

TUETTUJA LOMIA AIKUISILLE

Tuetut lomat tarjoavat virkistystä, täysihoidon aterioineen, majoituksen ja lomaohjelmaa viiden vuorokauden ajan. Lomalta voi saada lisää energiaa arkeen ja kipinää itsestä huolehtimiseen.

LOMAN HINTA

Lomasta maksetaan omavastuuosuus (125€ / 17-vuotta täyttänyt lomalainen) sekä matkakulut lomakohteeseen.

LOMAOHJELMA

Loma tarjoaa mahdollisuuden kokeilla uutta porukalla! Lomaohjelma sisältää ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa, luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja, kuntotestin ja testipalautteen. Lomaohjelmaan osallistuminen on vapaaehtoista.

LOMAN HAKEMINEN

Lomaa haetaan www.mtlh.fi viimeistään 3 kuukautta ennen loman alkua.

KENELLE?

Järjestämme lomia pienituloisille ihmisille. Kohderyhmiä ovat esimerkiksi erilaisiin sairausryhmiin kuuluvat aikuiset ja pienyrittäjät. Järjestämme lomia myös lapsiperheille.



Tutustu lomavalikoimaan ja lomakohteisiin!

www.mtlh.fi

ASIAKASPALVELU
010 2193 460 (ark. klo 9–13)
lomat@mtlh.fi

TUETTUJA LOMIA AIKUISILLE

TYÖIKÄISTEN LOMAT- ALLE 60- VUOTIALLE AIKUISILLE

Työikäisten lomat ovat suunnattu alle 60-vuotiaalle aikuisille. Järjestämme vuosittain noin 10 lomaa työikäisille.

YRITTÄJIEN LOMAT

Yrittäjien lomilla lomalaisia yhdistää pienyrittäjäyys. Järjestämme lomiamme myös maatalousyrittäjille. Tarjoamme vuosittain noin 20 yrittäjälomaa.

VERTAISLOMAT AIKUISILLE

Vertaislomilla lomalaisia yhdistää esimerkiksi sama sairaus, vamma tai muu elämäntilanne. Järjestämme vertaislomat yhteistyössä sosiaali- ja terveysjärjestöjen kanssa. Lomahakijan ei tarvitse olla järjestön jäsen hakeakseen lomaa, mutta hänen tulee kuulua loman kohderyhmään. Järjestämme vuosittain noin 200 vertaislomaa aikuisille.

MUU LOMAAVALIKOIMA

Perheelliset aikuiset voivat hakea yhdessä perheen kanssa lapsiperheiden tuetuille lomille, joita järjestämme vuosittain noin 250. Yli 60-vuotiaat aikuiset voivat hakea senioreiden tuettuja lomiamme. Tarjoamme noin 120 seniorilomaa vuosittain.

LOMAKOHTEET

- Hotelli Nuuksio, Espoo
- Härmän kylpylä, Ylihärmä
- Imatran kylpylä, Imatra
- Kruunupuisto, Punkaharju
- Ikifit Oy Kuntoutuskeskus Apila, Kangasala
- Kuntoutuskeskus Kankaanpää, Kankaanpää
- Kuortaneen urheiluopisto, Kuortane
- Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Siilinjärvi
- Kylpylähotelli Peurunka, Laukaa
- Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio
- Kyyhkylä, Mikkeli
- Lehmirannan lomakeskus, Salo
- Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
- Lohja Spa & Resort, Karjalohja
- Nuorisokeskus Piispala, Kannonkoski
- Rokua Helath & Spa, Rokua
- Spa Hotel Casino, Savonlinna
- Sport & Spa Hotel Vesileppä, Leppävirta
- Tanhuvaaran Urheiluopisto, Savonlinna
- Urheiluopisto Kisakeskus, Pohjankuru
- Vuokatin Urheiluopisto, Vuokatti
- Yyterin Kylpylähotelli, Pori