

MTLH ry

Tuetut lomamat

Osallistu, virkisty ja vietä aikaa vertaisseurassa!

2020

Lomia lapsiperheille, työkäisille ja ikääntyneille eri kohderyhmät huomioiden

- **600 lomaviikkoa**
- **30 lomakohdetta**
- **100 yhteistyöjärjestöä**

HAE LOMAA!



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY



LOMAVUOSI 2020

Maaseudun Terveys- ja Lomahuollon lomakalenteri 2020 sisältää jälleen satoja lomaviikkoja tuhansille suomalaisille ja Suomessa asuville. Järjestämme lomia kaikille niille, joilla ei muulla tavoin ole mahdollisuutta nauttia lomasta. Tervetuloa tutustumaan tarjontaamme!

Virkistyminen, arjesta irtautuminen ja arvostuksen kokeminen ovat osa jokaisen hyvinvointia. Tarjoamme monipuolisesti lomia eri elämäntilanteissa oleville työikäisille, perheille, ikääntyneille ja eri sairaus- tai vammaisryhmiin kuuluville. Tuetut lomat antavat mahdollisuuden hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja vertaistukeen.

Lomia järjestetään eri puolilla Suomea, 30:ssa lomakohteessa. Lomatarjontamme on monipuolista; on erilaisia teemalomia ja erilaisia lomakohteita. Lomat ovat pääosin viiden vuorokauden täysihoitolomia. Lomalla on mahdollisuus osallistua erilaisiin ohjelmiin ja aktiviteetteihin tai vain rentoutua.

Kaikilla pitäisi olla mahdollisuus ottaa lomaa arjesta.

Hyvää lomavuotta 2020!

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-numeroin (sis alv 24%)

Kiinteän verkon liittymästä

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

Matkaviestintaverkon liittymästä

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



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

Toimiston henkilökunta

Kainulainen Maarit, taloussihteeri, yrittäjien lomat

p. 010 2193 468, 040 536 6058

Kalpa Mia, suunnittelija, erityislomat

p. 010 2193 464, 040 455 7067

Lindell Leena, lomas sihteeri, lomat lapsiperheille, työikäisille ja ikääntyneille

p. 010 2193 460, 050 408 3898

Lomasihteeri, lomat lapsiperheille, työikäisille ja ikääntyneille

p. 010 2193 469, 050 431 2601

Moilanen Liisa, lomas sihteeri, erityislomat

p. 010 2193 467, 050 406 4616

Otava Sirpa, tiedottaja, erityislomat

p. 010 2193 463, 040 567 0628

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 lomat: kouluikäisten lasten perheille.....	5
Muksulomat: alle kouluikäisten perheille	6
Yrittäjä- ja maatalousyrittäjäperheiden lomat	6

LOMIA TYÖIKÄISILLE

Hyvinvointia työkäisille -lomat	7
Yrittäjien ja maatalousyrittäjien lomat.....	7

LOMIA IKÄÄNTYNEILLE

Työt takana -lomat 63-74.....	8
Seniorilomat 75+	8
Maatalousyrittäjien lomat	9
Lomat Eläkeliiton kohderyhmälle	9

ERITYISLOMAT

Erityislomat ja avustaminen lomalla	10
Erityislomien teemat	
• Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille ja lapsiperheille	11
• Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille.....	11
• Omaishoitajan ja Omaishoitajan ja hoidettavan lomat.....	11
• Elämyksiä luonnosta -lomat	11
Lomat järjestöittäin	12

TIETOA TUETUISTA LOMISTA

TUETUN LOMAN SISÄLTÖ JA HINTA

- Loman omavastuuosuus aikuisilta ja 17 vuotta täyttäneiltä 100 €. Alle 17-vuotiaat lapset lomailevat maksutta.
- Matkakustannuksista lomakohteeseen vastaa lomalainen itse.
- Loma sisältää majoituksen, täysihoidon sekä ryhmäkohtaisen lomaohjelman.

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 urheiluopistoissa järjestettäviä lomia.
- 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 täytettyä 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 **ottamalla yhteyttä MTLH:oon**. Omavastuun palautusta tulee hakea viimeistään 1 kk loman päättymisen jälkeen.

LOMATEEMAT JA KOHDERYHMÄT

Lomia lapsiperheille

Haettavana on lomiamia 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.

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 työikäisille

Hyvinvointia työikäisille

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

Loman sisältö työikäisten lomilla:

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

Lomia ikääntyneille

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

Työt takana -lomat

60-74 vuotiaille.

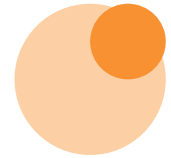
Seniorilomat

+75 vuotiaille hakijoille. (Ikäraajat 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



MEIDÄN PERHEEN LOMAT: kouluikäisten lasten perheille

Hotelli Nuuksio

24.02. – 29.02.2020
29.06. – 04.07.2020
20.07. – 25.07.2020
27.07. – 01.08.2020
12.10. – 17.10.2020

Härmän Kylpylä

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
01.03. – 06.03.2020
07.06. – 12.06.2020
21.06. – 26.06.2020
28.06. – 03.07.2020
05.07. – 10.07.2020
12.07. – 17.07.2020
19.07. – 24.07.2020
26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020
22.12. – 27.12.2020
27.12.2020 – 01.01.2021

Imatran Kylpylä

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
01.03. – 06.03.2020
07.06. – 12.06.2020
15.06. – 20.06.2020
28.06. – 03.07.2020
05.07. – 10.07.2020
12.07. – 17.07.2020
19.07. – 24.07.2020
11.10. – 16.10.2020

Kivitippu SPA

01.03. – 06.03.2020
14.06. – 19.06.2020
05.07. – 10.07.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

17.02. – 22.02.2020

Kuortaneen Urheiluopisto

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
07.06. – 12.06.2020
21.06. – 26.06.2020
05.07. – 10.07.2020
12.07. – 17.07.2020
02.08. – 07.08.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020
21.12. – 26.12.2020
27.12. – 01.01.2021

Kylpylähotelli Kuntoranta

17.02. – 22.02.2020
02.03. – 07.03.2020
08.06. – 13.06.2020
06.07. – 11.07.2020
20.07. – 25.07.2020
27.07. – 01.08.2020
12.10. – 17.10.2020

Kylpylähotelli Peurunka

17.02. – 22.02.2020
24.02. – 29.02.2020
02.03. – 07.03.2020
08.06. – 13.06.2020
22.06. – 27.06.2020
29.06. – 04.07.2020
20.07. – 25.07.2020
27.07. – 01.08.2020
12.10. – 17.10.2020
19.10. – 24.10.2020

Kylpylähotelli Rauhalampi

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
01.03. – 06.03.2020
08.04. – 13.04.2020
18.06. – 23.06.2020
28.06. – 03.07.2020
05.07. – 10.07.2020
19.07. – 24.07.2020
26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020
21.12. – 26.12.2020
27.12.2020 – 01.01.2021

Kylpylähotelli Summassaari

23.02. – 28.02.2020
07.06. – 12.06.2020
21.06. – 26.06.2020
12.07. – 17.07.2020
19.07. – 24.07.2020
26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020
21.12. – 26.12.2020

Kyyhkylä Oy / Mikkeli

07.06. – 12.06.2020
19.07. – 24.07.2020

Liikuntakeskus Pajulahti

16.02. – 21.02.2020
01.03. – 06.03.2020
22.06. – 27.06.2020
05.07. – 10.07.2020
26.07. – 31.07.2020

11.10. – 16.10.2020

18.10. – 23.10.2020

Lohjan Spa & Resort

22.06. – 27.06.2020
13.07. – 18.07.2020
19.10. – 24.10.2020

Nuorisokeskus Piispala

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
21.06. – 26.06.2020
28.06. – 03.07.2020
19.07. – 24.07.2020
26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
27.12.2020 – 01.01.2021

Rokua Health & Spa

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
07.06. – 12.06.2020
05.07. – 10.07.2020
26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020

Scandic Ikaalisten Kylpylä

17.02. – 22.02.2020
24.02. – 29.02.2020
02.03. – 07.03.2020
15.06. – 20.06.2020
22.06. – 27.06.2020
29.06. – 04.07.2020
06.07. – 11.07.2020
13.07. – 18.07.2020
20.07. – 25.07.2020
27.07. – 01.08.2020
12.10. – 17.10.2020
19.10. – 24.10.2020

Spahotel Casino

23.02. – 28.02.2020
01.03. – 06.03.2020
07.06. – 12.06.2020
21.06. – 26.06.2020
18.10. – 23.10.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

16.02. – 21.02.2020
23.02. – 28.02.2020
01.03. – 06.03.2020
08.04. – 13.04.2020
13.06. – 18.06.2020
28.06. – 03.07.2020
05.07. – 10.07.2020
12.07. – 17.07.2020



26.07. – 31.07.2020
11.10. – 16.10.2020
18.10. – 23.10.2020
21.12. – 26.12.2020
27.12.2020 – 01.01.2021

Tanhuvaaran Urheiluopisto
08.04. – 13.04.2020
07.06. – 12.06.2020
28.06. – 03.07.2020
12.07. – 17.07.2020
26.07. – 31.07.2020
21.12. – 26.12.2020

Urheiluopisto Kisakeskus
22.06. – 27.06.2020
28.06. – 03.07.2020
26.07. – 31.07.2020
18.10. – 23.10.2020

MUKSULOMAT: Alle kouluikäisten lasten perheille

Härmän Kylpylä

02.02. – 07.02.2020
05.04. – 10.04.2020
09.08. – 14.08.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta

22.06. – 27.06.2020
27.07. – 01.08.2020

Nuorisokeskus Piispala

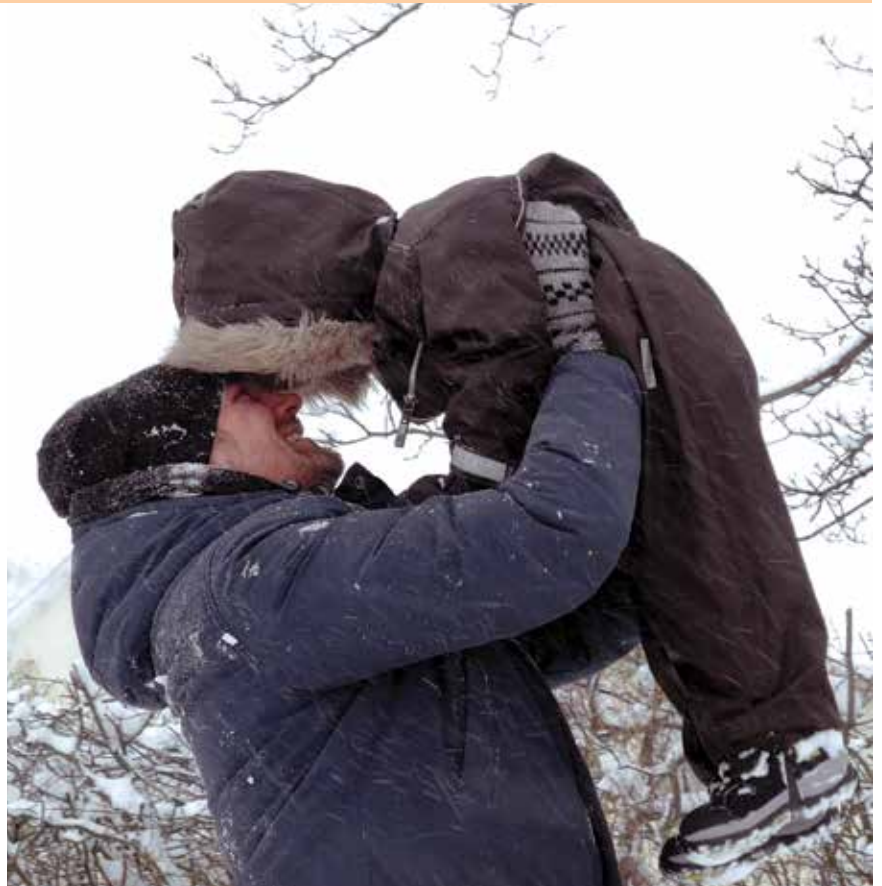
26.07. – 31.07.2020
04.10. – 09.10.2020

Spahotel Casino

07.06. – 12.06.2020
02.08. – 07.08.2020
01.11. – 06.11.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

07.06. – 12.06.2020
19.07. – 24.07.2020
27.09. – 02.10.2020



Yrittäjä- ja maatalousyrittäjäperheiden lomat

MEIDÄN PERHEEN LOMAT

Härmän Kylpylä

23.02. – 28.02.2020

Kuortaneen Urheiluopisto

27.06. – 02.07.2020
19.07. – 24.07.2020
18.10. – 23.10.2020

Kylpylähotelli Peurunka

17.02. – 22.02.2020
02.03. – 07.03.2020
24.02. – 29.02.2020

Kylpylähotelli Rauhalampi

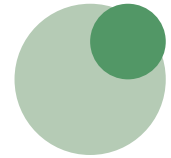
18.10. – 23.10.2020

Rokua Health & Spa

16.02. – 21.02.2020

Scandic Ikaalisten Kylpylä

02.03. – 07.03.2020
12.10. – 17.10.2020



HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE

Härmän Kylpylä

22.03. – 27.03.2020
17.05. – 22.05.2020
05.07. – 10.07.2020
09.08. – 14.08.2020
30.08. – 04.09.2020
20.09. – 25.09.2020
08.11. – 13.11.2020

Kruunupuisto Oy

16.03. – 21.03.2020
22.06. – 27.06.2020
14.09. – 19.09.2020
02.11. – 07.11.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

31.08. – 05.09.2020

Kuortaneen Urheiluopisto

16.02. – 21.02.2020
19.04. – 24.04.2020
12.07. – 17.07.2020
23.08. – 28.08.2020
13.09. – 18.09.2020
25.10. – 30.10.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta

09.03. – 14.03.2020
17.08. – 22.08.2020
14.09. – 19.09.2020
09.11. – 14.11.2020

Kylpylähotelli Peurunka

09.02. – 14.02.2020
26.04. – 01.05.2020
16.08. – 21.08.2020
27.09. – 02.10.2020
25.10. – 30.10.2020

Nuorisokeskus Piispala

30.08. – 04.09.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

26.04. – 01.05.2020
02.08. – 07.08.2020
25.10. – 30.10.2020

Yrittäjien ja maatalousyrittäjien lomat

HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE: Yrittäjinä toimivat ja heidän läheiset

Härmän Kylpylä

16.08. – 21.08.2020

Kruunupuisto Oy

05.10. – 10.10.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

15.03. – 20.03.2020

Kylpylähotelli Peurunka

29.03. – 03.04.2020
22.11. – 27.11.2020

HYVINVOINTIA TYÖIKÄISILLE: Maatalousyrittäjinä toimivat ja heidän läheiset (MTK)

Härmän Kylpylä

09.02. – 14.02.2020

Kruunupuisto Oy

Parisuhde-teema, maatalousyrittäjä-
pariskunnat

27.01. – 01.02.2020

Kylpylähotelli Peurunka

Miniloma (2+3 vrk), Maatalousyrittäjinä
toimivat nuoret aikuiset

1. jakso

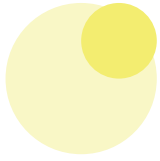
16.03. – 18.03.2020

2. jakso

05.11. – 08.11.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

22.11. – 27.11.2020



LOMIA IKÄÄNTYNEILLE

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

Härmän Kylpylä

15.03. – 20.03.2020
20.09. – 25.09.2020
08.11. – 13.11.2020

Imatran Kylpylä

08.03. – 13.03.2020
19.04. – 24.04.2020
10.05. – 15.05.2020
25.10. – 30.10.2020

KK-Verve / Lahti

29.03. – 03.04.2020

Kruunupuisto Oy

02.03. – 07.03.2020
17.08. – 22.08.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

16.03. – 21.03.2020
02.11. – 07.11.2020

Kuortaneen Urheiluopisto

02.02. – 07.02.2020
29.03. – 03.04.2020
26.04. – 01.05.2020
17.05. – 22.05.2020
06.09. – 11.09.2020
25.10. – 30.10.2020
01.11. – 06.11.2020

Kylpylähotelli Kunnanpaikka

26.04. – 01.05.2020
18.10. – 23.10.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta

16.03. – 21.03.2020
10.08. – 15.08.2020
02.11. – 07.11.2020

Kylpylähotelli Peurunka

19.04. – 24.04.2020
16.08. – 21.08.2020
04.10. – 09.10.2020

Kylpylähotelli Summassaari

27.09. – 02.10.2020

Kyyhkylä Oy / Mikkeli

24.05. – 29.05.2020

Lehmirannan lomakeskus

09.03. – 14.03.2020
08.06. – 13.06.2020
10.08. – 15.08.2020

Loma- ja kurssikeskus Koivupuisto

03.05. – 08.05.2020

Nuorisokeskus Piispala

20.09. – 25.09.2020

Rokua Health & Spa

29.03. – 03.04.2020
23.08. – 28.08.2020
04.10. – 09.10.2020

Santa's Resort & Spa Hotel Sani

08.04. – 13.04.2020
11.10. – 16.10.2020

Spahotel Casino

16.08. – 21.08.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

26.04. – 01.05.2020

Suomen Latu Kiilopää

26.01. – 31.01.2020
23.08. – 28.08.2020
08.11. – 13.11.2020



SENIORILOMA (75+ vuotiaille)

Härmän Kylpylä

15.03. – 20.03.2020
09.08. – 14.08.2020
20.09. – 25.09.2020
08.11. – 13.11.2020
21.12. – 26.12.2020

Kruunupuisto Oy

09.03. – 14.03.2020
25.05. – 30.05.2020
24.08. – 29.08.2020
28.09. – 03.10.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

27.04. – 02.05.2020
24.08. – 29.08.2020

Kuortaneen Urheiluopisto

29.03. – 03.04.2020

24.05. – 29.05.2020

13.09. – 18.09.2020

04.10. – 09.10.2020

21.12. – 26.12.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta

09.03. – 14.03.2020
10.08. – 15.08.2020
14.09. – 19.09.2020

Kylpylähotelli Peurunka

26.04. – 01.05.2020
16.08. – 21.08.2020
20.09. – 25.09.2020
15.11. – 20.11.2020

Kylpylähotelli Summassaari

04.05. – 09.05.2020
31.08. – 05.09.2020

Lehmirannan lomakeskus

24.02. – 29.02.2020
09.03. – 14.03.2020
04.04. – 09.04.2020
22.06. – 27.06.2020
17.08. – 22.08.2020
05.10. – 10.10.2020

Nuorisokeskus Piispala

27.04. – 02.05.2020
09.08. – 14.08.2020

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

27.04. – 02.05.2020
01.11. – 06.11.2020
21.12. – 26.12.2020

Maatalousyrittäjien lomat (MTK)

TYÖT TAKANA -LOMA

Lehmirannan lomakeskus
10.02. – 15.02.2020

Rokua Health & Spa
06.12. – 11.12.2020

Lomat Eläkeliiton kohderyhmälle

TYÖT TAKANA -LOMA • SENIORILOMA*

Eläkeliiton etelä-hämeen piiri

Lehmirannan lomakeskus
30.03. – 04.04.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää
17.08. – 22.08.2020

Eläkeliiton Etelä-Pohjanmaan piiri

Lehmirannan lomakeskus
24.02. – 29.02.2020

Kuortaneen Urheiluopisto
19.04. – 24.04.2020

Härmän Kylpylä
11.10. – 16.10.2020

Eläkeliiton Etelä-Savon piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
16.03. – 21.03.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta
05.10. – 10.10.2020

Eläkeliiton Helsingin piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
04.04. – 09.04.2020

Eläkeliiton Itä-Savon piiri

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
26.04. – 01.05.2020

Lehmirannan lomakeskus
26.10. – 31.10.2020

Eläkeliiton Kainuun piiri ry

Kylpylähotelli Kunnonpaikka
22.03. – 27.03.2020

Lehmirannan lomakeskus
09.11. – 14.11.2020

Eläkeliiton Karjalan piiri

Lehmirannan lomakeskus
10.02. – 15.02.2020

Eläkeliiton Keski-Pohjanmaan piiri

Lehmirannan lomakeskus
24.02. – 29.02.2020

Kuortaneen Urheiluopisto
25.10. – 30.10.2020

Eläkeliiton Keski-Suomen piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
31.05. – 05.06.2020

Suomen Latu Kiilopää
01.11. – 06.11.2020

Eläkeliiton Kymenlaakson piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
27.01. – 01.02.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta
10.08. – 15.08.2020

Eläkeliiton Lapin piiri ry

Härmän Kylpylä
23.02. – 28.02.2020

Rokua Health & Spa
03.05. – 08.05.2020

Santa's Resort & Spa Hotel Sani
25.10. – 30.10.2020

Eläkeliiton Pirkanmaan piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
22.04. – 27.04.2020

Härmän Kylpylä
18.10. – 23.10.2020

Eläkeliiton Pohjois-Karjalan piiri

SENIORILOMA:*
Kruunupuisto Oy
03.02. – 08.02.2020

TYÖT TAKANA -LOMA:
Kylpylähotelli Kunnonpaikka
01.11. – 06.11.2020

Eläkeliiton Pohjois-Pohjanmaan

piiri ry
Lehmirannan lomakeskus
16.03. – 21.03.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta

10.08. – 15.08.2020

Suomen Latu Kiilopää
15.11. – 20.11.2020

Eläkeliiton Pohjois-Savon piiri ry

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
26.01. – 31.01.2020

Lehmirannan lomakeskus
26.10. – 31.10.2020

Eläkeliiton Päijät-Hämeen piiri

Lehmirannan lomakeskus
25.05. – 30.05.2020

Kuortaneen Urheiluopisto
01.11. – 06.11.2020

Eläkeliiton Satakunnan piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
14.04. – 19.04.2020

Kuntoutuskeskus Kankaanpää
17.08. – 22.08.2020

Rokua Health & Spa
27.09. – 02.10.2020

Eläkeliiton Uudenmaan piiri ry

Lehmirannan lomakeskus
09.03. – 14.03.2020

Härmän Kylpylä
25.10. – 30.10.2020

Eläkeliiton Varsinais-

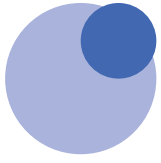
Suomen piiri ry
Imatran Kylpylä
15.03. – 20.03.2020

Lehmirannan lomakeskus
26.10. – 31.10.2020

Eläkeliiton Ylä-Savon piiri

Rokua Health & Spa
15.03. – 20.03.2020

Kylpylähotelli Kuntoranta
16.03. – 21.03.2020



ERITYISLOMAT

Erityislomilla lomaillaan 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 lomiam 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:

- Omainen tai ystävä:
Eri taloudessa asuva omainen tai ystävä täyttää oman lomahakemuksen perusteluineen. Lomakustannus: omavastuuosuus 20 €/vrk.
- Kunnan myöntämä 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 lomiammaishoitajille 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
 - Oma 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 luontoaktiviteetteja, sekä perhelomilla lastenohjelmaa ja lastenhoitoa 1-3vuotiaalle lapsille (4x2h 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 lapsiperheille

Perheet, joissa lapsella/lapsilla neuropsykiatrista pulmaa

16.02. – 21.02.2020 Vuokatin Urheiluopisto
07.06. – 12.06.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Nuorille aikuisille (18-35 v.), joilla neuropsykiatrista pulmaa

25.06. – 28.06.2020 Härmän Kylpylä

ADHD-liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa adhd diagnosoitu lapsi/lapsia

23.02. – 28.02.2020 Rokua Health & Spa
27.06. – 02.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
18.10. – 23.10.2020 Vuokatin Urheiluopisto

Adoptioperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheille, joissa alaikäisiä adoptoituja lapsia

09.04. – 14.04.2020 Vuokatin Urheiluopisto
06.07. – 11.07.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä
11.10. – 16.10.2020 Spa Hotel Runni

Aivoliitto ry

Elämyksiä Luonnosta -loma

AVH sairastaneet aikuiset ja läheiset

02.02. – 07.02.2020 Rokua Health & Spa
Perheille, joissa lapsella kehityksellinen kielihäiriö
15.06. – 20.06.2020 Nuorisokeskus Piispala

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheille, joissa lapsella kehityksellinen kielihäiriö

23.02. – 28.02.2020 Vuokatin Urheiluopisto
07.06. – 12.06.2020 KK-Verve/Lahti

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

AVH sairastaneet aikuiset ja läheiset

28.06. – 03.07.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli
26.07. – 31.07.2020 Härmän Kylpylä
13.09. – 18.09.2020 KK-Verve/Lahti

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

AVH sairastaneet aikuiset ja läheiset

29.11. – 04.12.2020 Suomen Latu Kiilopää

Aivovammaliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Aivovamman saanut ja heidän läheiset ja perheet

01.07. – 06.07.2020 Kylpylähotelli Rauhalahdi

A-kiltojen liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Päihdeongelmaiset ja päihdetoipujanaiset

12.07. – 17.07.2020 Santa's Resort & Spa Hotel Sani

Päihdetoipujat, päihdeongelmaiset ja läheiset

21.12. – 26.12.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Allergioita, astmaa ja eri ihosairauksia sairastavat lapsiperheet ja aikuiset

28.06. – 03.07.2020 Nuorisokeskus Piispala
12.07. – 17.07.2020 Kylpylähotelli Rauhalahdi
26.07. – 31.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

Erlaisia harvinaisia ihosairauksia sairastavat perheet ja aikuiset

29.06. – 04.07.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Asumisterveysliitto AsTe ry

Meidän perheen loma

Asumisterveyteen liittyviä ongelmia kohdanneet perheet

05.07. – 10.07.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Autismiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Autismikirjon perheet

16.02. – 21.02.2020 Rokua Health & Spa
23.02. – 28.02.2020 Spa Hotel Runni
12.07. – 17.07.2020 Kivitippu SPA

Crohn ja Colitis ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

IBD:tä sairastavat aikuiset ja läheiset

19.04. – 24.04.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa IBD:tä sairastava

06.07. – 11.07.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Epilepsialiitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa epilepsiaa sairastava lapsi tai aikuinen

24.02. – 29.02.2020 Vuokatin Urheiluopisto
02.03. – 07.03.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto
06.07. – 11.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Epilepsiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

20.07. – 25.07.2020 Liikuntakeskus Pajulahti
21.09. – 26.09.2020 Härmän Kylpylä

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

Epilepsiaa sairastavien vanhemmille ja omaishoitajana toimiville

1. jakso 12.06. – 14.06.2020 Liikuntakeskus Pajulahti
2. jakso 17.09. – 20.09.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Finnilco ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Avanne- ja vastaavasti leikatut ja anaali-inkontinenssipotilaat

23.02. – 28.02.2020 Rokua Health & Spa

Meidän perheen loma

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

22.06. – 27.06.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Hengitysliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Hengityssairaat ja läheiset

01.03. – 06.03.2020 Härmän Kylpylä
19.04. – 24.04.2020 Nuorisokeskus Piispala
31.05. – 05.06.2020 Lehmirannan lomakeskus
17.08. – 22.08.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto
20.09. – 25.09.2020 Suomen Latu Kiilopää
04.10. – 09.10.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
15.11. – 20.11.2020 Imatran Kylpylä

Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry sekä Surunauha ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Henkirikoksen tai itsemurhan kautta läheisen menettäneet aikuiset

23.08. – 28.08.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Inkerikeskus

Meidän perheen loma

Inkeriläiset maahanmuuttaja-perheet

28.06. – 03.07.2020 Härmän Kylpylä

Työt takana -loma

Inkeriläiset maahanmuuttaja-aikuiset

07.09. – 12.09.2020 Lehmirannan lomakeskus

Invalidiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

15.03. – 20.03.2020 KK-Verve/Lahti
03.05. – 08.05.2020 Rokua Health & Spa
14.09. – 19.09.2020 Kruunupuisto Oy
01.11. – 06.11.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkelä

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

22.03. – 27.03.2020 Härmän Kylpylä
25.05. – 30.05.2020 Lehmirannan lomakeskus
30.08. – 04.09.2020 Kylpylähotelli Peurunka
25.10. – 30.10.2020 KK-Verve/Lahti

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

Yrittäjille ja työssäkäyville vammaisille henkilöille

1. jakso 22.05. – 24.05.2020 Härmän Kylpylä
2. jakso 16.08. – 19.08.2020 Härmän Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa fyysisesti vammaisen aikuinen tai lapsi

19.07. – 24.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

Kaatuneitten Omaisten Liitto ry

Senioriloma

Sotaorvot ja kaatuneitten omaiset ja läheiset

15.03. – 20.03.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
17.08. – 22.08.2020 Lehmirannan lomakeskus
09.11. – 14.11.2020 Kruunupuisto Oy

Karpatiat ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Kardiomyopatiaa ja sydänsarkoidoosia sairastavat perheet ja aikuiset

05.07. – 10.07.2020 Nuorisokeskus Piispala
18.10. – 23.10.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Kehitysvammaiset aikuiset

10.05. – 15.05.2020 Rokua Health & Spa

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

Kehitysvammaiset aikuiset

1. jakso 09.08. – 11.08.2020 Lehmirannan lomakeskus
2. jakso 09.11. – 12.11.2020 Lehmirannan lomakeskus

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Kehitysvammaiset lapset perheeseen

13.06. – 18.06.2020 KK-Verve/Lahti
26.07. – 31.07.2020 Kylpylähotelli Rauhalampi

Perheet, joissa vanhemmalla on kehitysvamma tai samankaltaisia tarpeita opimisessa ja ymmärtämisessä

02.08. – 07.08.2020 Kylpylähotelli Rauhalampi

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry/ Malike

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Vaikeasti vammaiset lapset perheeseen

23.03. – 28.03.2020 Vuokatin Urheiluopisto
08.06. – 13.06.2020 Rokua Health & Spa

Keliakialiitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Keliakiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

09.02. – 14.02.2020 Härmän Kylpylä
25.05. – 30.05.2020 Lehmirannan lomakeskus
21.09. – 26.09.2020 Kruunupuisto Oy
15.11. – 20.11.2020 Suomen Latu Kiilopää

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa keliakiaa sairastava lapsi

23.02. – 28.02.2020	Kuortaneen Urheiluopisto
05.07. – 10.07.2020	Rokua Health & Spa
11.10. – 16.10.2020	Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

MINILOMA (2+3 vrk)

Perheet, joissa keliakiaa sairastava lapsi

1. jakso 31.07. – 02.08.2020	KK-Verve/Lahti
2. jakso 02.10. – 05.10.2020	KK-Verve/Lahti

Kuuloliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Huonokuuloiset aikuiset ja läheiset

12.07. – 17.07.2020	Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
16.08. – 21.08.2020	Suomen Latu Kiilopää
23.08. – 28.08.2020	Imatran Kylpylä
30.08. – 04.09.2020	Kuortaneen Urheiluopisto
30.08. – 04.09.2020	Santa's Resort & Spa Hotel Sani
20.09. – 25.09.2020	Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Työkäiset

27.09. – 02.10.2020	Härmän Kylpylä
---------------------	----------------

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa kuulovammainen lapsi tai aikuinen

27.07.2020 – 01.08.2020	Scandic Ikaalisten Kylpylä
-------------------------	----------------------------

KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

MINILOMA (2+3 vrk)

Lapsensa menettäneet työkäiset aikuiset

1. jakso 03.04. – 05.04.2020	Kyyhkylä Oy / Mikkeli
2. jakso 03.09. – 06.09.2020	Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsensa menettäneet perheet

06.07. – 11.07.2020	Kuntoutumiskeskus Apila Oy
---------------------	----------------------------

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joilla yksi tai useampia lapsia (sekundaarinen lapsettomuus)

20.07. – 25.07.2020	Kuntoutuskeskus Kankaanpää
---------------------	----------------------------

Perheet, jotka ovat saaneet lapsen lahjoitetuilla sukusoluilla

02.08. – 07.08.2020	Kuortaneen Urheiluopisto
---------------------	--------------------------

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Tahattomasti lapsettomat pariskunnat ja aikuiset, jotka ovat jääneet lopullisesti lapsettomiksi

09.08. – 14.08.2020	Härmän Kylpylä
---------------------	----------------

Lihastautiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lihastautia sairastavat lapsiperheet

14.06. – 19.06.2020	Kuntoutumiskeskus Apila Oy
---------------------	----------------------------

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Lihastautia sairastavat aikuiset

23.08. – 28.08.2020	Rokua Health & Spa
---------------------	--------------------

Mielenterveyden Keskusliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Mielenterveyden häiriötä kokevat aikuiset

24.05. – 29.05.2020	Nuorisokeskus Piispala
14.09. – 19.09.2020	Lehmirannan lomakeskus
20.09. – 25.09.2020	Suomen Latu Kiilopää
27.09. – 02.10.2020	Härmän Kylpylä
28.09. – 03.10.2020	Kruunupuisto Oy
21.12. – 26.12.2020	Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa mielenterveyden häiriötä

07.06. – 12.06.2020	Kuortaneen Urheiluopisto
28.06. – 03.07.2020	Tanhuvaaran Urheiluopisto



Mielenterveysomaisten Keskusliitto - FinFami ry

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa vanhemmalla tai lapsella mielenterveyden häiriötä

27.06. – 02.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
06.07. – 11.07.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Työkäiset, joiden läheisellä on mielenterveyden häiriötä

19.07. – 24.07.2020 Kivitippu SPA

Savon mielenterveysomaiset FinFami ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Omaiset, joiden läheinen on sairastunut psyykkisesti

23.03. – 28.03.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Muistiliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Työkäisten muistisairaiden perheet

15.06. – 20.06.2020 Nuorisokeskus Piispala

Muistiyhdistysten lomat

Etelä-Pohjanmaan ja Vaasan Muistiyhdistys

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

29.03. – 03.04.2020 Härmän Kylpylä
27.09. – 02.10.2020 Härmän Kylpylä

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

23.03. – 28.03.2020 Kylpylähotelli Peurunka
08.06. – 13.06.2020 Kylpylähotelli Peurunka

Mikkelin seudun Muisti ry ja Savonlinnan Seudun Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

01.06. – 06.06.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Oulun Seudun Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

05.10. – 10.10.2020 Rokua Health & Spa

Pirkanmaan Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

26.04. – 01.05.2020 Härmän Kylpylä

Pohjois-Savon Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

08.03. – 13.03.2020 Kylpylähotelli Kunnonpaikka
25.10. – 30.10.2020 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Suomenselän Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

30.08. – 04.09.2020 Rokua Health & Spa

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Muistisairautta sairastavat ja heidän läheisensä

04.05. – 09.05.2020 Lohjan Spa & Resort

Neuroliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa MS-tautia sairastava henkilö

16.02. – 21.02.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
23.02. – 28.02.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli
07.06. – 12.06.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Nuoret, alle 35-vuotiaat MS-sairastuneet ja heidän läheisensä

07.06. – 12.06.2020 Härmän Kylpylä

MS-sairastuneet ja heidän läheisensä

07.09. – 12.09.2020 Kruunupuisto Oy
21.09. – 26.09.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Näkövammaisten liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Näkövammaiset aikuiset, patikointiloma

02.08.-07.08.2020 Suomen Latu Kiilopää

Omaishoitajaliitto ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

24.02. – 29.02.2020 Kruunupuisto Oy
22.03. – 27.03.2020 Rokua Health & Spa
26.04. – 01.05.2020 Härmän Kylpylä
27.04. – 02.05.2020 Lohjan Spa & Resort
24.05. – 29.05.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli
08.06. – 13.06.2020 Kruunupuisto Oy
23.08. – 28.08.2020 Rokua Health & Spa
13.09. – 18.09.2020 Kylpylähotelli Kunnonpaikka
20.09. – 25.09.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli
26.10. – 31.10.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää
08.11. – 13.11.2020 Kylpylähotelli Kunnonpaikka
29.11. – 04.12.2020 KK-Verve/Lahti

Omaishoitajan loma

Omaishoitajille, joiden hoidettava on kuollut

03.05. – 08.05.2020 Härmän Kylpylä

Omaishoitajille, joiden hoidettava on siirtynyt kodin ulkopuoliseen hoitoon

03.05. – 08.05.2020 Härmän Kylpylä

Miesomaishoitajille

04.10. – 09.10.2020 Kylpylähotelli Peurunka

Omaishoitajille

22.11. – 27.11.2020 Suomen Latu Kiilopää

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Omaishoitajille

14.04. – 19.04.2020 Lehmirannan lomakeskus
16.08. – 21.08.2020 Imatran Kylpylä
07.09. – 12.09.2020 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Työssäkäyville omaishoitajille

19.04. – 24.04.2020 Imatran Kylpylä

Omaishoitajille, joiden hoidettava on kuollut

15.11. – 20.11.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

15.11. – 20.11.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheille, joissa omaishoitotilanne

29.06. – 04.07.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

06.07. – 11.07.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä

Omaishoitajayhdistysten lomat

Etelä-Karjalan Omaishoitajat ja Läheiset ry ja Etelä-Karjalan Muisti ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

20.04. – 25.04.2020 Kruunupuisto Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Omaishoitajana toimiville

25.10. – 30.10.2020 Imatran Kylpylä

Järviseudun ja kuusiokuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

29.03. – 03.04.2020 Härmän Kylpylä

Keski-Pohjanmaan ja Kokkolanseudun Omaishoitajat

Omaishoitajan loma

08.03. – 13.03.2020 Härmän Kylpylä

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

04.10. – 09.10.2020 Härmän Kylpylä

Pieksänmäen Omaishoitajat, Mikkelin seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry ja Heinolan seudun Omaishoitajat ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

27.09. – 02.10.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Pohjois-Savon Omaishoitajat ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

13.04. – 18.04.2020 Kylpylähotelli Kunnonpaikka

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

21.09. – 26.09.2020 Lohjan Spa & Resort

Parisuhdekeskus Kataja ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Pariskunnat, joista ainakin toisella sairautta

13.09. – 18.09.2020 Härmän Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Erityislusten perheille

18.10. – 23.10.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Parkinsonliitto ry

Elämyksiä Luonnosta -loma

Liikehäiriösaivat ja heidän läheiset

20.09. – 25.09.2020 Rokua Health & Spa

Omaishoitajan ja hoidettavan loma

Liikehäiriösaivat ja heidän läheiset

06.01. – 11.01.2020 KK-Verve/Lahti

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Essentiaalista vapinaa sairastavat aikuiset ja läheiset

22.03. – 27.03.2020 Kylpylähotelli Peurunka

Liikehäiriösaivat ja heidän läheiset

24.08. – 29.08.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

20.09. – 25.09.2020 Suomen Latu Kiilopää

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

MINILOMA (2+3 vrk)

Liikehäiriösaivat ja heidän läheiset

1. jakso 06.04. – 08.04.2020 Lehmirannan lomakeskus

2. jakso 05.08. – 08.08.2020 Lehmirannan lomakeskus

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Liikehäiriösaivat ja heidän läheiset

25.04. – 30.04.2020 KK-Verve/Lahti

06.09. – 11.09.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa liikehäiriösairstunut aikuinen

07.06. – 12.06.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä

Perhehoitoliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Sijaisperheet

23.02. – 28.02.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

07.06. – 12.06.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä

12.07. – 17.07.2020 Rokua Health & Spa

Sukulais- tai läheissijaisperheet

11.10.2020 – 16.10.2020 Nuorisokeskus Piispala

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

MINILOMA (2+3 vrk)

Sijaisperheet

1. jakso 02.08. – 04.08.2020 Kylpylähotelli Rauhalampi

2. jakso 27.12. – 30.12.2020 Kylpylähotelli Rauhalampi

Aikuisten perhehoitajat

1. jakso 09.08. – 11.08.2020 Härmän Kylpylä

2. jakso 19.11. – 22.11.2020 Härmän Kylpylä

Propo Suomen eturauhassyöpäyhdistys ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Eturauhassyöpöpotilaat ja heidän läheiset

17.05. – 22.05.2020 Härmän Kylpylä

27.09. – 02.10.2020 Suomen Latu Kiilopää

Psoriasisliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Psoriasista sairastavat aikuiset ja heidän läheiset

29.03. – 03.04.2020 Rokua Health & Spa
23.08. – 28.08.2020 Härmän Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa psoriasista sairasta lapsi tai aikuinen

27.06. – 02.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
13.07. – 18.07.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä
02.08. – 07.08.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Rintasyöpäyhdistys Europa Donna Finland ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa vanhemmalla rintasyöpä

05.07. – 10.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

SámiSoster ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Saamelaiset lapsiperheet

01.03. – 06.03.2020 Rokua Health & Spa

Työt takana -loma

Saamelaiset aikuiset (noin 60-74 vuotiaat)

16.08. – 21.08.2020 Suomen Latu Kiilopää

Sosped Säätio

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Peliongelmaiset ja läheiset

26.04. – 01.05.2020 Härmän Kylpylä
21.09. – 26.09.2020 Lehmirannan lomakeskus

Suomen CP-liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa CP-vammainen lapsi

28.06. – 03.07.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

CP-vammaiset nuorten aikuisten (20-35 v) vanhemmat

12.07.2020 – 17.07.2020 Imatran Kylpylä

Suomen Diabetesliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Eläkeikäiset diabetesta sairastavat ja läheiset

23.03. – 28.03.2020 Kruunupuisto Oy

Työikäiset diabetesta sairastavat ja läheiset

14.09. – 19.09.2020 Lehmirannan lomakeskus

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Perheet, joissa lapsi sairastaa diabetesta

07.06. – 12.06.2020 Scandic Ikaalisten Kylpylä



Suomen Ehlers-Danlos Yhdistys

Voimaa vertaisuudesta -lomat apua tarvitseville aikuisille

Ehlers-Danlosin oireyhtymää sairastavat aikuiset ja läheiset

19.07. – 24.07.2020 Härmän Kylpylä

Suomen Kilpirauhasliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Kilpirauhas-sairaat aikuiset ja läheiset

24.05. – 29.05.2020 Kivitippu SPA
21.09. – 26.09.2020 Lehmirannan lomakeskus

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa jollain perheenjäsenellä on kilpirauhas-sairaus

05.07. – 10.07.2020 Vuokatin Urheiluopisto

Suomen Kipu ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Aikuiset kipukroonikot ja läheiset

26.04. – 01.05.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Suomen meniereliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Menieren tautia sairastavat ja läheiset

08.11. – 13.11.2020 Suomen Latu Kiilopää

Suomen Monikkoperheet ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa kaksoset, kolmoset tai neloset perheessä

23.02. – 28.02.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto
27.06. – 02.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
12.07. – 17.07.2020 Rokua Health & Spa
20.07. – 25.07.2020 Kuntoutumiskeskus Apila Oy

Suomen Nivelyhdistys ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Nivelsairaat aikuiset ja läheiset

01.03. – 06.03.2020 Härmän Kylpylä
05.04. – 10.04.2020 Suomen Latu Kiilopää
19.04. – 24.04.2020 Nuorisokeskus Piispala
08.06. – 13.06.2020 Lehmirannan lomakeskus
10.08. – 15.08.2020 Kruunupuisto Oy
20.09. – 25.09.2020 Rokua Health & Spa
04.10. – 09.10.2020 Imatran Kylpylä
15.11. – 20.11.2020 Kivitippu SPA

Suomen nuoret lesket ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Leskivanhemmat ja lapset

05.07. – 10.07.2020 Nuorisokeskus Piispala
13.07. – 18.07.2020 Kuntoutuskeskus Kankaanpää

Suomen Rauhanturvaajaliitto ry

Hyvinvointia työkäisille

Rauhanturvaajina toimineet ja läheiset

22.03. – 27.03.2020 Härmän Kylpylä

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa aikuinen toiminut rauhanturvaajana

05.07. – 10.07.2020 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Suomen Reumaliitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Tuki- ja liikuntaelin sairastuneet aikuiset ja läheiset

10.03. – 15.03.2020 Härmän Kylpylä
30.03. – 04.04.2020 Lehmirannan lomakeskus
10.05. – 15.05.2020 Imatran Kylpylä
10.08. – 15.08.2020 Kylpylähotelli Peurunka
14.09. – 19.09.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto
03.11. – 08.11.2020 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa tuki- ja liikuntaelin sairastunut

05.07. – 10.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
11.10. – 16.10.2020 Rokua Health & Spa

Suomen Ruskaliitto ry

Työt takana -loma

Eläkeikäiset (noin 60-74 vuotiaat)

30.03. – 04.04.2020 Kruunupuisto Oy

Suomen Uusperheiden Liitto ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Uusperheet

22.06. – 27.06.2020 Kylpylähotelli Rauhalahdi
22.06. – 27.06.2020 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
27.07. – 01.08.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto
27.07. – 01.08.2020 Kivitippu SPA
21.12. – 26.12.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Sydän ja keuhkosiirroksaajat - Syke ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- tai keuhkosiirron saaneet aikuiset ja läheiset

03.05. – 08.05.2020 Kuortaneen Urheiluopisto

Sydänlapset ja -aikuiset ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Syynnäiset sydänvikaiset henkilöt perheineen

01.03. – 06.03.2020 Vuokatin Urheiluopisto

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

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Syynnäiset sydänvikaiset, sydänlihassairastuneet sekä sydän ja/tai keuhkosiirränäisen saaneet aikuiset ja läheiset

05.04. – 10.04.2020 Santa's Resort & Spa Hotel Sani



SYDÄNPIIRIEN LOMAT

Etelä-Suomen Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

22.06. – 27.06.2020 Lehmirannan lomakeskus
13.09. – 18.09.2020 Liikuntakeskus Pajulahti

Kaakkois-Suomen Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

22.03. – 27.03.2020 Imatran Kylpylä
12.10. – 17.10.2020 Kruunupuisto Oy

Keski-Suomen Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

14.04. – 19.04.2020 Lehmirannan lomakeskus
06.09. – 11.09.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sepelvaltimotautipotilaat ja läheiset

23.03. – 28.03.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Rytmihäiriö- ja tahdistinpotilaat ja läheiset

06.09. – 11.09.2020 Kyyhkylä Oy / Mikkeli

Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

19.04. – 24.04.2020 Härmän Kylpylä
27.09. – 02.10.2020 Suomen Latu Kiilopää

Savon Sydänpiiri ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat omatoimisille aikuisille

Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

01.06. – 06.06.2020 Kruunupuisto Oy
08.11. – 13.11.2020 Tanhuvaaran Urheiluopisto

Sylva ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa syöpäsairas lapsi tai alle 18-vuotias nuori

26.07. – 31.07.2020 Kuortaneen Urheiluopisto
21.12. – 26.12.2020 Vuokatin Urheiluopisto

Tatu ry

Voimaa vertaisuudesta -lomat lapsiperheille

Lapsiperheet, joissa tapaturman tai potilasvahingon kautta vammautunut tai sairastunut lapsi

19.07. – 24.07.2020 Nuorisokeskus Piispala

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry

Meidän perheen loma

Yhden vanhemman lapsiperheet

07.06. – 12.06.2020 Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy
28.06. – 03.07.2020 Liikuntakeskus Pajulahti
13.07. – 18.07.2020 Hotelli Nuuksio
27.07. – 01.08.2020 Lohjan Spa & Resort
02.08. – 07.08.2020 Rokua Health & Spa

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. Kylpylähotelli Summassaari, Saarijärvi
www.summassaari.fi
15. Kyyhkylä/ Mikkeli, Mikkeli
www.kyyhkyla.fi
16. Lehmirannan lomakeskus, Salo
www.lehmiranta.fi
17. Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola
www.pajulahti.com
18. Lohjan Spa & Resort, Karjalohja
www.lohjaspa.fi
19. Loma- ja kurssikeskus Koivupuisto, Ylöjärvi
www.koivupuisto.com
20. Nuorisokeskus Piispala, Kannonkoski
www.piispala.fi
21. Rokua Health & Spa, Rokua
www.rokua.com
22. Santa's Resort & Spa Hotel Sani, Kalajoki
www.santashotels.fi
23. Scandic Ikaalisten Kylpylä, Ikaalinen
www.scandichotels.fi/hotellit/suomi/ikaalinen
24. Spa Hotel Runni, Runni
www.runni.fi
25. Spahotel Casino.Savonlinna
www.spahotelcasino.fi
26. Sport & Spa Hotel Vesileppis, Leppävirta
www.vesileppis.fi
27. Suomen Latu Kiilopää, Saariselkä
www.kiilopaa.fi
28. Tanhuvaaran Urheiluopisto, Savonlinna
www.tanhuvaara.fi
29. Urheiluopisto Kisakeskus, Pohjankuru
www.kisakeskus.fi
30. Vuokatin Urheiluopisto, Vuokatti
www.vuokattisport.fi

