

L'Arche de Noé

**Kergallic
Belle-Île-en-Mer**



Sessions

2026

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 21 juin au 19 septembre 2026**, 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. 21 au sam. 27 juin 2026

Marche, qi gong et contemplation

Et si la beauté de la nature nous aidait à retrouver notre bon sens ?

Avec Marie-Christine Hamon

Que nos pas nous portent...

Ce stage de Qi Gong à Belle-Île-en-Mer est une invitation à cheminer en conscience, porté par la beauté sauvage de l'île. Entre sentiers intérieurs et chemins côtiers, la marche devient méditation, ponctuée de pratiques de Qi Gong, d'assises silencieuses, de baignades et de temps de partage.

L'éveil corporel au lever du soleil et la pratique quotidienne en fin de journée soutiennent un accord subtil entre le corps, l'âme et l'esprit.

Dans le calme du hameau de Kergallic, l'alternance harmonieuse entre mouvement et repos ouvre un espace de ressourcement profond et de présence à soi.



Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 560 €

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

Dim. 28 juin au sam. 4 juillet 2026

Résidence d'écriture partagée

Organisée et accueillie par

Louise de Ravinel, écriture ; Danielle Hamel, cuisine créative à dominante végétarienne ; Bernadette Onfroy, méditation

Cette résidence d'écriture partagée est proposée pour la première fois, après de nombreuses décennies d'ateliers d'écriture.

Que vous manquiez de temps, d'espace pour écrire, que vous cherchiez à changer de décor pour amorcer ou poursuivre un texte, que vous soyez écrivain confirmé ou non, publié ou non...**cette résidence est pour vous si :**

- ✓ Vous souhaitez écrire en toute autonomie (pas de propositions comme on en trouve dans les ateliers d'écriture) : vous êtes libre d'écrire sur le thème et dans la forme qui vous conviennent, d'entamer un texte ou de venir poursuivre un projet déjà en cours, vous êtes libre d'écrire aux heures qui vous conviennent et là où vous le souhaitez (dans votre chambre, dehors, sur la plage, dans la salle commune...).
- ✓ Vous recherchez une ambiance calme et propice à la concentration tout en ayant la possibilité de profiter de temps conviviaux.
- ✓ Vous êtes ouvert au partage autour de l'écriture / de la lecture : lire un extrait de son travail et obtenir des retours si on le souhaite, faire un retour aux autres, échanger autour des questions que pose l'écriture, ou tout simplement partager avec les autres un livre qui vous enthousiasme...

Renseignements et inscriptions

Frais de séjour : environ 280 euros.

D'une part, la participation à l'hébergement : 130€ + 25€ adhésion à l'Association Arche de Noé. D'autre part, les autres frais de séjour (alimentation, cuisinière, déplacement) : 125 euros.

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

Dim. 5 au sam. 11 juillet 2026

Cheminer spirituellement en famille et entre amis

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain



Une petite semaine pour vivre une semaine spirituelle portée par la simplicité du lieu et la beauté de l'île, en formant une communauté provisoire de quelques familles et amis.

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 et aux autres adultes de bénéficier d'un vrai temps d'échanges entre eux avec la Parole de Dieu, sans enfants, pour découvrir et partager sur la foi et leur vie conjugale et familiale, dans le respect de chacun.

Les enfants de leur côté découvrent par des activités adaptées la joie de rencontrer la Parole de Dieu et de la mettre en scène.

La structure des journées, associant vie au village, balades et plage, prière, célébration et méditation, échanges, musique et arts variés, permet à chacun d'y trouver son compte de façon légère 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. 12 au sam. 18 juillet 2026

Méditation dans l'esprit du zen

Semaine réservée aux participants réguliers des années passées.

Dans la continuité de l'enseignement de frère Bernard Durel (actuellement en soins), approfondissement de la pratique de l'assise.

Assise, partage, marche, baignade, rythmeront les journées.



Dim. 19 au sam. 25 juillet 2026

Résidence et ateliers : Qi Gong, Taï Chi Chuan et applications musicales

Le corps chantant

Avec Jean-Marie Manet

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



Ils feront l'objet de nos pratiques matinales.
Le Qi Gong pour se poser dans la nature, pour donner du temps au corps et au souffle, comme lorsque l'on accorde un instrument.
Le Taï Chi Chuan comme une chorégraphie rythmée par le vent.

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

Frais de séjour et d'animation : 720 €

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

Dim. 26 juillet au sam. 1^{er} août 2026

&

Dim. 2 au sam. 8 août 2026

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.

Dim. 9 au sam. 15 août 2026

Session 30-45 ans jeunes pros

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

Une session dédiée aux jeunes pros qui veulent vivre un temps de ressourcement spirituel dans un cadre fraternel et dominicain.

Renseignements et inscriptions pour les 3 sessions du 26 juillet au 15 août 2026

www.jubilatio-jeunesse-dominicaine.fr

Contact : **sr. Carine Michel**

jubilatio.jeunessedominicaine@gmail.com

Dim. 16 au sam. 22 août 2026

Cheminer spirituellement en famille et entre amis

Avec Thierry-Marie Courau, frère dominicain



Une petite semaine pour vivre une semaine spirituelle portée par la simplicité du lieu et la beauté de l'île, en formant une communauté provisoire de quelques familles et amis.

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 et aux autres adultes de bénéficier d'un vrai temps d'échanges entre eux avec la Parole de Dieu, sans enfants, pour découvrir et partager sur la foi et leur vie conjugale et familiale, dans le respect de chacun.

Les enfants de leur côté découvrent par des activités adaptées la joie de rencontrer la Parole de Dieu et de la mettre en scène.

La structure des journées, associant vie au village, préparation des repas, balades et plage, prière, célébration et méditation, échanges, musique et arts variés, permet à chacun d'y trouver son compte de façon légère 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. 23 au sam. 29 août 2026

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. 30 août au sam. 5 septembre 2026

Marche qi gong et contemplation

Et si la beauté de la nature nous aidait à retrouver notre bon sens ?

Avec Marie-Christine Hamon

Que nos pas nous portent...

Ce stage de Qi Gong à Belle-Île-en-Mer est une invitation à cheminer en conscience, porté par la beauté sauvage de l'île. Entre sentiers intérieurs et chemins côtiers, la marche devient méditation, ponctuée de pratiques de Qi Gong, d'assises silencieuses, de baignades et de temps de partage.

L'éveil corporel au lever du soleil et la pratique quotidienne en fin de journée soutiennent un accord subtil entre le corps, l'âme et l'esprit.

Dans le calme du hameau de Kergallic, l'alternance harmonieuse entre mouvement et repos ouvre un espace de ressourcement profond et de présence à soi.



Session ouverte à tous.

Renseignements et inscriptions

stage-qi-gong.fr

Frais de séjour et d'animation : 560 €

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

Dim. 6 au sam. 12 septembre 2026

avec prolongation possible du

dim. 13 au sam. 19 septembre 2026

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
Célébrations
Marche. Baignades
Arts musicaux, picturaux
Repos

Session ouverte à tous avec repas préparés par les participants.

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) : 130 €
- 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 13 mai 2026

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)