfant ne termine pas ses exercices, secoue la main régulièrement, masse son poignet, son avant-bras ou encore sa tête (crispation des doigts jusqu'à l'épaule). Les devoirs à la maison deviennent une corvée. Il se décourage.

« C'est trop dur d'écrire », « c'est trop fatigant ».

La première intention doit être médicale afin d'écartier ou d'objectiver une cause physiologique.

Comme une Libellule accompagne les enfants qui ont mal à l'écriture : détente du geste, mobilité, précision et souplesse des doigts, régulation tonique et flexibilité. La disparition de la douleur encourage l'enfant ou l'adolescent à accepter les changements de posture proposés. Oui le naturel revient parfois, mais un accompagnement régulier et encourageant, l'attention des enseignants sur le temps de classe, la vigilance des parents à la maison (tous les parents sont invités à assister aux séances), apportent une dose de bien-être et de confort.

Les ateliers parents et enseignants, les accompagnements en classe sont aussi là pour cela.

Pour plus d'informations, contactez-moi.