

## Prendre soin du village

### Entr'aide et détente au printemps & en automne

Pour les adhérents qui ont déjà participé à des sessions d'été à Kergallic et qui apprécient le caractère unique du village, l'association organise au printemps et à l'automne des séjours d'entraide qui contribuent à l'entretien et à l'embellissement du village. Le matin : jardinage, peinture et petits bricolages ; l'après-midi : promenades et découverte de lieux.

A côté des séjours déjà programmés, d'autres possibilités peuvent s'ouvrir en mai et en septembre.

Voir le site [www.kergallic.org](http://www.kergallic.org) ou contacter Guy Laurence : 06 20 38 51 77 • [gjlaurence@gmail.com](mailto:gjlaurence@gmail.com)



*Kergallic est pour chacun un champ libre, l'amorce de son propre sentier.*



*Une plage à vingt bonnes minutes de marche ; nombreuses et belles promenades sur la Côte sauvage. Location de vélos possible.*



*Un lieu privilégié pour se ressourcer dans un cadre à la fois simple, familial et chaleureux.*

### L'Arche de Noé à Kergallic

L'association L'Arche de Noé organise au village de Kergallic des sessions estivales dans l'esprit du projet mis en œuvre par le frère dominicain Maurice Cocagnac (1924-2006).

Le village est un lieu ouvert à tous où, en lien avec le charisme dominicain, sont favorisés le développement et l'épanouissement spirituel de chacun et chacune à travers des activités corporelles, culturelles et spirituelles variées.

### Kergallic

Kergallic - ancien hameau restauré par des équipes de jeunes et situé au centre de Belle-Île-en-mer - est un lieu privilégié et unique, simple et rustique.

Dès l'arrivée, on succombe à l'atmosphère qui se dégage des petites maisons belliloises disposées autour de leur puits. La proximité avec la nature, la force des paysages, la qualité de la lumière, l'art de vivre au village encouragent l'écoute intérieure et la créativité.

Chacun est appelé à s'approprier le village en participant à sa vie et à son entretien. Chaque matin, un temps est consacré aux services.

## Hébergement



Dans un cadre simple et familial, le village vous propose le « luxe » d'un confort limité au nécessaire et à l'absence de superflu. L'hébergement est assuré en chambres de deux ou trois personnes. Quelques

chambres individuelles sont disponibles pour de justes raisons (supplément de 60 €). Sanitaires collectifs. On trouve sur place draps et couvertures. Le linge de toilette n'est pas fourni.

## Inscriptions et tarifs



S'adresser directement à l'animateur ou à son correspondant pour une information complémentaire ou une inscription (voir dernière page du dépliant).

- Cotisation à l'association 25€
- Moins de 25 ans : 5 €
- Couple ou famille : 40 €

- Frais de séjour et d'animation : selon la session, voir avec l'animateur.

## Modalités d'accès



TGV jusqu'à Auray puis train (juillet et août) ou autocar (le reste de l'année) jusqu'à Quiberon. Ou voiture jusqu'à Quiberon. Traversée de 20 à 45 minutes (suivant les bateaux) pour le Port de Le Palais.

## Renseignements et horaires :

*Compagnie Océane* : 0 820 056 156

[www.compagnie-oceane.fr](http://www.compagnie-oceane.fr)

L'accueil des stagiaires se fait le dimanche entre 16h et 18h30 devant le Grand Hôtel de Bretagne face au débarcadère de Le Palais. Pas d'accueil possible au village avant 16h. Les sessions débutent à 19h et se terminent le samedi à 12h. Pour l'organisation des navettes, confirmer votre heure précise d'arrivée à l'animateur ou à son correspondant.

L'Association  
**L'Arche de Noé**  
222, rue du Fbg-St-Honoré  
75008 Paris

Lieu des sessions  
**Kergallic**  
56360 Bangor  
Belle-Île-en Mer

[www.kergallic.org](http://www.kergallic.org)

## Contacts pour un renseignement et pour s'inscrire :

**ve. 27/04 • sa. 05/05 - Entr'aide et détente**

Léon Régent • 01 34 83 99 91 • [leon.regent@gmail.com](mailto:leon.regent@gmail.com)

**di. 06/05 • sa. 12/05 - Semaine pour étudiants**

Jean-Dominique Bruneel • 07 82 12 36 80  
[frere@jeandominique.fr](mailto:frere@jeandominique.fr)

**lu. 14/05 • ma. 22/05 - Entr'aide et détente**

Serge Lascaud • 06 30 49 99 26 • [csl44@free.fr](mailto:csl44@free.fr)

**sa. 02/06 • ve. 08/06 - Traces de plumes**

Guillemette de Grissac • 06 26 65 72 74  
[gdegrissac@yahoo.fr](mailto:gdegrissac@yahoo.fr)

**di. 17/06 • sa. 23/06 - Marche et qi gong**

Marie Christine Hamon • 06 75 92 62 43  
[mch.hamonmarie@gmail.com](mailto:mch.hamonmarie@gmail.com)

**di. 24/06 • sa. 30/06 - Entr'aide et détente**

Serge Gastineau • 06 51 86 66 85  
[gastineau.serge@gmail.com](mailto:gastineau.serge@gmail.com)

**di. 08/07 • sa. 14/07 - Se nourrir, être nourri**

Odile de Buyer • 06 14 62 52 35 • [odile.debuyer@gmail.com](mailto:odile.debuyer@gmail.com)

**di. 15/07 • sa. 21/07 - Maurice Cocagnac**

Jean-Jacques Genevaux • 06 15 99 02 79  
[jj.genevaux@gmail.com](mailto:jj.genevaux@gmail.com)

**di. 22/07 • sa. 28/07 - Jean-Baptiste, maître spirituel**

Yves Habert • 06 42 88 06 93 • [yhabert@wanadoo.fr](mailto:yhabert@wanadoo.fr)

**di. 29/07 • sa. 04/08 - Corps, souffle et esprit**

Jean-Marie Manet • 06 79 85 51 81 • [jmmanet@gmail.com](mailto:jmmanet@gmail.com)

**di. 05/08 • sa. 11/08 - Théodom : initiation à la théologie**

Sr Carine Michel • 06 18 95 66 14 • [theodomop@gmail.com](mailto:theodomop@gmail.com)

**di. 12/08 • sa. 18/08 - Vacances spirituelles en famille**

Jean-Dominique Bruneel • 07 82 12 36 80  
[frere@jeandominique.fr](mailto:frere@jeandominique.fr)

**di. 19/08 • sa. 25/08 - Semaine pour les étudiants d'Evry**

Antoine de La Fayolle • [antoine.delafayolle@gmail.com](mailto:antoine.delafayolle@gmail.com)

**di. 26/08 • sa. 01/09 - Marche et philosophie**

Marie Christine Hamon • 06 75 92 62 43  
[mch.hamonmarie@gmail.com](mailto:mch.hamonmarie@gmail.com)

**di. 02/09 • sa. 08/09 - Marche et qi gong**

Marie Christine Hamon • 06 75 92 62 43  
[mch.hamonmarie@gmail.com](mailto:mch.hamonmarie@gmail.com)

[www.kergallic.org](http://www.kergallic.org)

# L'ARCHE DE NOÉ

# Kergallic

## Belle-Île-en-Mer

Crédit photos : © Guy Laurence - Création : © 2017 www.alixdesallins.com

# Sessions

# 2018

## Entr'aide et détente

### Ouverture du village

avec Léon Régent - **ve. 27 avril • sa. 5 mai**

### Bricolage et peinture

avec Serge Lascaud - **lu. 14 mai • ma. 22 mai**

### Jardinage et bricolage

avec Serge Gastineau - **di. 24 juin • sa. 30 juin**

## Venez à l'écart au désert et vous reposer



### Semaine détente et/ou révision réservée aux étudiants de Rennes

avec Jean-Dominique Bruneel et Daniel João, dominicains

**di. 6 mai • sa. 12 mai**

## Traces de plumes

### Découverte des oiseaux / Atelier d'écriture



avec Guillemette de Grissac

**sa. 2 juin - ve. 8 juin**

Le stage propose une découverte des oiseaux marins sur les sentiers à proximité de Kergallic ainsi qu'une approche de l'écriture :

prise de notes sur un « carnet de terrain » à partir des observations d'oiseaux, de la végétation et des paysages, puis écriture personnelle narrative et/ou poétique, lecture de textes littéraires.

*Frais de séjour et d'animation : contacter Guillemette de Grissac*

## Là où les sentiers se font méditatifs

### Marche et qi gong



avec Marie Christine Hamon

**di. 17 juin • sa. 23 juin**

C'est par une marche consciente accompagnée de mouvements de qi gong que nous cheminerons autour de Belle-Île. En marche vers

un réveil corporel pour retrouver ce corps sensible, poétique, ouvert à ce qui est, en lien avec soi, attentif à l'autre, à la nature, à ce tout qui nous est généreusement donné. Jouissance du fait d'exister. Ouvert à tous.

*Frais de séjour et d'animation : 500 €*

## Rencontres et découvertes



### Session réservée à la Maison du 60 (Lille)

avec Jean-Laurent Valois, dominicain

**di. 1<sup>er</sup> juillet • sa. 7 juillet**

## Se nourrir, être nourri

### Jeûne, marche, écoute intérieure



avec Bernard Durel, dominicain et Odile de Buyer

**di. 8 juillet • sa. 14 juillet**

Une semaine de jeûne nous offre l'occasion de réfléchir et d'approfondir une des principales expériences humaines :

se nourrir et devenir ainsi plus conscient de notre dépendance envers la terre et les fruits que nous en recevons.

Soutenu par un jeûne diététique de type Buchinger (à base de jus de fruits et de bouillons de légumes), ressentir la joie de ce qui est donné simplement, gratuitement. Une semaine où laisser au corps le temps de se reposer en étant accompagné par la méditation et la prière.

Inscription après entretien préalable.

*Frais de séjour et d'animation : 350 €*

## Maurice Cocagnac



### Un chercheur en spiritualité

avec Bernard Durel, dominicain

**di. 15 juillet • sa. 21 juillet**

Homme aux talents multiples, Maurice Cocagnac, dominicain, s'est intéressé aux traditions et pratiques spirituelles d'Asie et d'Amérique latine.

Infatigable chercheur et homme de dialogue, il a voulu explorer ce qui relie expérience chrétienne et expérience de l'Orient du corps et du temple. Il a proposé à Kergallic des ateliers de yoga, de zen et de mantras.

*Frais de séjour et d'animation : 450 €*

## Jean-Baptiste, maître spirituel pour notre vie



avec Yves Habert, dominicain

**di. 22 juillet • sa. 28 juillet**

Jean-Baptiste est un personnage considérable du Nouveau Testament et de la tradition spirituelle. Beaucoup redécouvrent aujourd'hui

l'homme charnière de la Bible, celui qui baptisa le Sauveur. Il désigne puis s'efface, il est la lampe avant le jour, la parole avant le Verbe. Il connaît aussi les secrets de la prière, de l'humilité et de la joie. Homme du seuil pour aider ceux qui n'osent pas entrer, cet homme du désert a quelque chose à nous dire aujourd'hui.

*Frais de séjour et d'animation : 450 €*

## Corps, souffle et esprit

### Qi Gong, Tai Ji, travail de la voix



avec Jean-Marie Manet

**di. 29 juillet • sa. 4 août**

L'expérience de la présence, du non agir, du laisser être pour devenir ce que l'on est. Ouvertes à tous, les pratiques se font au détour d'un

chemin, sur les landes, les pinèdes ou les plages.

Il s'agit de s'accorder à soi et à la nature, de rétablir une harmonie et un élan créatif pour chanter et ré-enchanter son âme.

Une assise silencieuse sera proposée le matin et le soir.

*Frais de séjour et d'animation : 520 €*

## Théodom : initiation à la théologie

### Topo, partage, prière, détente de 20 à 35 ans



avec des dominicain(e)s

**di. 5 août • sa. 11 août**

La foi vous pose question ?

Prenez une semaine avec d'autres pour y réfléchir. Chaque jour, une équipe de jeunes frères et sœurs

dominicain(e)s vous propose des enseignements et des ateliers théologiques, des moments de prière, de vie fraternelle et de détente.

Etudiants ou jeunes professionnels, amateurs ou passionnés, entre 20 et 35 ans, cette proposition s'adresse à vous.

*Frais de séjour adaptés*

## Vacances spirituelles en famille

### Apprendre de sa foi chrétienne et de la fraternité



avec Jean-Dominique Bruneel, dominicain

**di. 12 août • sa. 18 août**

Pour une semaine, quelques familles se retrouvent avec deux frères dominicains, afin de constituer

une fraternité élargie aux dimensions de la foi catholique.

Le temps sera équilibré entre moments séparés et communs pour les enfants et les adultes, avec des moments de célébrations et de prière, d'approfondissement de la Parole de Dieu et de la foi chrétienne, de vie fraternelle et de convivialité, de détente et de balades.

*Frais de séjour adaptés aux familles ; contacter le frère Jean-Dominique Bruneel*

## Viens à l'écart et repose-toi !

### Session réservée aux étudiants d'Evry



avec Antoine de La Fayolle, dominicain

**di. 19 août • sa. 25 août**

## Des pas et des mots

### Marche et philosophie



avec Pascal Marin, dominicain et Marie Christine Hamon

**di. 26 août - sa. 1<sup>er</sup> sept.**

Belle-Île-en-mer et son petit hameau de Kergallic, voilà le cadre idéal d'une semaine pour se res-

sourcer. Chaque jour, Marie Christine nous guide à la découverte de l'île.

Puis la randonnée prend forme de philosophie avec Pascal Marin par un enseignement quotidien. En ouverture à la rencontre, un large espace est laissé à la respiration personnelle et au silence.

Un temps de méditation biblique sera proposé en ouverture de la journée et un temps d'assise silencieuse en ouverture à la nuit.

*Frais de séjour et d'animation : 500 €*

## Echappée belle à Belle-Île-en-Mer

### Marche et qi gong



avec Marie Christine Hamon

**di. 2 sept. - sa. 8 sept.**

Un temps de ressourcement à Belle-Île-en-Mer au hameau de Kergallic, lieux choisis pour leur beauté, leur simplicité et leur

authenticité. Pour redonner souffle à notre vie, une invitation à la lenteur, chacun à son propre rythme.

La marche se fera contemplative, méditative, cheminement propice à un retour sur soi. Les mouvements lents du qi gong viendront affiner notre présence au monde comme une suspension heureuse du temps.

*Frais de séjour et d'animation : 500 €*