



MAISON

FLOW

DOSSIER DE PRESSE

Édité le 25/04/2025



1. LA GENÈSE DU PROJET : *COLLECTIF ET CURIOSITÉ*

Maison Flow est née de plusieurs constats et de nos convictions : le monde du travail est en pleine mutation, et il est temps de réinventer nos manières de passer à l'action.

Depuis quelques années, les bouleversements économiques, écologiques et sociaux questionnent profondément l'organisation des entreprises et des individus, nos façons de faire, de travailler, d'être ensemble. Face à ces défis, nous avons la conviction qu'une réponse durable passe par **la force du collectif**.

Les plus belles équipes sont celles où chacun peut être **plus que lui-même**, en se dépassant pour un projet commun, tout en cultivant l'écoute, l'humilité et l'ouverture.

Ce sont ces constats qui nous ont donné l'envie de proposer un lieu pour apprendre à construire des collectifs capables de passer à l'action, de s'unir pour aller plus loin et plus vite.



©BreizhRotor

« C'est quand le Tout est supérieur à la somme des parties que l'on peut, je crois, parler d'une belle équipe, que chacun soit un peu plus que lui-même, qu'il se dépasse et se transcende pour plus que lui-même : l'équipe, l'horizon commun, un rêve partagé. »

Ainsi, dans une belle équipe, les individus ne sont plus simplement eux-mêmes, parce qu'ils sont à la fois plus qu'eux-mêmes (l'horizon, les valeurs communes, le rêve partagé) et moins qu'eux-mêmes (l'humilité, l'écoute, une forme de retrait). Et on comprend mieux pourquoi dans une époque où les individus sont invités sans cesse à être eux-mêmes, et à rechercher sur les réseaux sociaux le maximum de shoots d'ego, les belles équipes se font si rares. »

F Galthié - sélectionneur de l'équipe du XV de France de rugby

Interview France Inter -
la question Philo par Charles Pépin
- 29/03/2025



Curiosité et expérience : les moteurs du changement

Notre conviction profonde est que pour bâtir ces collectifs solides, il est impératif d'oser s'intéresser à l'autre, à ce qui est différent en l'autre. Et cela demande une qualité : la curiosité naturelle.

Être curieux, c'est aller au-delà des idées reçues, c'est laisser tomber ses préjugés et certitudes pour remettre en question ses habitudes, s'ouvrir

à d'autres points de vue. Mais cela ne suffit pas toujours. Il faut aussi vivre les choses. C'est ce qui permet ensuite l'action du changement.

Les expériences sensorielles ont un pouvoir que les discours ou apprentissages traditionnels n'ont pas. Elles nous mettent en mouvement. Elles ouvrent des portes. Elles donnent envie d'agir autrement.

« J'entends et j'oublie.
Je vois et je me souviens.
Je fais et j'apprends »
Confucius



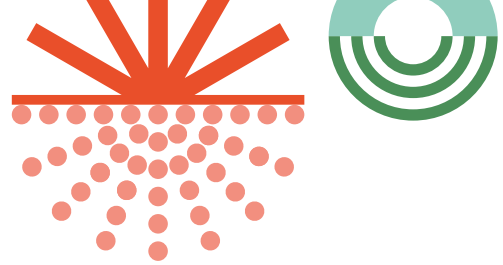
©Studio Jezequel

« Lors d'une formation en présentiel, la majorité des informations apprises sont déjà oubliées après 24 heures. Le taux de rétention en e-learning se situe entre 25% et 60% tandis qu'en présentiel, l'échelle se réduit autour de 8 à 10 %. »

Etude Research
Institute of America
2014

C'est de ce double constat — l'importance du collectif, et la puissance de la curiosité vécue — qu'est née Maison Flow :

Un lieu pour apprendre à mieux vivre ensemble, à regarder autrement pour agir différemment, grâce à notre potentiel de curiosité.



2. MAISON FLOW : *PARTIS-PRIS ET PHILOSOPHIE*

La conception du lieu

L'équipe projet du Breizh Curiosity Lab a eu l'opportunité peu commune de pouvoir façonner un lieu et ses murs en intégrant dès la conception du bâtiment, la philosophie de la future destination des espaces.

Le défi résidait dans le fait de transformer un ensemble architectural composé d'une maison bourgeoise du 19ème et d'une halle industrielle, ancienne liquorerie de Fine de Rhuys, en un lieu contemporain, lumineux et ancré dans le nouveau quartier de la gare de Vannes, quartier en pleine mutation.

Dès sa conception, des partis-pris d'exemplarité ont été posés. Le bâtiment a été pensé pour proposer

les composantes incontournables du « bien-être » : lumière naturelle, confort thermique avec une empreinte carbone la plus basse possible, confort acoustique pour créer une atmosphère sereine et introduction de végétal autant que possible au cœur du projet.

Le choix s'est porté sur le projet du cabinet d'architecte nantais Office Zola, qui a proposé une programmation des espaces respectant les exigences de durabilité et de sobriété, avec une gestion optimisée des espaces et de l'énergie alliant des systèmes de ventilation naturelle et une attention particulière portée à l'acoustique et à la lumière naturelle.

L'esprit de Maison Flow

L'innovation n'est pas seulement dans les espaces ; chaque salle, chaque installation est pensée pour stimuler la créativité et permettre aux équipes d'oser penser autrement.

Que ce soit à travers des séminaires immersifs, des ateliers pratiques, ou des moments plus informels de co-création, tout est conçu pour que chacun puisse explorer de nouvelles idées, oser innover, et expérimenter de nouvelles façons de collaborer. C'est un laboratoire d'idées, d'innovations et de « être bien », ancré dans une dynamique de collaboration collective et de responsabilité environnementale.

Après deux années de travaux, Maison Flow est aujourd'hui un lieu hyper accessible en face de la gare de Vannes qui facilite l'organisation de réunions, séminaires et tout événement professionnel et personnel, avec un service « tout en un même lieu » : espaces de réunions, restauration et animations...

À Maison Flow, nous souhaitons que chaque visiteur se sente chez lui, dans une ambiance contemporaine et lumineuse, comme dans une maison où l'on trouve réconfort et inspiration.

©Fred Daubal



Notre ambition

L'objectif de toute l'équipe est de devenir d'ici 5 ans le lieu de référence où l'on vient défricher des idées, expérimenter, développer des approches différentes, questionner nos manières d'agir pour bâtir des collectifs plus responsables, plus durables, plus productifs, plus innovants, plus inclusifs, garant du mieux-vivre ensemble.

©Studio Jezequel



Pourquoi le nom Maison Flow ?

Le nom du lieu, Maison Flow, incarne une vision, un équilibre entre l'accueil d'une maison et l'énergie du flow. Ces deux mots guident notre quotidien et symbolisent ce que nous souhaitons offrir à chacun de nos visiteurs : une adresse où l'on se sent bien et où chacun prend le temps de respirer, de réfléchir et de se recentrer pour créer et innover.

Le Flow, c'est l'art de trouver son équilibre intérieur, son « être bien »

C'est l'état de concentration et de mouvement, où chacun se sent à sa place, absorbé et porté par un élan commun. Plus qu'une expérience agréable et stimulante, le Flow est une composante essentielle de l'épanouissement individuel et collectif. Cette harmonie est le moteur de notre énergie et de notre motivation.

Flow fait référence à notre emplacement au 8 Avenue Favrel et Lincy, à travers les initiales FL.

Ce clin d'œil rappelle notre ancrage local et notre engagement à devenir un lieu clé pour la communauté, pour le quartier, un point de rencontre où la collaboration, le partage prennent vie.



3. UN LIEU DIFFÉRENT *ET INNOVANT*

Ce lieu est conçu pour encourager l'intelligence collective et favoriser les échanges autour du mieux vivre ensemble. Il accueille dès aujourd'hui des entrepreneurs, des collègues, des groupes, des associations, des créateurs, ou des praticiens en thérapies complémentaires ou simplement des curieux.

Les espaces

La Maison Flow, offre flexibilité et modularité dans ces espaces uniques, à la fois stimulants et apaisants.

Chaque salle est soigneusement pensée et équipée pour favoriser les échanges, la créativité, et permettre à chacun de mieux collaborer, d'être mieux ensemble.

- **Au rez-de-chaussée, les espaces liés à la convivialité** : une halle pour les événements et les grands groupes en séminaires (gradins escamotables jusqu'à 150 personnes). Ouvert à tous : un restaurant pour manger des produits frais et locaux, à toute heure de la journée, un bar à jus et un salon de thé.
- **Aux étages, les espaces liés à la réflexion**, à la concentration et au flow : 11 salles de réunions modulables de 6 à 50 personnes, équipées de mobilier innovant et modulable ainsi que d'écrans connectés et de système de visioconférence ; 7 cabinets de thérapeutes, praticiens en médecine complémentaire et développement personnel occupent un des étages de la maison du 19^e siècle.



©Studio Jezequel

Des expériences et événements sont à vivre dans la « Capsule Curiosity », une salle pour éveiller sa curiosité et tester des nouveaux concepts autour du « être bien » : micro-sieste, luminothérapie, bains sonores, contemplations artistiques...

Un étage est réservé au personnel dans un souci d'offrir une réelle qualité de vie au travail et de montrer notre exemplarité dans le soin apporté au bien-être des collaborateurs.

3. UN LIEU DIFFÉRENT ET INNOVANT

Les services

La programmation d'événements et l'animation du lieu, aussi insolite qu'inspirante est proposée tout au long de l'année par le Curiosity Breizh Lab sur les thématiques du collectif et de la curiosité. À Maison Flow, la curiosité est encouragée dans les ateliers, les contenus de séminaires et les conférences qui offrent des opportunités d'exploration et d'innovation. La curiosité devient ainsi un moteur de transformation qui invite à découvrir de nouvelles façons de penser et de vivre.

Une communauté d'intervenants autour du flow propose des contenus et activités personnalisés pour répondre aux besoins des collectifs en séminaires ou des particuliers. Chaque proposition est soigneusement testée et coconstruite avec les équipes du Curiosity Breizh Lab.



©Studio Jezequel



©aboutfood-studio



©LaCimaise

Les offres de restauration en mode « collectif » et « zéro déchets » sont disponibles sur place et en vente à emporter.

La vie du « Restö » s'articule autour de trois grands moments de la journée :

- **Petit-déjeuner & pause gourmande** : Pour bien commencer la journée ou recharger les batteries, des encas sains sont disponibles à toute heure.
- **Déjeuner** : Chaque midi, un espace convivial propose des plats alliant fraîcheur et saveurs, et plus spécialement en format généreux de « plats à partager » pour les grandes tablées.
- **Afterwork** : Des cocktails dînatoires et des afterworks sont possibles pour prolonger les journées de travail dans une ambiance détendue et propice aux échanges.

L'équipe du Restö s'engage à offrir une expérience gastronomique en harmonie avec les valeurs de bien-être et de durabilité de Maison Flow. Tout est pensé pour allier plaisir gustatif, respect de l'environnement, et convivialité.





Les thérapeutes :

À Maison Flow, les praticiens font partie intégrante de l'équipe.

Chacun d'eux est un contributeur actif au projet, engagé dans une dynamique de partage, de curiosité et de co-construction. Leur crédo : faire expérimenter des pratiques différentes pour que chacun.e trouve celle qui lui convient le mieux pour trouver son équilibre.

En plus de recevoir leur clientèle dans les cabinets du deuxième étage, pensés pour le calme et le ressourcement, ils participent à la vie du lieu à travers :

- des ateliers à destination du public ou des entreprises en séminaire, des contributions à la vie commune du lieu, échanges entre pairs, co-construction de contenus, participation à la programmation Curiosity.

Notre volonté est de créer des passerelles entre les praticiens, les entreprises, les particuliers et les autres acteurs du lieu, pour favoriser l'émergence d'un écosystème vivant, ouvert et au service d'un mieux-vivre partagé.

Des casiers connectés pour faciliter la liberté :

lorsque qu'une salle est réservée, chaque client dispose d'un casier pour ranger ses effets personnels, pour profiter totalement, en toute liberté de mouvements (pas de manteau encombrant ou de téléphone intrusif) et offre ainsi l'opportunité de se concentrer sur l'objet de sa visite à Maison Flow (partager un bon moment sans souci de logistique).

©LaCimaise

En résumé : Maison Flow, des espaces et des services

- 11 salles de réunions et d'événementiels
- 7 espaces réservés à des praticiens de thérapies complémentaires (cabinets de soins)
- Des propositions de restauration à toute heure : bar, salon de thé et restaurant
- Un programme annuel d'animations événementielles autour de l'apprentissage du mieux vivre ensemble et de la curiosité
- La création de contenus & d'activités pour les réunions/séminaires d'entreprises sur les thématiques du collectif
- Un parcours de formation autour de la collaboration intergénérationnelle (à venir prochainement)





4. LE MANIFESTE *DE MAISON FLOW*

Le bon Flow

Maison Flow est une parenthèse au cœur des flux urbains. Chacun y reprend le temps de respirer, de réfléchir et de se recentrer pour créer et innover. Les espaces modulables s'adaptent à vos projets.

Le Flow, c'est l'Art d'être bien et d'avancer avec fluidité vers ce qui nous anime. Cet état de concentration et de mouvement, où chacun se sent bien, à sa place, absorbé et porté par un élan commun nourrit les projets de nouvelles énergies. Vos équipes collaborent, explorent et se ressource en harmonie, au rythme du groupe et des projets.

Un lieu de curiosité pour nourrir le lien

À Maison Flow, chaque espace invite à l'ouverture : des espaces modulables pour collaborer avec agilité, un restaurant convivial, une «Capsule Curiosity» pour déconnecter et s'émerveiller, une agora pour partager les énergies et les idées... Maison Flow offre un écrin aux nouvelles façons de collaborer et d'habiter Demain.

**À Maison Flow, la richesse, c'est d'être bien,
comme à la Maison, entièrement relié à soi,
aux autres et au monde.
Bienvenue, à votre rythme, à Maison Flow.**



Informations pratiques

ADRESSE

à 50 mètres de la gare SNCF de Vannes
Maison Flow - 8 avenue Favrel et Lincy
56000 Vannes

CONTACT PRESSE

Gaëlle Stévant Le Franc
06 43 95 92 44 - gaelle@imagypress.com

INSTAGRAM

[@maison_flow](https://www.instagram.com/maison_flow)

LINKEDIN

Maison Flow - Curiosity Breizh Lab

www.flow-curiosity.fr