LA BÂTISSE
des Graines de lumière

UN LIEU POUR SE RETROUVER, SE RESSOURCER ET TRANSMETTRE



Un écrin de nature pour vos stages, retraites et ateliers autour du bien-être

Un lieu à part, une invitation à ralentir !

À la campagne, entouré de nature et loin du bruit, ce lieu vous accueille dans une atmosphère paisible et authentique.



Avec le charme de la pierre, l'âme d'une maison vivante et une ambiance chaleureuse, il offre un cadre propice au ressourcement, au partage et à l'épanouissement personnel.

Ici, on prend le temps.
Le temps de respirer, de se déposer, de se retrouver.
Le temps de vivre une expérience différente, loin du rythme du quotidien.

Belle parenthèse à vous !







10 personnes maximum pour le couchage

Logement non fumeur

WIFI disponible

Que vous soyez thérapeute, professeur(e) de yoga, accompagnant(e), coach(e), formateur(trice) ou facilitateur(trice), vous trouverez ici un espace à taille humaine pour donner vie à vos projets. Un lieu pour accueillir des groupes, transmettre, accompagner et créer du lien.

Un espace pour faire vivre vos pratiques

Au cœur de la maison, une grande salle lumineuse accueille vos activités dans un cadre agréable et inspirant.

Elle peut recevoir une vingtaine de personnes et se prête à de nombreuses pratiques :



- Stages et retraites de yoga
- Méditations et relaxations
- Cercles de parole et de partage
- Constellations familiales
- Ateliers de développement personnel
- Formations et transmissions
- Pratiques corporelles et énergétiques
- Chant, danse libre et expression créative
- Ateliers autour de la connaissance de soi et du mieux-être

À l'extérieur, la nature prolonge naturellement les possibilités : méditer, danser, chanter, pratiquer, marcher ou simplement profiter du calme environnant.



Un hébergement convivial et chaleureux

Le lieu peut accueillir jusqu'à 10 personnes pour le couchage.

Les espaces de nuit, organisés en dortoirs confortables, favorisent l'immersion, la simplicité et la convivialité.

C'est l'occasion de vivre pleinement son stage ou sa retraite, de partager des moments informels et de profiter d'une véritable parenthèse hors du quotidien.

Les espaces extérieurs ouverts sur la nature invitent également à la détente, à la contemplation et aux promenades.



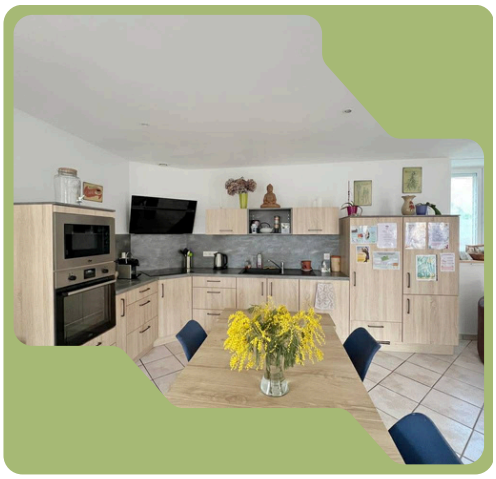


Une cuisine, deux possibilités

Parce que chaque organisateur a sa façon de concevoir ses stages, deux formules sont possibles.

La liberté de cuisiner en autonomie

Une cuisine toute équipée est à votre disposition pour préparer vous-mêmes les repas de votre groupe, selon vos envies et votre organisation.



Une cuisine végétarienne, fraîche et faite maison



Si vous préférez vous consacrer pleinement à l'animation de votre stage, je peux également préparer les repas pour vos participants.

Je vous propose alors une cuisine entièrement végétarienne, élaborée avec les légumes de mon potager, au fil des saisons.

Des repas simples, savoureux et généreux, préparés avec soin, dans l'esprit d'une alimentation respectueuse du vivant.

Une belle façon de prolonger l'expérience de bien-être jusque dans l'assiette.

Et si nous imaginions votre stage ensemble ?

Au-delà de la mise à disposition du lieu, je peux également vous proposer d'intervenir ponctuellement au sein de votre stage ou de votre retraite.

En fonction de votre projet et de vos envies, nous pouvons imaginer des expériences complémentaires autour de différentes approches :

Constellations familiales
Constellations avec les chevaux
EMDR
Sophrologie
Accompagnement émotionnel et connaissance de soi
Ateliers de développement personnel

Ces propositions peuvent venir enrichir votre programme, en complément de votre pratique et de votre propre accompagnement.
L'idée est de créer ensemble un programme cohérent, original et adapté à votre groupe.
Vous venez avec votre projet, vos participants et votre intention... et nous pouvons imaginer ensemble une expérience qui ait du sens.



Un lieu accueillant, avec le souci de votre sécurité ♡

Parce que le bien-être passe aussi par la sérénité, le lieu dispose d'équipements de sécurité comprenant notamment :

- Un extincteur à l'étage
- un extincteur au rez de chaussée
- Un détecteur de fumée



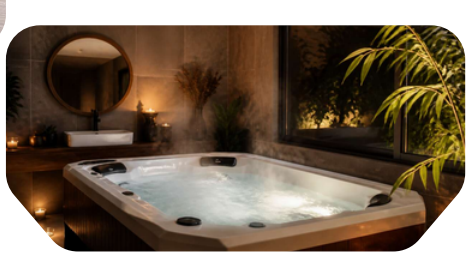


L'accueil se fait dans un esprit convivial, simple et respectueux du lieu comme des personnes qui le font vivre.

Les petits trucs en plus

Possibilité d'accéder à l'espace bien-être à proximité de la Bâtisse selon la période pour un montant de 70 € la demi-journée ou 110 € la journée







Possibilité de proposer à votre groupe une séance découverte de réfloxologie (plantaire, palmaire, faciale, cranienne) avec Jennifer, sur place, pour un montant de 25 € par personne

Possibilité de proposer à votre groupe une séance de soin aux gongs dans la yourte de Frédéric pour un montant de 25 € par personne



La bâtisse

La bâtisse des Graines de lumière est entièrement privatisée pour votre confort et votre tranquilité



Couchage : 10 personnes maximum

2 chambres
Chambre 1 : 5 lits simples
Chambre 2 : 1 lit double + 2 lits simples
Espace individuel : 1 lit simple



1 salle de bains, 2 toilettes
douche

Cuisine équipée
Four, micro-onde, lave-vaisselle, réfrigérateur, plaque de cuisson

Salon / Salle à manger/ Salle de travail



Extérieur
Terrasse, jardin, barbecue, mobilier de jardin

Parking privé

WIFI
Réseau : Livebox - 3280
Code : bPmr3Sn9s69JfrHUcQ

Infos pratiques

Accès et Transports

- En train depuis Paris : Gare de Rennes à seulement 1h30 de Paris Montparnasse.
- Correspondance TER : Depuis Rennes, prendre la ligne BreizhGo (direction Saint-Brieuc) et descendre à la gare de Broons.
- Navette / Transfert : La gare de Broons se situe à 10 minutes du lieu. Une prise en charge est possible à la gare sur demande (2 € par personne).
- À quelques minutes de la cité de caractère de Jugon-les-Lacs
- Station sport nature (VTT, Rando, Paddle, Canoë, ...
- À 20 minutes de Dinan
- À 30 minutes des magnifiques plages de Saint-Cast-le-Guildo
- À 40 minutes de Saint-Malo, Erquy et de Pléneuf-Val-André, Brocéliande...
- A 1h du Mont Saint Michel

Équipements et Matériel à disposition

- Salle équipée d'un paperboard
- Assises : 15 chaises, ainsi que des plaids et coussins de sol pour votre confort
- Linge de lit fourni

Tarifs et prestations

Location de salle :

- Demi-journée : 50 €
- Journée entière : 80 €

Hébergement :

- 25 € / nuit par personne
- Restauration : 40 € / jour par personne (inclut le petit-déjeuner, le déjeuner, la collation et le dîner)

Votre prochain stage pourrait commencer ici...

Vous avez envie d'organiser une retraite de yoga, un stage de développement personnel, un cercle de femmes, une formation ou un atelier autour du mieux-être ?

Vous recherchez un endroit chaleureux, authentique et paisible, loin de l'agitation, où vos participants pourront se sentir accueillis et profiter pleinement de leur expérience ?
Ce lieu est peut-être celui que vous cherchez.

Ici, il ne s'agit pas seulement de louer un espace. Il s'agit d'offrir un cadre propice aux rencontres, aux prises de conscience, au partage et à la transformation.

Je serai heureuse d'échanger avec vous autour de votre projet et de vous faire découvrir ce lieu.

Contact et renseignements :

Isabelle DARNAY

06.83.11.37.59

grainesdelumiere77@gmail.com

Mégrit (côtes d'armor)



Au plaisir de vous accueillir et de faire vivre ce lieu avec vous.