

Retraite Méditation de pleine conscience à l'Île Grande

Une parenthèse enchantée

Retraite semi-silencieuse

Du lundi 27 juillet au vendredi 31 juillet 2026



« Le calme de l'esprit apporte la paix intérieure, et la paix intérieure est la clé du bonheur. »

Animée par Sylvie Greffin, Professeure de méditation/de pratique de la pleine conscience

Site : <https://mbsr-bretagne.fr/>

Offrez-vous une parenthèse hors du temps, au cœur d'un cadre naturel d'exception.

Située face à la mer, l'Île Grande (Bretagne, Côte d'armor 22) dévoile ses paysages marins infinis, ses lumières changeantes et son atmosphère profondément ressourçante.

Ici, le vent, l'eau et le ciel composent une symphonie naturelle propice au lâcher-prise et à la reconnexion à soi

Goûter à la pleine conscience, explorer et partager une expérience vécue dans la simplicité et la fluidité, là où tout devient plus léger : voilà l'essence de cette retraite.

Je me ferais une joie profonde de vous accueillir au centre du Baly, lieu Ecolabellisé. Situé sur une propriété de 2 hectares directement en bordure, des plages et des grèves de la partie ouest de L'île Grande

Retrouvons nous dans ce cadre naturel inspirant pour vivre ensemble une parenthèse précieuse et riche de sens.

Au fil de cette retraite, je vous proposerai différents chemins, tous portés par une intention commune : vous accompagner vers plus de présence à vous-même et vers une paix intérieure durable.



sylvie.greffin@mbsr-bretagne.fr Tel 06.70.51.24.41. <https://www.youtube.com/@Lameditationenaction>

FORMULAIRE D'INSCRIPTION À RETOURNER

A retourner complété avant le 30 juin 2026

NOM : Mme, Mlle, M.

PRÉNOM :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél : Tél. portable :

Nom et numéro de téléphone d'un proche en cas d'urgence.:

.....

E-mail :

Tarifs

Pour l'hébergement en pension complète , la taxe de séjour et les collations:

En chambre double à partager, tout confort douche, lavabo, wc dans les chambre:

6 Chambres individuelles avec lavabo

285 € / pers Pour les frais de cours et frais d'organisation : 300 € / pers

Soit au total : 585 € par personne

Modalités de paiement (merci de cocher votre choix) :

☐ Paiement en une fois : 585 €.

☐ Paiement en deux fois ☐ : 292,5€ ☐ Solde : 292,5 €.

☐ Paiement en trois fois : ☐ 150 € + 217,50 € + 217,50 €

Règlement du solde

Avant le 21 juin en espèces, par virement, ou par **chèque à l'ordre de Sylvie Greffin. Institut Ouest formation conseil.**

RIB INSTITUT OUEST FORMATION CONSEIL

IBAN : FR7615589351140863641334046

BIC : CMBRFR2BXXX

Pour le virement merci d'indiquer en intitulé : Votre nom + Stage Île Grande 07/26

Cochez les cases

☐ J'ai pris connaissance des conditions de participation et d'annulation et les accepte sans réserve.

☐ J'ai complété la fiche d'informations personnelles.

Fait à ...

Le ...

Signature

(précédée de la mention « Lu et approuvé »)

Pour réserver la retraite, en attendant d'envoyer le formulaire d'inscription, envoyez-moi un mail.

Le nombre de places est limité.

sylvie.greffin@mbsr-bretagne.fr /Tel: 06 70 51 24 41

Document à conserver

Modalités de règlement par virement

Pour l'animation des cours, l'organisation et l'hébergement en pension complète.

RIB INSTITUT OUEST FORMATION CONSEIL

IBAN : FR7615589351140863641334046

BIC : CMBRFR2BXXX

Conditions d'annulation

Annulation du fait de l'organisatrice Sylvie Greffin, remboursement de l'intégralité des sommes versées.

Annulation de votre fait, dans le cas où vous ne seriez plus en mesure d'assister à la retraite, une fois, votre inscription validée, passé le 21 mai 2026, les sommes versées ne seront pas remboursées. Vous aurez la possibilité de vous reporter sur une autre retraite à une date ultérieure.

Annulation de votre fait, passé le 21 mai 2026, remboursement intégral des sommes versées dans les cas suivants :

- Vous trouvez personne pour vous remplacer.
- En cas de force majeure, sur présentation d'un certificat justificatif médical (maladie - accident)