ALMA & MESA

Belle-Île-en-Mer

Séminaires et retraites au coeur du vivant

© Yanis Vergé

© Yanis Vergé

ALMA & MESA

Belle ile en mer, un territoire vivant d'exception

Belle-Île-en-Mer n'est pas seulement un décor spectaculaire.
Son insularité, ses paysages, sa biodiversité et sa communauté en font un territoire vivant dont les équilibres se construisent chaque jour entre nature et activités humaines.

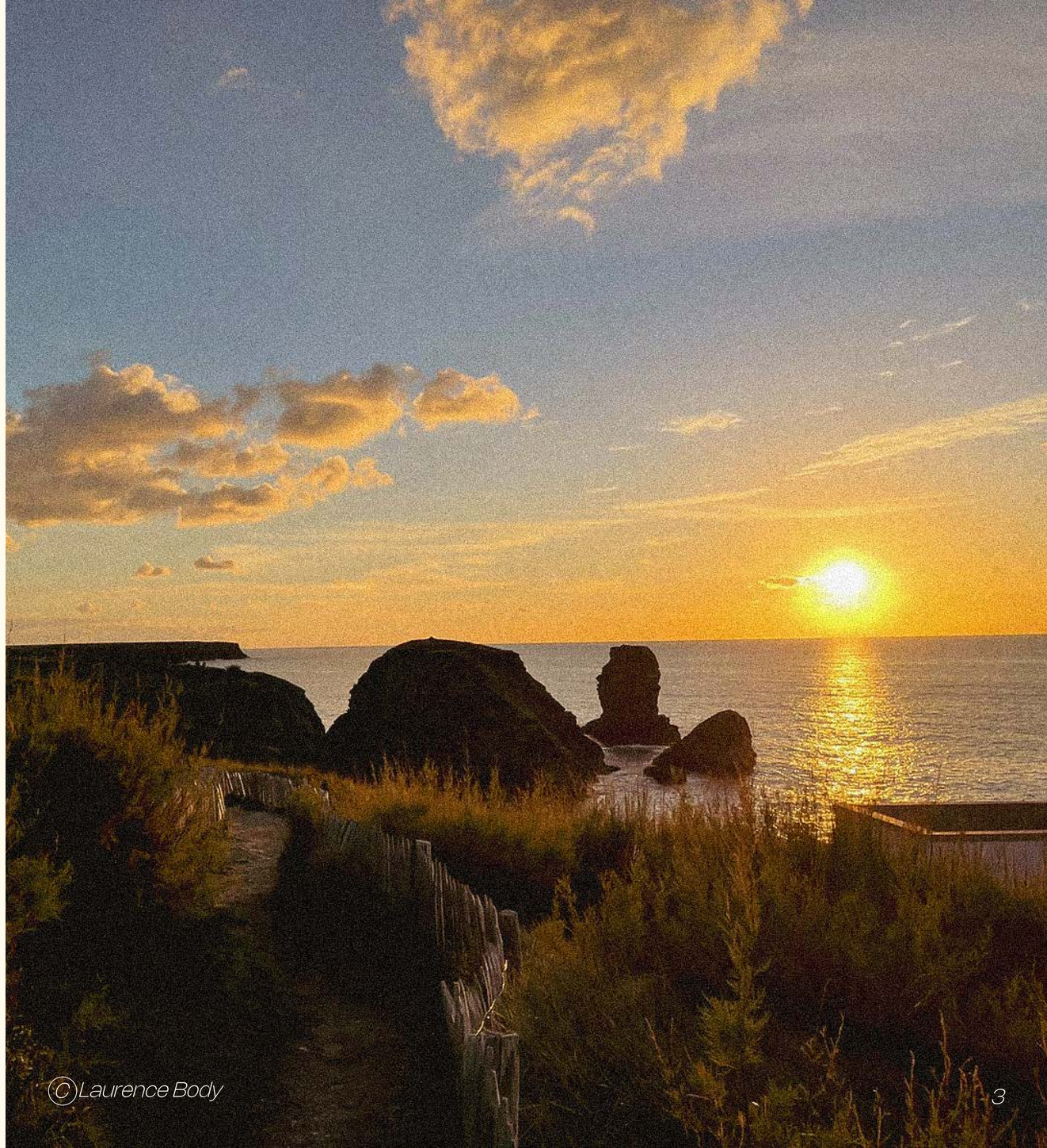
– **Site Natura 2000**
Des milieux naturels remarquables abritant une biodiversité terrestre et marine exceptionnelle.

– **Réserve de biosphère UNESCO**
Un territoire reconnu pour l'équilibre entre préservation des écosystèmes et développement humain.

– **Falaises, landes et vallons**
90 km de côtes sauvages façonnées par l'Atlantique et un patrimoine paysager unique.

– **Une mer vivante**
Herbiers, oiseaux marins, mammifères marins et fonds protégés témoignent d'une richesse écologique exceptionnelle.

Plus qu'un cadre, Belle-Île constitue le contexte vivant dans lequel s'inscrivent toutes les expériences proposées par Alma & Mesa.



ALMA & MESA

Pourquoi venir travailler au cœur d'un territoire vivant ?

À Alma & Mesa, un séminaire n'est pas seulement un temps de travail dans un beau lieu.

C'est une **immersion dans un territoire vivant** où la nature, les habitants et les pratiques locales deviennent parties prenantes de l'expérience.
Organiser un séminaire ou une retraite à Alma & Mesa, c'est offrir à vos équipes ou à votre communauté bien plus qu'un changement de décor : **une expérience de travail et de ressourcement au coeur d'un territoire vivant.**

En tant qu'entreprise régénérative, notre but est de proposer des espaces où entreprises, indépendants et habitants expérimentent de nouvelles façons de **coopérer**, de **prendre soin** du vivant et de **développer des capacités** individuelles et collectives.
Chaque séjour participe au financement d'une **communauté locale** qui développe toute l'année des **pratiques autour de l'autonomie**, de la **régénération des écosystèmes**, de la **sobriété** et du bien-vivre collectif.

En choisissant Alma & Mesa, vous contribuez au développement de Belle-Île-en-Mer comme **territoire d'expérimentation des transitions** écologiques et sociales.

© Laurence Body

ALMA & MESA

Travailler au rythme du vivant

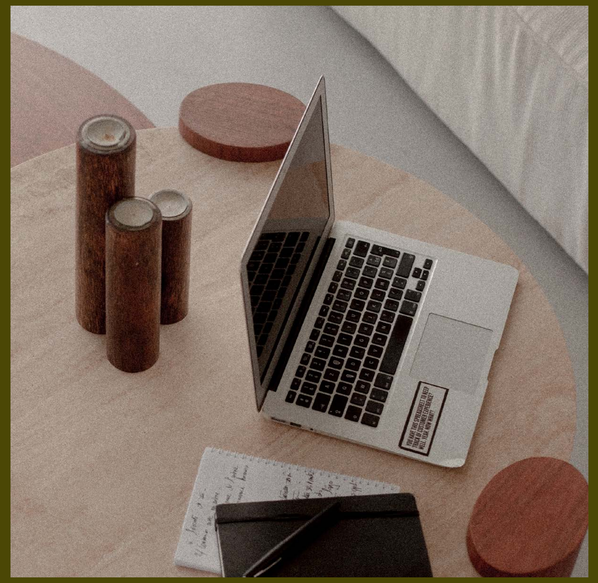
Ici, les espaces ont été conçus pour favoriser **l'attention, la coopération, la créativité et le lien avec soi, les autres et le vivant** autour de nous.
Jardin ombragé, larges terrasses, espaces ouverts et vues panoramiques offrent un cadre propice à la **concentration comme à la reconnexion**.
En alternant intérieur et extérieur, le lieu invite naturellement à **ralentir, réfléchir** et créer du **lien.**

– Espace de travail dehors/dedans de 90m2 baigné de lumière et ouvert sur un trés grand jardin avec une vue spectaculaire sur la mer et le vallon.

– Zones aménagées pour profiter de la Nature environnante.
cuisine équipée et terrasses face à la mer.

– La plus grande plage de Belle île est à 200m en contrebas pour se confronter à l'océan et pratiquer des sports nautiques comme la voile, le paddle ou encore le canoé. Ou simplement faire un running ou une session de longe cote.

– Le GR 340 est à 200m également.



ALMA & MESA

- Produits du jardin
- Potager en permaculture
- Cuisine équipée
- Café & Douceurs
- Yoga
- Environnement inspirant
- Ateliers
- Vélos électriques
- Rétroprojecteur
- Internet très haut debit
- Terrasse 35m2
- Facilitateur Designer sur demande

ALMA & MESA

Une communauté engagée

Plus qu'un lieu, Alma & Mesa est aussi une communauté d'**insulaires engagés**. Agriculteurs, artisans, artistes, thérapeutes, cuisiniers, naturalistes... ils expérimentent toute l'année de nouvelles pratiques autour de l'**autonomie, du vivant et des transitions**.
Tous partagent une même motivation : diffuser de nouvelles façons d'habiter Belle-Île et de prendre soin du vivant.

Cette communauté anime toute l'année des ateliers ouverts aux habitants comme aux visiteurs.

Les séminaires peuvent ainsi s'enrichir de rencontres, de savoir-faire et d'expériences profondément ancrés dans le territoire.

On ne découvre pas seulement Belle-Île. On rencontre celles et ceux qui la font vivre.

ALMA & MESA

Projet régeneratif et vivant

Chez Alma & Mesa, nous avons choisi de considérer Belle-Île non comme un lieu à exploiter mais comme un **territoire vivant disposant d'un potentiel qui ne demande qu'à être révélé**.

À l'heure des bouleversements climatiques, des transitions sociales et des appels pressants à la transformation socio-écologique des territoires, **l'approche régénérative** apparaît comme une alternative crédible et nécessaire. Elle offre aux entreprises en quête de sens et de lien une vision structurante, intégratrice et profondément inspirante.

Plutôt qu'un modèle de consommation du territoire, elle propose un modèle de **relation avec le territoire**, où l'entreprise devient un acteur du **soin, de la résilience et de la prospérité partagée**.

© Yanis Vergé

© Yanis Verger

ALMA & MESA

Les ateliers autour du vivant

La communauté Alma & Mesa partage ses savoir-faire avec les **habitants comme avec les visiteurs**, contribuant à renforcer les liens, les capacités locales et la résilience du territoire.

Quelques ateliers proposés :
- Sol vivant & permaculture
- Levain & ferments
- Cuisine vivante ...

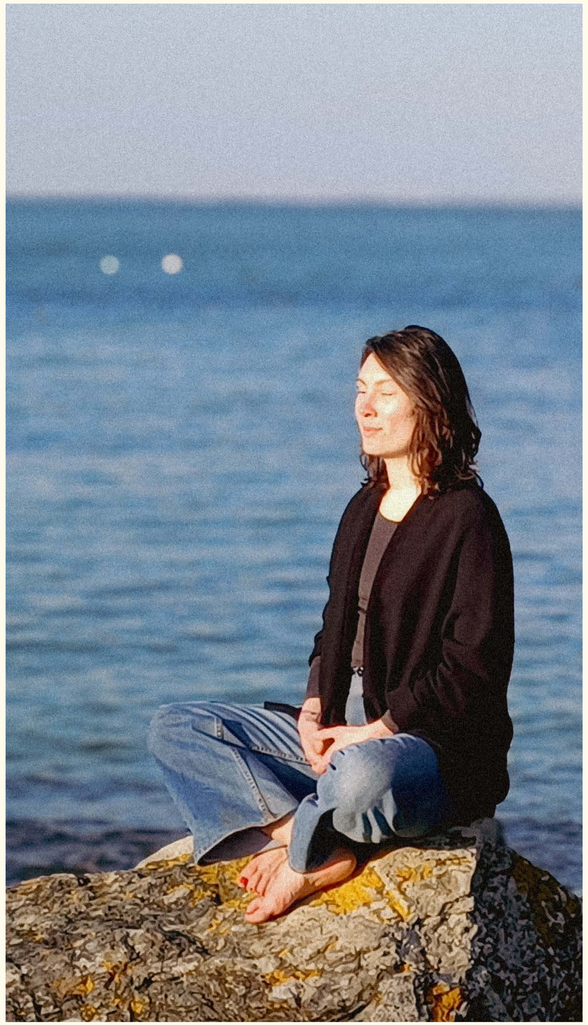
Plus de **50 ateliers et temps collectifs** vont être proposés en 2026.

Tous les ateliers sont conçus et animés par des personnes qui habitent, pratiquent et font vivre Belle île toute l'année.

© Lebonoeil

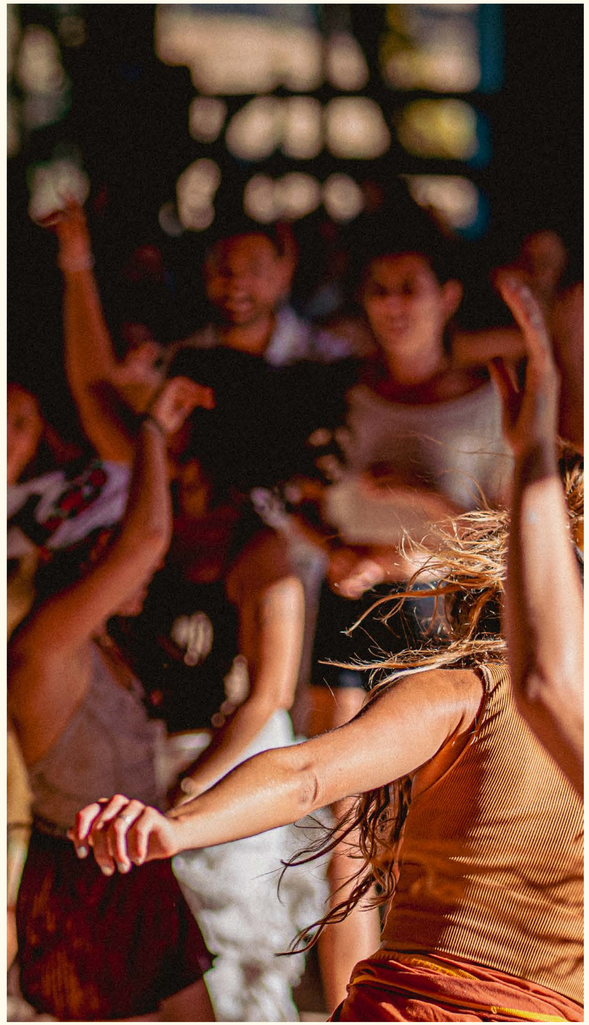
ALMA & MESA

Prendre soin de soi et du vivant



Training Pleine conscience
12 fois / 2h00

Sol vivant et permaculture
3h00

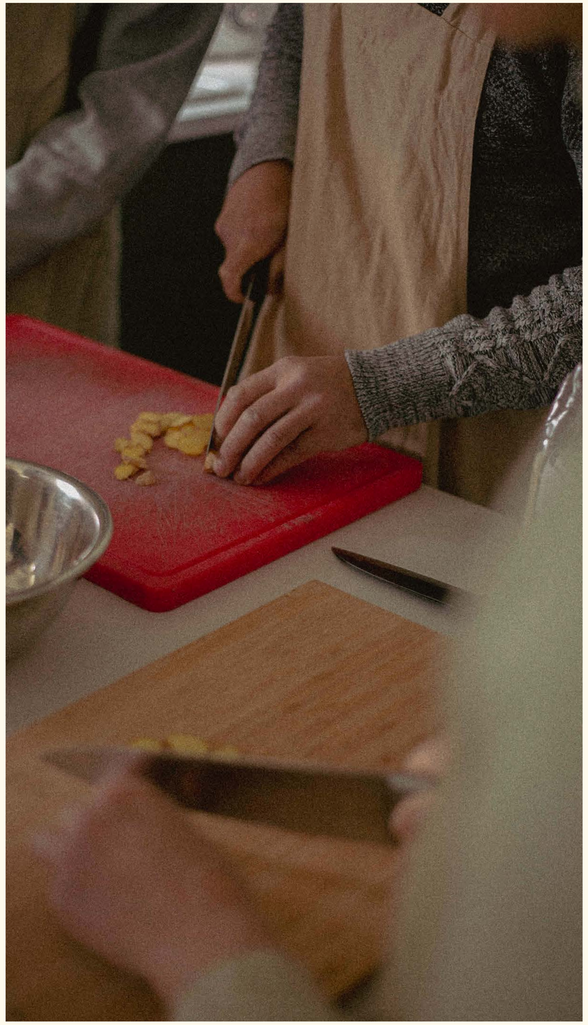


Ateliers danse libre et mouvement
2h00

Sensibilisation au climat
3H00

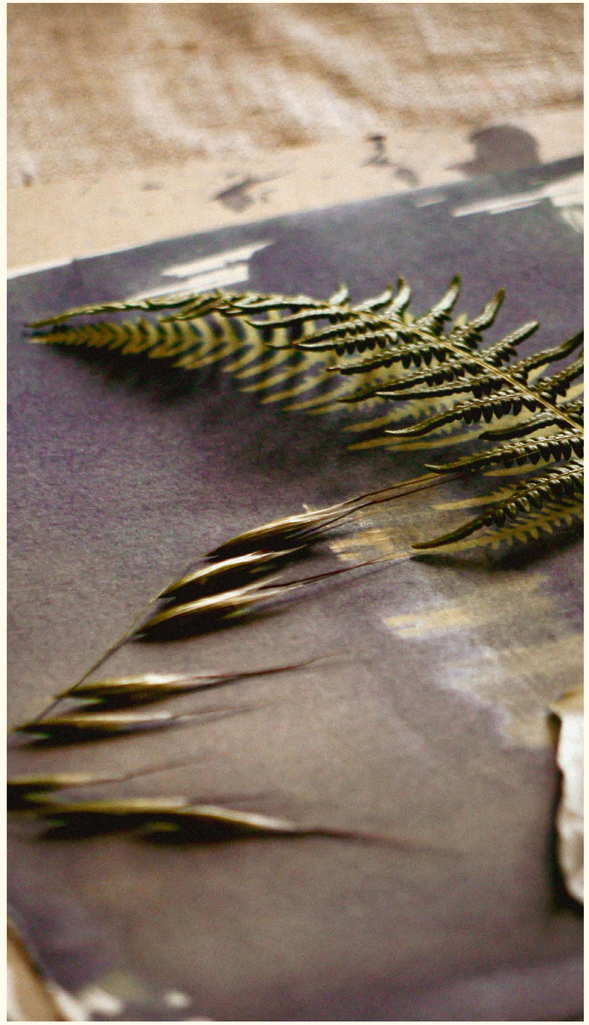
ALMA & MESA

Partager les pratiques et les savoir faire



Levain et ferments
3H00

Lactofermentation
3H00



Cyanotype
3H30

Couture créative et upcycling
3H30

© Eva Gallen

ALMA & MESA

Entre océan et vallon, un partenariat qui a du sens

Niché entre la plage des Grands Sables et un vallon préservé, Alma & Mesa se déploie sur **deux sites complémentaires** :
– l'un dédié aux temps de travail face à la mer.
– l'autre au repos, au calme et à l'immersion dans la nature.
Chaque matin une marche de 10 min relie naturellement le lieu de vie au lieu de travail.

En 2026, nous inaugurons un partenariat avec les Grands Sables, le nouvel hotel de plein air récemment créé à 10 mn d'Alma & Mesa. Avec les fondateurs, nous partageons les mêmes valeurs d'authenticité et de simplicité. Comme à Alma & Mesa, le luxe, c'est l'espace, le silence et la nature. Les offres de séminaires et retraite sont communes aux 2 établissements et ont été élaborées conjointement.

Le Palais
Bordustard
Kersablen
Arrivée en Bateau
et prise en charge en
mini bus
Plage de
Bordardoué
Plage de
Port Yorc'h
Port Salio
Plage du
Bugul
Plage des
Grands Sables
Aérodrome
Les Quatre
Chemins
Arnaud
ALMA & MESA
10 min
à pied
LES GRANDS
SABLES
Bangor
Kervarigeon
Le Grand Cosquet

ALMA & MESA X
LES GRANDS SABLES

Des hébergements au coeur de la nature

Notre partenariat avec les Grands Sables nous permet de proposer des chalets premium en bois ouverts sur un espace naturel très calme et champètre. Ils sont reliées au lieu de séminaire par un magnifique sentier ombragé, une respiration quotidienne entre deux temps du séminaire.

chalets pour 2 personnes (spécial séminaire)

D'une surface de 28M2, le chalet est composé de :
– une chambre avec un lit double de 160*200cm,
– une chambre avec deux lits simples de 80*190cm.
– une terrasse couverte de 17m2
– une grande douche 100*80, vasque, WC séparés.

chalets pour 5 personnes (spécial retraites)

D'une surface de 35M2, le chalet est composé de :
– une chambre avec un lit double de 160*200cm,
– deux chambres avec deux lits simples de 80*190cm.
– une terrasse couverte de 17m2
– une grande douche 100*80, vasque, WC séparés.

© Yanis Vergé

© Yanis Vergé

ALMA & MESA X LES GRANDS SABLES

L' interieur des chalets

© Yanis Vergé

Chambre

Salle de bain

Terrasse

© Yanis Vergé

© Yanis Verge

ALMA & MESA

Les Offres

Notre offre de séminaires résidentiels et de retraites est co développée avec Les Grands Sables et est commune aux 2 structures.

Séminaires résidentiels

Pour les équipes jusqu'à
15 personnes

hebergement en chalets 4* à
10mn à pied pour une immersion
pleine nature face au vallon des
Grands Sables.

d'avril à septembre

Chalets de 2 chambres avec salle
de bain partagée
de 1 à 3 nuits

Transferts et vélos électriques
inclus

225 €/personne /jour

Retraites

Pour les groupes jusqu'à
15 personnes

hebergement en cabanes 4* à
10mn à pied pour une immersion
pleine nature face au vallon des
Grands Sables.

d'avril à septembre

Chalets de 3 chambres dont une
single et 2 partagées
salle de bain partagée
de 2 à 4 nuits

140 €/personne /jour

Réunions d'équipes

Pour les groupes jusqu'à
15 personnes

Il est possible d'organiser
des journées au vert ou
des réunions de travail pour les
équipes, arrivée avec le 1er
bateau du matin, retour avec le
dernier bateau du soir.

toute l'année

À Alma & Mesa

100 €/personne /jour

© Yanis Vergé

ALMA & MESA

Un programme type

Programme d'un séminaire résidentiel
2 jours

J1 soir : arrivée à Belle Ile,
Installation aux Grands Sables et diner/ buffet à Alma & Mesa.

J2 matin : eveil sur la plage juste en bas, petit déjeuner aux Grands Sables
temps de travail dans le jardin.

Midi : pique nique sur la lande

Apres midi : immersion sur le GR 340 ou velo électrique dans l'ile.

Soir : diner autour d'une cuisine inspirée, soirée musicale.

J3 matin :petit déjeuner aux Grands Sables.
Travail en groupes
midi : pique nique sur la plage et départ.

ALMA & MESA

Passion nourriture vivante

Chez Alma & Mesa, les repas font partie intégrante de l'expérience. Tous nos ateliers, séminaires ou retraites sont l'occasion de nous réunir autour de **grandes tablées** chargées de plats à partager. Parce qu'un séminaire se construit aussi autour de la table, c'est elle qui a inspiré notre nom "Mesa".

Les repas sont préparés à partir de produits **bio** en privilégiant les producteurs de Belle-Île ce qui nous impose de respecter le **rythme des saisons**.

Dans notre potager en **permaculture**, nous produisons les médicinales qui composent nos infusions ainsi que les aromatiques qui agrémentent nos recettes ou nos confitures maisons.

Buffets, grandes tablées, pique-niques sur la lande ou dîners face à l'océan deviennent autant d'occasions de prolonger les conversations, **de créer du lien et de goûter au territoire autrement.**

© Yanis Verge

© Lebonoeil

ALMA & MESA

Nos fournniseurs

leboncoin

enercoop

LA NEF POUR LA BANQUE ÉTHIQUE

Notre écosystème local

iloaz

biocoop LA BIO NOUS RASSEMBLE

LES GRANDS SABLES Camping - Belle-île

Pradenn

Éva gallen

Alma & Mesa s'appuie sur un réseau d'acteurs locaux qui partagent une même vision : faire de Belle île un térritoire accueillant et résilient.

Mail : contact@alma-mesa.com

Téléphone : 06 07 12 15 03

Site Web : www.alma-mesa.com

Instagram : alma_mesa.belleile

Adresse : Locmaria

© Yanis Vergé