

DOSSIER SPÉCIAL ARTS

NOVEMBRE 2026



CRÉER, S'EXPRIMER, EXISTER

Quand les établissements de l'UDSM font place à la création

SISM 2026

"Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts"

SOMMAIRE.

05.

INTRODUCTION
ET SI L'ART OUVRAIT D'AUTRES VOIES ?

06.

CRÉER EXPÉRIMENTER,
TROUVER SON PROPRE LANGAGE

08.

S'EXPRIMER AUTREMENT,
DONNER FORME À CE QUI EST DIFFICILE À DIRE

12.

S'OUVRIR AUX AUTRES, PARTAGER ET
FAIRE CONNAÎTRE SES CRÉATIONS

16.

CONCLUSION
OUVRIR LES PORTES DE LA CRÉATION



ET SI L'ART OUVRAIT D'AUTRES VOIES ?



Œuvre réalisée dans le cadre de l'atelier "Créa" du CMP de Joinville

Peinture, arts plastiques, modelage, écriture, théâtre… Au sein des établissements et services de l'UDSM, les pratiques artistiques prennent des formes multiples. Elles invitent les personnes accompagnées à expérimenter, à explorer d'autres modes d'expression et à partager des expériences.

Qu'elles s'inscrivent dans un accompagnement thérapeutique ou dans une démarche de création pour le plaisir de créer, elles ouvrent des espaces où chacun peut trouver sa place.

Une couleur déposée sur une feuille, quelques mots couchés sur un papier, une forme façonnée entre les mains ou une émotion traduite par un mouvement. Créer ne suppose pas toujours de savoir ce que l'on veut exprimer. Parfois, il suffit de commencer.

Du 5 au 18 octobre 2026, les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) ont placé les arts au cœur de leur réflexion avec un thème évocateur : « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ». Une invitation à interroger la place de la création artistique dans notre quotidien et les liens qu'elle entretient avec notre santé mentale.

Ces liens font également l'objet de travaux scientifiques. En 2019, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a publié une synthèse de plus de 3000 études consacrées à la contribution des arts à la promotion de la santé, à la prévention et à la prise en charge de certains problèmes de santé. Le rapport met notamment en évidence les effets positifs possibles des pratiques artistiques sur le bien-être psychologique et social, l'expression des émotions et les relations humaines. Musique, danse, théâtre, cinéma, photographie, peinture ou littérature : les possibilités sont nombreuses, que l'on pratique soi-même une activité ou que l'on découvre des œuvres en tant que spectateur.

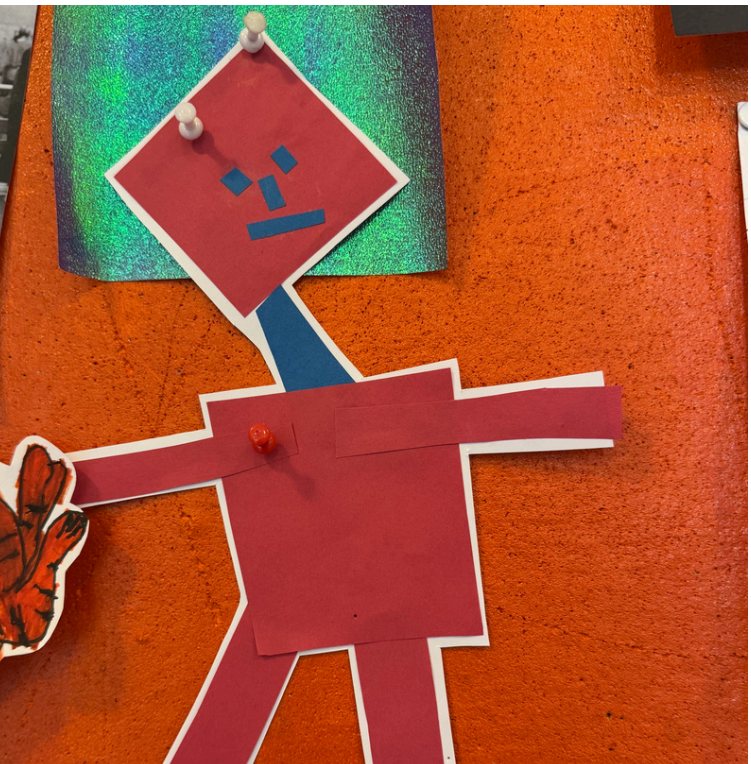
À l'UDSM, cette diversité se traduit par des initiatives adaptées aux publics et aux contextes d'accompagnement : arts plastiques, peinture, modelage, écriture, théâtre, chant, danse, expositions ou encore performances participatives

Derrière ces pratiques, des intentions différentes : expérimenter, développer sa créativité, trouver d'autres moyens de communiquer, construire un projet collectif ou simplement prendre plaisir à créer. À l'Externat médico-pédagogique (EMP) de Fontenay-sous-Bois, les enfants explorent les matières et les couleurs. Au Centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) Meltem, peinture et écriture ouvrent des espaces de création. Au Centre médico-psychologique (CMP) de Joinville, les médiations artistiques accompagnent le travail engagé avec les enfants et les jeunes. À l'Externat médico-professionnel (EMPro) Émile-Ducommun, le théâtre mobilise la voix, le corps et le collectif. À la Résidence Accueil Henri Bonnemain, Salah Mokhtari poursuit quant à lui une démarche artistique personnelle.

Certains ateliers s'inscrivent dans un parcours de soin ou d'accompagnement ; d'autres privilégient la pratique artistique dans ce qu'elle a de plus libre. À travers ces expériences, ce dossier propose de découvrir comment les arts trouvent leur place au sein de l'UDSM, et ce qu'ils permettent de faire émerger, parfois là où les mots ne suffisent pas.

“ FAIRE SANS AVOIR BESOIN DE SAVOIR ”





Créer, expérimenter, trouver son propre langage

Faut-il savoir dessiner, peindre ou sculpter pour se lancer ? Dans plusieurs ateliers proposés au sein de l'UDSM, la réponse est simple : non. On peut choisir une couleur, essayer un matériau, recommencer, changer d'avis. Le résultat n'est pas toujours connu à l'avance, et c'est précisément ce qui fait la place de l'expérience.

Ces espaces laissent une place aux hésitations, aux essais et aux découvertes. Il n'y a pas une seule manière de faire, ni une interprétation imposée de ce qui est créé. Chaque personne peut s'approprier l'activité selon ses envies et ses possibilités.

À L'EMP, EXPLORER LES MATIÈRES ET LES COULEURS

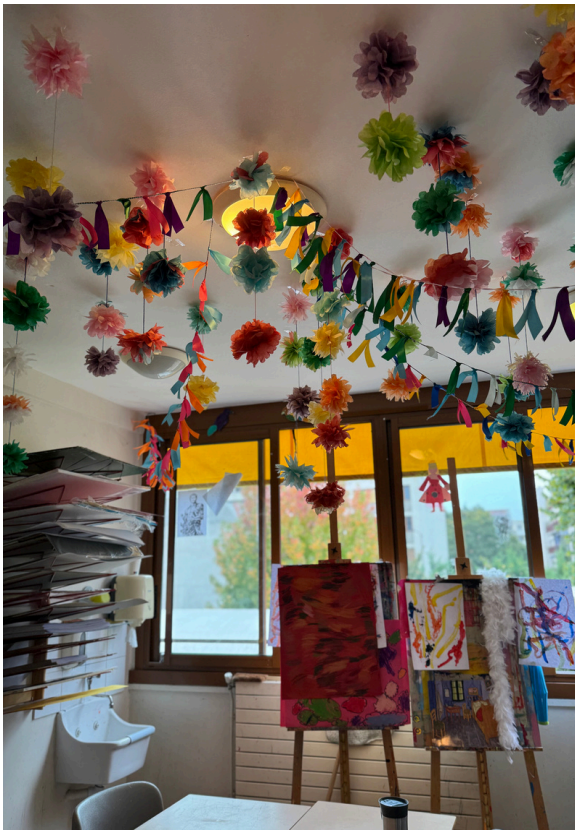
À l'EMP de Fontenay-sous-Bois, les arts plastiques occupent une place particulière dans l'accompagnement proposé aux enfants et aux adolescents. L'atelier est animé par Delphine Coiffier, éducatrice spécialisée diplômée des Beaux-Arts, qui a souhaité faire se rencontrer ses deux domaines de compétences : l'art et l'éducation spécialisée.

Encre, gouache, aquarelle, pastels, crayons, collage, carton, pâte à modeler ou matériaux de récupération : les supports et les techniques se diversifient pour multiplier les possibilités d'expérimentation. Les séances sont proposées en petits groupes, généralement de quatre enfants, et peuvent également prendre la forme de temps individuels.

L'éducatrice distingue deux dimensions complémentaires dans son travail.

La première est éducative : développer la motricité fine, la concentration, l'attention, la coordination, le vocabulaire ou encore l'autonomie. Choisir un outil, suivre une consigne, organiser son espace de travail ou ranger son matériel sont autant d'occasions de mobiliser des apprentissages qui pourront être réinvestis dans d'autres situations du quotidien.

La seconde dimension laisse davantage de place à l'imagination, à la valorisation et à l'expression personnelle. Il s'agit de permettre à chaque enfant d'expérimenter, de faire des choix et de trouver ses propres manières de créer, dans un espace où il peut se sentir suffisamment en confiance pour proposer quelque chose de personnel.



Les propositions évoluent selon l'âge et les besoins. Avec les plus jeunes, l'accent est notamment mis sur la découverte sensorielle : manipuler les matières, explorer les outils, mélanger les couleurs ou observer les effets produits par différents gestes. L'intérêt ne réside pas nécessairement dans le résultat obtenu, mais dans le processus créatif lui-même. Mélanger du jaune et du bleu pour découvrir le vert, faire apparaître des formes avec de l'encre ou expérimenter de nouvelles textures deviennent autant d'occasions d'apprendre en faisant.

L'éducatrice veille à préserver un équilibre entre accompagnement et liberté. Certaines propositions sont semi-guidées : un thème, un format ou une réalisation collective sont suggérés. Dans un second temps, les enfants peuvent davantage choisir ce qu'ils souhaitent faire. Le cadre reste présent, notamment pour garantir le respect des autres et de leurs créations, mais laisse une réelle place aux initiatives individuelles. Un enfant qui souhaite réaliser encore et toujours le même objet en carton peut ainsi retrouver cette possibilité d'explorer son propre univers.

Dans cet atelier, la création ne se résume donc ni à l'apprentissage de techniques ni à la réalisation d'une œuvre aboutie. Elle offre un espace où l'on peut expérimenter, prendre des initiatives et parfois retrouver le plaisir de faire quelque chose que l'on pensait ne pas savoir faire.

AU CSAPA MELTEM, PEINDRE POUR LE PLAISIR DE CRÉER

Chaque vendredi, au CSAPA Meltem (Champigny-sur-Marne), une dizaine de participants en moyenne se retrouvent autour de Frédéric Mandret, un artiste plasticien intervenant au sein de l'établissement pour un atelier de peinture. Paysages, nature, villes, masques ou autres inspirations nourrissent les réalisations. Une photographie peut servir de point de départ, mais chacun reste libre de s'en éloigner, d'interpréter son sujet et d'explorer les couleurs et les matériaux.

Au fil du temps, l'atelier a évolué vers davantage de liberté. Alors que les propositions étaient auparavant davantage guidées par des thèmes, les participants disposent aujourd'hui d'une plus grande marge de choix. Ils peuvent suivre une inspiration, changer de direction ou prendre le temps de chercher ce qu'ils souhaitent représenter. L'artiste accompagne les démarches individuelles et peut, avec l'accord du participant, intervenir directement sur une toile. La création devient alors un échange : chacun apporte quelque chose, observe, essaie et fait évoluer son travail.





L'intervenant distingue cette activité d'un atelier d'art-thérapie. Ici, la peinture est avant tout envisagée comme une pratique artistique. Il ne s'agit pas nécessairement de raconter son histoire ou de mettre des mots sur ce que l'on ressent, mais bien de créer. Pour certains participants, l'intérêt se construit progressivement, au fil des séances et des expériences.

S'exprimer autrement, donner forme à ce qui est difficile à dire

À L'EMP : RETROUVER LE PLAISIR DE LAISSER UNE TRACE

Pour certains enfants, dessiner ou écrire n'est pas un geste anodin. Lorsque le parcours scolaire a été marqué par des difficultés, laisser une trace sur une feuille peut devenir une source d'appréhension.

Delphine Coiffier évoque des jeunes qui arrivent à l'atelier avec un rapport compliqué au dessin, parfois associé à des expériences répétées d'échec ou à des attentes auxquelles ils ne parvenaient pas à répondre.



" Se réconcilier avec le fait de laisser une trace"



Dans cet espace, il n'est plus nécessaire de réussir un exercice ou de produire quelque chose de conforme à une consigne scolaire. Les enfants peuvent tracer, découper, colorier, recommencer ou simplement expérimenter.

L'éducatrice parle d'une forme de « réconciliation avec le fait de laisser une trace » : progressivement, certains retrouvent le plaisir de dessiner, osent repasser sur des traits et commencent à proposer leurs propres réalisations.

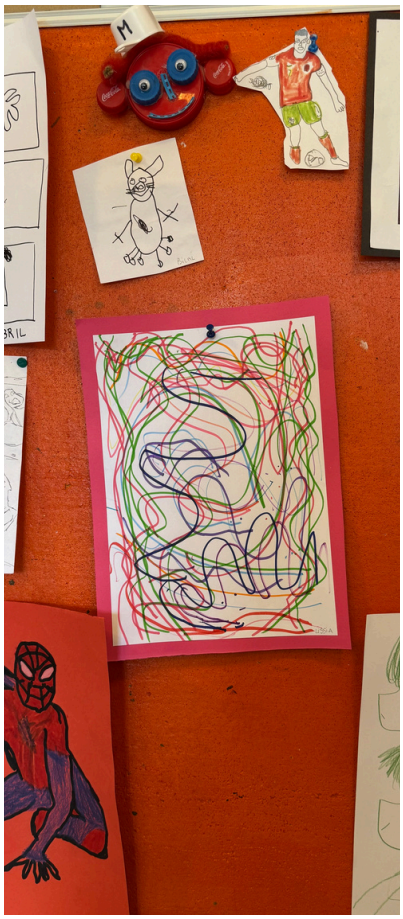
La création peut également devenir un moyen d'appréhender les émotions. La frustration de ne pas obtenir le résultat imaginé, l'impatience ou la déception font partie de l'expérience créative.

L'atelier permet alors de les identifier et d'expérimenter différentes façons de les exprimer.

Les propositions sont adaptées en fonction de l'état du groupe et des besoins du moment : une activité calme peut succéder à une situation d'agitation, tandis qu'une expérience plus dynamique peut offrir un autre moyen de mobiliser son énergie.

L'éducatrice spécialisée observe aussi que les créations peuvent devenir des points de départ pour évoquer une situation vécue, une inquiétude ou une difficulté.

Sans imposer de récit ni demander à l'enfant de tout expliquer, elles ouvrent la possibilité d'une discussion à partir d'un personnage, d'une forme ou d'une histoire.





“PROJETER UNE PARTIE DE SOI SUR L’OEUVRE QUE L’ON FAIT”

Au CMP de Joinville-sur-Marne, deux ateliers invitent les enfants et les jeunes à explorer différentes formes de création. Le « groupe créa » est coanimé par Manon Semana, psychomotricienne, et Véronique Gasquet, psychologue. Cette dernière intervient également au sein du « groupe terre », aux côtés de Valérie Schonn, orthophoniste. Son intérêt pour les arts plastiques, nourri notamment par une expérience en hôpital de jour et une pratique personnelle de la sculpture et de la poterie, trouve ainsi naturellement sa place dans ces ateliers.

Le groupe « créa » réunit environ cinq jeunes autour de propositions qui évoluent selon les séances. Portraits, émotions, pouvoir, animaux, objets ou personnalité : les thèmes abordés sont variés. Les participants travaillent sur toile, carton ou en volume, utilisent l’aquarelle et les pastels, ou associent création plastique et écriture.

Certains projets invitent à se représenter autrement. Le travail autour de l’autoportrait, par exemple, peut s’inspirer de l’univers coloré d’Andy Warhol. Il ne s’agit pas seulement de reproduire un style, mais aussi d’explorer les façons de se représenter, de choisir ce que l’on montre et de jouer avec son image.

Le dessin ou la peinture ne remplacent pas la parole. Ils peuvent cependant offrir un autre chemin pour entrer dans un échange. Une œuvre permet de décrire un détail, d’expliquer un choix ou simplement de montrer quelque chose de soi, sans avoir à tout raconter.

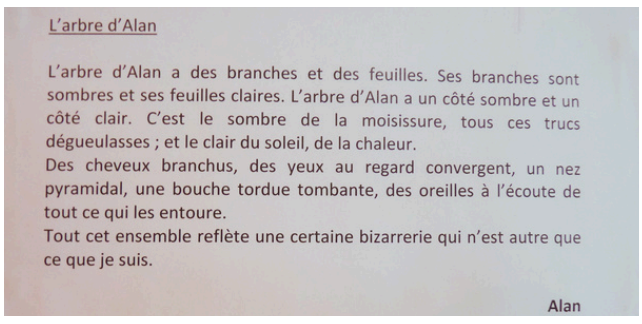


Le groupe « terre » réunit généralement trois ou quatre enfants, de la grande section au cours préparatoire (CP). La composition privilégie un équilibre entre les enfants plutôt qu’une stricte homogénéité d’âge, en tenant compte de leurs besoins et de leurs complémentarités.

Le modelage s’organise autour d’une scène commune, mais chacun réalise ses propres éléments : un personnage, un objet ou une partie du décor. Les enfants peuvent s’entraider lorsqu’une difficulté se présente, et les professionnelles n’hésitent pas à participer elles aussi à la création.

La terre offre également un espace où l’agressivité peut s’exprimer de manière autorisée. Il arrive que les enfants aient envie de détruire une production ou de taper dans la matière. Dans le cadre posé par l’atelier, ces gestes peuvent être accueillis et accompagnés. La boule de terre devient alors le point de départ d’une nouvelle création : ce qui a été façonné peut être défait, puis recommencé. Une façon de faire l’expérience que l’on peut créer, transformer et recommencer.

Les réalisations sont photographiées au fil des séances et conservées dans un classeur. Un livret de fin d’année peut également réunir une sélection de photos, accompagnées de la date et du thème, pour permettre aux enfants et à leurs familles de revoir le chemin parcouru.



L’arbre d’Alan

L’arbre d’Alan a des branches et des feuilles. Ses branches sont sombres et ses feuilles claires. L’arbre d’Alan a un côté sombre et un côté clair. C’est le sombre de la moisissure, tous ces trucs dégueulasses ; et le clair du soleil, de la chaleur.
Des cheveux branchus, des yeux au regard convergent, un nez pyramidal, une bouche tordue tombante, des oreilles à l’écoute de tout ce qui les entoure.
Tout cet ensemble reflète une certaine bizarrerie qui n’est autre que ce que je suis.

Alan

LE THÉÂTRE : ESSAYER D'AUTRES FAÇONS D'ÊTRE AU MONDE





Depuis plus de dix ans, un atelier théâtre est proposé aux jeunes de l'EMPro Emile Ducommun (Fontenay-sous-Bois), chaque semaine. Il est animé par deux éducateurs de l'établissement et des intervenants extérieurs de la compagnie Super Baston, association engagée dans les arts du spectacle vivant et la promotion artistique.

Construit tout au long de l'année, le projet aboutit à une représentation au cours du second semestre. Cette année, les neuf jeunes participants ont écrit eux-mêmes le texte du spectacle. Un choix qui leur permet de prendre part à la construction d'une histoire commune et de lui donner vie collectivement.

Au fil des séances, les jeunes explorent les différentes dimensions du jeu théâtral : exercices vocaux, travail sur la voix et la parole, expression des émotions par le visage et le corps, mise en scène et organisation dans l'espace. Autant d'occasions d'expérimenter différentes façons de s'exprimer et de prendre sa place au sein d'un groupe.



S'engager dans un projet qui se construit sur plusieurs mois demande toutefois du temps et de l'investissement. Certains jeunes choisissent de ne pas poursuivre l'atelier après les premières séances. Pour ceux qui vont jusqu'à la représentation, le spectacle constitue un aboutissement collectif. L'approche de la scène peut susciter de l'inquiétude, tandis que l'après-représentation est parfois marqué par la fierté d'avoir mené le projet à son terme.

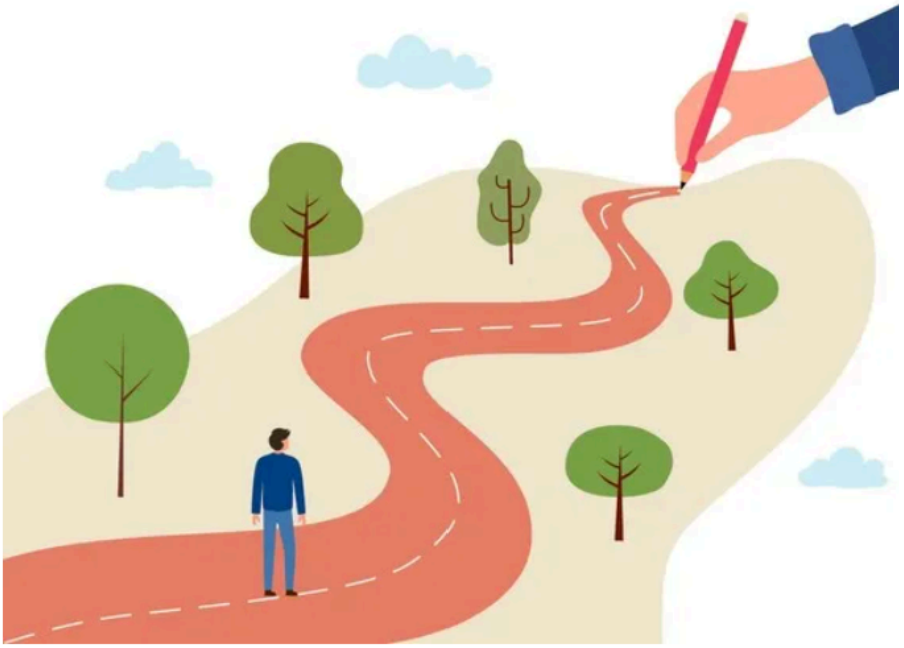
Au-delà du spectacle, le théâtre mobilise la créativité, l'expression des émotions et la prise de parole. Il permet aussi d'apprendre à construire quelque chose ensemble, depuis les premières idées jusqu'à la représentation.
Chacun peut y expérimenter une autre manière d'occuper l'espace, de s'exprimer et de trouver sa place.

ESCABEAU ONLINE

"Très cher corps, enveloppe charnelle, je te hais.
Pourquoi cette dictature?
Nourrisson, j'avais ma cour pour s'occuper de toi.
À présent je dois sans cesse faire mille choses pour que tu vives."
Le Diktat, REB, 26 mars 2025

Chacun son choix

Nov 26, 2025



Micky
Chacun son choix
La vie, il y a des hauts et des bas,
C'est comme ça.
Tant mieux, tant pis.
La vie s'arrête lorsqu'on meurt,
La vie commence lorsqu'elle s'arrête.
Ainsi chacun choisit
Et ce choix mène chacun sa vie.

ÉCRIRE POUR FAIRE EXISTER LES MOTS

Au CSAPA Meltem, un atelier d'écriture et d'expression a été créé en juillet 2018 à l'initiative du Docteur Sidon. Il explore les possibilités du langage, mais aussi ses limites : comment parler d'une expérience lorsque les mots manquent ? Comment approcher certains souvenirs ou certaines émotions sans avoir à tout expliquer ?

Les participants peuvent notamment travailler autour des notions de « mot-trou » ou de « mot-absence », à partir de ce qui échappe au langage ou demeure difficile à formuler. Des références littéraires, notamment à Marguerite Duras, nourrissent cette réflexion et ouvrent des pistes d'écriture.

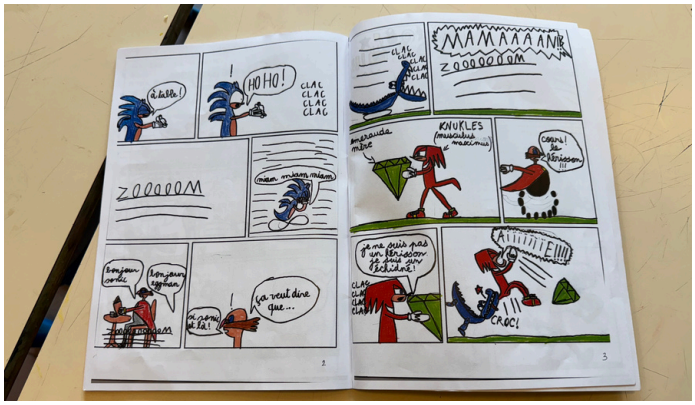
Les textes peuvent aborder des expériences intimes ou des sujets délicats. L'écriture permet alors de choisir ses mots, de prendre de la distance, de suggérer plutôt que de tout raconter, ou de laisser une partie du récit dans le silence.

Il ne s'agit pas nécessairement de livrer une confession. La littérature offre aussi la possibilité de transformer une expérience, de déplacer le regard et de décider librement de ce que l'on souhaite partager.

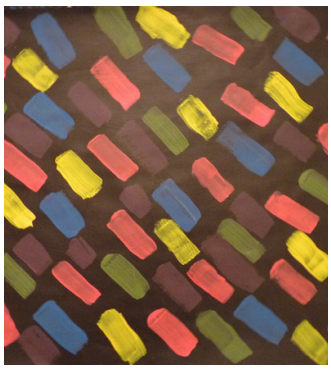
Certains textes sont publiés sur le site escabeau.online. Les auteurs choisissent un pseudonyme et une image pour accompagner leur publication, afin de préserver leur identité. Cette possibilité de faire lire leurs écrits sans s'exposer personnellement ajoute une dimension particulière à la démarche : leurs créations peuvent être découvertes et appréciées pour ce qu'elles sont, au-delà de l'histoire de leur auteur.

S'ouvrir aux autres, partager et faire connaître ses créations

CRÉER ENSEMBLE, CONSTRUIRE UN PROJET COMMUN







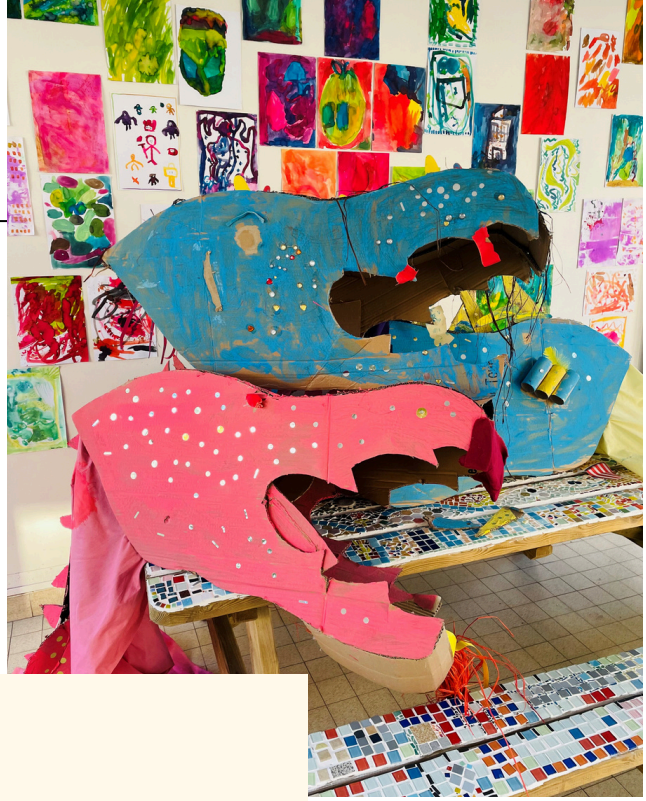


À l'EMP de Fontenay-sous-Bois, les propositions destinées aux plus grands prennent parfois la forme de réalisations communes. Construire une maison, par exemple, suppose de discuter des choix de chacun, de décider de l'emplacement des fenêtres ou de la couleur du toit. La réalisation prend forme à mesure que les idées se rencontrent, se complètent et trouvent leur place. Avec les adolescents, l'éducatrice accompagne également la création de bandes dessinées.

Imaginer des personnages, construire une histoire, organiser les cases, écrire les dialogues ou participer aux illustrations : chacun peut contribuer selon ses envies et ses possibilités. Certains jeunes dessinent, d'autres écrivent ou prennent en charge la mise en couleur. Le travail porte aussi sur la structuration du récit, pour permettre à chacun de construire une histoire que les autres pourront comprendre. Les bandes dessinées sont ensuite reliées et chaque participant peut repartir avec son propre exemplaire.

Au CMP de Joinville, le groupe terre repose lui aussi sur une réalisation commune. Les participants construisent ensemble une scène en modelage, en imaginant où placer les éléments et en composant avec les idées des autres. La création devient une expérience de coopération, qui demande de négocier, de s'entraider et de faire une place aux propositions de chacun.

À l'EMPro, le projet théâtral se construit sur plusieurs mois et aboutit à une représentation collective. Cette année, les neuf jeunes participants ont écrit eux-mêmes le texte du spectacle. De la première idée à la scène, chacun contribue à faire exister une histoire commune.





À Fontenay-sous-Bois, l'art sort des murs de l'établissement

Les projets de l'EMP ne s'arrêtent pas aux portes de l'atelier. En partenariat avec la Halle Roublot, les enfants participent régulièrement à des réalisations avec des artistes marionnettistes. Dragons géants en carton et en tissu, raies manta manipulables ou masques monumentaux : ces créations peuvent ensuite prendre vie lors de déambulations ou de carnavals.

Ces rencontres avec des artistes extérieurs permettent aux jeunes d'expérimenter dans un autre environnement, de découvrir de nouvelles pratiques et de présenter leurs réalisations au-delà de l'établissement. L'éducatrice souligne l'intérêt de travailler avec des artistes qui ne connaissent pas nécessairement le handicap ou les troubles psychiques : ils portent un regard différent sur les jeunes, qui peuvent eux-mêmes se découvrir dans un lieu culturel et dans un rôle inhabituel.

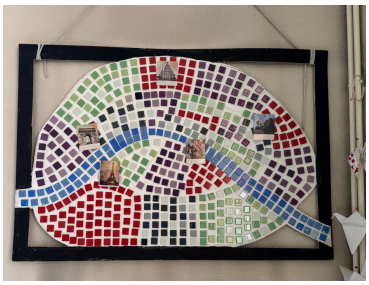
D'autres partenariats viennent compléter cette ouverture culturelle, notamment autour de la danse avec une intervenante issue d'un conservatoire, des sorties au musée et de la découverte de spectacles. À l'EMP, l'art prend ainsi plusieurs formes et permet de multiplier les occasions de rencontrer des artistes, des œuvres et des lieux.





Cette ouverture rappelle que l'accès à la culture ne se limite pas à la pratique en atelier. Aller voir un spectacle, découvrir un musée ou participer à un projet dans un lieu artistique sont aussi des façons de prendre part à la vie culturelle.

L'IMPORTANCE DU CHEMIN, PAS SEULEMENT DE L'ŒUVRE





Une activité artistique est souvent regardée à travers ce qu'elle produit : un tableau terminé, un objet, une représentation ou un texte. Pourtant, une grande partie de l'expérience se joue bien avant le résultat. Il y a le temps passé à chercher, les hésitations, les essais, les idées qui évoluent et les gestes que l'on découvre.

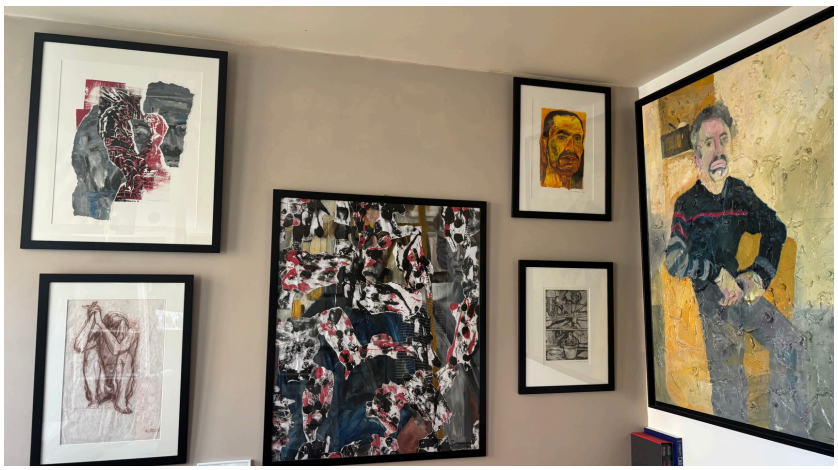
Au CSAPA Meltem, les ateliers de création animés par deux éducatrices référentes des activités artistiques, proposent notamment des activités en petits groupes. Mosaïques, mandalas et autres réalisations offrent différents supports pour expérimenter et partager un moment.

Le mandala propose une structure à partir de laquelle chacun peut faire ses propres choix. La mosaïque invite à assembler des éléments et à voir progressivement apparaître une composition. Ces activités mobilisent l'attention et la concentration, tout en laissant une place à la créativité. Il n'est d'ailleurs pas nécessaire de terminer une réalisation pour que le temps consacré à l'activité ait compté.

MONTRER SON TRAVAIL, PARTAGER LE CHEMIN PARCOURU



Les échanges naissent parfois autour d'un choix de couleur, d'une technique ou d'une réalisation, sans qu'il soit nécessaire d'aborder des sujets personnels. Les sorties culturelles prolongent cette ouverture : elles permettent de découvrir des œuvres, des lieux et des univers artistiques, mais aussi de partager une expérience en dehors du cadre habituel.
Regarder, s'étonner, discuter ou ne pas aimer une œuvre : toutes ces réactions font partie de la rencontre avec l'art.
S'ouvrir à la création, c'est aussi pouvoir découvrir d'autres regards et se forger le sien.



Une création ne s'arrête pas nécessairement à la fin de l'atelier. Elle peut être conservée, emportée, montrée à ses proches ou présentée à un public. Ces possibilités donnent à chacun la liberté de décider de la place qu'il souhaite accorder à son travail.

À l'EMP de Fontenay-sous-Bois, les enfants peuvent choisir d'exposer leurs réalisations, de les conserver ou de les emporter chez eux. Les projets collectifs réalisés avec la Halle Roublot peuvent également être présentés lors de déambulations ou de carnavals. Les bandes dessinées reliées constituent, quant à elles, une trace concrète du travail mené et un objet que chaque jeune peut garder.

Pour Salah Mokhtari, partager ses tableaux permet de faire découvrir le résultat d'une recherche personnelle et de susciter des échanges autour de ses inspirations. Il présente également une sélection de ses œuvres sur son site internet, où chacun peut découvrir plus largement son univers artistique.

Pour découvrir son travail : salah-mokhtari.com



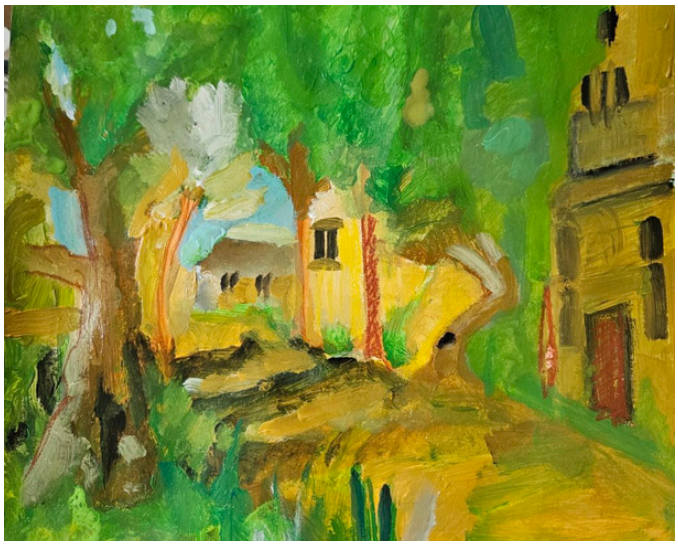
À LA RÉSIDENCE ACCUEIL HENRI BONNEMAIN, L'IMAGE COMME FIL CONDUCTEUR

> *Chez Salah Mokhtari, le goût de l'image remonte à l'enfance.*

Passionné de bande dessinée, il découvre le graffiti à l'adolescence, avant de suivre une préparation aux Beaux-Arts entre 1994 et 1996. Il y explore plusieurs disciplines, du dessin à la sculpture, mais trouve finalement ses domaines de prédilection dans la peinture et la gravure.

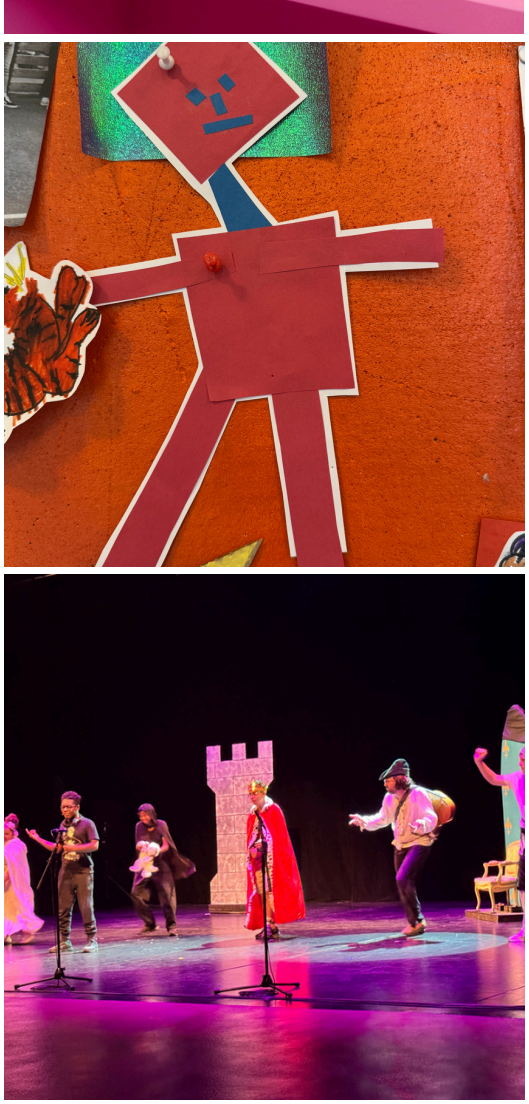
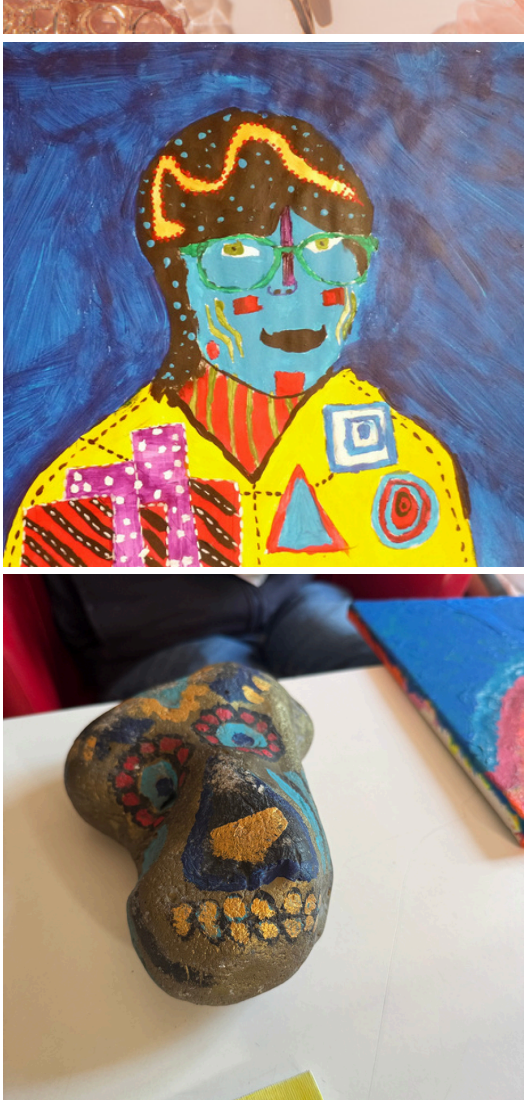
Acrylique, peinture à l'huile, gravure, collage : sa pratique est aujourd'hui plurielle. Salah aime varier les techniques, expérimenter et renouveler son approche. Il travaille principalement d'après nature, notamment au bois de Vincennes pour ses paysages, tandis que les portraits prennent davantage forme chez lui.

Son objectif n'est pas de reproduire fidèlement ce qu'il observe, mais de trouver sa propre interprétation, entre réalité et imagination. Les couleurs occupent une place importante dans son travail, même s'il revient parfois au noir et blanc pour retrouver ses repères. Ses autoportraits témoignent également de ses recherches autour du regard, du mouvement et de l'expression, qu'il considère comme particulièrement difficiles à saisir.



Ce qui le pousse à créer ? La satisfaction de voir une idée prendre forme, d'être content du résultat et de pouvoir le partager avec les autres. Mais aussi le plaisir de rester actif, d'apprendre et de continuer à explorer. Car l'image ne le quitte pas, même lorsqu'il ne peint pas : il pense déjà à ce qu'il pourrait réaliser ensuite.

Pour Salah, créer, c'est aussi une manière de « marquer son temps ». Une expression qui résume bien une pratique personnelle, nourrie par la curiosité et toujours en mouvement.

Ouvrir les portes de la création

Les initiatives présentées dans ce dossier diffèrent par leurs formes, leurs objectifs et les personnes auxquelles elles s'adressent.

Certaines privilégient l'expérimentation artistique, d'autres utilisent la création comme un support pour aborder des sujets personnels ou développer les échanges. D'autres encore permettent de retrouver le plaisir de faire, de partager une activité ou de donner une visibilité à son travail.

Aucune de ces expériences ne constitue une réponse universelle. Il n'existe pas une seule manière de créer, pas plus qu'il n'existe une seule manière de s'exprimer ou de trouver du plaisir dans une pratique artistique.

Le thème des SISM 2026 invite ainsi à regarder autrement la place des arts dans notre quotidien. À l'UDSM, les ateliers et les parcours présentés témoignent de cette diversité : l'art peut être un apprentissage, une recherche personnelle, un détour pour trouver ses mots, une rencontre ou simplement un moment que l'on s'accorde.

Car créer, ce n'est pas nécessairement chercher à produire une œuvre remarquable, à exprimer quelque chose de précis ou à atteindre un objectif. C'est aussi s'autoriser à essayer, à se tromper, à recommencer, à découvrir et parfois à se surprendre soi-même.

Parfois, il suffit d'un support, d'une couleur, de quelques mots ou d'une idée à explorer pour qu'une autre possibilité s'ouvre.

REMERCIEMENTS

Un dossier ne se construit jamais seul.

Derrière les témoignages, les projets et les expériences présentés dans ces pages, il y a avant tout des personnes qui ont accepté de partager un peu de leur temps, de leur parcours et de leur quotidien.

J'adresse mes sincères remerciements à l'ensemble des personnes accompagnées, des professionnels et des intervenants qui ont contribué à la réalisation de ce dossier. Merci pour votre disponibilité, votre accueil, la richesse de nos échanges et la confiance que vous m'avez accordée.

Merci à celles et ceux qui ont accepté de raconter leur expérience, de présenter leurs créations, de revenir sur leurs pratiques ou de m'ouvrir les portes de leurs ateliers. Vos témoignages donnent toute sa dimension à ce dossier et permettent de rendre compte, avec justesse, de la diversité des initiatives artistiques portées au sein de l'UDSM.

Enfin, merci à toutes les équipes qui, chaque jour, font vivre ces projets et rendent possibles ces espaces de création, d'expression et de rencontre.

C'est grâce à vos contributions que ces pages ont pu prendre vie.

Merci à toutes et à tous.



Œuvre réalisée dans le cadre de l'atelier "Créa" du CMP de Joinville

Cloé Tiene

CHARGÉE DE COMMUNICATION

Union pour la défense de la santé mentale
Siège social
17 boulevard Henri Ruel
94120 Fontenay-sous-Bois
Tél : 01 48 73 11 60
communication@udsm-asso.fr

© UDSM - Service communication - novembre 2026