

MTLH ry

Tuetut lomamat

Osallistu, virkisty ja vietä aikaa vertaisseurassa!

Lomia lapsiperheille, työikäisille ja
ikäntyneille eri kohderyhmät huomioiden

2021

HAE LOMAA!



MTLH

MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

- 600 lomaviikkoa
- 28 lomakohtetta
- 100 yhteistyöjärjestöä

LOMAVUOSI 2021

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry tarjoaa vuodelle 2021 satoja lomaviikkoja tuhansille suomalaisille ja Suomessa asuville. Tutustu tarjontaamme!

Virkistyminen, osallistuminen ja vertaisuuden kokeminen ovat osa hyvinvointiamme. Tuetuilla lomilla sinulla on mahdollisuus irtautua arjesta ja saada uusia kokemuksia. Lomatarjontamme on monipuolista. Se sisältää erilaisia teemalomia eri elämäntilanteissa oleville. Lomat ovat pääosin 5 vrk:n täysihoi-

tolomia ja niitä järjestetään eri puolilla Suomea, 28:ssa loma-kohteessa. Lomalla sinulla on mahdollisuus osallistua ohjelmiin ja erilaisiin aktiviteetteihin tai vain rentoutua.

Kaikilla pitäisi olla mahdollisuus ottaa lomaa arjesta.

Hyvää lomavuotta 2021!

Anne Ylönen, toiminnanjohtaja

OTA YHTEYTTÄ, KERROMME MIELELLÄMME LISÄÄ!

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry

Ruoholahdenkatu 8, 4. krs, 00180 Helsinki

p. 010 2193 460

www.mtlh.fi, lomat@mtlh.fi

Puhelinpalveluajamme on arkisin klo 9-13

Puhelun hinta 010-numeroihin (sis alv 24%)

Kiinteän verkon liittymästä

8,28 snt/puh + 5,95 snt/min

Matkaviestintäverkon liittymästä

8,28 snt/puh + 17,04 snt/min



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

Toimiston henkilökunta

Ahokas Kukka, viestinnän asiantuntija, yleisomat

p. 010 2193 469, 050 431 2601

Belov Johanna, järjestöassistentti

p. 010 2193 462, 050 374 3996

Kainulainen Maarit, taloussihteeri, yrittäjien lomat

p. 010 2193 468, 040 536 6058

Kalpa Mia, suunnittelija, erityisomat

p. 010 2193 464, 040 455 7067

Moilanen Liisa, lomas sihteeri, erityisomat

p. 010 2193 467, 050 406 4616

Otava Sirpa, tiedottaja, erityisomat

p. 010 2193 463, 040 567 0628

Suoperä Maarit, lomas sihteeri, yleisomat

p. 010 2193 460, 050 408 3898

Ylönen Anne, toiminnanjohtaja

p. 010 5045 758, 050 576 7388

Työntekijöiden sähköpostit: etunimi.sukunimi@mtlh.fi



SISÄLLYS

TIETOA TUETUISTA LOMISTA

Tuetun loman sisältö ja hinta	3
Loman hakeminen	3
Loman myöntäminen ja päätöksistä ilmoittaminen ..	3
Ostavastuun palautusehdot	3
Lomateemat ja kohderyhmät	4

LOMIA LAPSIPERHEILLE

Meidän perheen lomiat: kouluikäisten lasten perheille	5
Musulomat: alle kouluikäisten perheille	6
Yrittäjä- ja maatalousyrittäjäperheiden lomiat	6

LOMIA TYÖIKÄISILLE

Hyvinvointia työkäisille -lomiat	7
Yrittäjien ja maatalousyrittäjien lomiat	7

LOMIA IKÄÄNTYNEILLE

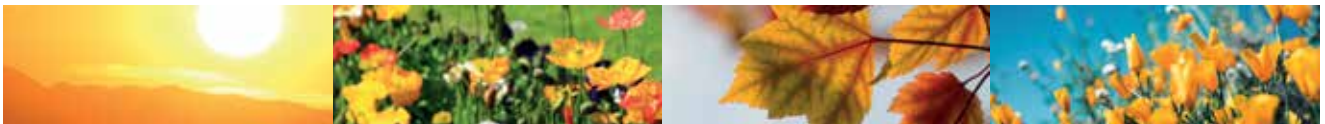
Työt takana -lomiat 63-74	8
Seniorilomat 75+	8
Maatalousyrittäjien lomiat	9
Lomiat Eläkeliiton kohderyhmälle	9

ERITYISLOMAT

Erityislomat ja avustaminen lomalla	10
---	----

Erityislomien teemat

• Voimaa vertaisuudesta -lomiat omatoimisille aikuisille ja lapsiperheille	11
• Voimaa vertaisuudesta -lomiat apua tarvitseville aikuisille	11
• Omaishoitajan ja Omaishoitajan ja hoidettavan lomiat	11
• Elämyksiä luonnosta -lomiat	11
Lomiat järjestöittäin	12



TIETOA TUETUISTA LOMISTA

TUETUN LOMAN SISÄLTÖ JA HINTA

- Loman omavastuuosuus aikuisilta ja 17 vuotta täyttäneiltä 100 €. Alle 17-vuotiaat lapset lomailevat maksutta.
- Loma sisältää majoituksen jaetuihin kahden hengen huoneissa tai perheeseen mukaisissa huoneissa/huoneistoissa, täysihoidon sekä ryhmäkohtaisen ohjelman.
- Matkakustannuksista lomakohteeseen vastaa lomalainen itse.

LOMAN HAKEMINEN

Tuettua lomaa voivat hakea eri-ikäiset Suomessa vakituisesti asuvat henkilöt.

- Lomaa haetaan lomahakemuksella: sähköinen hakemus www.mtlh.fi tai paperilomakkeella. Lomien hakuajat päättyvät 3 kk ennen loman alkamispäivää.
- Hakemus täytetään huolellisesti. Henkilötunnus ilmoitetaan täydellisenä kaikilta hakijoilta. Perhelomilla **päähakijana on aina perheen aikuinen**.
- Hakemuksessa voi ilmoittaa kolme erillistä lomatoivetta. Suurperheitä (yli 4 lasta) suosittelemme hakemaan erityisesti urheilupuistoissa järjestettäviä lomiamia.
- Hakemuksen perustelut ovat välttämättömät loman myöntämiseksi. Perusteluina ilmoitetaan ne taloudelliset, terveydelliset ja sosiaaliset syyt, joilla perustellaan loman tarvetta. Näitä voivat olla esim. velat, sairaudenhoitokulut, omat tai perheenjäsenten sairaudet, omaishoito, yksinäisyys, työttömyys.

- Puutteellisesti täytetty hakemusta ei voida käsitellä.

Hakijoiden henkilötietoja käsitellään henkilötietolain velvoittamalla tavalla (Tietosuojalaki 4§). Luvan henkilötietojen käsittelyyn hakija antaa lomahakemuksessaan.

LOMAN MYÖNTÄMINEN JA PÄÄTÖKSISTÄ ILMOITTAMINEN

- Lomat myönnetään taloudellisin, terveydellisin ja/tai sosiaalisin perustein
- Tuetun loman voi saada korkeintaan joka toinen vuosi.
- Järjestöjen jäsenyyttä ei huomioida perusteena lomaa myönnettäessä.
- Loman myöntämisestä ilmoitetaan ainoastaan loman saaneille
- Kutsu lomalle lähetetään noin kahta kuukautta ennen loman alkua joko postitse tai hakijan antamaan ja vahvistamaan sähköpostiosoitteeseen.

OMAVASTUUN PALAUTUSEHDOT:

- Omavastuuosuus palautetaan, jos loma perutaan viimeistään 4 viikkoa ennen loman alkamista. Sen jälkeen omavastuu palautetaan vain force major-syyn vuoksi (esim. sairaus).
- Lomansaajan tulee itse hakea omavastuun palautusta **otamalla yhteyttä MTLH:oon**. Omavastuun palautusta tulee hakea viimeistään 1 kk loman päättymisen jälkeen.

LOMATEEMAT JA KOHDERYHMÄT

Lomia lapsiperheille

Haettavana on lomiamme sekä kouluikäisten että alle kouluikäisten lasten perheille.

Lomien tavoitteena on antaa lapsiperheille tasa-arvoinen mahdollisuus lomailuun. Lomalla järjestettävällä ohjelmalla tuetaan perheyhteyttä ja perheiden yhdessä tekemistä. Lomalla voi viettää aikaa toisten lapsiperheiden kanssa.

Osa lapsiperheiden lomista on suunnattu yrittäjä- ja maatalousyrittäjäperheille.

Suurperheitä (yli 4 lasta) suosittelemme hakemaan erityisesti urheiluopistoissa järjestettäviä lomiamme.

Meidän perheen lomat

kouluikäisten lasten perheille.

Muksulomat

alle kouluikäisten lasten perheille.

Loman sisältö lapsiperheiden lomilla:

- Lastenohjelmaa ikäryhmittäin
 - Perheen yhteistä ohjelmaa
 - Ohjattuja keskusteluja vanhemmille
- Lastenhoito 1–3 v. lapsille (4 x 2 h loman aikana)

Lomia työkäisille

Hyvinvointia työkäisille

Lomien tavoitteena on lisätä lomalaisen voimavaroja, tarjota mahdollisuus vertaisseurassa toimimiseen ja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Osa työkäisten lomista järjestetään erikseen maatalous- ja muille yrittäjille.

Loman sisältö työkäisten lomilla:

- Luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja
- Kuntotesti ja testipalaute
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa

Lomia ikääntyneille

Ikääntyneille suunnattuja lomiamme järjestetään eri ikäryhmille. Lomien tavoitteena on mahdollistaa arjesta irtautuminen, sosiaalinen kanssakäyminen sekä lomalaisen virkistyminen.

Työt takana -lomat

60–74 vuotiaalle. (Ikärajat ovat ohjeellisia).

Seniorilomat

+75 vuotiaalle hakijoille. (Ikärajat ovat ohjeellisia).

Osa lomista järjestetään maatalousyrittäjille sekä Eläkeliiton kohderyhmille.

Loman sisältö ikääntyneiden lomilla:

- Luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja
- Kunto- tai toimivatesti ja testipalaute
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Yhteisillanvietto

LOMIA LAPSIPERHEILLE

MEIDÄN PERHEEN LOMAT: kouluikäisten lasten perheille

Hotelli Kivitippu

28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
18.07. – 23.07.2021
24.10. – 29.10.2021
26.12. – 31.12.2021

Hotelli Nuuksio

22.02. – 27.02.2021
01.03. – 06.03.2021
28.06. – 03.07.2021
05.07. – 10.07.2021
16.07. – 21.07.2021
19.07. – 24.07.2021
03.08. – 08.08.2021
18.10. – 23.10.2021

Härmän Kylpylä

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
01.04. – 06.04.2021
06.06. – 11.06.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
11.07. – 16.07.2021
18.07. – 23.07.2021
25.07. – 30.07.2021
30.07. – 04.08.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
27.12. – 01.01.2022
28.12. – 02.01.2022

Imatran Kylpylä

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
06.06. – 11.06.2021
13.06. – 18.06.2021
20.06. – 25.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
11.07. – 16.07.2021
18.07. – 23.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
31.03. – 05.04.2021
05.06. – 10.06.2021
19.06. – 24.06.2021
22.06. – 27.06.2021
27.06. – 02.07.2021
03.07. – 08.07.2021
11.07. – 16.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
26.12. – 31.12.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta

08.03. – 13.03.2021
14.06. – 19.06.2021
05.07. – 10.07.2021
19.07. – 24.07.2021
25.10. – 30.10.2021

Kylpylähotelli Peurunka

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
06.06. – 11.06.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021

Kylpylähotelli Rauhalampi

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
31.03. – 05.04.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
18.07. – 23.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
27.12. – 01.01.2022

Kyyhkylä Oy / Mikkeli

04.07. – 09.07.2021
25.07. – 30.07.2021

Liikuntakeskus Pajulahti

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
18.07. – 23.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
27.12. – 01.01.2022

Lohja Spa & Resort

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
11.07. – 16.07.2021
25.07. – 30.07.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021

Nuorisokeskus Piispala

28.02. – 05.03.2021
04.07. – 09.07.2021
18.07. – 23.07.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
27.12. – 01.01.2022

Rokua Health & Spa

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
03.04. – 08.04.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
11.07. – 16.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021

Spahotel Casino

28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
06.06. – 11.06.2021
13.06. – 18.06.2021
20.06. – 25.06.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021

01.04. – 06.04.2021
06.06. – 11.06.2021
13.06. – 18.06.2021
27.06. – 02.07.2021
04.07. – 09.07.2021
11.07. – 16.07.2021
18.07. – 23.07.2021
25.07. – 30.07.2021
01.08. – 06.08.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
27.12. – 01.01.2022

Tanhuvaaran Urheiluopisto

28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021
01.04. – 06.04.2021
04.07. – 09.07.2021
17.07. – 22.07.2021
25.07. – 30.07.2021
17.10. – 22.10.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021
26.12. – 31.12.2021

Urheiluopisto Kisakeskus

27.06. – 02.07.2021
26.07. – 31.07.2021
24.10. – 29.10.2021

MUKSULOMAT: Alle kouluikäisten lasten perheille

Härmän Kylpylä

14.02. – 19.02.2021
18.04. – 23.04.2021
08.08. – 13.08.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta

14.06. – 19.06.2021
12.07. – 17.07.2021

Nuorisokeskus Piispala

25.07. – 30.07.2021
17.10. – 22.10.2021

Spahotel Casino

06.06. – 11.06.2021
01.08. – 06.08.2021
03.10. – 08.10.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis

27.06. – 02.07.2021
18.07. – 23.07.2021
26.09. – 01.10.2021



Yrittäjä- ja maatalousyrittäjäperheiden lomat

MEIDÄN PERHEEN LOMAT

Härmän Kylpylä

28.02. – 05.03.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

01.08. – 06.08.2021
24.10. – 29.10.2021
21.12. – 26.12.2021

Kylpylähotelli Peurunka

21.02. – 26.02.2021
28.02. – 05.03.2021
07.03. – 12.03.2021

Kylpylähotelli Rauhalampi

17.10. – 22.10.2021

Rokua Health & Spa

16.02. – 21.02.2021

LOMIA TYÖIKÄISILLE

HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE

Härmän Kylpylä

21.02. – 26.02.2021
25.04. – 30.04.2021
04.07. – 09.07.2021
08.08. – 13.08.2021
29.08. – 03.09.2021
10.10. – 15.10.2021

Kruunupuisto Oy

15.03. – 20.03.2021
06.09. – 11.09.2021

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

29.08. – 03.09.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

14.02. – 19.02.2021
18.04. – 23.04.2021
08.08. – 13.08.2021
22.08. – 27.08.2021
12.09. – 17.09.2021
24.10. – 29.10.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta

15.03. – 20.03.2021
06.09. – 11.09.2021

Kylpylähotelli Peurunka

07.02. – 12.02.2021
25.04. – 30.04.2021
15.08. – 20.08.2021
26.09. – 01.10.2021
31.10. – 05.11.2021
28.11. – 03.12.2021

Nuorisokeskus Piispala

15.08. – 20.08.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis

25.04. – 30.04.2021
01.08. – 06.08.2021
24.10. – 29.10.2021

Yrittäjien ja maatalousyrittäjien lomat

HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE: Yrittäjinä toimivat ja heidän läheiset

Härmän Kylpylä

15.08. – 20.08.2021

Kruunupuisto

04.10. – 09.10.2021

Kylpylähotelli Peurunka

28.03. – 02.04.2021
21.11. – 26.11.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis

14.03. – 19.03.2021

HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE: Maatalousyrittäjinä toimivat ja heidän läheiset (MTK)

Härmän Kylpylä

07.02. – 12.02.2021

Kylpylähotelli Peurunka

Parisuhde-teema

07.01. – 22.01.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis

21.11. – 26.11.2021



LOMIA IKÄÄNTYNEILLE

TYÖT TAKANA -LOMA (noin 60-74-vuotiaille)

Härmän Kylpylä
07.11. – 12.11.2021

Imatran Kylpylä
07.03. – 12.03.2021
18.04. – 23.04.2021
09.05. – 14.05.2021
24.10. – 29.10.2021

Kruunupuisto Oy
22.02. – 27.02.2021
16.08. – 21.08.2021

Kuntoutuskeskus Kankaanpää
15.03. – 20.03.2021
01.11. – 06.11.2021

Kuortaneen Urheiluopisto
31.01. – 05.02.2021
21.03. – 26.03.2021
11.04. – 16.04.2021
16.05. – 21.05.2021
05.09. – 10.09.2021
24.10. – 29.10.2021
31.10. – 05.11.2021

Kylpylähotelli Kunnanpaikka
25.04. – 30.04.2021
17.10. – 22.10.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta
15.03. – 20.03.2021
09.08. – 14.08.2021
01.11. – 06.11.2021

Kylpylähotelli Peurunka
18.04. – 23.04.2021
22.08. – 27.08.2021
03.10. – 08.10.2021

Kyyhkylä Oy / Mikkeli
23.05. – 28.05.2021

Lehmirannan lomakeskus
08.03. – 13.03.2021
06.06. – 11.06.2021
16.08. – 21.08.2021

**Loma- ja kurssikeskus Koivu-
puisto**
02.05. – 07.05.2021

Nuorisokeskus Piispala
15.08. – 20.08.2021

Rokua Health & Spa
28.03. – 02.04.2021
22.08. – 27.08.2021
03.10. – 08.10.2021

Santa's Resort & Spa Hotel Sani
01.04. – 06.04.2021
10.10. – 15.10.2021

Spahotel Casino
15.08. – 20.08.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
25.04. – 30.04.2021

Suomen Latu Kiilopää
31.01. – 05.02.2021
23.08. – 28.08.2021
07.11. – 12.11.2021



SENIORILOMA (75+ vuotiaalle)

Härmän Kylpylä
14.03. – 19.03.2021
07.08. – 12.08.2021
07.11. – 12.11.2021
21.12. – 26.12.2021

Kruunupuisto
24.05. – 29.05.2021
09.08. – 14.08.2021
30.08. – 04.09.2021
27.09. – 02.10.2021

Kuntoutuskeskus Kankaanpää
26.04. – 01.05.2021
23.08. – 28.08.2021

Kuortaneen Urheiluopisto
21.03. – 26.03.2021
16.05. – 21.05.2021
15.08. – 20.08.2021
12.09. – 17.09.2021
03.10. – 08.10.2021
21.12. – 26.12.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta
08.03. – 13.03.2021
09.08. – 14.08.2021
13.09. – 18.09.2021

Kylpylähotelli Peurunka
25.04. – 30.04.2021
08.08. – 13.08.2021
12.09. – 17.09.2021
14.11. – 19.11.2021

Lehmirannan lomakeskus
22.02. – 27.02.2021
08.03. – 13.03.2021
21.03. – 26.03.2021
14.06. – 19.06.2021
16.08. – 21.08.2021
04.10. – 09.10.2021

Nuorisokeskus Piispala
25.04. – 30.04.2021
08.08. – 13.08.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis
25.04. – 30.04.2021
31.10. – 05.11.2021
21.12. – 26.12.2021

Maatalousyrittäjien lomat (MTK)

TYÖT TAKANA -LOMA

Lehmirannan lomakeskus
01.02. – 06.02.2021

Rokua Health & Spa
29.11. – 04.12.2021

Lomat Eläkeliiton kohderyhmälle

TYÖT TAKANA -LOMA

Eläkeliiton Etelä-Hämeen piiri
Lehmirannan lomakeskus
21.03. – 26.03.2021
Kuortaneen Urheiluopisto
03.10. – 08.10.2021

Eläkeliiton Etelä-Pohjanmaan piiri
Lehmirannan lomakeskus
01.02. – 06.02.2021
Härmän Kylpylä
11.04. – 16.04.2021
Rokua Health & Spa
19.09. – 24.09.2021

Eläkeliiton Etelä-Savon ja Karjalan piiri
Kylpylähotelli Peurunka
19.09. – 24.09.2021

Eläkeliiton Etelä-Savon piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
01.03. – 06.03.2021

Eläkeliiton Helsingin piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
12.04. – 16.04.2021

Eläkeliiton Itä-Savon piiri
Kruunupuisto
12.04. – 17.04.2021
Sport & Spa Hotel Vesileppis
05.09. – 10.09.2021

Eläkeliiton Kainuun piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
08.03. – 13.03.2021
Imatran Kylpylä
19.09. – 24.09.2021

Eläkeliiton Karjalan piiri
Lehmirannan lomakeskus
25.01. – 30.01.2021

Eläkeliiton Keski-Pohjanmaan piiri
Lehmirannan lomakeskus
22.02. – 27.02.2021
Kuortaneen Urheiluopisto
18.04. – 23.04.2021
Kylpylähotelli Peurunka
03.10. – 08.10.2021

Eläkeliiton Keski-Suomen piiri ry
Sport & Spa Hotel Vesileppis
05.04. – 10.04.2021
Lehmirannan lomakeskus
01.11. – 06.11.2021

Eläkeliiton Kymenlaakson piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
10.05. – 15.05.2021
Kruunupuisto
02.08. – 07.08.2021

Eläkeliiton Lapin piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
30.05. – 04.06.2021

Rokua Health & Spa
12.09. – 17.09.2021

Eläkeliiton Pirkanmaan piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
25.01. – 30.01.2021
Kuortaneen Urheiluopisto
25.04. – 30.04.2021

Eläkeliiton Pohjois-Karjalan piiri
Kyyhkylä Oy / Mikkeli
14.03. – 19.03.2021
Kylpylähotelli Kunnonpaikka
21.11. – 26.11.2021

Eläkeliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri ry
Rokua Health & Spa
07.03. – 12.03.2021
Lehmirannan lomakeskus
03.05. – 08.05.2021

Suomen Latu Kiilopää
26.09. – 01.10.2021

Eläkeliiton Pohjois-Savon piiri ry
Sport & Spa Hotel Vesileppis
25.01. – 30.01.2021
Lehmirannan lomakeskus
03.05. – 08.05.2021
Suomen Latu Kiilopää
29.08. – 03.09.2021

Eläkeliiton Päijät-Hämeen piiri
Lehmirannan lomakeskus
01.03. – 06.03.2021
Imatran Kylpylä
08.08. – 13.08.2021

Eläkeliiton Satakunnan piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
03.05. – 08.05.2021
Härmän Kylpylä
15.08. – 20.08.2021
Rokua Health & Spa
26.09. – 01.10.2021

Eläkeliiton Uudenmaan piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
30.05. – 04.06.2021
Sport & Spa Hotel Vesileppis
19.09. – 24.09.2021

Eläkeliiton Varsinais-Suomen piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
01.03. – 06.03.2021
Kuortaneen Urheiluopisto
10.10. – 15.10.2021

Eläkeliiton Ylä-Savon piiri
Lehmirannan lomakeskus
08.03. – 13.03.2021
Kylpylähotelli Peurunka
09.05. – 14.05.2021

ERITYISLOMAT

Erityislomilla lomailaan vertaisseurassa

Erityislomat on suunnattu kansanterveys-, potilas-, vammais- ja perhejärjestöjen kohderyhmille. Järjestöjen jäsenyyttä ei edellytetä. Kohderyhmään kuulumisesta tulee kertoa hakemuksessa.

Lomaa voivat hakea kyseiseen kohderyhmään kuuluvat puolison, perheenjäsenten sekä avustavan henkilön kanssa.

Vertaisryhmätoiminnan rooli lomalla on merkittävä. Lomilla voi jakaa kokemuksia ja saada voimavaroja arjen tueksi. Useimmilla lomilla on mukana vapaaehtoinen lomaohjaaja.

Erlaisia lomakohteita ja lomateemoja

Järjestämme lomia lomakohteissa eri puolilla Suomea: hotelleissa, kylpylöissä, urheiluopistoissa ja kuntoutuskeskuksissa.

Lomateemat eroavat toisistaan loman sisällön, lomakohteen esteettömyyden ja saatavilla olevan avustuksen osalta. Lomaohjelmaan osallistuminen on vapaaehtoista.

Avustaminen lomalla

Päivittäistä avustamista tarvitsevat hakeutuvat lomalle oman avustavan henkilön kanssa:

- Samassa taloudessa asuvat täyttävät yhteisen lomahakemuksen.
- Omainen tai ystävä:
Eri taloudessa asuva omainen tai ystävä täyttää oman lomahakemuksen perusteluineen. Lomakustannus: omavastuuosuus 20 €/vrk.
- Työsuhteessa oleva henkilökohtainen avustaja:
Avustajan tiedot lisätään avustettavan lomahakemukselle.
Henkilökohtaisen avustajan lomakulut (majoitus + ruoka) maksaa MTLH.
- Avustaja vastaa lomalaisen avustuksesta loman ajan.



Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille ja lapsiperheille

Loman tavoitteena on tarjota mahdollisuus arjesta irtiottoon ja vertaisseuraan. Virkistys, lepo ja vertaistuki lisäävät lomalaisen voimavaroja ja osallisuutta. Perhelomilla lapsilla ja vanhemmillä on mahdollisuus kii-reettömään yhdessäoloon ja mukavaan yhdessä te-kemiseen.

Lomilla ei tarjota avustuspalveluita – tarvittaessa oma avustaja tai tukihenkilö mukaan, ks. ”Avustus lomilla”. Perhelomilla päävastuu lapsista on vanhemmilla.

Loman sisältö aikuisten lomilla:

- Luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Yhteisillanvietto

Loman sisältö lapsiperheiden lomilla:

- Lastenohjelmaa ikäryhmittäin
- Perheen yhteistä ohjelmaa
- Ohjattuja keskusteluja vanhemmille
- Lastenhoito 1–3 v. lapsille (4 x 2 h loman aikana)

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Loman tavoitteena on lomalaisen osallisuuden ja voimavarojen lisääminen esteettömässä ja erityistarpeet huomioivassa ympäristössä. Lomalla voi viettää aikaa vertaisseurassa ja osallistua hyvinvointia tukevaan lomaohjelmaan oman toimintakyvyn ja jaksamisen mukaan.

Mikäli tarvitset henkilökohtaista apua päivittäisissä toimissa, hae lomaa oman avustavan henkilön kanssa, ks. ”Avustus lomilla”. Lomakohteesta on saatavilla yleisavustusta.

Loman sisältö aikuisten lomilla:

- Luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja
- Ohjattua soveltuvaa liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Yhteisillanvietto

Omaishoitajan sekä Omaishoitajan ja hoidettavan lomat

Loman tavoitteena on mahdollistaa omaishoitotilanteissa olevien virkistyminen, lepo ja vertaistuki. Loman jälkeen lomalainen on saanut voimavaroja arjen sekä hyvinvointinsa tueksi. Lomakohteessa on huomioitu esteettömyys ja lomalaisten toimintakyky. Haettavana on lomiam omaishoitajille sekä omaishoitajille ja hoidettaville yhdessä.

Lomalla omaishoitaja on päävastuussa hoidettavastaan. Lomakohteesta on saatavilla vähäistä yleisavustusta.

Loman sisältö omaishoitajan ja hoidettavan lomilla

- Luentoja ja ryhmäkeskusteluja
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Omaa ohjelmaa hoidettaville
- Hemmotteluhoito

Loman sisältö omaishoitajan lomilla

- Luentoja ja ryhmäkeskusteluja
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Hemmotteluhoito

Elämyksiä luonnosta -lomat

Loman tavoitteena on lisätä lomalaisen ja perheen voimavaroja ja osallisuutta tarjoamalla mahdollisuus luontoelämyksiin, virkistykseen ja vertaistukeen. Loma sisältää luontoaktiiviteetteja, sekä perhelomilla lastenohjelmaa ja lastenhoitoa 1–3-vuotiaalle lapsille (4 x 2 h loman aikana).

Lomilla ei tarjota avustuspalveluita - tarvittaessa oma avustaja tai tukihenkilö mukaan, ks. ”Avustus lomilla”. Perhelomilla päävastuu lapsista on vanhemmilla.



LOMAT JÄRJESTÖITTÄIN

ADHD-, Aivo- ja Autismiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Aikuisille, joilla neuropsykiatrista pulmaa

06.06. – 11.06.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa lapsella/lapsilla neuropsykiatrista pulmaa

21.02. – 26.02.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
18.06. – 23.06.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

ADHD-liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa ADHD-diagnosoitu lapsi/lapsia

21.02. – 26.02.2021 Vuokatin Urheiluopisto
04.07. – 09.07.2021 Spa Hotel Runni
18.10. – 23.10.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Adoptioperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa alaikäisiä adoptoituja lapsia

01.04. – 06.04.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto
03.07. – 08.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Aivoliitto ry

Elämyksiä Luonnosta -loma

AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

07.02. – 12.02.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

08.08. – 13.08.2021 Kyyhkylä Oy / Mikkeli
12.09. – 17.09.2021 KK-Verve/Lahti

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa lapsella kehityksellinen kielihäiriö

28.02. – 05.03.2021 Vuokatin Urheiluopisto
14.06. – 19.06.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

08.08. – 13.08.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää
14.11. – 19.11.2021 Suomen Latu Kiilopää

Aivolisäke-potilasyhdistys SELLA ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Aivolisäke-sairastuneet perheet ja aikuiset

18.07. – 23.07.2021 Nuorisokeskus Piispala

A-kiltojen liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Päihdeongelmaiset, päihdetoipujat ja läheiset

19.07. – 24.07.2021 Rokua Health & Spa

Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Allergioita, astmaa ja eri ihosairauksia sairastavat lapsiperheet ja aikuiset

27.06. – 02.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
11.07. – 16.07.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto
01.08. – 06.08.2021 Rokua Health & Spa

Erilaisten valoherkkyyksien ja valoihottumien kanssa elävät lapsiperheet ja aikuiset

24.10. – 29.10.2021 Spa Hotel Runni

Autismiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Autismikirjon perheet

01.03. – 06.03.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy
31.03. – 05.04.2021 Rokua Health & Spa
01.08. – 06.08.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Crohn ja Colitis ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa IBD:tä sairastava

04.07. – 09.07.2021 Hotelli Kivitippu

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

IBD:tä sairastavat aikuiset ja läheiset

21.04. – 26.04.2021 Lehmirannan lomakeskus

Epilepsialiitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa epilepsiaa sairastava lapsi tai aikuinen

22.02. – 27.02.2021 Rokua Health & Spa
01.03. – 06.03.2021 Vuokatin Urheiluopisto
12.07. – 17.07.2021 Kylpylähotelli Rauhalampi

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Epilepsiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

15.03. – 20.03.2021 Rokua Health & Spa
06.09. – 11.09.2021 Härmän Kylpylä

Familia ry

Meidän perheen loma

Kahden kulttuuriin perheet

20.06. – 25.06.2021 Liikuntakeskus Pajulahti

Finnilco ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa perheenjäsenellä on avanne, J-pussi tai vastaava tai anaali-inkontinssi

28.06. – 03.07.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Avanne- ja vastaavasti leikatut ja anaali-inkontinenssipotilaat

28.02. – 05.03.2021 Rokua Health & Spa

Hengitysliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Hengityssairaat ja läheiset

15.02. – 20.02.2021 Härmän Kylpylä
22.03. – 27.03.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto
12.04. – 17.04.2021 Lehmirannan lomakeskus
16.08. – 21.08.2021 Suomen Latu Kiilopää
06.09. – 11.09.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää
27.09. – 02.10.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
15.11. – 20.11.2021 Kylpylähotelli Peurunka

Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry sekä Surunauha ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Henkirikoksen tai itsemurhan kautta läheisen menettäneet aikuiset

26.09. – 01.10.2021 Kylpylähotelli Peurunka

Inkerikeskus

Meidän perheen loma

Inkeriläiset maahanmuuttajaperheet

27.06. – 02.07.2021 Liikuntakeskus Pajulahti

Työt takana -loma

Inkeriläiset maahanmuuttaja-aikuiset

21.04. – 26.04.2021 Lehmirannan lomakeskus

Invalidiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

14.03. – 19.03.2021 Härmän Kylpylä
09.05. – 14.05.2021 Rokua Health & Spa
06.09. – 11.09.2021 Kruunupuisto Oy
03.10. – 08.10.2021 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa fyysisesti vammainen aikuinen tai lapsi

04.07. – 09.07.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

22.03. – 27.03.2021 Suomen Latu Kiilopää
25.04. – 30.04.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
23.08. – 28.08.2021 Lehmirannan lomakeskus
01.11. – 06.11.2021 Kruunupuisto Oy

Kaatuneitten Omaisten Liitto ry

Senioriloma

Sotaorvot ja kaatuneitten omaiset ja läheiset

18.01. – 23.01.2021 Lehmirannan lomakeskus
18.04. – 23.04.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
20.09. – 25.09.2021 Kruunupuisto Oy

Karjalaseurojen Pohjanmaan piiri

Työt takana -loma

10.01. – 15.01.2021 Härmän Kylpylä

Karpatiat ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Sydänlihassairastuneiden perheet ja aikuiset

11.07. – 16.07.2021 Hotelli Kivitippu

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Kehitysvammaiset aikuiset

28.06. – 03.07.2021 Kylpylähotelli Rauhalahdi
19.07. – 24.07.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Kehitysvammaiset aikuiset

07.06. – 12.06.2021 Rokua Health & Spa
27.09. – 02.10.2021 Lehmirannan lomakeskus

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry/ Malike

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille **Vaikeasti vammaiset aikuiset ja läheiset**

04.02. – 07.02.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Vaikeasti vammaiset lapset perheineen

15.03. – 20.03.2021 Vuokatin Urheiluopisto
07.06. – 12.06.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Keliakialiitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa keliakiaa sairastava lapsi

21.02. – 26.02.2021 Nuorisokeskus Piispala
04.07. – 09.07.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto
24.10. – 29.10.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

MINILOMA (2+3 vrk)

Perheet, joissa keliakiaa sairastava lapsi

1. jakso 30.07. – 01.08.2021 Hotelli Kivitippu
2. jakso 01.10. – 04.10.2021 Hotelli Kivitippu

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Keliakiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

14.02. – 19.02.2021 Rokua Health & Spa
24.05. – 29.05.2021 Kruunupuisto Oy
27.09. – 02.10.2021 Lehmirannan lomakeskus
21.11. – 26.11.2021 Härmän Kylpylä

Kuuloliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa kuulovammainen lapsi tai aikuinen

25.07. – 30.07.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Huonokuuloiset aikuiset ja läheiset

22.08. – 27.08.2021 Santa's Resort & Spa Hotel Sani
29.08. – 03.09.2021 Suomen Latu Kiilopää
05.09. – 10.09.2021 Imatran Kylpylä
06.09. – 11.09.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy
26.09. – 01.10.2021 Kylpylähotelli Peurunka
27.09. – 02.10.2021 Lehmirannan lomakeskus

KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsensa menettäneet perheet

17.07. – 22.07.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille **MINILOMA (2+3 vrk)**

Lapsensa menettäneet isovanhemmat

1. jakso 02.04. – 04.04.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
2. jakso 16.09. – 19.09.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lahjasoluilla lapsia saaneet itselliset äidit ja pariskunnat

04.07. – 09.07.2021 Nuorisokeskus Piispala

Tahatonta lapsettomuutta kokeneet lapsiperheet

18.07. – 23.07.2021 Hotelli Kivitippu

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Tahatonta lapsettomuutta kokeneet itselliset tai pariskunnat, joilla ei ole lapsia

31.05. – 05.06.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Lihastautiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Lihastautia sairastavat aikuiset

14.06. – 19.06.2021 KK-Verve/Lahti
13.12. – 18.12.2021 Kruunupuisto Oy

Mielenterveyden Keskusliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa mielenterveyden häiriötä

11.07. – 16.07.2021 Nuorisokeskus Piispala

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Mielenterveyden häiriötä kokevat aikuiset

07.02. – 12.02.2021 Härmän Kylpylä
01.04. – 06.04.2021 Rokua Health & Spa
13.06. – 18.06.2021 Lehmirannan lomakeskus
29.08. – 03.09.2021 Imatran Kylpylä
10.10. – 15.10.2021 Kylpylähotelli Peurunka

MIELENTERVEYSOMAISTEN KESKUSLIITTO - FINFAMI RY

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa vanhemmalla tai lapsella mielenterveyden häiriötä

28.06. – 03.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
05.07. – 10.07.2021 Hotelli Kivitippu

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Omaisat, joiden läheisellä on mielenterveys- ja/tai päihde-ongelmia

15.08. – 20.08.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Savon mielenterveysomaiset FinFami ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Omaisat, joiden läheisellä on mielenterveysongelmia

14.11. – 19.11.2021 Imatran Kylpylä

Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

[Omaisille, joiden läheisellä on mielenterveysongelmia](#)

05.09. – 10.09.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

MUISTIYHDISTYSTEN LOMAT

Etelä-Pohjanmaan ja Vaasan Muistiyhdistys

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

11.04. – 16.04.2021 Härmän Kylpylä

03.10. – 08.10.2021 Härmän Kylpylä

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

14.03. – 19.03.2021 Kylpylähotelli Peurunka

22.08. – 27.08.2021 Kylpylähotelli Peurunka

12.12. – 17.12.2021 Kylpylähotelli Peurunka

Lapin Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

05.09. – 10.09.2021 Rokua Health & Spa

Mikkelin seudun Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

29.08. – 03.09.2021 Kyyhkylä Oy / Mikkel

Oulun Seudun Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

31.08. – 05.09.2021 Rokua Health & Spa

Pirkanmaan Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

18.04. – 23.04.2021 Härmän Kylpylä

Pohjois-Savon Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

14.03. – 19.03.2021 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

31.10. – 05.11.2021 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Suomenselän Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

15.08. – 20.08.2021 Rokua Health & Spa

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

[Muistisairautta sairastavat ja läheiset](#)

16.05. – 21.05.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Neuroliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

[Lapsiperheet, joissa MS-tautia sairastava henkilö](#)

28.02. – 05.03.2021

Kylpylähotelli Rauhalahdi

06.06. – 11.06.2021

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

[MS-sairastuneet ja läheiset](#)

13.06. – 18.06.2021

Lehmirannan lomakeskus

12.09. – 17.09.2021

Rokua Health & Spa

27.09. – 02.10.2021

Kruunupuisto Oy

Omaishoitajaliitto ry

Meidän perheen loma

[Lapsiperheet, joissa omaishoitotilanne](#)

13.06. – 18.06.2021

Imatran Kylpylä

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

01.03. – 06.03.2021

Kruunupuisto Oy

21.03. – 26.03.2021

Kylpylähotelli Kunnonpaikka

28.03. – 02.04.2021

Härmän Kylpylä

11.04. – 16.04.2021

KK-Verve/Lahti

16.05. – 21.05.2021

Rokua Health & Spa

06.06. – 11.06.2021

Lohja Spa & Resort

15.08. – 20.08.2021

Kyyhkylä Oy / Mikkel

29.08. – 03.09.2021

Kyyhkylä Oy / Mikkel

04.10. – 09.10.2021

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

10.10. – 15.10.2021

Rokua Health & Spa

07.11. – 12.11.2021

Kylpylähotelli Kunnonpaikka

14.11. – 19.11.2021

Rokua Health & Spa

12.12. – 17.12.2021

Kylpylähotelli Peurunka

Omaishoitajan loma

[Omaishoitajat](#)

14.03. – 19.03.2021

Kylpylähotelli Peurunka

04.10. – 09.10.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta

21.11. – 26.11.2021

Suomen Latu Kiilopää

[Omaishoitajat, joiden hoidettava on kuollut](#)

13.09. – 18.09.2021

Kruunupuisto Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

[Lapsiperheet, joissa omaishoitotilanne](#)

01.08. – 06.08.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

[Omaishoitajat, joiden hoidettava on kuollut](#)

18.04. – 23.04.2021

Hotelli Kivitippu

[Omaishoitajat, joiden hoidettava on siirtynyt kodin ulkopuoliseen hoitoon](#)

18.04. – 23.04.2021

Hotelli Kivitippu

[Omaishoitajat](#)

10.05. – 15.05.2021

Lehmirannan lomakeskus

[Työikäiset omaishoitajat](#)

02.08. – 07.08.2021

Kuntoutumiskeskus Apila Oy

OMAISHOITAJAYHDISTYSTEN LOMAT

Järviseudun ja kuusiokuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

19.09. – 24.09.2021 Härmän Kylpylä

Keski-Pohjanmaan omaishoitajat ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

23.05. – 28.05.2021 Härmän Kylpylä

Koillismaan Omaishoitajat ja Läheiset ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

13.06. – 18.06.2021 Rokua Health & Spa

Pohjois-Savon Omaishoitajat ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

28.02. – 05.03.2021 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Parisuhdekeskus Kataja ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Erityislasten perheet

05.07. – 10.07.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Parkinsonliitto ry

Elämyksiä Luonnosta -loma

Liikehäiriösairaat ja omaiset

01.08. – 06.08.2021 Kylpylähotelli Rauhalahi
11.10. – 16.10.2021 Kylpylähotelli Kuntoranta

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Liikehäiriösairaat ja omaiset

22.03. – 27.03.2021 Kruunupuisto Oy
29.08. – 03.09.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa liikehäiriösairastunut aikuinen

03.07. – 08.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Liikehäiriösairaat ja omaiset

07.02. – 12.02.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää
21.04. – 26.04.2021 Lehmiraanan lomakeskus
05.09. – 10.09.2021 Suomen Latu Kiilopää
14.11. – 19.11.2021 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Perhehoitoliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Sijaisperheet

07.03. – 12.03.2021 Nuorisokeskus Piispala
01.04. – 06.04.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
06.06. – 11.06.2021 Tanhuvaaran Urheiluopisto
04.07. – 09.07.2021 Kylpylähotelli Rauhalahi
17.10. – 22.10.2021 Rokua Health & Spa

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille MINILOMA (2+3 vrk)

Aikuisten perhehoitajat

1. jakso 06.08. – 08.08.2021 Härmän Kylpylä
2. jakso 18.11. – 21.11.2021 Härmän Kylpylä

Propo Suomen eturauhassyöpäyhdistys ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Eturauhassyöpöpotilaat ja läheiset

11.04. – 16.04.2021 Imatran Kylpylä
04.10. – 09.10.2021 Lehmiraanan lomakeskus

Psoriasisliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa psoriasista sairastava lapsi tai aikuinen

21.02. – 26.02.2021 Nuorisokeskus Piispala
27.06. – 02.07.2021 Kuntoutuskeskus Kankaanpää
25.07. – 30.07.2021 Hotelli Kivitippu

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Psoriasista sairastavat aikuiset ja läheiset

07.03. – 12.03.2021 Suomen Latu Kiilopää
19.09. – 24.09.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Rintasyöpäyhdistys Europa Donna Finland ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa vanhemmalla rintasyöpä

27.06. – 02.07.2021 Nuorisokeskus Piispala

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Rintasyöpää sairastavat ja läheiset

12.04. – 17.04.2021 Lehmiraanan lomakeskus

SámiSoster ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Saamelaiset lapsiperheet

07.03. – 12.03.2021 Rokua Health & Spa

Selkäliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Selkäoireiset aikuiset

21.03. – 26.03.2021

Imatran Kylpylä

19.09. – 24.09.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

Sosped Säätio

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Rahapeliongelmistä kärsivät ja läheiset

18.04. – 23.04.2021

Tanhuvaaran Urheiluopisto

01.11. – 06.11.2021

Lehmirannan lomakeskus

Suomen CP-liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

CP-vammaiset aikuiset ja läheiset

21.11. – 26.11.2021

KK-Verve/Lahti

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa CP-vammainen lapsi

07.06. – 12.06.2021

Kylpylähotelli Rauhalhti

Suomen Diabetesliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa lapsi sairastaa diabetesta

03.07. – 08.07.2021

Kuortaneen Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Diabetesta sairastavat aikuiset ja läheiset

30.05. – 04.06.2021

Lehmirannan lomakeskus

19.09. – 24.09.2021

Härmän Kylpylä

Suomen Ehlers-Danlos Yhdistys

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Ehlers-Danlosin oireyhtymää sairastavien perheet

12.07. – 17.07.2021

Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Suomen Kilpirauhasliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa jollain perheenjäsenellä on kilpirauhas-sairaus

27.06. – 02.07.2021

Nuorisokeskus Piispala

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Kilpirauhassairaat aikuiset ja läheiset

16.05. – 21.05.2021

Tanhuvaaran Urheiluopisto

25.07. – 30.07.2021

Rokua Health & Spa



Suomen Luustoliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Osteoporoosia sairastavat ja läheiset

03.10. – 08.10.2021 Härmän Kylpylä

Suomen Migreeniyhdistys ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa lapsi/nuori sairastaa migreeniä

01.08. – 06.08.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Suomen Monikkoperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa kaksoset, kolmoset tai neloset

28.02. – 05.03.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
27.06. – 02.07.2021 Nuorisokeskus Piispala
25.07. – 30.07.2021 Rokua Health & Spa

Yksinhuoltajaperheet, joissa kaksoset, kolmoset tai neloset

11.07. – 16.07.2021 Tanhuvan Urheiluopisto

Suomen Nivelyhdistys ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Nivelsairaat aikuiset ja läheiset

07.02. – 12.02.2021 Härmän Kylpylä
14.03. – 19.03.2021 Suomen Latu Kiilopää
02.05. – 07.05.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
06.06. – 11.06.2021 Lehmirannan lomakeskus
23.08. – 28.08.2021 Kruunupuisto Oy
19.09. – 24.09.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
07.11. – 12.11.2021 Santa's Resort & Spa Hotel Sani

Suomen nuoret lesket ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Leskivanhemmat ja lapset

03.07. – 08.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
19.07. – 24.07.2021 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Suomen Rauhanturvaajaliitto ry

Hyvinvointia työikäisille

Rauhanturvaajina toimineet ja läheiset

18.04. – 23.04.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Työt takana -loma

Rauhanturvaajina toimineet ja läheiset

04.10. – 09.10.2021 Lehmirannan lomakeskus

Suomen Reumaliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa tuki- ja liikuntaelin sairastunut

27.06. – 02.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Tuki- ja liikuntaelin sairastuneet aikuiset ja läheiset

10.03. – 15.03.2021 Härmän Kylpylä
21.03. – 26.03.2021 Lehmirannan lomakeskus
09.05. – 14.05.2021 Imatran Kylpylä
08.08. – 13.08.2021 Kylpylähotelli Peurunka
14.09. – 19.09.2021 Tanhuvan Urheiluopisto
11.10. – 16.10.2021 Rokua Health & Spa
03.11. – 08.11.2021 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Suomen Uusperheiden Liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Uusperheet

28.06. – 03.07.2021 Tanhuvan Urheiluopisto
28.06. – 03.07.2021 Kuortaneen Urheiluopisto
26.07. – 31.07.2021 Liikuntakeskus Pajulahti
26.07. – 31.07.2021 Tanhuvan Urheiluopisto
23.12. – 28.12.2021 Tanhuvan Urheiluopisto

Sydän ja keuhkosiirroksia - Syke ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja keuhkosiirron saaneet ja läheiset

09.05. – 14.05.2021 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Sydänlapset ja -aikuiset ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Synnyttäneet sydänvikaiset henkilöt perheineen

21.02. – 26.02.2021 Vuokatin Urheiluopisto

Sydänlapset- ja aikuiset ry, Karpatiat ry ja Sydän- ja keuhkosiirroksia SYKE ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Synnyttäneet sydänvikaiset, sydänlihassairastuneet sekä sydän ja/tai keuhkosiirränneen saaneet aikuiset ja läheiset

28.03. – 02.04.2021 Kylpylähotelli Peurunka



SYDÄNPIIRIEN LOMAT

Kaakkois-Suomen Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

12.04. – 17.04.2021	Kruunupuisto Oy
19.09. – 24.09.2021	Tanhuvaaran Urheiluopisto

Keski-Suomen Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

25.04. – 30.04.2021	Kuortaneen Urheiluopisto
05.09. – 10.09.2021	Tanhuvaaran Urheiluopisto

Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

29.03. – 03.04.2021	Kruunupuisto Oy
12.09. – 17.09.2021	Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

08.08. – 13.08.2021	Rokua Health & Spa
05.09. – 10.09.2021	Suomen Latu Kiilopää

Savon Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

14.06. – 19.06.2021	Kruunupuisto Oy
14.11. – 19.11.2021	Tanhuvaaran Urheiluopisto

Sylva ry

Voimaa vertaisuudesta -lommat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa syöpäsairas lapsi tai alle 18-vuotias nuori

25.07. – 30.07.2021	Hotelli Kivitippu
17.10. – 22.10.2021	Tanhuvaaran Urheiluopisto

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry

Meidän perheen loma

Yhden vanhemman lapsiperheet

13.06. – 18.06.2021	Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
27.06. – 02.07.2021	Lohja Spa & Resort
12.07. – 17.07.2021	Hotelli Nuuksio
01.08. – 06.08.2021	Nuorisokeskus Piispala
22.12. – 27.12.2021	Nuorisokeskus Piispala
22.12. – 27.12.2021	Urheiluopisto Kisakeskus

1. Hotelli Nuuksio, Espoo
www.hotellinuuksio.fi
2. Härmän Kylpylä, Ylihärmä
www.harmankylpyla.fi
3. Imatran Kylpylä, Imatra
www.imatrankylpyla.fi
4. Kivitippu SPA, Lappajärvi
www.kivitippu.fi
5. KK-Verve/Lahti, Lahti
www.verve.fi/toimipaikat/verve-lahti.html
6. Kruunupuisto Oy, Punkaharju
www.kruunupuisto.fi
7. Kuntoutumiskeskus Apila, Kangasala
www.kuntoutumiskeskusapila.fi
8. Kuntoutuskeskus Kankaanpää, Kankaanpää
www.kuntke.fi
9. Kuortaneen Urheiluopisto, Kuortane
www.kuortane.com
10. Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Siilinjärvi
www.kunnonpaikka.com
11. Kylpylähotelli Kuntoranta, Varkaus
www.kuntoranta.fi
12. Kylpylähotelli Peurunka, Laukaa
www.peurunka.fi
13. Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio
www.rauhalampi.fi
14. Kyyhkylä/ Mikkeli, Mikkeli
www.kyyhkyla.fi
15. Lehmirannan lomakeskus, Salo
www.lehmiranta.fi
16. Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
www.pajulahti.com
17. Lohjan Spa & Resort, Karjalohja
www.lohjaspa.fi
18. Loma- ja kurssikeskus Koivupuisto, Ylöjärvi
www.koivupuisto.com
19. Nuorisokeskus Piispala, Kannonkoski
www.piispala.fi
20. Rokua Health & Spa, Rokua
www.rokua.com
21. Santa's Resort & Spa Hotel Sani, Kalajoki
www.santashotels.fi
22. Spa Hotel Runni, Runni
www.runni.fi
23. Spahotel Casino.Savonlinna
www.spahotelcasino.fi
24. Sport & Spa Hotel Vesileppis, Leppävirta
www.vesileppis.fi
25. Suomen Latu Kiilopää, Saariselkä
www.kiilopaa.fi
26. Tanhuvaaran Urheiluopisto, Savonlinna
www.tanhuvaara.fi
27. Urheiluopisto Kisakeskus, Pohjankuru
www.kisakeskus.fi
28. Vuokatin Urheiluopisto, Vuokatti
www.vuokattisport.fi

