

Une semaine où l'art prend la parole pour la santé mentale

Du 4 au 10 mai 2026 | Montréal

Montréal, le 20 avril 2026 — Le Réseau Alternatif et Communautaire des ORganismes (RACOR) en santé mentale de l'île de Montréal invite le public à participer à la **Semaine Art et Santé Mentale**, une initiative qui se déploiera à travers Montréal du 4 au 10 mai 2026, dans le cadre de la Semaine de la santé mentale. Plus de **30 organismes en santé mentale** animeront une constellation d'activités, de rencontres et de créations aux quatre coins de la ville, rejoignant des milliers de Montréalais-es.

Portée par la question « Que dirait l'art à la santé mentale ? », cette semaine fera émerger une multiplicité de voix, de récits et de façons de représenter le lien entre l'art et le mieux-être.

« La Semaine Art et Santé Mentale, c'est bien plus qu'une programmation culturelle. C'est une invitation à briser l'isolement, à créer des ponts entre les pratiques artistiques et l'expérience vécue, et à reconnaître que le mieux-être se construit ensemble, au sein de nos communautés. »

— Marc Lopez, directeur général, RACOR en santé mentale

Partout à Montréal

Tout au long de la semaine, les organismes membres du réseau proposeront une diversité d'activités : ateliers artistiques, rencontres, événements communautaires et espaces d'échange ancrés dans les réalités et les milieux de vie.

Cette programmation plurielle reflète la richesse des pratiques en santé mentale communautaire. Elle fera émerger une multiplicité de voix, de récits et de façons de représenter le lien entre l'art et le mieux-être.

Des points de rencontre ouverts au public

Centre Sanaaq - mardi 5 mai 2026 : journée de rencontres artistiques avec lectures de poésie (en collaboration avec le CAP et le Centre Sanaaq), suivies d'un **vernissage (17 h à 20 h)** réunissant **15 artistes** et une table ronde (18 h à 19 h). Une installation artistique collective - issue d'ateliers menés avec des participant-e-s de L'Atelier, CAP, L'Art-Rivé et Prise II, en collaboration avec l'artiste Millie Caron y sera également présentée.

Maison Alcan — 4 au 6 mai : le public est invité à entrer librement dans des espaces de création et d'échanges. Les **tables d'art (10 h à 14 h)** offriront des moments pour dessiner, écrire, créer et discuter. Des personnes écoutantes seront également disponibles dans les **Maisons de l'écoute**, grâce à la participation du CERHA, du Centre d'écoute Le Havre, de Tel-Aide Montréal, du Centre Multi-Écoute et d'Écoute Entraide.

6 mai, 12 h à 13 h : atelier de création en intelligence artificielle proposant d'explorer des réflexions liées à la santé mentale, transposées en images en temps réel.

Une invitation à faire circuler la parole

La Semaine Art et Santé Mentale est une invitation à prendre part à une conversation collective, à travers des gestes simples : créer, écouter, partager, offrir sa présence. En faisant dialoguer pratiques artistiques et expériences vécues, elle offrira des espaces pour réfléchir, ressentir et transformer notre rapport à la santé mentale -ensemble, à l'échelle de la Ville.

À propos de RACOR

Le Réseau Alternatif et Communautaire des ORganismes (RACOR) en santé mentale de l'île de Montréal regroupe des organismes engagés à promouvoir des approches alternatives, inclusives et ancrées dans la communauté pour soutenir la santé mentale.

Pour information et demandes médias :

Marc Lopez

Directeur général, RACOR en santé mentale

Tél. : 514-847-0787

Courriel : direction@racorsm.org

Site web : art.racorsm.org

Instagram : [@artetsantementale](https://www.instagram.com/artetsantementale)