



LA MAISON DE TOBIE

Yoga & Écriture : Donner Corps à la Parole

*Du jeudi 28 janvier, à partir de 16H30 au dimanche 31 janvier 2027, 16H00
au Centre d'accueil de l'Ile Blanche, à Locquirec (29)*



Cette session « Yoga et Ecriture : donner corps à la Parole » est un rendez-vous d'intériorité et de créativité, d'encre et d'ancrage.

Un temps pour revenir à soi, se sentir vivant et goûter la Présence,

Un temps pour écouter la Parole, la laisser résonner, la sentir et la ressentir dans son corps pour mieux l'habiter, la prolonger de notre propre écriture.

L'île Blanche, cet écrin magnifique, accueillera le chant de notre source intérieure.

Aucune expérience préalable en yoga ou écriture n'est nécessaire, seul compte le désir de ce rendez-vous.

www.lamaisondetobie.org

LES ANIMATEURS :

Elisabeth Roussarie est animatrice à la Maison de Tobie, enseignante de Yoga diplômée de l'Ecole Française de Yoga de l'Ouest (EFYO), diplômée de l'Association pour l'Accompagnement Spirituel (AASPIR) fondée par Lytta Basset. Elle est habitée par l'intime conviction que le corps est une porte : par une attention aux sensations et au souffle qui nous traverse, il conduit à une plus grande connaissance de soi, des autres, du monde et du Tout Autre.

Gersende de Villeneuve est écrivaine, animatrice d'ateliers d'écriture jaillissante et de cercles de paroles pour enfants et adultes. Passionnée depuis toujours par l'écoute, la quête de sens et la spiritualité, elle cherche à travers les écritures les sources vives pour nos aujourd'hui.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES :

Dates et horaires : du jeudi 28 janvier à partir de 16H30 au dimanche 31 janvier 2027 à 16H00

Lieu : L'Ile Blanche, 29241 Locquirec (www.ile-blanche-locquirec.fr)

Comment s'y rendre : La Maison de l'Île Blanche se situe dans le Finistère, à Locquirec.

Pour venir en train, par TGV depuis Paris, il existe des bus à partir des gares SNCF de Lannion ou Morlaix. Prendre alors la ligne 30 Lanion - Morlaix ([horaires ici](#))

Finances :

* **Hébergement et location des salles** : 210 euros tout compris, (draps et linge de toilette fournis)

* **Animation** : entre 120 et 230 euros (médian : 175 €), selon vos possibilités et ressentis
(réduction de 20% pour jeunes et personnes sans emploi)

Cotisation Maison de Tobie 2026-2027 à jour (40€ ou 30 € selon bulletin par courrier ou par mail)

Les problèmes financiers ne doivent pas être un obstacle ; nous en parler simplement.

Renseignements et inscriptions auprès de : Elisabeth ROUSSARIE, 38 rue John Tolkien, Résidence Ker Awel, 22300 PLOUBEZRE.

Tél : 06 87 03 67 24 et email : elisabeth.roussarie@lamaisondetobie.org

NB : nombre de places limité ; inscrivez-vous le plus rapidement possible en retournant le bulletin d'inscription ci-dessous avec les 75 euros d'arrhes.

Coupon-réponse à renvoyer par courrier ou par mail à : Elisabeth ROUSSARIE, 38 rue John Tolkien, Résidence Ker Awel, 22300 PLOUBEZRE, elisabeth.roussarie@lamaisondetobie.org

(Yoga & Ecriture, 28-31 janvier 2027, L'Ile Blanche, Locquirec (29))

Nom et prénom :

Adresse :

Téléphone :**Mail** :

(Pour l'inscription, joindre un chèque de 75 € à l'ordre de *La Maison de Tobie* ou faire un virement bancaire à la Maison de Tobie : FR76 1020 7000 1704 0170 4963 081, en précisant dans le libellé le nom de l'activité à laquelle vous vous inscrivez ou en envoyant un mail à tresorier@lamaisondetobie.org)