# Petit guide pratique de la

# L S F

## Livret 1

Facebook@commentcasesigne

# Avant-propos

Bonjour à toutes et à tous, et bienvenue dans ce premier livret de LSF !

**- Mais qu'est ce que la LSF Jamy?**

- Eh bien, la LSF pour : **L**angue des **S**ignes **F**rançaise est une langue à part entière. C'est une langue gestuelle, ce qui signifie qu'elle se pratique en faisant des signes, réalisés par les mouvements du corps dans son ensemble. Développée par les personnes sourdes pour communiquer, celle que nous verrons ici est utilisée en France et dans une partie de la Suisse. La LSF est liée à toute une culture et une histoire qui lui sont propres. Au même titre que les autres langues, elle peut exprimer tout ce qu'il est nécessaire d'exprimer. Elle est la langue d'expression de nombreux sourds et est pratiquée par environ 100 000 locuteurs.

J'ai réalisé ce premier livret dans le but de vous donner quelques bases de LSF. Que vous ayez des collègues, des connaissances, des clients sourds ou que vous soyez tout simplement avides de connaissances, vous trouverez dans ce livret des signes illustrés par mes soins, des indications pratiques sur la manière de les réaliser, des moyens mnémotechniques ou bien des notes sur ce à quoi ces signes font référence.

Ce premier livret comprend les thématiques suivantes :

- **la dactylologie (l'alphabet en LSF)**
- **les nombres de 0 à 100**
- **les signes de politesse**
- **quelques phrases simples pour se présenter**

J'ai également placé des QR codes tout au long de ce livret. Vous n'êtes pas sûr.es de savoir comment faire le signe? Scannez le QR code avec l'appareil photo de votre téléphone. Sur certains téléphones il faut télécharger une appli pour pouvoir le faire. Bon, si vous avez encore un Nokia 3310, là je ne peux rien pour vous...

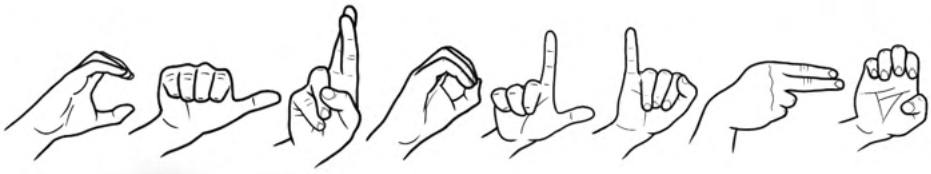
Ce premier livret est téléchargeable gratuitement à l'adresse suivante : www.facebook.com/Commentcasesigne/

Toute récupération ou utilisation commerciale est interdite.

# La dactylologie

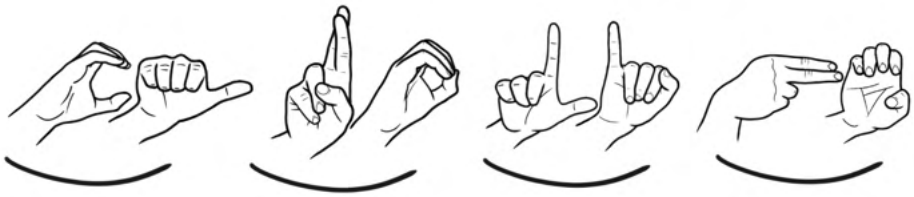
La dactylologie est en quelque sorte l'alphabet en langue des signes. Elle permet d'épeler des noms, des prénoms, des noms de lieux et/ou des noms communs dont vous ne connaissez pas le signe.
Cependant, attention ! La dactylologie ne doit pas être un recours systématique, surtout pour les noms communs. Quand c'est possible, testez d'autres stratégies comme le pointage ou le mime avant de passer par la dactylologie.
Quand vous utilisez la dactylologie, vous devez utiliser votre main directrice et ne pas alterner entre les deux mains. La main directrice est la main qui effectue le mouvement principal dans la plupart des signes. Généralement c'est votre main droite si vous êtes droitier ou votre main gauche si vous êtes gaucher. Si vous êtes ambidextre, arrêtez de vous la péter et choisissez!

Si quelqu'un vous épelle son nom ou un mot, j'ai quelques conseils pour vous:
- Ne paniquez pas ! Le stress risque de bloquer la communication, si la personne va trop vite pour vous, demandez lui poliment de répéter ou d'y aller plus lentement.
- Ne regardez pas que la main ! C'est difficile au début mais il est plus facile de comprendre le mot quand on regarde la personne dans les yeux, car les lèvres sont rarement complètement immobiles et la lecture labiale vient parfois compléter la dactylologie.
- Regroupez mentalement les lettres en syllabes, il sera logiquement plus simple de retenir quatres syllabes plutôt que 8 lettres.



CAROLINE

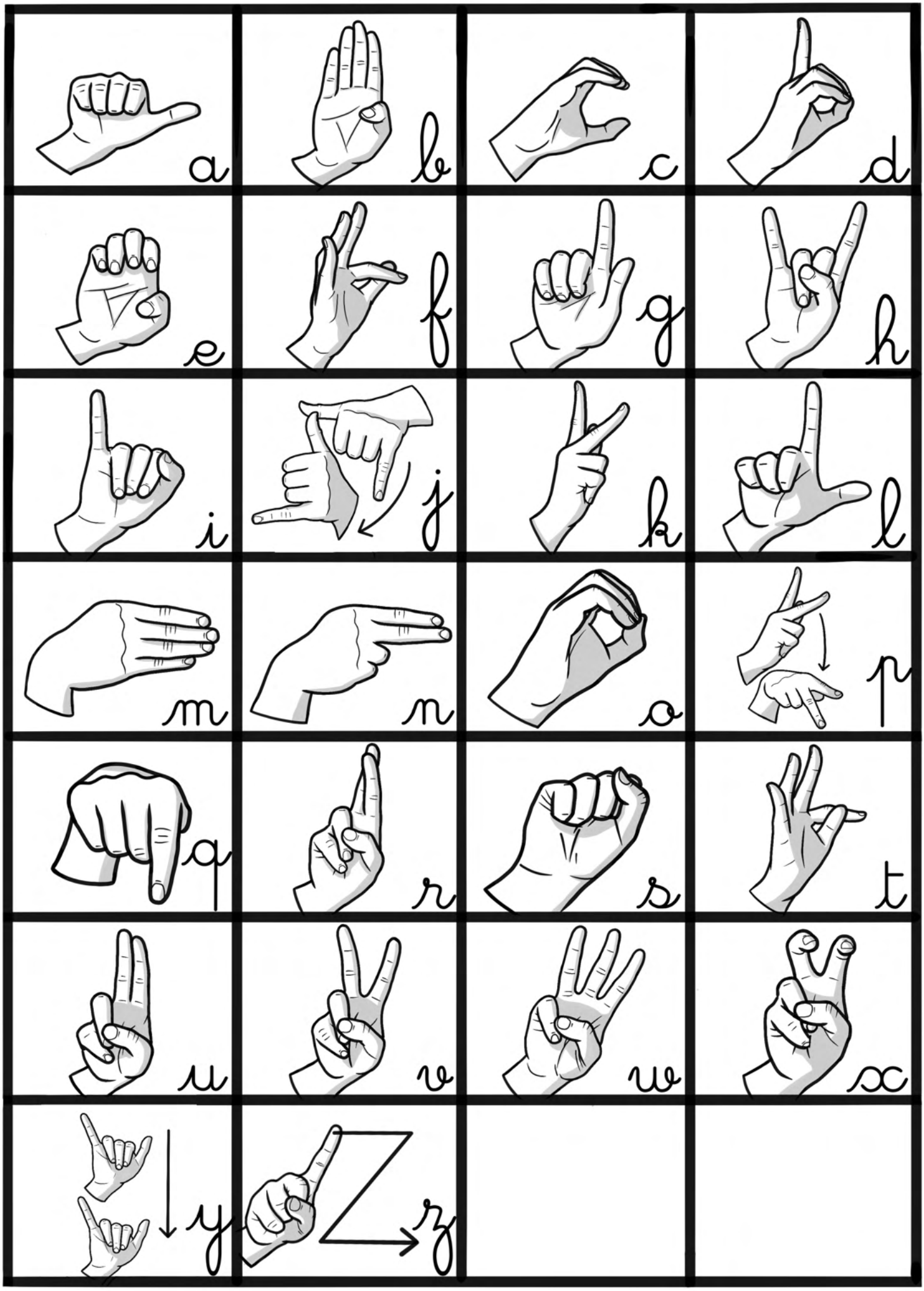
Vous aurez oublié le début une fois arrivé à la fin du mot.



CA RO LI NE

Si vous regroupez les lettres en syllabes ce sera bien plus simple !

# La dactylologie



# Les nombres de 0 à 100

On ne panique pas ! Les nombres en LSF c'est facile et très logique !

**0 à 9** : ça devrait aller, le 4 et le 9 se font avec le pouce baissé. Certains montrent plutôt les nombres de 0 à 9 avec les paumes face à l'interlocuteur. Les deux se font, mais cette version est moins confortable pour les poignets. Dans les faits le plus souvent lorsque l'on réalise une suite numérique on va avoir tendance à plutôt montrer le dos des mains. Lorsque l'on montre juste un nombre on montre plus souvent la paume de la main.

**10** : se fait avec les mains en pince, les poignets pivotent vers l'extérieur.

**11 à 15** : c'est la même chose que de 1 à 5 sauf qu'il y a un mouvement du poignet vers le haut.

**16 à 19** : c'est pareil ! Ou presque... le mouvement s'inverse et se fait vers le bas. Pour retenir, imaginez qu'à partir de 16kg ça devient trop lourd pour vous et donc le mouvement descend.

**20** : deux doigts se frappent pour marquer les deux dizaines.

**30** : trois doigts se frappent pour les trois dizaines.

**40** : quatre doigts sont levés et remuent.

**50** : la main en pince, l'index et le pouce se frappent.

**60** : la main directrice agite le pouce et la main gauche montre ses 5 doigts pour afficher en tout les six dizaines. *Une autre façon répandue de signer 60 est de passer de 6 à 0, comme si on écrivait 60.

**70** : cinq doigts levés pour la main gauche pour les cinq dizaines, la main droite fait le signe de 20
50 + 20 = 70

**80** : sur le même modèle que 70 , la main gauche marque les cinq dizaines et l'autre fait le signe pour 30.

**90** : même chose mais avec 40

**100** : la main en « C » fait un mouvement horizontal.

Pour tous les nombres qui ne sont pas des dizaines pleines, comme 23 par exemple, c'est trrrrrès simple. On signera simplement 2 - 3 comme si vous l'écriviez dans votre sens de lecture, de gauche à droite.

# Les nombres de 0 à 100

# La politesse

Vous allez engager une conversation avec une personne sourde ? Si, si, vous allez le faire ! Alors, une fois n'est pas coutume, commençons par le commencement ! Voici quelques signes incontournables pour ne pas passer pour un.e rustre aux mauvaises manières !

## Bonjour

La main est à plat, elle va de la bouche vers l'interlocuteur. Assurez-vous d'avoir au préalable établi un contact visuel et n'oubliez pas que vos expressions sont importantes, souriez si vous voulez paraître avenants.

## Bonjour à tous

Si vous vous adressez à plusieurs personnes, le mouvement de « bonjour » suit la direction de la foule.

## Merci

Le signe pour « merci » est globalement le même que « bonjour ». Dans les faits, le mouvement est souvent plus court.

## De rien

Le pouce frotte sous le menton.

NB : ce signe signifie également « rien », la différence se fait par le contexte.

## S'il te/vous plaît

Le signe pour « s'il te plaît / s'il vous plaît se fait la main en configuration en « b » descendant le long du visage.
NB : ce signe signifie également « gentil.le »

## Pardon/excuse-moi

La main à plat frotte l'autre dans la même position en décrivant un mouvement circulaire. Ce signe renvoie à l'action d'effacer/laver les fautes commises.

## Désolé.e

Le poing frotte le cœur en décrivant un mouvement circulaire.
NB : Si vous voulez paraître sincères, pensez à votre expression !

## Au revoir

Il n'y a pas forcément besoin d'aller chercher bien loin. Main en « b » qui bat, ou bien en agitant la main en signe d'au revoir.

## Bienvenue

Ce signe renvoie à l'action de prendre les autres et de les amener à vous. Ce signe est le même que pour «accueil/accueillir», le contexte déterminera le sens. De la même manière, votre expression est très importante. Il est parfois précédé du signe « bien/bon ». Cf.vidéo

## Bon appétit

Si vous êtes à table avec des sourds, pour souhaiter « bon appétit », vous devez frapper la table avec le poing afin de créer une vibration pour établir un contact, les autres personnes feront de même.

Si vous n'êtes pas attablé.es avec les personnes en question et que vous n'allez pas manger avec mais que vous voulez leur souhaiter bon appétit, vous pouvez faire le même mouvement avec votre autre main en guise de table.

## Ça va? / Ça va !

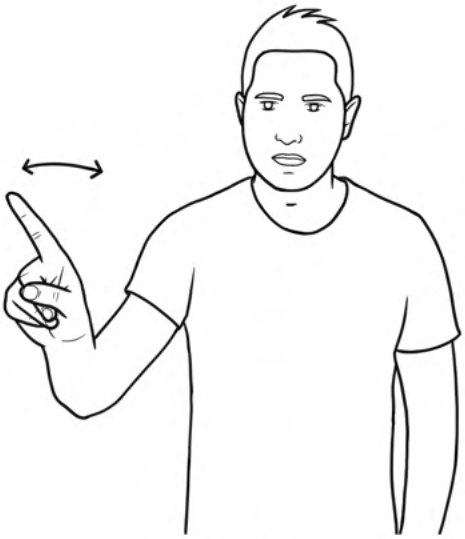
Si vous voulez demander à quelqu'un comment il.elle va, placez les deux mains, paumes tournées vers le ciel, l'index et le majeur collés l'un à l'autre remuent d'avant en arrière, deux fois généralement. Comme en français, ce signe peut être à la fois la question et la réponse, l'expression fera la différence

- ça va?

- ça va!

## Oui

La main en pince, le poignet bascule une ou plusieurs fois en fonction de l'effet voulu.



## Non

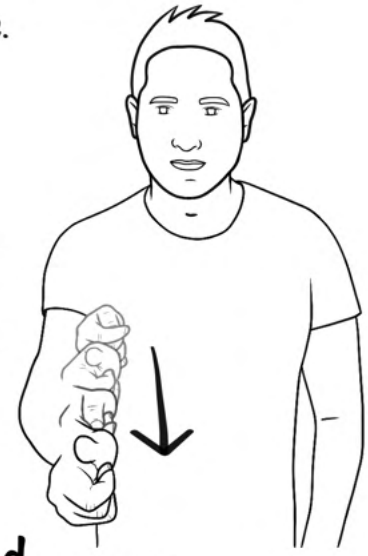
Agitez l'index avec une expression de désapprobation.

## À demain

Ce signe signifie « demain », mais dans le contexte où deux personnes se séparent, il signifie « à demain ».

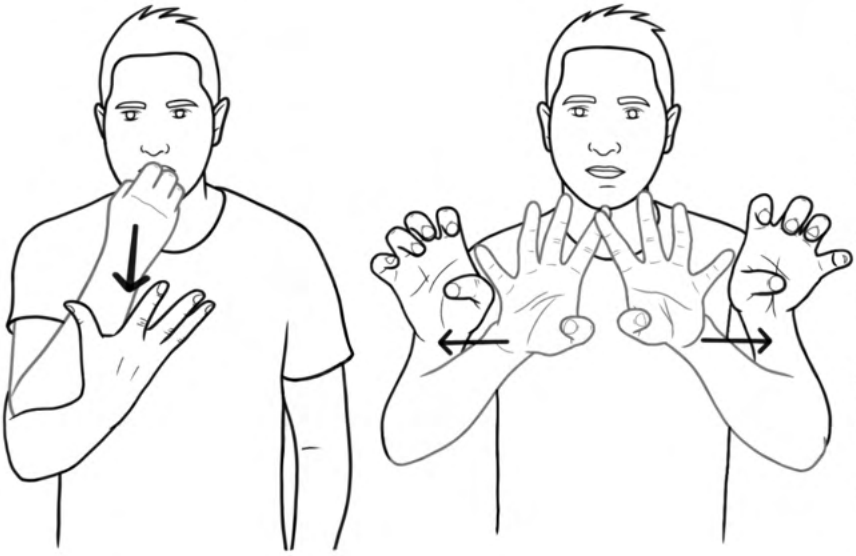
## À lundi

La main en L pour Lundi va vers l'avant. Ce signe signifie « lundi prochain » mais dans le contexte où l'on se sépare, il signifie « à lundi prochain ». Pour les autres jours de la semaine on utilise également la première lettre de chaque jour, sauf pour mardi et mercredi pour lesquels on utilise la seconde.



## À bientôt

La main en clé va vers l'avant en faisant sortir le pouce au moins deux fois.

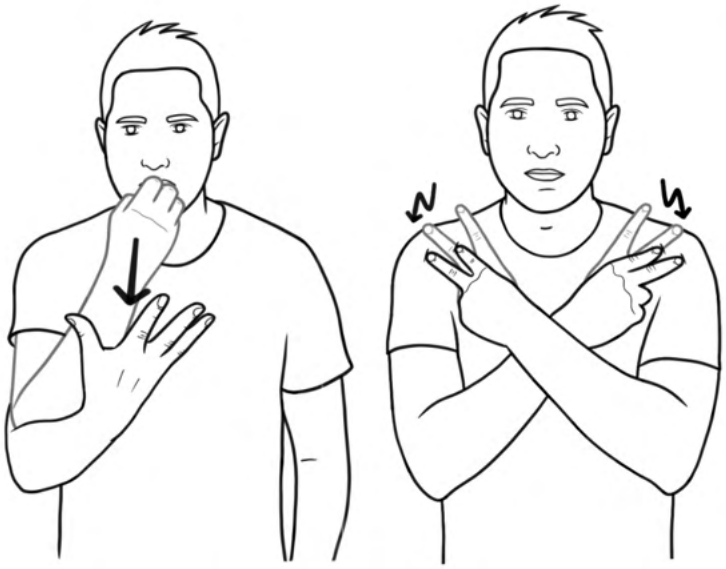


## Bon week-end

Bon + week-end

Bon : la main s'ouvre vers l'avant du corps en partant de la bouche.

Week-end : les mains passent du W au E pour les initiales du mot. L'auriculaire reste relevé pour le W pour des raisons de confort. Ce signe se fait également à une main.



## Bonnes vacances

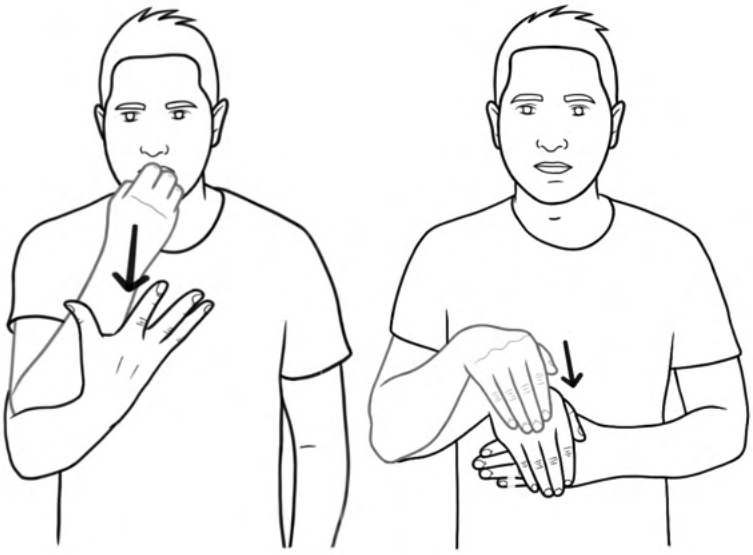
Bon/bonne + vacances

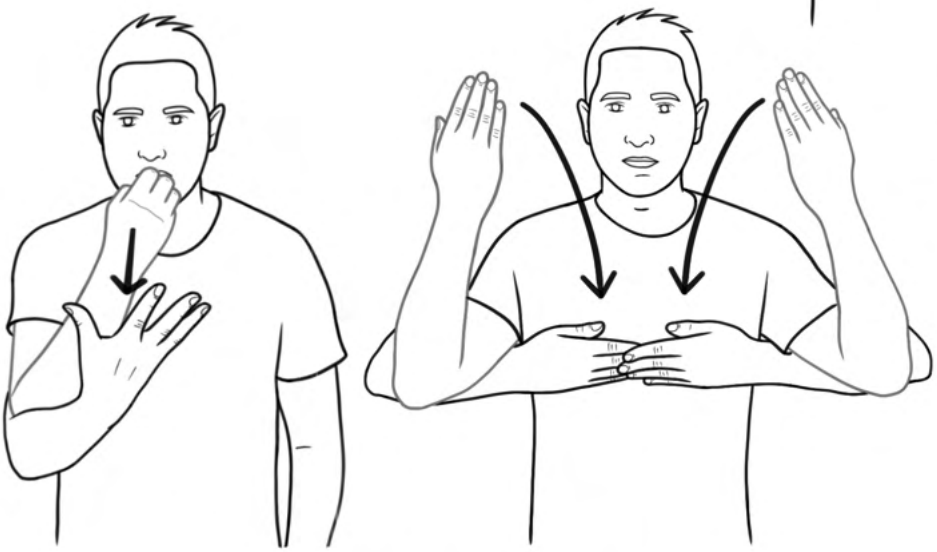
Le signe pour vacances se fait en frappant deux fois les deux mains croisées en V sur le haut du torse.

## Bonsoir /bonne soirée

Bon + soir

Le signe « soir » se fait les mains à plat, l'une passant devant l'autre. Le signe fait référence au soleil qui passe derrière l'horizon.





## Bonne nuit

Bon/bonne + nuit

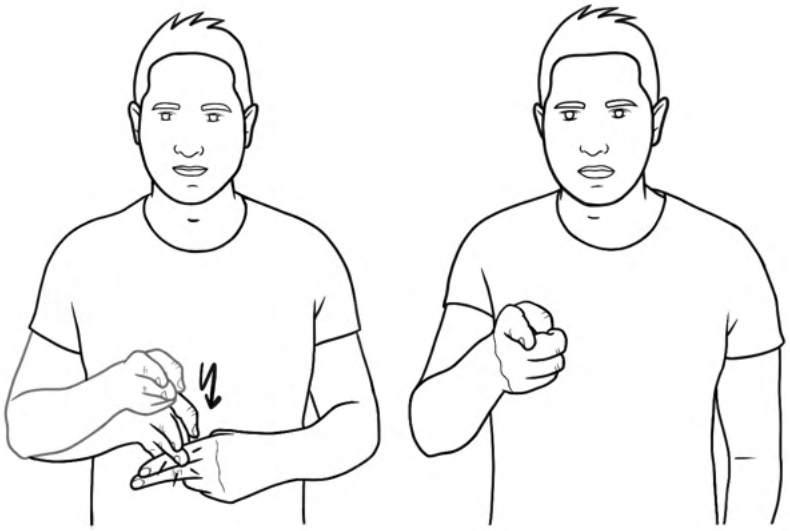
Le signe nuit se fait les deux mains en configuration plate qui descendent. Dans l'autre sens il signifie « jour ».

## Bravo/félicitations

Les poignets des deux mains pivotent plusieurs fois. Ce signe est utilisé en guise d'applaudissements.

# Se présenter

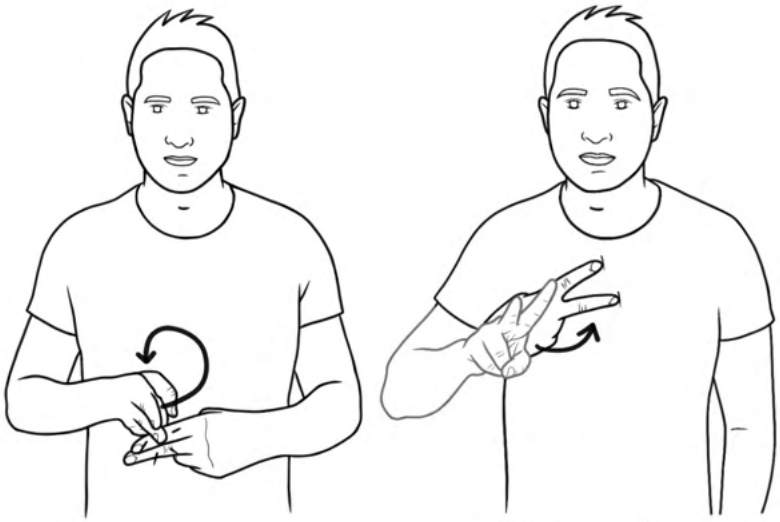
Bon, maintenant on passe aux choses sérieuses, on va apprendre quelques phrases de base pour se présenter. Pas de panique, ça va bien se passer! N'hésitez pas à visionner les vidéos et à répéter les signes devant votre miroir.



## Comment tu t'appelles?

Nom + toi?

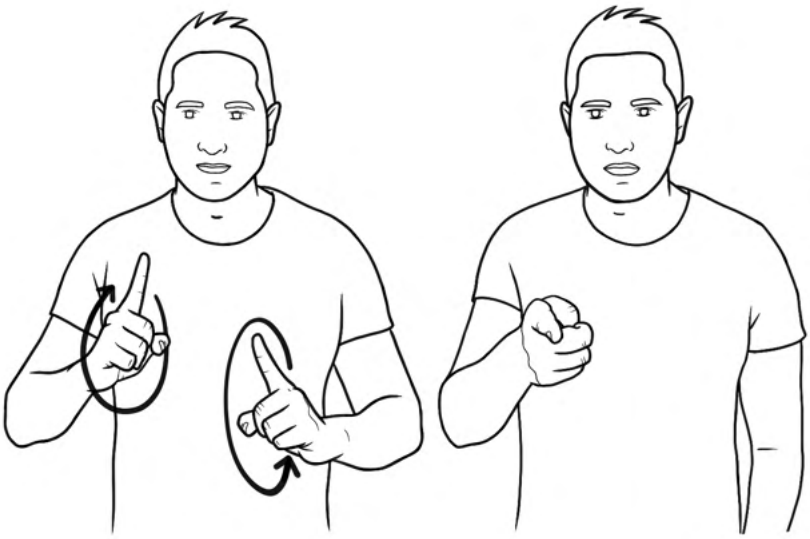
C'est une des façons les plus simples de demander. Le signe « toi » est même facultatif ici, on pourrait même juste faire le signe « nom »avec une expression interrogative.



## Mon prénom est Simon.

Prénom + à moi + S.I.M.O.N

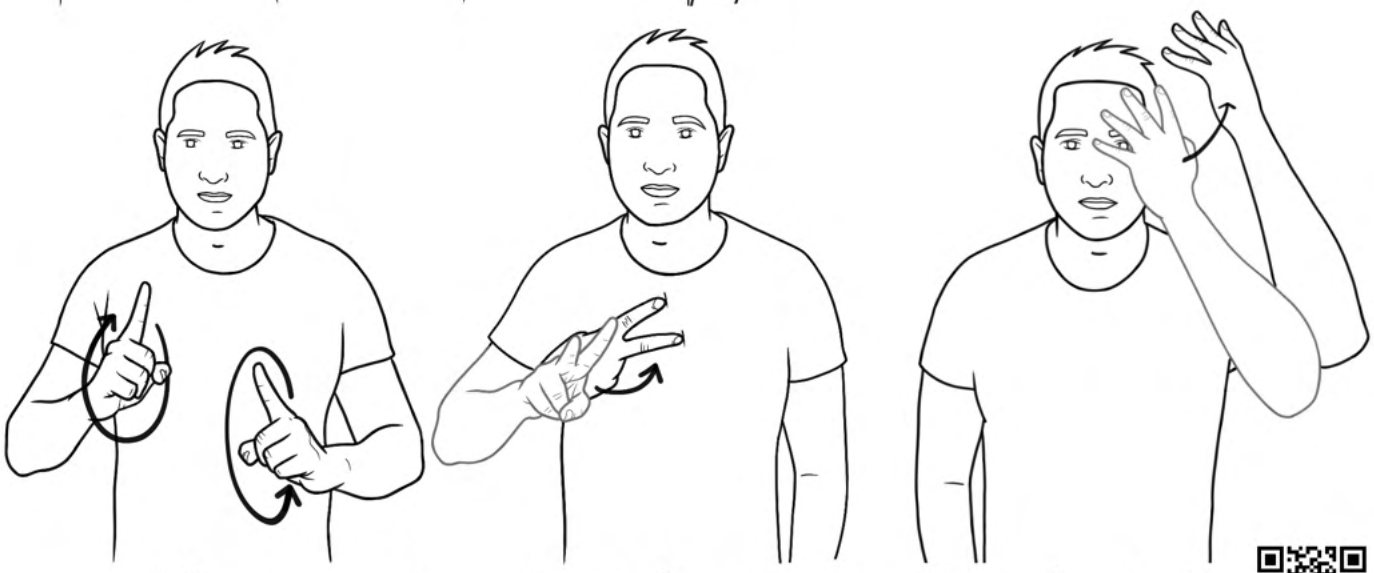
Le signe pour « prénom » se fait à l'origine les paumes vers le sol. Il est de plus en plus signé comme dessiné ci-dessus. Le mouvement est le même, mais la position initiale des « n » varie. Ce signe est probablement l'évolution du premier afin d'éviter une torsion peu naturelle du poignet. Les deux sont utilisés et doivent être connus. (cf.vidéo)



## Quel est ton signe ?

Nom-signe + toi?

Certains sourds inversent juste le sens du mouvement de « nom-signe » vers l'interlocuteur pour demander son signe.

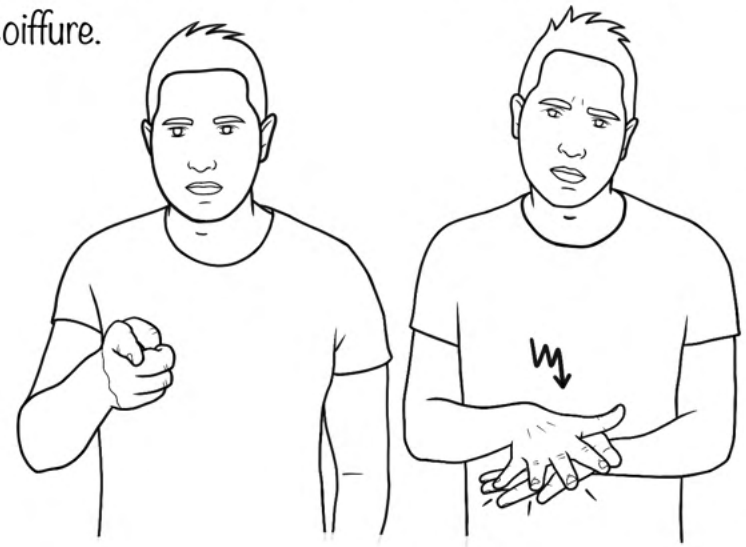


## Mon nom-signe est « cheveux en pic sur le côté »

Nom-signe + à moi + cheveux en pic sur le côté

Quand vous fréquentez des personnes sourdes, vous vous verrez baptisé d'un nom-signe. En effet, épeler à chaque fois serait très long et fastidieux.

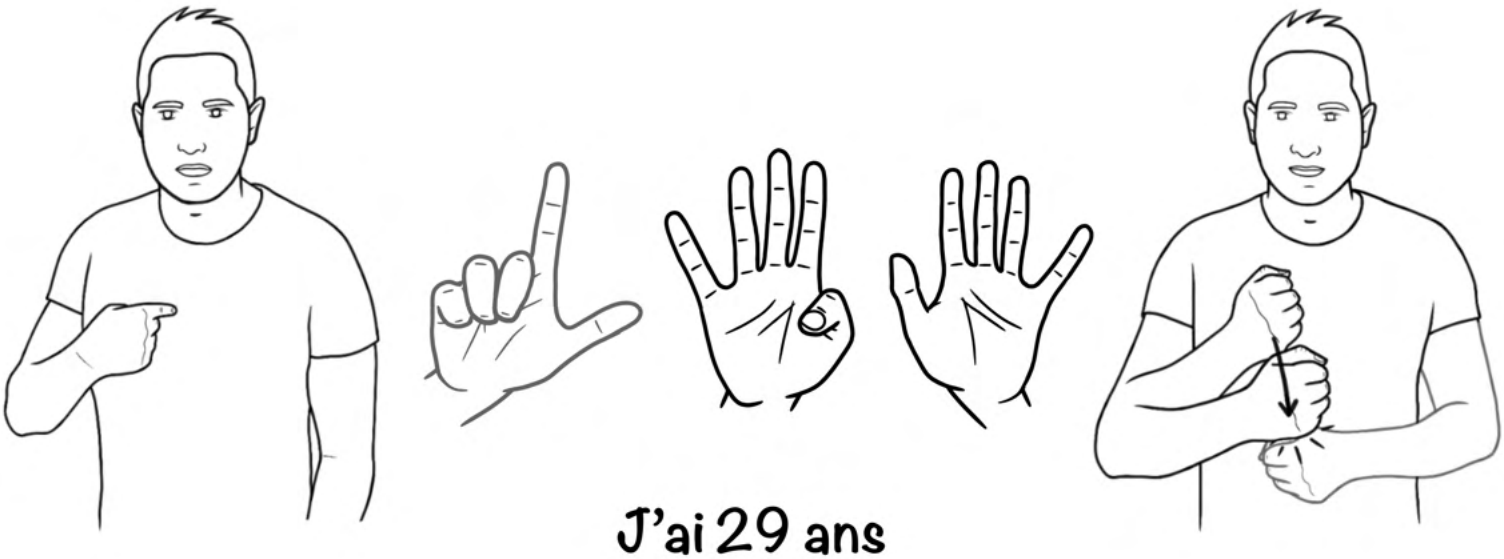
Le nom-signe doit représenter la personne, il peut faire référence à une caractéristique physique, un trait de caractère, avoir un lien avec son prénom etc. Le signe de Simon fait référence à sa coiffure.



## Quel âge as-tu?

Toi + quel âge ?

Le signe pour : « âge » ou « quel âge ? » suivant votre expression, se fait en frappant deux fois dans les mains paume contre paume.



## J'ai 29 ans

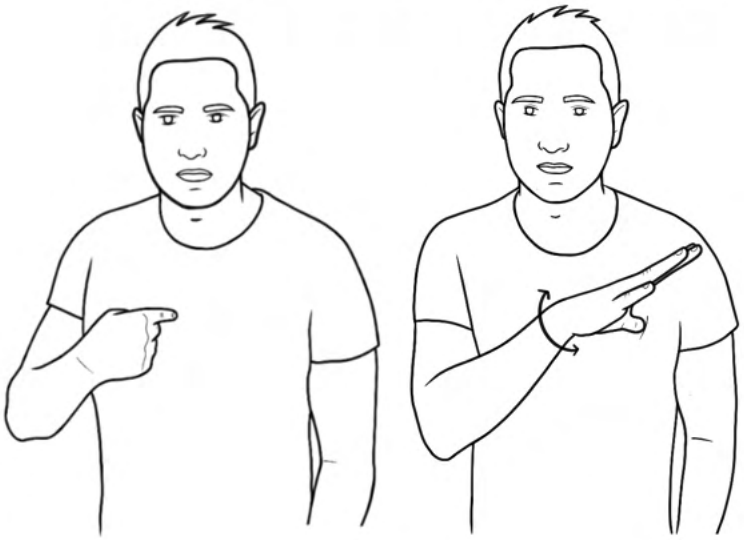
Moi + 2 - 9 + ans.

Le signe pour an est facultatif ici, il se fait en frappant une fois le poing de la main directrice contre l'autre. Bien sûr, tant pour la question que pour la réponse le pronom peut être omis si vous n'avez qu'un interlocuteur ou si c'est évident dans le contexte.

## Quel est ton travail ?

Travail + à toi + quoi?

Le signe pour « travail » se fait comme le signe « an », mais le poing frappe deux fois.

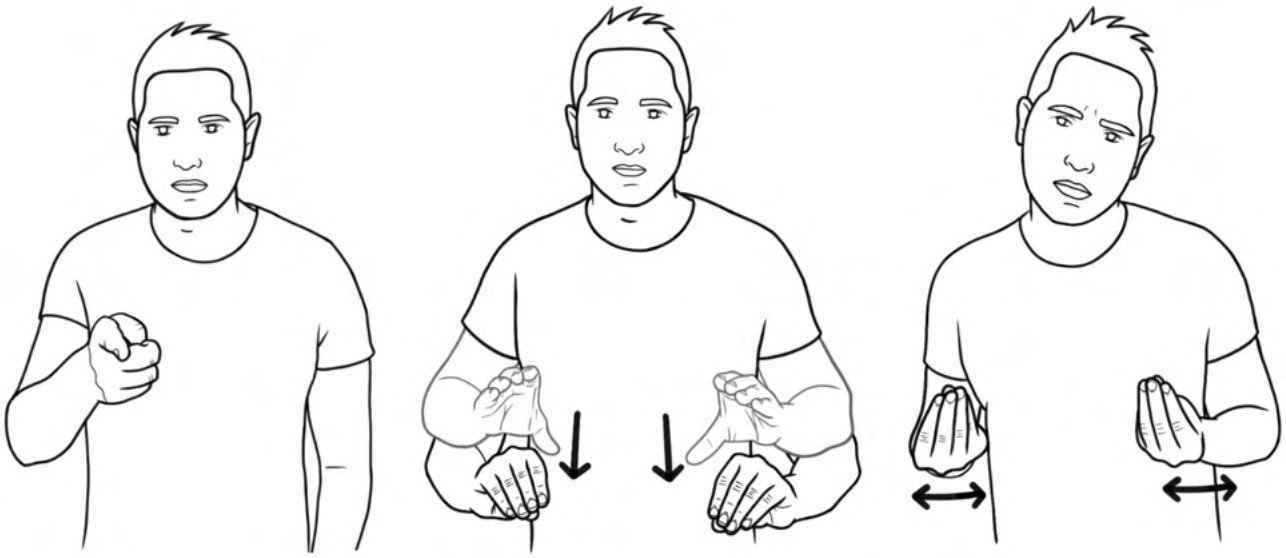


## Je suis professeur

Moi + professeur

Ou : travail + à moi + professeur (cf.vidéo)

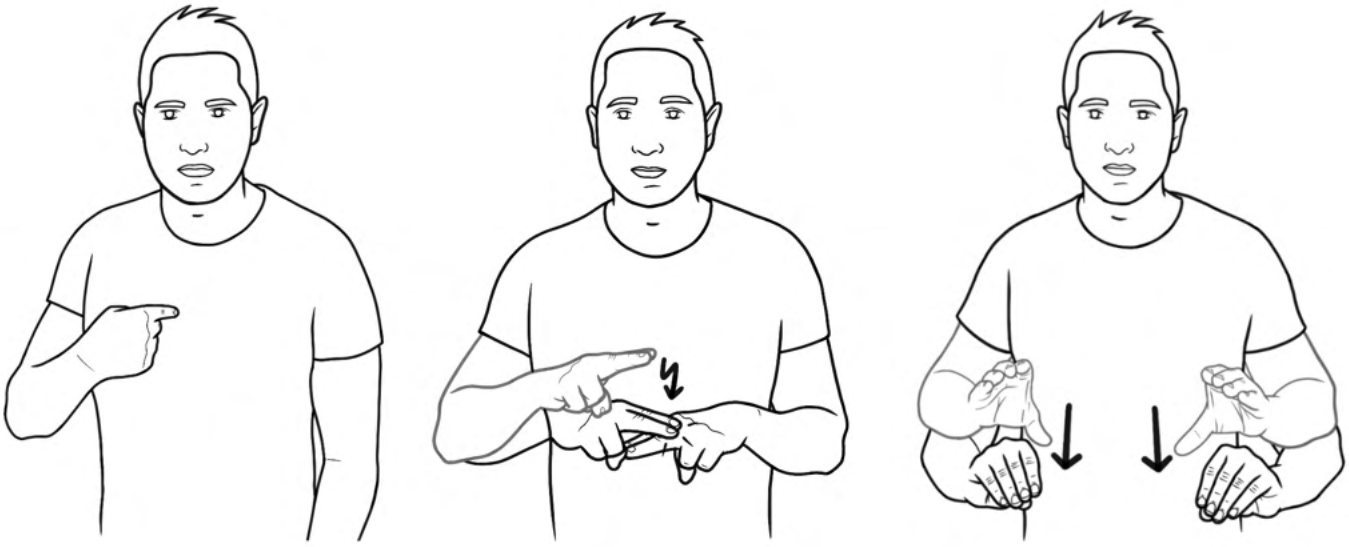
Le signe pour « professeur » se fait le poignet pivotant, le pouce frottant au niveau du pectoral opposé. Comme dans beaucoup de langues, le verbe « être » est sous-entendu.



## Où habites-tu?

Toi + habiter + où?

La syntaxe de la LSF est différente de celle du français. Cependant, comme dans toutes les langues, l'ordre des termes est rarement complètement figé et certains signes sont donc parfois mobiles. En effet, de la même manière qu'en français on peut dire « tu habites où? » ou bien « où habites-tu? » En LSF, on peut signer « toi/ habiter/où? » ou bien « habiter / où / toi ? »



## J'habite à Nancy.

Moi + Nancy + habiter

Les lieux aussi ont généralement un signe. Le signe pour la ville de Nancy se fait avec deux « n » qui se tapotent deux fois perpendiculairement, en référence au carrefour de la place Stanislas.

Merci d'avoir téléchargé ce premier livret !

J'espère qu'il vous sera utile. J'ai pris beaucoup de plaisir et de temps à le faire. Le partager gratuitement me paraissait important, dans la mesure où j'estime qu'on devrait tous connaître ce vocabulaire de base. Cependant, si vous appréciez vraiment mon travail et que vous souhaitez me soutenir financièrement, vous pouvez me laisser un pourboire sur Tipeee :

https://fr.tipeee.com/commentcasesignelsf

Si vous souhaitez voir plus de contenus en LSF, je vous propose également de me rejoindre sur Facebook et Instagram

« @commentcasesigne ».

En attendant, si vous recherchez du vocabulaire en LSF, je vous recommande l'application ou le site « Elix », une référence en la matière.

Je vous souhaite un bon apprentissage ! ;)