GUIDE PRATIQUE

26 lettres
7 jours
15 min / jour

La langue des signes *en poche*

L'alphabet de la langue des signes française (LSF) : une page par lettre, la main dessinée, et des mots simples pour s'entraîner tout de suite.

Alphabet A à Z · Mots à épeler · Pièges à éviter · Quiz

Le savoir *en poche*



Le savoir en poche · Quentin Batailley

Avant de commencer

La LSF, une vraie langue

La **langue des signes française (LSF)** est la langue des personnes sourdes en France. Elle a sa propre grammaire et ses propres signes. Depuis la loi du 11 février 2005, la loi la reconnaît comme **« une langue à part entière »** (article L312-9-1 du Code de l'éducation).

À quoi sert l'alphabet ?

L'alphabet de la main s'appelle la **dactylologie**. Il sert à **épeler** : votre prénom, un nom de ville, une marque, ou un mot dont vous ne connaissez pas encore le signe. C'est la première chose à apprendre : avec ces 26 lettres, vous pouvez déjà vous présenter et vous faire comprendre.

> **BON À SAVOIR**
>
> L'alphabet ne remplace pas les signes : en LSF, on ne parle pas en épelant chaque mot. Ce guide vous donne la base ; à la fin, vous trouverez où apprendre les signes en vidéo, gratuitement.

Comment lire les dessins

1

Les dessins montrent la main **comme dans un miroir**. Placez-vous face au dessin et copiez-le, comme si c'était votre reflet.

2

Utilisez votre **main dominante** : la droite si vous êtes droitier, la gauche si vous êtes gaucher.

3

Les flèches **dorées** indiquent un mouvement (lettres J et Z). Toutes les autres lettres sont immobiles.

Les 4 règles pour bien épeler

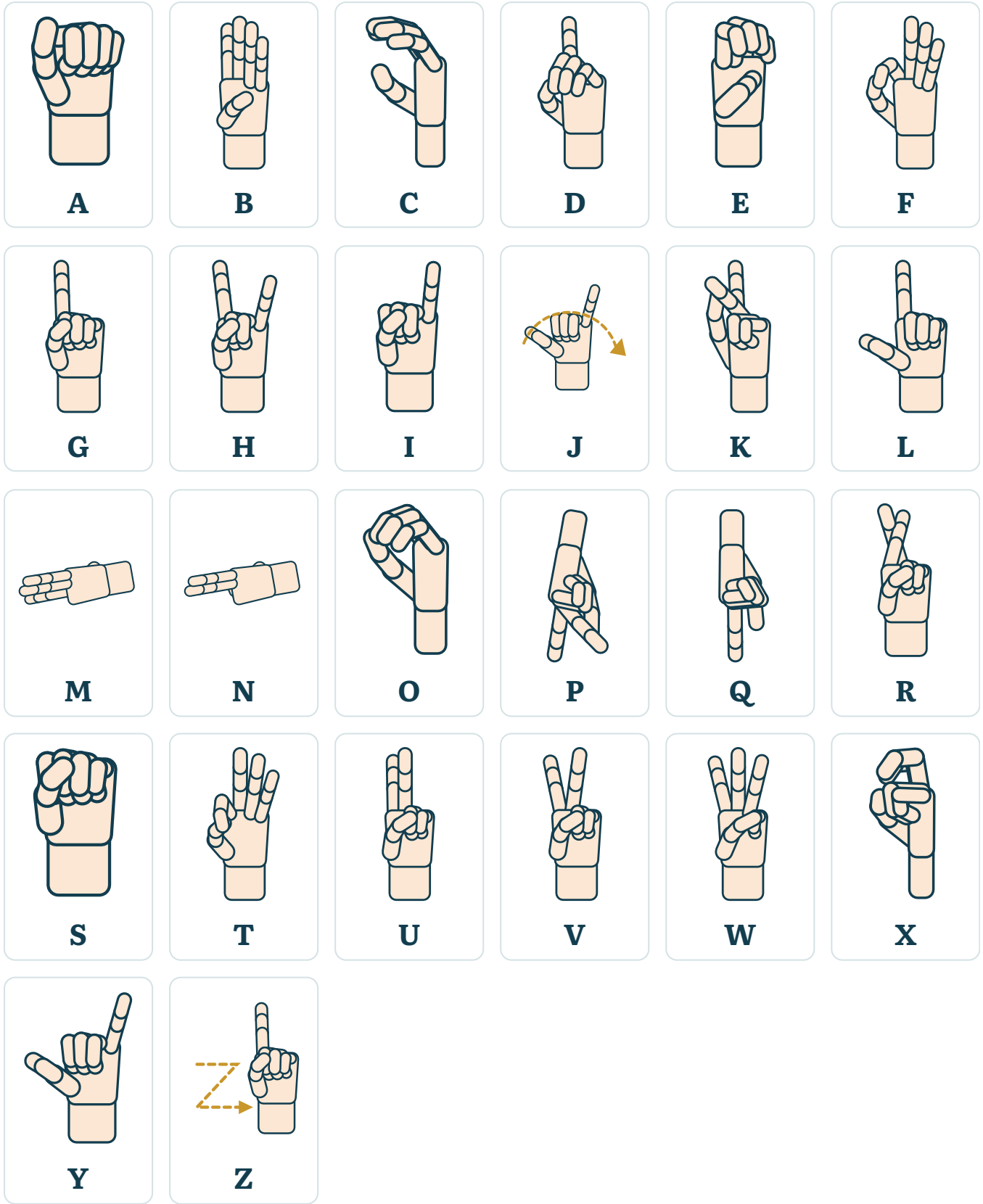
- **Main à hauteur d'épaule**, sur le côté, bien visible. La paume regarde en général votre interlocuteur.
- **Un rythme régulier** : ni trop vite, ni en s'arrêtant entre chaque lettre. La clarté compte plus que la vitesse.
- **Lettre double** (comme dans EMMA) : refaites la lettre avec un petit rebond ou un léger glissement de côté.
- **Regardez la personne**, pas votre main. Votre visage fait aussi partie de la langue.

À LA FIN DE CE GUIDE, VOUS SAUREZ

- ✓ faire les 26 lettres sans regarder ;
- ✓ épeler votre prénom et celui de vos proches ;
- ✓ lire un mot épelé lentement par quelqu'un ;
- ✓ éviter les 7 confusions les plus courantes.

Le tableau mémo

Les 26 lettres d'un coup d'œil. Imprimez cette page ou gardez-la en capture d'écran.



A

comme **Ami**



COMMENT FAIRE

1. Fermez le poing.
2. Dressez le pouce bien droit, collé contre le côté de l'index.

ASTUCE POUR RETENIR

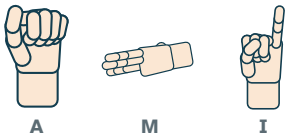
Le pouce se lève comme pour dire « présent ! » : c'est la première lettre.

ATTENTION

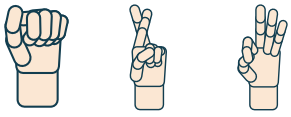
Ne confondez pas avec le **S** : pour le S, le pouce passe *devant* les doigts.

MOTS À ÉPELER

AMI



ART



AIR



PETITE PHRASE

Mon **AMI** aime l'**ART**.

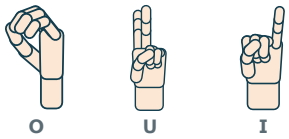
Épelez les mots en couleur.

Vous avez aimé cet extrait ?

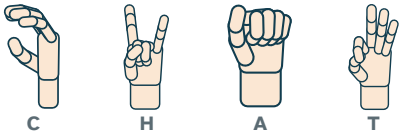
Cet extrait gratuit contient l'introduction, le tableau mémo des 26 lettres et la page de la lettre A.

PREMIER EXERCICE : ÉPELEZ CES 4 MOTS AVEC LE TABLEAU MÉMO

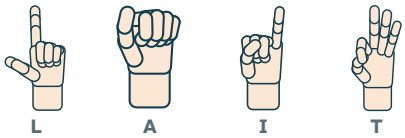
OUI



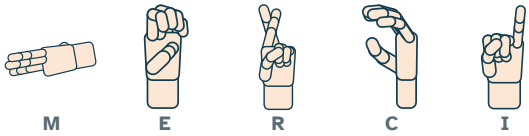
CHAT



LAIT



MERCI



Le guide complet contient :

- une page détaillée pour **chacune des 26 lettres** : la main dessinée en grand, les étapes, l'astuce pour retenir et le piège à éviter ;
- **78 mots** à épeler avec les mains lettre par lettre, et 26 petites phrases ;
- le **plan pour apprendre en 7 jours**, les 7 paires pièges, les prénoms, un quiz et ses réponses ;
- deux versions : **ordinateur** (34 pages) et **téléphone** (69 pages).

Disponible sur **lesavoirenpoche.com/guides/langue-des-signes**

© 2026 Quentin Batailley · Le savoir en poche. Extrait gratuit : vous pouvez le partager librement.