

BIEN DANS SES TONGS

Remèdes de profs docs à la morosité ambiante

La question du bien-être dans les établissements

Favoriser le bien-être au sein du CDI : enjeux et pratiques de Victoria Pfeffer-Meyer, Mathilde Bernos, Marine Pierrat (accès libre, mai 2026)

A retrouver dans le dernier numéro d'InterCDI (n°32, Mai - Juin 2026. *L'expertise des professeurs documentalistes*) une introduction au thème du bien-être et de la santé mentale dans les établissements scolaires et une réflexion sur le rôle du CDI et des professeurs-documentalistes quant à la création de lieux et d'activités favorisant l'apaisement, la confiance et le développement des compétences psychosociales des élèves.

<http://www.intercdi.org/favoriser-le-bien-etre-au-sein-du-cdi-enjeux-et-pratiques/>



Santé mentale des adolescents : que peuvent la lecture et l'écriture ? - Mars 2026, N° 197

« Ce numéro donne la voix aux spécialistes - psychologues, auteurs, autrices et accompagnants - comme aux personnes concernées, et interroge le rôle de la lecture et de l'écriture face à la vulnérabilité psychique. » (Lecture Jeunesse).

<https://www.lecturejeunesse.org/product/sante-mentale-des-adolescents-que-peuvent-la-lecture-et-l-ecriture/>

Réflexions à poursuivre dans le numéro **hors-série n° 15 « Soigner par le livre ? La bibliothérapie en question »**

<https://www.lecturejeunesse.org/product/soigner-par-les-livres-la-bibliothérapie-en-questions-hors-serie-n-15-mars-2026/>



L'idée des "bulles calmes" au CDI : un refuge pour les élèves en quête de sérénité

Afin de répondre aux besoins de bien-être et de concentration des élèves, plusieurs CDI ont mis à disposition un nouvel espace, plus ou moins inspiré du concept Snoezelen : la "bulle calme". Selon les établissements, plusieurs formes ont été proposées mais cet espace a un objectif commun : il a été pensé comme un lieu apaisant, où chacun peut s'accorder un moment de tranquillité dans un environnement serein et respectueux.

Elle est, dans la plupart des cas, réservée aux élèves souhaitant :

- **lire** en silence ;
- **se détendre** quelques instants ;
- **s'isoler** temporairement du bruit et de l'agitation ;
- retrouver leur **concentration** ;
- **profiter d'un moment de calme** dans leur journée.

Plus d'informations pratiques ici :



Illustration au collège Villon :



Cet espace est destiné en priorité aux élèves qui, ponctuellement, sont autorisés à quitter un cours en raison d'une situation de mal-être ou de difficultés émotionnelles : angoisse, stress important, colère, surcharge émotionnelle, maux de tête ou besoin de retrouver leur calme. Des livres, magazines et ressources favorisant la détente et l'évasion sont mis à disposition (fidgets anti-stress, carte météo des émotions, masque de sommeil, colonne à bulle et ambiance sensorielle).

Exemples de bulles de calme :



Salle Snoezelen au collège Villon, Mulhouse

Bulle de calme au collège de Orbey (gauche) et de Ribeauvillé (droite)

Idée bac à livres : valoriser les compétences psychosociales au CDI

Certains CDI ont choisi de **mettre en lumière les compétences psychosociales (CPS) à travers un bac à livres thématique** rendant ainsi plus visible tous ces sujets. Une initiative simple à mettre en œuvre, mais riche en bénéfices pour les élèves comme pour la dynamique du lieu. Dans ce présentoir, les ouvrages peuvent aborder des thématiques essentielles pour le développement personnel et social des jeunes, collégiens ou lycéens : **gestion des émotions, confiance en soi, stress, anxiété, estime de soi, affirmation de soi, communication ou encore connaissance de soi**. Autant de sujets qui résonnent avec les préoccupations quotidiennes des élèves.

Cette mise en avant permet de :

- rendre visibles des collections parfois méconnues ;
- faciliter l'accès à des ressources documentaires sur des sujets sensibles ;
- encourager la lecture autonome autour du bien-être et de la santé mentale ;
- dédramatiser certaines difficultés vécues par les adolescents.

Dans un contexte où les questions liées à la santé mentale occupent une place croissante dans les préoccupations éducatives, **le CDI affirme ainsi pleinement son rôle d'espace ressource et d'accompagnement**.



Egalithèque : Ensemble c'est mieux !



Au CDI, une nouvelle « thèque » a pris sa place : l'égalithèque.

Pensée pour proposer des modèles de représentations adolescents bien dans ses baskets, où des valeurs comme la solidarité, la sororité, le consentement construisent des amitiés fortes, saines.

Ce concentré de bonne humeur et d'émotion peut être lu et s'infuser dans les imaginaires de nos ados pour contrebalancer une polarisation des genres qui se renforcent, y compris à la fin du secondaire.

Cette égalithèque permet de faire sauter les poncifs de la figure adolescente sombre, torturée, malmenée par les autres ou incomprise. Elle est pensée comme une respiration au milieu du climat ambiant qui pèse sur les épaules des jeunes générations.

Les formats, les genres littéraires y sont variés pour que chacun, chacune y trouve son compte, dans un récit réel ou imaginaire, un essai, entre nouveautés éditoriales et livres du fonds remis en valeur, mais quoiqu'il arrive, loin des carcans imposés. Pour construire son identité, sa personnalité.

Liste non exhaustive de l'égalithèque :

- *La ride* (prononcé la « raïde », à l'anglaise), de Simon Boileau, et Florent Pierre, chez Dargaud.
- *Ni prince ni charmant*, de Florence Medina, chez Talents hauts
- *Rosa candida*, Audur Ava Olafsdottir, chez Zulma.
- *Demandez-leur la lune !*, d'Isabelle Pandazopoulos, chez Gallimard Jeunesse.
- *Les ami.es c'est pour la vie*, Alice Raybaud et Diglee, chez La ville brûle.
- *Nos puissantes amitiés* : des liens politiques, des lieux de résistance, d'Alice Raybaud, chez Pocket.
- *On les appelle Junior et Sénior*, de Robin Recht et Jean-Baptiste Hostache, chez Le Lombard.
- *Le cœur sur la table*, Victoire Tuillon, chez Points.
- *Un petit goût de noisette* (3 tomes) de Vanyda, chez Dargaud.



Apprendre à être un adulte

Pour apporter des réponses à nos élèves qui se posent des questions très concrètes sur la façon d'organiser leur future vie d'étudiant ou d'adulte, nous vous proposons une bibliographie pratique, non exhaustive, de la vie étudiante.

- *Facile : le guide pratique de la vie d'adulte*, de Margaux Motin, chez Casterman.
- *Partir étudier à l'étranger après le bac*, de Tina Winfred Achkar, Maris-Anne Renaux, chez édition L'Etudiant pratique.
- *Voyager sans avion*, d'Aurey Baylac, Cindy Cappelle et Marcel, chez Plume de carotte.
- *Zéro déchet*, de Julie Bernier, chez Solar.
- *Recettes saines pour étudiants, jeunes actifs et solos : pressé, fauché, mal équipé mais gourmand !*, de Marie Chioca, chez Terre vivante.
- *Écrire juste pour soi : les mots prennent soin de vous*, Régine Detambel, chez Actes Sud.
- *Réussir son erasmus : voyage étudiant en Europe et dans le monde*, de Camille Elraki, chez Edition Kawa.
- *La beauté du monde : voyager sans se presser*, Carol Honoré, Kristen et Kevin Howdeshell, chez Gallimard jeunesse.
- *Rédiger et communiquer efficacement*, Marie-Aline Sergent, Sandrine Girard, Olivier Chartrain, Hatier.
- *Et si je trouvais enfin ce que je veux faire de ma vie ? : carnet orientation & vocation*, d'Isabelle Servant, chez Eyrolles.
- *Ça commence par moi, soyons le changement que nous voulons voir dans le monde*, de Julien Vidal, chez Points.



L'Académie de Grenoble a mis en ligne [Le routard de l'étudiant](#).



Développé par Marion Blanc-Gonnet et Laurence Peruccio, assistantes de service social (DSDEN de la Savoie), ce guide a pour objectif de faciliter l'insertion de ses étudiants dans leur nouvelle vie.

Mieux comprendre le monde grâce aux nouveautés de la collection ALT

De courts essais engagés pour les 15 - 25 ans chez les Éditions La Martinière.

SANTÉ MENTALE :
COMMENT
FAIRE FACE ?

Samuel Dock

SANTÉ MENTALE :
COMMENT
FAIRE FACE ?

QU'EST-CE QUE
CONSENTIR ?

Marie-Charlotte Garin

QU'EST-CE QUE
CONSENTIR ?

IDENTITÉ :
QU'EST-CE QUI
NOUS DÉFINIT ?

Vanessa Springora

IDENTITÉ :
QU'EST-CE QUI
NOUS DÉFINIT ?

POURQUOI
SCROLLER
SANS FIN ?

Thibaud Dumas

POURQUOI
SCROLLER
SANS FIN ?

ALGOOL,
AVONS-NOUS
UN PROBLÈME ?

Camille Emmanuelle

ALGOOL,
AVONS-NOUS
UN PROBLÈME ?

S'orienter dans le monde de l'édition

A l'image de la recomposition des grands groupes de presse en France, l'édition est elle aussi depuis ces cinq dernières années au cœur d'un mercato où chacun reconstruit son équipe en vendant, cédant, achetant des maisons d'édition et avec elles, leurs catalogues et renommées.

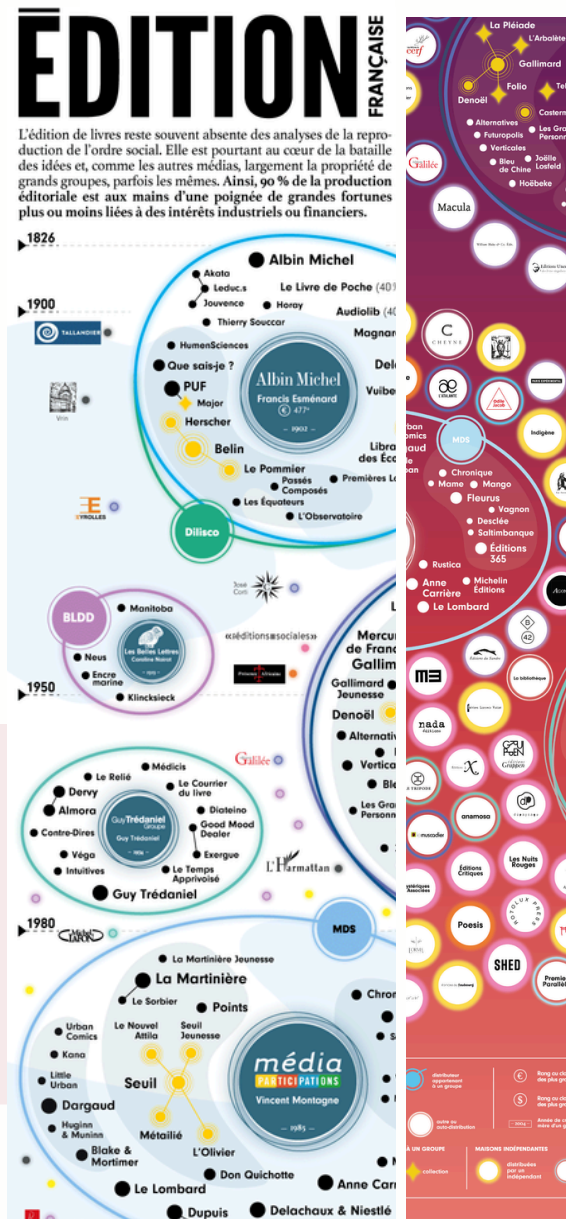
Ces changements pourraient passer inaperçus et ne pas inquiéter s'ils n'étaient pas portés par des projets économiques se défaisant de la qualité de l'information ou par des projets politiques s'affranchissant des valeurs républicaines, préoccupant celles et ceux qui font vivre depuis plusieurs années ces lieux de diffusions d'idées et d'histoires.

Aujourd'hui Grasset, hier, Fayard, le *Journal du dimanche*, *Science et Vie*, *France soir*, demain *Géo*, *Simone*, les directions et les lignes éditoriales sont modifiées brutalement obligeant les acteurs du secteur à se mobiliser pour mettre en lumière ces événements et faire valoir de nouveaux droits, à l'instar des auteurs et autrices de la maison d'édition Grasset, demandant la création d'une [clause de conscience](#).

Pour vous aider à vous y retrouver dans ces nouvelles répartitions quelques outils sont à disposition :

La cartographie du *Monde diplomatique*, « Édition française, qui possède quoi » (accès libre, avril 2025). <https://www.monde-diplomatique.fr/68321>.

Celle plus complète disponible sur le site de la maison d'édition Argone ou celui du média Le vent se lève, co-auteurs de la carte. Cette dernière permet de rendre visible la **multitude de maisons indépendantes** : <https://lvsl.fr/carte-de-ledition-francaise/> (pour avoir accès à l'image en haute définition, faire cliquer droit > ouvrir l'image dans un nouvel onglet / fenêtre).

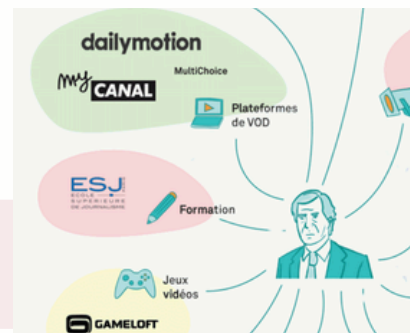


Un zoom sur les entreprises de softpowers français détenues par le groupe Bolloré, issu du rapport *Le Système Bolloré* réalisé par le média L'Observatoire des multinationales et l'association anti-corruption Attac **Cartographie non-exhaustive des activités du groupe Bolloré dans les secteurs de la culture, des médias et de la communication** (accès libre, avril 2025).

Lien vers le rapport : <https://multinationales.org/fr/enquetes/le-systeme-bollore/>

Lien vers uniquement la cartographie :

https://www.printpower.eu/media/2950/bollore-ecosystem_vert.png



On a testé pour vous !

Mission Égalia : un jeu pour réfléchir à l'égalité

L'ensemble des élèves de 4^e du collège de Ribeauvillé ont participé à Mission Égalia, un **jeu pédagogique proposé par CANOPE et qui les invite à réfléchir aux questions d'égalité, de respect et de lutte contre les discriminations**. Sous forme d'escape game avec un ensemble d'énigmes à résoudre, les élèves ont été amenés à identifier les stéréotypes de genre, à questionner certaines idées reçues et à se renseigner sur l'histoire des droits des femmes.

Pourquoi proposer Mission Égalia en CDI ?

Cet escape game s'inscrit pleinement dans les objectifs de l'EVARS (Éducation à la Vie Affective, Relationnelle et à la Sexualité). Cette séance contribue à sensibiliser les élèves au **respect des autres**, à **l'égalité entre les filles et les garçons**, à **la prévention des discriminations** et à **la construction de relations fondées sur la confiance et le consentement**. Elle permet aussi de développer :


- **La pédagogie active** : les élèves sont acteurs de leur apprentissage grâce à des scénarios concrets (ex. : répartition des tâches ménagères, choix d'orientation) ;
- **L'interdisciplinarité** : liens possibles avec l'EMC, le français, les SVT, ou l'histoire-géographie ;
- **Approche ludique** : Le format jeu désacralise des sujets parfois sensibles et favorise la parole.

Toutes les informations sur le site de CANOPE : <https://www.reseau-canope.fr/notice/egalia-mission-stereotypos>





La "Banned Books Week" est une campagne annuelle de sensibilisation promue par l'American Library Association qui célèbre la **liberté de lire et attire l'attention sur les livres interdits et contestés aux États-Unis**. Organisée depuis 1982 en réaction à une vague de censure, alors inédite, elle encourage les lecteurs à examiner les œuvres littéraires contestées et **promeut la liberté intellectuelle**. Organisée début octobre autour d'un thème annuel, elle est accompagnée d'un rapport et d'un classement des ouvrages les plus controversés.

L'association des auteurs étatsuniens (Pen America) met aussi à disposition listes et rapports concernant la censure des livres dans les écoles et bibliothèques : <https://pen.org/book-bans/> 

Travailler sur cette initiative permet d'aborder la **notion de liberté d'expression en France et aux États-Unis** et de réfléchir aux **conséquences de la censure sur le débat public**, notamment au sujet de la **lutte contre les discriminations**.

Ce sera aussi l'occasion de réaliser des **tables thématiques et des mises en avant d'ouvrages** afin d'éveiller la curiosité de nos élèves, sur la présence dans nos CDI, d'ouvrages interdits dans certains états, bibliothèques, districts scolaires ou écoles étatsuniennes.

Banned books week : <https://bannedbooksweek.org/> 

Rapports annuels de l'American Library Association (ALA) : <https://www.ala.org/bbooks/frequentlychallengedbooks/top10>



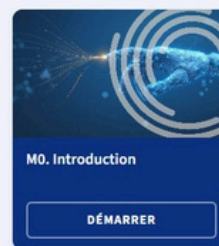
Se former sur l'IA

Le Mooc IA responsable de l'INR

Développé par l'Institut du Numérique Responsable, ce parcours d'une heure permet de **comprendre les enjeux éthiques, environnementaux et sociétaux** de l'intelligence artificielle. Divisé en trois modules, il donne des clés pour orienter les usages et instaurer une culture numérique.

<https://www.academie-nr.org/mooc-ia/fr/index.html> 

ZONE MODULES Chapitres du MOOC — IA Responsable



Le module PIX IA via le Mooc PIX EDU

Un nouveau parcours d'autoformation intitulé *Utiliser l'intelligence artificielle générative en éducation de façon éclairée et responsable* est désormais proposé à tous les enseignants et conseillers principaux d'éducation grâce au dispositif Pix+ Édu. Accessible via le parcours M@gistère : <http://edurl.fr/pix+edu>.



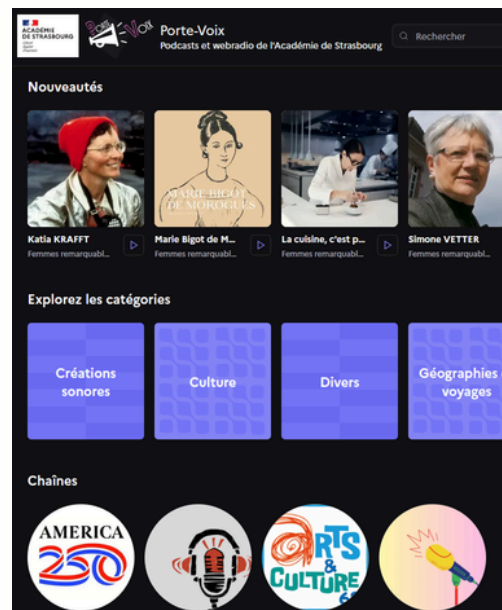
Porte-voix, enfin une plateforme pour publier podcasts et webradios !

La Drane Grand-Est, en collaboration avec la Drane Bretagne, déploie la [plateforme de podcasts et webradio Porte-Voix](https://strasbourg.porte-voix.app/) (<https://strasbourg.porte-voix.app/>).

Cette [plateforme est libre \(licence GNU AGPLv3\) et gratuite pour les écoles et établissements](#). Elle permet aux enseignants de l'académie et à leurs élèves de [publier des productions sonores](#), y compris dans le cadre de projets interdegrés.

Les publications sont [regroupées dans des chaînes et associées à des catégories thématiques](#). Les auditeurs peuvent quant à eux explorer librement les podcasts et organiser leurs contenus favoris sous forme de collections.

L'accès à la publication sur Porte-voix est ouvert aux établissements volontaires. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter la Drane en envoyant un mail à l'adresse ce.drane@ac-strasbourg.fr.



Dans nos GPB

Strasbourg 2 innove avec un réseau de ressources partagées !

Les professeurs documentalistes du bassin de Strasbourg 2 ont créé un [réseau de ressources partagées](#) (expos, jeux, genres documentaires...) de leurs CDI, pour mutualiser leurs ressources (sur le principe d'un prêt entre CDI). Pour faciliter le référencement des douze CDI ayant proposé de prêter des ressources, à l'aide d'une IA générative (Anthropic. Claude - version Sonnet 4.6), ils ont créé une [carte interactive géolocalisée, comprenant un mode d'info-bulle sur chaque marqueur, un descriptif structuré par type de ressource et par établissement, ainsi que des liens hypertextes vers chaque ressource en ligne](#).

La carte interactive est hébergée sur La Forge des communs numériques éducatifs, pour garantir un accès public conforme au RGPD.

Lien vers la carte interactive :

<https://frebythibaut.forge.apps.education.fr/ressources-partagees-gpb-stbg-2/>



ET BIENTOT : dès juillet, retrouvez les bilans des GPB 2025-2026 publiés sur notre site internet !

Quelques ressources pour l'EVARS

L'expo Sang pour sang règles

Testée au collège Leclerc de Schiltigheim avec des 5èmes, l'exposition « Sang pour sang règles » permet de lever les tabous autour des règles. Conçue par le centre Hubertine Auclert, elle est empruntable auprès de la CEA (contact : Florence Roesch, florence.roesch@alsace.eu).

<https://www.centre-hubertine-auclert.fr/egalitheque/exposition/exposition-sang-pour-sang-regles>

Voir aussi les outils issus du site **Règles élémentaires** :

<https://www.regleselementaires.com/outils/>



La bibliographie de la revue Citrouille

Issue de l'excellente revue *Citrouille* (librairies spécialisées jeunesse) tout un numéro septembre 2025 sur l'EVARS, avec une bibliographie p. 8-9 :

<https://www.calameo.com/read/006326346a7d7f7fe6149>

Pour plus d'info sur cette revue : <https://citrouille-hebdo.fr/revue-citrouille-septembre-2025/>

Merci de nous avoir lu et soutenu tout au long de cette année scolaire !

Nous nous retrouverons à la rentrée pour continuer à partager les actualités de notre métier dans l'Académie.

