

MO.CO. S'ENGAGE TOUT AU LONG DE L'ANNÉE POUR LA SANTÉ MENTALE

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le MO.CO. est engagé pour l'accès à tous les publics. Il propose des outils, des formats et des services qui favorisent le confort de visite et l'appropriation des œuvres en fonction des besoins de chacun. Nos espaces sont des lieux de bien-être et d'expérience sensible, où l'art s'appréhende de multiples façons. La Panacée est labellisé « **Tourisme & Handicap** ».

DES OUTILS DE VISITE INCLUSIFS ET EN ACCÈS LIBRE

DES LIVRETS FACILE À LIRE ET À COMPRENDRE

Le MO.CO. s'engage et rend accessible au plus grand nombre ses supports de médiation. Découvrez nos livrets en **FALC**, disponibles à chaque exposition.



DES KITS SENSORIELS

Trop de lumière, trop de bruit, trop de monde... La visite d'une exposition n'est pas toujours confortable. Le MO.CO. propose des sacs sensoriels avec des objets d'autorégulation, à emprunter à l'accueil. Mis en place grâce à l'association **L'invisible visible**.

DES PARCOURS ADAPTÉS

A chaque exposition, le MO.CO. programme des rendez-vous pour petits, grands, avec ou sans handicap : audiodescription, visite en LSF ou sensitive, ateliers avec des artistes aux artistes, parcours ludiques.



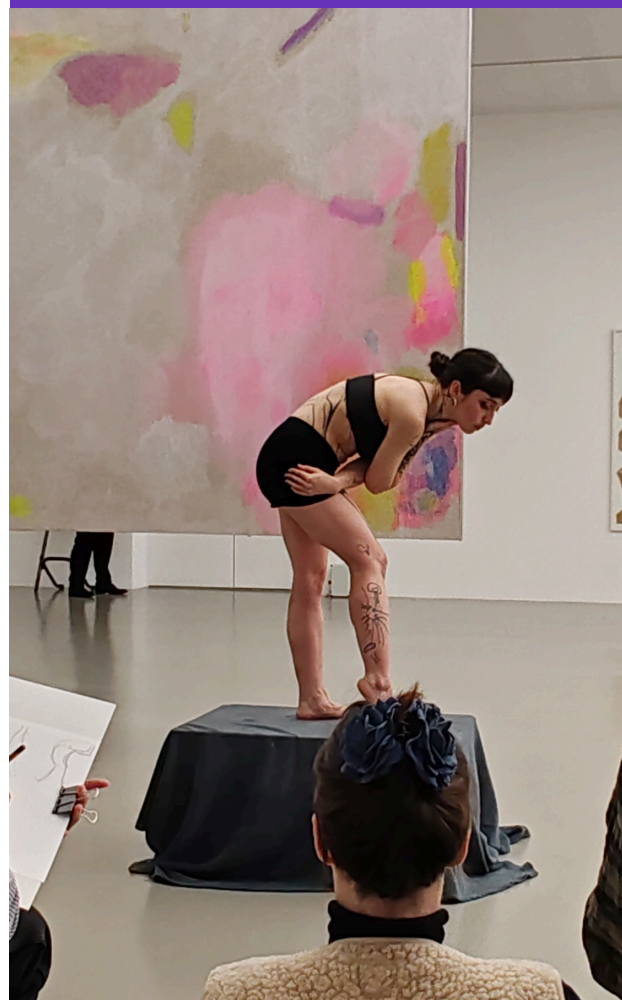
L'ART SUR ORDONNANCE

Depuis 2022, le MO.CO. et le CHU de Montpellier portent un projet partenarial intitulé "L'art sur ordonnance au MO.CO.". Ce programme propose des sessions de création avec des artistes invités à des patients adressés par différents services du CHU.

Ce programme s'appuie sur les résultats des rapports de l'OMS de 2019 et 2023 qui apportent les preuves que l'art a un impact clair et significatif sur la santé tant psychique que physique, et ce, dans la prévention, la gestion et le traitement des maladies aiguës et chroniques.

JOURNÉE ART ET MIEUX ÊTRE #3

Les journées Art et Mieux être sont l'occasion de découvrir les 1001 façons d'aborder une œuvre d'art. Afin de s'adapter à la sensibilité de chacun et de chacune, plusieurs outils sont disponibles et différentes activités sont programmées pour découvrir autrement l'exposition "L'École des beaux-arts de Montpellier : une histoire singulière".



**SAMEDI
14 MARS
2026
10H > 18H
MO.CO.**

Sur réservation ou dans la limite des places disponibles, rendez-vous sur **www.moco.art**



**MO.CO.MONTPELLIER
CONTEMPORAIN**

DES ATELIERS, DES VISITES SENSIBLES POUR TOUTES ET TOUS

ATELIER MODÈLE VIVANT

Au cœur des salles d'exposition, cet atelier invite à explorer la représentation du corps, ses proportions et ses volumes. L'occasion d'expérimenter différentes approches du dessin d'observation, du croquis rapide à la pose plus longue. Pour débutants ou dessinateurs plus expérimentés. Papier et crayon fournis (techniques sèches seulement – crayons, pastels, stylos).

10h > 11h30

Sur réservation - Compris dans le billet d'entrée - Adulte



VISITE MOUVEMENTÉE

Avec Elisabeth Valentini Gilabert - danseuse

Un atelier de corps en mouvements en écho aux oeuvres de Supports/Surfaces qui observent la matière et libèrent la forme.

10h30 > 12h

Sur réservation - Compris dans le billet d'entrée - Tout public



CAPSULE ARTISTIQUE PAYSAGE À PARTAGER

Participez à la création d'un paysage imaginaire à plusieurs mains et techniques.

Aquarelle, crayons de couleur, feutres s'entremêlent et cohabitent dans un univers foisonnant et symbiotique.

11h > 12h30

Sur réservation - Gratuit - Tout public



SIESTE SONORE

Avec Alain Feral – Cie Rêves du 22 mars
Découvrez la composition sonore "Echos" face aux œuvres de l'exposition.
Une invitation à la relaxation et à l'immersion sensorielle.

14h > 15h

Compris dans le billet d'entrée -
Dans la limite des places disponibles
Tout public



DÉAMBULATION MÉDITATIVE

Une plongée méditative à la rencontre des paysages des artistes de l'exposition
Cette approche méditative invite à une immersion douce et profonde, transforme la contemplation en une expérience sensorielle, accessible à tous.

16h > 17h

Sur réservation - Compris dans le billet d'entrée - Tout public



DES ÉMOTIONS À PARTAGER EN FAMILLE OU ENTRE AMIS

ATELIER D'ÉCRITURE

Avec Nat YOT

Atelier "Ressentir et l'écrire"

Il s'agira de découvrir et de se découvrir à travers les œuvres exposées et de poser des mots sur son ressenti. L'art est un miroir. Qu'est-ce qu'il vient chercher en nous, dans notre parcours, notre mémoire physique ou psychique ? Un atelier d'écriture déambulatoire mêlant le je et le jeu.

16h30 > 18h

Sur réservation - Compris dans le billet d'entrée - Adulte



LES ATELIERS DU SALON

Trois propositions d'ateliers tout au long de l'après-midi.

Atelier "Champ de couleur" : créez votre paysage abstrait

Atelier "Souvenirs de visite" : fabriquer votre petit carnet d'exposition

Atelier "Prend la pose" : un atelier pour expérimenter le dessin d'observation

14h > 17h

Gratuit - En continu dans la limite des places disponibles - Tout public



TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE

UNIS CITÉ

RE'PAIRS SANTÉ

par l'association

Les volontaires Re'Pairs Santé de l'association Unis Cité tiendront un stand sur la journée pour sensibiliser le public à la thématique de la santé mentale positive et du bien-être à travers des activités participatives et ludiques (quiz, bingo de la santé mentale, distribution de cartes et flyers, micros-trottoirs)

11h > 18h

Hall d'entrée



INFO ET RÉSERVATION
>MOCORESERVATION
@MOCO.ART

MO.CO.
13 RUE DE LA RÉPUBLIQUE
34000 MONTPELLIER