

La Hamonais



- Pour courts séjours et vacances
- Durées de séjours à la carte
- Ouvert de février à décembre
- Maison chaleureuse et conviviale
- Espaces collectifs (salle à manger, cuisine, douches, wc)
- Capacité d'accueil : 8 chambres, 17 vacanciers
- Paiement possible par bons CAF et chèques vacances
- Pas de service de restauration : cuisine, vaisselle mises à disposition, courses et préparation des repas à la charge de chacun

- **Réservation obligatoire**
- **Tarifs : moins de 15 euros la nuit par personne**

- **Totalement accessible**
- **Possibilité d'emprunter un véhicule aménagé** (sur réservation et selon disponibilité)
- **Aides techniques à disposition**
- **Coordonnées de professionnels paramédicaux et services aides humaines fournies sur simple demande**

Créée et gérée par l'Association Française contre les Myopathies 

La Hamonais

Une maîtresse de maison assure l'accueil des vacanciers.

Elle est l'interlocutrice des vacanciers pour toute la durée du séjour : convivialité, idées de sorties, intendance, entretien général de la maison, ...
Un gardiennage est assuré toutes les nuits.

Les espaces collectifs

- Grande salle à manger avec cheminée donnant sur le parc
- Grande salle de détente (télé, magnétoscope, consoles de jeux)
- Cuisine et arrière cuisine aménagées
- Un espace informatique géré par des bénévoles
- Deux salles d'eau avec douches et baignoires équipées (douche siphon au sol, lit douche, chariot douche, système aquatech)

... mais aussi :

- Trois sanitaires adaptés
- Lingerie (lave-linge et sèche-linge)
- Parc avec barbecue, allée de boules

Votre espace privé

La chambre que vous avez réservée pour 1 ou 2 personnes, configurée selon votre demande : lit simple, lit électrique, lit double.



Ballades et randonnées, visite de nombreux sites touristiques possible en voiture



- Balade à l'île de Bréhat et tour de l'île en bateau
- Spectacles et visites au Haras National de Lamballe
- Festival «Les Vieilles Charrues» à Carhaix
- Festival des Terre-Neuvas et Chants de Marins à Paimpol
- Zoo de Trégomeur
- Radome et Musée National des Télécommunications à Pleumeur-Bodou
- Aquarium marin de Saint-Malo (100 km)
- Océanopolis à Brest (150 km)

à Trégueux,
dans les Côtes d'Armor,
à 3 km de Saint-Brieuc, à proximité de la mer (8 km)
105 route de Moncontour - 22950 Trégueux
Tél. 02 96 71 27 51 - E-mail : hamonais@afm.genethon.fr

La Hamonais

105 route de Moncontour - 22950 Trégueux
Tél. 02 96 71 27 51 - E-mail : hamonais@afm.genethon.fr



En venant de Rennes

- Sur la voie Express (N12-E50), après Lamballe, prendre la sortie «Le Perray», direction Quimper
- Au stop, à gauche, passer sous le pont et continuer tout droit
- Au rond point, prendre la 2^{ème} sur la droite «Trégueux»
- Bâtiment AFM / La Hamonais sur la droite à 200 m

En venant de Brest

- Dépasser Saint-Brieuc et sa zone commerciale (Carrefour, Quick...)
- Prendre la 1^{ère} sortie «Le Perray»
- Au stop, à droite et continuer tout droit
- Au rond point, prendre la 2^{ème} sur la droite «Trégueux»
- Bâtiment AFM / La Hamonais sur la droite à 200 m



Association reconnue d'utilité publique
1, rue de l'Internationale - BP 59 - 91002 Evry cedex
Tél. : 01 69 47 28 28 - Fax : 01 60 77 12 16
Siège social : AFM - Institut de Myologie
47-83, boulevard de l'Hôpital 75651 Paris cedex 13
www.afm-france.org

Crédits photos © AFM

LA HAMONAIIS

Une maison familiale de **Vacances** en **Bretagne**

Adaptée pour les personnes atteintes
de maladies neuromusculaires



Pour des vacances en famille,
avec amis ou accompagnateurs.

Pour des groupes de personnes
concernées par une déficience motrice
en provenance d'établissements,
de préférence en dehors
des vacances scolaires

