

L'Arche de Noé

Kergallic
Belle-Île-en-Mer



Depuis plus de soixante ans, des milliers de personnes viennent à Kergallic, dans le cœur de Belle-Île-en-Mer, partager un temps de vie commune pour s'y ressourcer dans l'esprit du projet mis en œuvre par le frère Maurice Cocagnac (1924-2006), religieux catholique dominicain : l'accueil de chacun dans son chemin de vie.

La beauté, l'art et la comédie, la musique et le chant, les inspirations venues d'orient, la réflexion biblique et théologique, la bienveillance, la vie liturgique chrétienne, la prière et l'ascèse, la fête et la joie y ont leur place. Selon le charisme de chaque animateur et la session proposée.

Dans un cadre simple et familial, le « village » offre le « luxe » d'un confort limité au nécessaire et à l'absence de superflu dans un cadre exceptionnel : celui d'un hameau bellilois de trois maisons paysannes et de leurs dépendances, dans leur jus originel, au creux d'un vallon isolé, à 20 mn des plages et du chemin côtier.



Dès l'arrivée, on succombe à l'atmosphère qui s'en dégage. Entre le puits pour les hommes et le puits pour les bêtes, on se croise sur « la place du village » qui s'anime au rythme du soleil se levant au-dessus du bois du bas du vallon et se couchant dans celui du haut, illuminant sur son passage la longère principale.

Tout est une invitation au silence, au retrait, à la profondeur, à la créativité et à l'expérience de la vie intérieure au sein d'une vie commune d'une vingtaine de personnes.

Les sessions proposées ci-dessous, **du 15 juin au 20 septembre 2025**, ont lieu du dimanche après-midi au samedi midi sous la responsabilité de leur(s) animateur(s).

Hébergement, tarifs, inscriptions :

- ✓ prendre contact avec l'animateur ou l'organisateur indiqués dans chacune des sessions ci-dessous ;
- ✓ voir le règlement joint, ou sur le site <https://kergallic.org>

✓ Dim. 15 au sam. 21 juin 2025

Marche qi gong et contemplation

Avec Marie-Christine Hamon

Au cœur de Belle-île, Kergallic

Nos journées s'harmonisent en un rythme doux et équilibré, alternant entre des moments d'activités et des instants de repos, permettant ainsi à chacun de "reprendre pied" et de se retrouver pleinement.



Au cœur de la nature, notre corps chemine sur les sentiers côtiers, entre la terre et le ciel. Chaque pas est une exploration, une danse de l'équilibre dynamique de la marche, respectant le rythme propre à chacun.

L'éloge de la lenteur nous invite à mieux sentir, ressentir et observer. Ce ralentissement volontaire nous aide à écouter notre environnement avec attention, à savourer la beauté qui nous entoure, et à cultiver une joie profonde.

Dans cette lenteur, nous redécouvrons la gratitude : celle d'être vivant, pleinement présent au milieu d'une nature vibrante. La marche devient une célébration, une méditation en mouvement, où chaque pas est une connexion intime avec le vivant.

Cette approche reflète une vision de la randonnée contemplative et du Qi Gong en pleine nature, où l'attention aux sensations, l'écoute intérieure et la gratitude sont au cœur de l'expérience.

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Marie-Christine Hamon** : 06 75 92 62 43

✓ **Dim. 22 au sam. 28 juin 2025**

Traverser

Avec

Louise de Ravinel, écriture

Brigitte Verpraet, voix, mouvement

Danielle Hamel, cuisine créative

Bernadette Onfroy, méditation

On peut traverser le monde, un pays, une ville ou une forêt, une mer ou une toute petite rivière, on peut traverser son époque et même plusieurs, on traverse aussi des épreuves...

Traverser c'est sauter un grand coup ou se frayer discrètement un passage, prendre un chemin de traverse...

C'est franchir un obstacle, un fossé, une peur...

C'est sillonner de sa présence l'espace et le temps...

Traverser, c'est vivre !

Pour nous tenir compagnie, viendront nous visiter sur l'île des esprits d'hier et d'aujourd'hui : Homère, Tolstoï, Marcel Proust, Robert Desnos, Marguerite Yourcenar, Dany Laferrière, Sladjana Nina Perkovic, Zola Pirzad, Sophie Calle, Milène Tournier, entre autres...

L'atelier alterne les temps d'écriture (matin) et de mise en voix et en corps (l'après-midi).

Une plage de méditation (facultative) sera proposée chaque matin.



Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation : environ 550-580 € (en fonction du nombre de participants). Voir avec les organisatrices pour des aménagements financiers.

Contacts :

Bernadette Onfroy : onfroy.bernadette@gmail.com 06 83 13 33 70

Louise de Ravinel : louisederavinel@gmail.com 06 16 82 64 31

✓ **Dim. 29 juin au sam. 5 juillet 2025**

Se rassembler comme fraternité

Fraternité laïque dominicaine

Avec Odile Charvet, laïque dominicaine



✓ **Dim. 6 au sam. 12 juillet 2025**

Résidence et ateliers : qi gong, taïchi, applications artistiques

Le corps chantant



Avec Jean-Marie Manet

Arts de santé millénaires, le Qi Gong et le Tai-Chi Quan sont aussi les précieux alliés des disciplines artistiques. Ils ont en commun l'attention, la présence et le geste.

Les pratiques matinales auront lieu dans la nature pour accorder le corps comme un instrument. Le Qi Gong pour l'harmonisation et le Tai-Chi comme une chorégraphie rythmée par le souffle du vent.

Le début d'après-midi est libre. Nous nous retrouvons en fin d'après-midi pour un atelier ouvert sur la musique et le chant. Après le repas, la soirée est libre.

Apportez un texte, vos pinceaux, un instrument ou simplement votre maillot de bain.

« L'art peut faire rêver, mais il peut aussi aider à vivre. » Taïeb

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

<https://labeautedugeste.net/belle-ile-juillet-2025/>

Frais de séjour et d'animation : 670 €

Contact : **Jean-Marie Manet** : 06 79 85 51 81
assolabeautedugeste@gmail.com

✓ **Dim. 13 au sam. 19 juillet 2025**

Session de méditation dans l'esprit du zen

**Vers la source intérieure (*)
Des nourritures pour le chemin**

Avec Bernard Durel, frère dominicain

Durant ces cinq jours nous pratiquerons l'assise dans l'esprit du zen durant 2 à 3 heures par jour. Au début de la session une initiation à la méditation sera proposée.

Dans ce témoignage de foi et d'espérance, Bernard Durel nous ouvre une voie de sagesse et de paix dont chacun peut faire l'expérience s'il accepte de se laisser interpeller par l'autre, de marcher vers l'inconnu, dans la confiance.

Pratique de l'assise, samu, enseignement, marche, baignade, découverte de l'île, célébration rythmeront nos journées.

(*) titre du livre issu d'une conversation entre Bernard Durel et le journaliste Jean-Claude Noyé, Ed. Desclée de Brouwer

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Jean-Jacques Genevau** : 06 15 99 02 79



✓ **Dim. 20 au sam. 26 juillet 2025**

Cheminer en famille

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain

Une petite semaine pour vivre en famille la joie de la simplicité du lieu et de la beauté de l'île, tout en formant une communauté provisoire de quelques familles.

Le hameau est le cadre idéal, adapté à la taille des enfants pour leur permettre de construire des souvenirs inoubliables d'une vie en commun où règnent l'amitié, la complicité avec Jésus et chacun des participants, et le sens de la fête.

Une organisation légère permet aux parents de bénéficier d'un vrai temps entre eux, sans enfants, pour découvrir et partager sur la foi et leur vie conjugale et familiale, dans le respect de chacun.

La structure des journées, associant vie au village, balades et plage, permet à chacun d'y trouver son compte sans être contraint par les besoins propres à chaque génération.

Ouvert à tous

Frais de séjour et d'animation :

- Hébergement au hameau (6 nuits) selon tarif adapté aux familles
- Frais de repas partagés entre participants
- Participation libre pour l'animation

Contact : **fr. Thierry-Marie Courau** :
secretariat.archedenoe.kergallic@gmail.com

✓ **Dim. 27 juillet au sam. 2 août 2025**

« Prenez, ceci est mon corps ! »

ThéoDom pour étudiants et jeunes pros 20-35 ans

Avec les frères Raphaël de Bouillé et Adrien Candiard

Abstraite, la théologie ? Pas quand elle s'occupe du corps : le corps du Christ, ce corps ressuscité, ce corps qui est l'Église, ce corps donné dans l'Eucharistie...

Pour découvrir une théologie incarnée, quoi de mieux qu'une session à Belle-Île-en-Mer avec les dominicains ?

Au programme, entre baignade dans l'Océan et découverte de la côte sauvage : de la formation théologique, bien sûr, appuyée sur la Parole de Dieu, mais aussi un séjour convivial avec d'autres jeunes qui désirent mieux connaître Dieu et souhaitent passer des vacances joyeuses, nourrissantes et reposantes !

Renseignements et inscriptions

www.jubilatio-jeunesse-dominicaine.fr

Contact : **fr. Raphaël de Bouillé**
jubilatio.jeunessedominicaine@gmail.com

✓ **Dim. 3 au sam. 9 août 2025**

« Je crois en un seul Dieu »

ThéoDom pour étudiants et jeunes pros 18-35 ans

Avec une équipe de frères et sœurs dominicain(e)s

Quand on a entre 20 et 30 ans, l'été est l'occasion de dilemmes insolubles : se former ou partir en vacances ? Donner du temps à Dieu ou passer du temps entre amis ? ThéoDom, c'est tout cela à la fois !

C'est approfondir sa foi dans un cadre de vacances, en mêlant initiation théologique, détente, prière, service et rencontres.

Cette année, nous vous proposons une session sur le thème : « Je crois en un seul Dieu, Père, Fils et Saint Esprit », avec une équipe de frères et sœurs dominicains.

Renseignements et inscriptions

www.jubilatio-jeunesse-dominicaine.fr

Contact : **sr. Carine Michel**

jubilatio.jeunessedominicaine@gmail.com

✓ **Dim. 10 au sam. 16 août 2025**

Semaine des 5 familles

Avec Jean-Dominique Bruneel et Jean-Baptiste Rendu, frères dominicains

Pour une semaine, quelques familles se retrouvent avec deux frères dominicains, afin de constituer une fraternité élargie aux dimensions de la foi catholique

Le rythme des journées sera équilibré entre les temps d'activités séparées et communes 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.

Contact : **fr. Jean-Dominique Bruneel**
frere@jeandominique.fr

✓ **Dim. 17 au sam. 23 août 2025**

Maison du 60

Avec Benoît Ente, frère dominicain



✓ **Dim. 24 au sam. 30 août 2025**

L'Association pour l'Amitié réunit un groupe de ses membres de diverses origines géographiques pour une semaine de rencontres, de vie communautaire, d'échanges, de prière, de balades, au sein du hameau de Kergallic.

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain



✓ **Dim. 31 août au sam. 6 septembre 2025**

Marche qi gong et contemplation

Avec Marie-Christine Hamon

Au cœur de Belle-île, Kergallic

Nos journées s'harmonisent en un rythme doux et équilibré, alternant entre des moments d'activités et des instants de repos, permettant ainsi à chacun de "reprendre pied" et de se retrouver pleinement.

Au cœur de la nature, notre corps chemine sur les sentiers côtiers, entre la terre et le ciel. Chaque pas est une exploration, une danse de l'équilibre dynamique de la marche, respectant le rythme propre à chacun.

L'éloge de la lenteur nous invite à mieux sentir, ressentir et observer. Ce ralentissement volontaire nous aide à écouter notre environnement avec attention, à savourer la beauté qui nous entoure, et à cultiver une joie profonde.

Dans cette lenteur, nous redécouvrons la gratitude : celle d'être vivant, pleinement présent au milieu d'une nature vibrante. La marche devient une célébration, une méditation en mouvement, où chaque pas est une connexion intime avec le vivant.

Cette approche reflète une vision de la randonnée contemplative et du Qi Gong en pleine nature, où l'attention aux sensations, l'écoute intérieure et la gratitude sont au cœur de l'expérience.

Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 550 €

Contact : **Marie-Christine Hamon** : 06 75 92 62 43

✓ Dim. 7 au sam. 13 septembre 2025

&

✓ Dim. 14 au sam. 20 septembre 2025

Chemins simples de transformation intérieure

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain

Alors que tout s'accélère et que se développe l'inquiétude quant à l'avenir, s'autoriser à prendre le temps de ralentir et de s'arrêter au cœur d'un hameau authentique, rustique et sobre de Belle-Île-en-Mer, en formant une petite communauté temporaire.

Nous vivrons des chemins simples de transformation à la lumière des expériences chrétienne et bouddhique.



Lecture. Échanges.
Méditation. Prière.
Célébration.
Vie commune.
Marche. Baignades. Repos.

Session ouverte à tous.

Session avec ou sans résidence au hameau de Kergallic (participation à la matinée d'échanges de 9h30 à 12h, du lundi au vendredi).

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour et d'animation :

- Hébergement au hameau (6 nuits) : 120 €
- Frais de repas partagés entre participants
- Participation libre pour l'animation

Contact :

fr. Thierry-Marie Courau – compagnons.solitude@gmail.com

✓ **Semaine d'entraide
pour prendre soin du village**

du 3 au 10 mai 2025

Prendre contact avec :

fr. Thierry-Marie Courau

secretariat.archedenoe.kergallic@gmail.com

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 cours d'année.

Pour toute proposition, écrire à

secretariat.archedenoe.kergallic@gmail.com

Siège de l'association « L'Arche de Noé »

222 rue du Faubourg Saint-Honoré, 75008 Paris

secretariat.archedenoe.kergallic@gmail.com

kergallic.org

Lieu des sessions

Kergallic, 56360 Bangor (Belle-Île-en-Mer)

tel : 02 97 31 53 48 (l'été seulement)