



Semaine de la Santé Mentale et du Bien-Être au collège La Fayette

publié le 06/01/2026

Une mobilisation collective au service des élèves

Du 1er au 5 décembre, **le collège La Fayette** a organisé une **Semaine de la Santé Mentale et du Bien-Être**, inscrite dans le cadre du Plan Santé Mentale et Bien-Être à l'École, porté par l'Éducation nationale et l'UNESCO, dont l'établissement est pilote.

The main poster features a teal header with the title 'SEMAINE de la Santé MENTALE ET DU BIEN-ÊTRE'. On the left, it states 'DU 1er au 5 décembre au collège La Fayette' and includes the college's logo and name. A dark blue box on the left identifies the college as a pilot establishment for the national plan. The right side lists five events: Monday (stress management workshop), Tuesday (psycho-social competencies workshop), Thursday (conference on attention and concentration), and Friday (conference on adolescence). Each event includes the date, time, topic, speaker, and target audience. Logos of partner organizations like 'Les Mayennes de la Fayette' and 'Aix D'Angers' are also present.

Tout au long de la semaine, élèves, parents, personnels et partenaires ont été invités à réfléchir ensemble aux conditions favorables au bien-être, à l'attention et à l'épanouissement des adolescents, à travers des ateliers et deux conférences majeures.

Des ateliers pour comprendre et agir au quotidien

La semaine a débuté par des **ateliers participatifs** à destination des élèves et des familles. Ces temps ont permis d'aborder de manière concrète la gestion du stress, la respiration, ainsi que le développement des compétences

psycho-sociales.



Ces moments d'échanges ont favorisé une prise de conscience partagée : le bien-être émotionnel est un levier essentiel des apprentissages et de la réussite scolaire.

Conférence de Mme Chauvet : penser les espaces pour mieux apprendre

La conférence animée par **A. Chauvet**, architecte spécialisée en **neuro-architecture** et **psychologie de la couleur**, a permis d'engager une réflexion approfondie sur l'aménagement des espaces scolaires.



Comment favoriser l'attention et la concentration des élèves au collège ?

La conférence a apporté des **pistes simples et concrètes**, directement transposables dans les salles de classe et les espaces communs :

- ▶ le choix des couleurs,
- ▶ la lisibilité et la sobriété des affichages,
- ▶ l'importance de rappels visuels liés à la nature,
- ▶ l'organisation des espaces pour apaiser, sécuriser et favoriser l'engagement cognitif.

Ces éléments accessibles et pragmatiques ouvrent des perspectives nouvelles pour repenser les lieux d'apprentissage au service du bien-être et de la réussite des élèves.

Conférence du professeur Philippe Duverger : mieux comprendre l'adolescence

Temps fort de la semaine, la conférence du **professeur Philippe Duverger**, psychiatre au CHU d'Angers, a permis

de mieux comprendre ce qui se joue pour l'adolescent dans cette période charnière de sa vie.



À travers une approche à la fois scientifique et humaine, il a éclairé :

- l'importance fondamentale des **liens d'amitié**,
- **les interférences et tensions** possibles avec le monde adulte,
- la nécessité de **dédramatiser** certaines situations qui peuvent sembler incompréhensibles aux adultes,
- tout en rappelant un principe essentiel : **ne jamais minimiser ce que l'adolescent ressent**, même lorsque cela paraît disproportionné vu de l'extérieur.

Cette conférence a offert aux parents et aux professionnels des clés précieuses pour accompagner les jeunes avec davantage de compréhension, de justesse et de confiance.

Pour approfondir la réflexion

Afin de prolonger les échanges engagés lors de cette semaine, plusieurs ressources sont mises à disposition :

Neuro-architecture et espaces éducatifs

Blog d'**Alizé Chauvet**, architecte :

<https://alizechauvetarchitecte.fr/blog/>

Comprendre les fragilités adolescentes

Conférence du **Pr Philippe Duverger** :

« Adolescents et addictions »

<https://www.youtube.com/watch?v=raUQbIWG8yE>

Une semaine qui s'inscrit dans la durée

Cette Semaine de la Santé Mentale et du Bien-Être s'inscrit pleinement dans la dynamique portée par le collège La

Fayette : faire de l'établissement un lieu où l'on apprend à se connaître, à comprendre les autres et à grandir sereinement.

Les réflexions engagées durant cette semaine nourriront les actions futures de l'établissement, au service d'un climat scolaire apaisé et propice à la réussite de tous.



**Académie
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.