

# Vivre et oser

UN SÉJOUR BIEN-ÊTRE À L'ABBAYE  
SAINT-JACUT-DE-LA-MER

Du 1<sup>er</sup> au 4 juillet 2026



## EN COMPAGNIE DE NOS INVITÉS :

**Isabelle Morin-Larbey**, professeur et formatrice de yoga, **Sébastien Fournier**, chanteur lyrique et formateur en énergie vocale, **David Le Breton**, professeur émérite de sociologie et auteur, **Élisabeth Marshall**, journaliste, chroniqueuse à *La Vie*.

## PAR LE YOGA, LE CHANT ET LA MARCHÉ

Dans un cadre ressourçant, profitez d'une parenthèse de déconnexion pour suivre un programme riche de pratiques corporelles, d'ateliers découverte et de conférences thématiques.

Documentation gratuite auprès  
de notre partenaire :

**ARTS ET VIE** (réf. 61FT53)  
39, rue des Favorites,  
75015 Paris

Au **01 40 43 20 21**  
ou à [info@artsetvie.com](mailto:info@artsetvie.com)



Lic. IM075110169

Je désire recevoir, sans engagement, la documentation gratuite du séjour proposé par *La Vie* et *Sens & santé* à **Saint-Jacut-de-la-Mer, du 1<sup>er</sup> au 4 juillet 2026** - Réf.61FT53

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

Code postal [ ] Ville .....

Tél. [ ] Courriel ..... @ .....

Je souhaite être informé(e) des offres de voyages de *La Vie*

Je souhaite être informé(e) des offres des partenaires de *La Vie* (*Télérama*, *Le Monde*)

En retournant ce formulaire, vous acceptez qu'Arts et Vie et Malesherbes Publications, le responsable de traitement, utilisent vos données personnelles pour les besoins de votre commande, de la relation client et d'actions marketing sur les produits et services de MP. Pour connaître les modalités de traitement de vos données ainsi que les droits dont vous disposez (accès, rectification, effacement, opposition, portabilité, limitation des traitements, sort des données après décès), consultez notre politique de confidentialité à l'adresse <http://confidentialite.lavie.fr> ou écrivez à notre délégué à la protection des données - 67/69 av. Pierre-Mendes-France - CS 11469 - 75107 Paris Cedex 13 ou [dpo@mp.com.fr](mailto:dpo@mp.com.fr)