

TUETUT LOMAT

2022

Hyvinvointia ja virkistystä sinulle

Perhelomia, vertaislomaa, työikäisten ja ikääntyneiden lomaa. Hae lomalle!

600

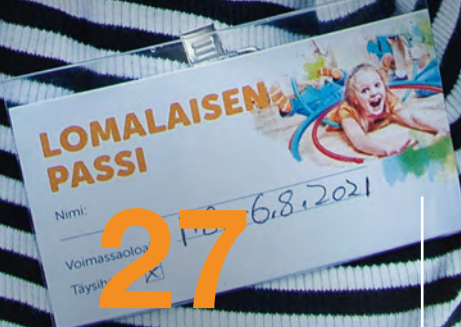
lomaviikkoa

27

lomakohdetta

100

yhteistyöjärjestöä



TUETUT LOMAT 2022

Vuoden 2022 tuetut lomat on julkaistu ja haku avattu. Tarjoamme jälleen satoja lomaviikkoja tuhansille suomalaisille ja Suomessa vakituisesti asuville. Lomat ovat 5 vuorokauden täysihoitolomia ja lomakohteita on ympäri Suomea.

MTLH ry:n toimintaa ohjaavat välittäminen, asiakaslähtöisyys, yhdenvertaisuus, asiantuntemus ja vastuullisuus. Haluamme tarjota parhaat tuetut lomat ja vastata mahdollisimman moniin lomaodotuksiin ja tarpeisiin. Lomat on suunniteltu juuri sinulle. Voit lomailla yksin tai perheen tai ystävän kanssa. Lomalla on myös muita samassa elämäntilanteessa olevia, joilta voit saada vertaistukea. Voit osallistua loman ohjelmiin ja aktiviteetteihin tai vain rentoutua.

Antamasi palaute on tärkeää. Tavoittemme on, että sinun lomasi on paras mahdollinen loma.

Katso hakuohjeet tämän esitteen takasivulta ja lähetä hakemuksesi.

Tervetuloa lomalle!

Ota yhteyttä

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry (MTLH)
Ruoholahdenkatu 8, 4. krs, 00180 Helsinki
p. 010 2193 460, lomat@mtlh.fi

Puhelinpalveluaikamme 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

www.mtlh.fi



Henkilökunnan yhteystiedot

Belov Johanna, lomasihtööri, yleislomat
Kainulainen Maarit, taloussihtööri, yrittäjien lomat
Kalpa Mia, suunnittelija, erityislomat
Moilanen Liisa, lomasihtööri, erityislomat
Otava Sirpa, suunnittelija, erityislomat
Suoperä Maarit, lomasihtööri, yleislomat
Viestinnän asiantuntija
Ylönen Anne, toiminnanjohtaja

p. 010 2193 462, 050 374 3996
p. 010 2193 468, 040 536 6058
p. 010 2193 464, 040 455 7067
p. 010 2193 467, 050 406 4616
p. 010 2193 463, 040 567 0628
p. 010 2193 460, 050 408 3898
p. 010 2193 469, 050 431 2601
p. 010 5045 758, 050 576 7388

Henkilökunnan sähköpostit: etunimi.sukunimi@mtlh.fi



SISÄLLYS

06 MITÄ ON TUETTU LOMA?

04 LOMIA LAPSIPERHEILLE

07 LOMIA TYÖIKÄISILLE

09 LOMIA IKÄÄNTYNEILLE

12 LOMIA ERITYISRYHMILLE

22 LOMIA YRITTÄJILLE JA MAATALOUSYRITTÄJILLE

23 KUINKA HAKEA TUETULLE LOMALLE?

24 LOMAKOhteita YMPÄRI SUOMEN!

MITÄ ON TUETTU LOMA?



**Tutustu
hakuohjeisiin
takasisäkannessa,
sivulla 23.**



EDULLINEN

Loman omavastuuosuus aikuisilta ja 17 vuotta täyttäneiltä on vain **100 €**. Alle 17-vuotiaat lapset lomailevat maksutta!



TÄYSIHOITO

Lomat sisältävät täysihoidon ruokineen sekä innostavan ryhmäkohtaisen ohjelman, johon voi osallistua oman mielen mukaan.



5 YÖTÄ

Lomat ovat pääosin 5 vrk:n täysihoitolomia sisältäen majoituksen jaetuissa kahden hengen huoneissa tai perheeseen mukaisissa huoneissa/huoneistoissa.



OMATOIMIKULJETUS

Matkakustannuksista lomakohteeseen vastaa lomalainen itse.



YMPÄRI SUOMEA

Lomia järjestetään eri puolilla Suomea, 27:ssä loma-kohteessa! Katso kaikki lomakohteet tämän esitteen takakannesta.



IHAN JOKAISELLE!

Meiltä voi hakea lomaa kuka vain – taustaa, ikää tai sukupuolta katsomatta!

PERHELOMAT

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. Jos perheessä on 4 lasta tai enemmän, suosittelemme hakemaan erityisesti urheiluopistoissa järjestettäviä lomiamia.

**Meidän perheen
lomat**
kouluikäisten lasten
perheille

Muksulomat
alle kouluikäisten
lasten perheille

LOMAN SISÄLTÖ PERHELOMILLA

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

Meidän perheen lomat

Hotelli Kivitippu

27.02.2022–04.03.2022 vko 9
12.06.2022–17.06.2022
10.07.2022–15.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
23.12.2022–28.12.2022

Hotelli Nuuksio

21.02.2022–26.02.2022 vko 8
28.02.2022–05.03.2022 vko 9
27.06.2022–02.07.2022
04.07.2022–09.07.2022
11.07.2022–16.07.2022
18.07.2022–23.07.2022
25.07.2022–30.07.2022
01.08.2022–06.08.2022
17.10.2022–22.10.2022 vko 42

Härmän Kylpylä

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
10.04.2022–15.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
12.06.2022–17.06.2022
19.06.2022–24.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
26.12.2022–31.12.2022

Imatran Kylpylä

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
14.04.2022–19.04.2022
12.06.2022–17.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
21.12.2022–26.12.2022

Kuortaneen Urheiluopisto

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
13.04.2022–18.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
18.06.2022–23.06.2022
21.06.2022–26.06.2022
02.07.2022–07.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022
22.12.2022–27.12.2022
26.12.2022–31.12.2022

Kylpylähotelli Peurunka

27.02.2022–04.03.2022 vko 9
05.06.2022–10.06.2022
12.06.2022–17.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
01.08.2022–06.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42

Kylpylähotelli Rauhalampi

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
13.04.2022–18.04.2022
09.06.2022–14.06.2022
17.06.2022–22.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
21.12.2022–26.12.2022
27.12.2022–01.01.2023

Kyyhkylä Oy / Mikkeli

11.07.2022–16.07.2022
17.07.2022–22.07.2022

Liikuntakeskus Pajulahti

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
13.04.2022–18.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
12.06.2022–17.06.2022
19.06.2022–24.06.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
07.08.2022–12.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
21.12.2022–26.12.2022

Lohja Spa & Resort

27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 8
17.04.2022–22.04.2022
12.06.2022–17.06.2022
19.06.2022–24.06.2022
03.07.2022–08.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
28.12.2022–02.01.2023

Nuorisokeskus Piispala

21.06.2022–26.06.2022
17.07.2022–22.07.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
21.12.2022–26.12.2022
27.12.2022–01.01.2023

Rokua Health & Spa

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
12.04.2022–17.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
12.06.2022–17.06.2022
19.06.2022–24.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
21.12.2022–26.12.2022

» Ensimmäistä kertaa pitkään aikaan loma tuntui aidosti lomalta.
Lasten ilo ja viihtyminen oli ihana nähdä.

Spahotel Casino

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
05.06.2022–10.06.2022
12.06.2022–17.06.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
27.02.2022–04.03.2022 vko 9
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
13.04.2022–18.04.2022
19.06.2022–24.06.2022
26.06.2022–01.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
10.07.2022–15.07.2022
17.07.2022–22.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
05.08.2022–10.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
23.12.2022–28.12.2022
28.12.2022–02.01.2023

Tanhuvaaran Urheiluopisto

21.02.2022–26.02.2022 vko 8
28.02.2022–05.03.2022 vko 9
07.03.2022–12.03.2022 vko 10
14.04.2022–19.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
27.06.2022–02.07.2022
03.07.2022–08.07.2022
24.07.2022–29.07.2022
31.07.2022–05.08.2022
16.10.2022–21.10.2022 vko 42
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
22.12.2022–27.12.2022

Urheiluopisto Kisakeskus

27.06.2022–02.07.2022
25.07.2022–30.07.2022



*Olin onnellinen
tyttäreni puolesta.
Hän kun ei ole
koskaan saanut
kokea tällaista lomaa
aiemmin.*



Muksulomat: alle kouluikäisten lasten perheille

Härmän Kylpylä

13.02.2022–18.02.2022
10.07.2022–15.07.2022

Nuorisokeskus Piispala

24.04.2022–29.04.2022
24.07.2022–29.07.2022
09.10.2022–14.10.2022

Spahotel Casino

13.03.2022–18.03.2022
05.06.2022–10.06.2022
18.09.2022–23.09.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

12.06.2022–17.06.2022
17.07.2022–22.07.2022
20.11.2022–25.11.2022



*Lomalla parasta oli yhteinen aika perheen kanssa,
tutustuminen toisiin perheisiin ja monipuolinen
ohjelma, jossa lapset ja aikuiset viihtyivät.*

TYÖIKÄISTEN LOMAT

Hyvinvointia työikäisille -lomien tavoitteena on lisätä lomalaisen voimavaroja, tarjota mahdollisuus vertaisseuraan, yhdessä toimimiseen ja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen.



LOMAN SISÄLTÖ TYÖIKÄISTEN LOMILLA

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

Hyvinvointia työikäisille

Härmän Kylpylä

23.01.2022–28.01.2022
20.03.2022–25.03.2022
08.05.2022–13.05.2022
25.09.2022–30.09.2022
06.11.2022–11.11.2022

Kruunupuisto Oy

14.02.2022–19.02.2022

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

14.08.2022–19.08.2022

Kuortaneen Urheiluopisto

06.02.2022–11.02.2022
24.04.2022–29.04.2022
26.06.2022–01.07.2022
28.08.2022–02.09.2022
23.10.2022–28.10.2022
04.12.2022–09.12.2022

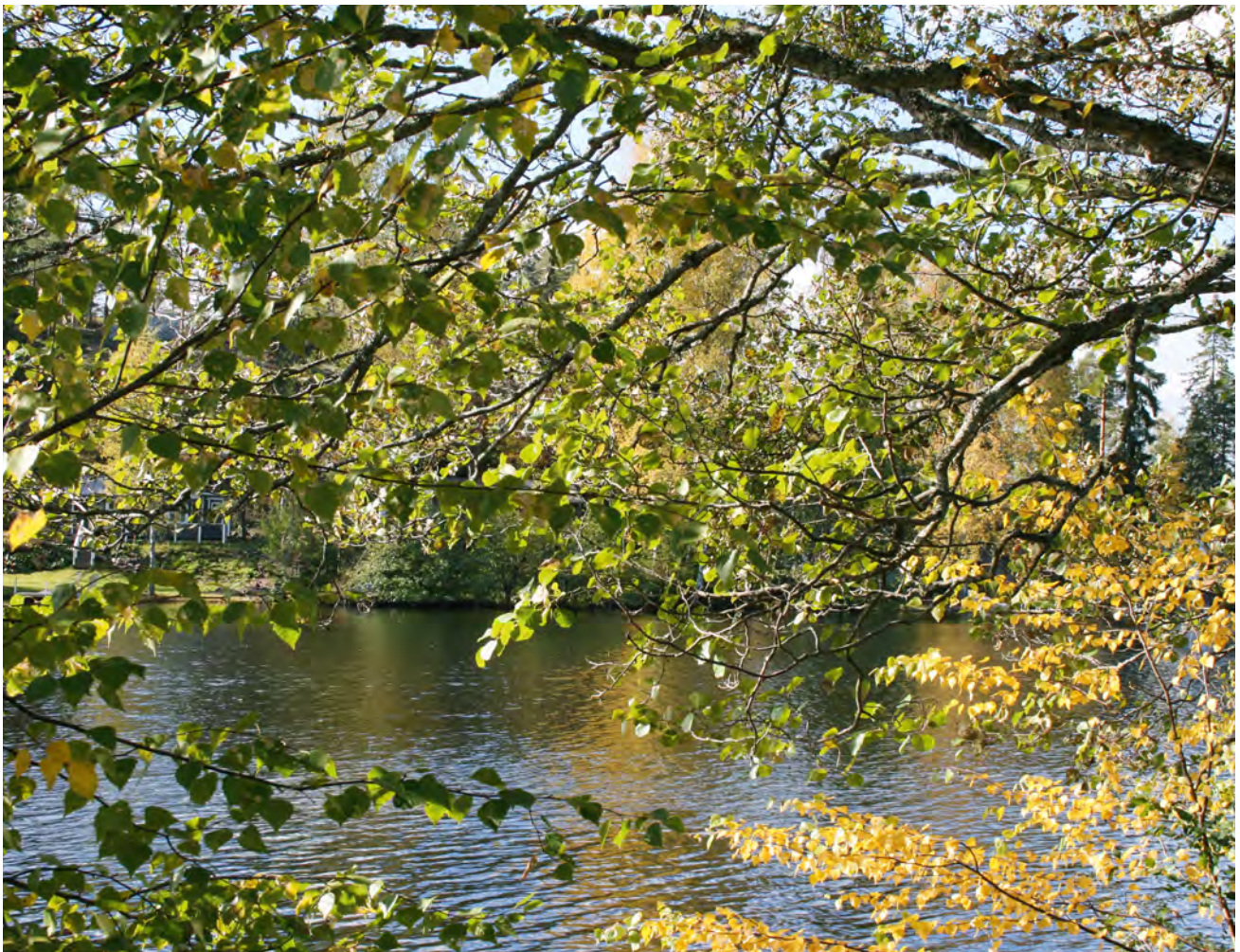
Kylpylähotelli Peurunka

16.01.2022–21.01.2022
06.03.2022–11.03.2022
22.05.2022–27.05.2022
18.06.2022–23.06.2022
25.09.2022–30.09.2022
27.11.2022–02.12.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

03.04.2022–08.04.2022
05.06.2022–10.06.2022
02.10.2022–07.10.2022

» *Loma oli minulle todella tärkeä.
Sain latautua ja liikkua vapaasti,
ilman arjen pyörittämisen haasteita.*



IKÄÄNTYNEIDEN LOMAT

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

Työt takana -lommat

60–74-vuotiaille
(ikärajat ovat ohjeellisia)

Seniorilomat

+75-vuotiaille
hakijoille (ikärajat
ovat ohjeellisia)



Osa lomista
järjestetään
Eläkeliiton
kohderyhmille.

LOMAN SISÄLTÖ IKÄÄNTYNEIDEN LOMILLA

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

Työt takana -lomat

Härmän Kylpylä

06.03.2022–11.03.2022
01.05.2022–06.05.2022
28.08.2022–02.09.2022
30.10.2022–04.11.2022

Imatran Kylpylä

20.03.2022–25.03.2022
24.04.2022–29.04.2022
29.05.2022–03.06.2022
09.10.2022–14.10.2022

Kruunupuisto Oy

14.02.2022–19.02.2022
22.08.2022–27.08.2022

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

20.03.2022–25.03.2022
21.11.2022–26.11.2022

Kuortaneen Urheiluopisto

06.02.2022–11.02.2022
20.03.2022–25.03.2022
03.04.2022–08.04.2022
22.05.2022–27.05.2022
04.09.2022–09.09.2022
23.10.2022–28.10.2022
20.11.2022–25.11.2022

Kylpylähotelli Kunnonpaikka

24.04.2022–29.04.2022
16.10.2022–21.10.2022

Kylpylähotelli Peurunka

13.03.2022–18.03.2022
21.08.2022–26.08.2022
23.10.2022–28.10.2022

Kyyhkylä Oy / Mikkeli

22.05.2022–27.05.2022

Lehmirannan lomakeskus

07.02.2022–12.02.2022
21.03.2022–26.03.2022
18.05.2022–23.05.2022
21.08.2022–26.08.2022
26.09.2022–01.10.2022
07.11.2022–12.11.2022

Loma- ja kurssikeskus Koivupuisto

09.05.2022–14.05.2022

Rokua Health & Spa

27.03.2022–01.04.2022
21.08.2022–26.08.2022
23.10.2022–28.10.2022

Santa's Resort & Spa Hotel Sani

24.04.2022–29.04.2022
09.10.2022–14.10.2022

Spahotel Casino

27.03.2022–01.04.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

27.03.2022–01.04.2022

Suomen Latu Kiilopää

29.01.2022–03.02.2022
27.03.2022–01.04.2022
08.04.2022–13.04.2022
11.09.2022–16.09.2022
20.11.2022–25.11.2022
04.12.2022–09.12.2022

Seniorilomat

Härmän Kylpylä

06.02.2022–11.02.2022
08.05.2022–13.05.2022
28.08.2022–02.09.2022
30.10.2022–04.11.2022
22.12.2022–27.12.2022

Kruunupuisto Oy

16.05.2022–21.05.2022
15.08.2022–20.08.2022
05.09.2022–10.09.2022
26.09.2022–01.10.2022

Kuntoutuskeskus Kankaanpää

03.04.2022–08.04.2022
22.08.2022–27.08.2022

Kuortaneen Urheiluopisto

01.05.2022–06.05.2022
04.09.2022–09.09.2022
09.10.2022–14.10.2022
22.12.2022–27.12.2022

Kylpylähotelli Peurunka

03.04.2022–08.04.2022
14.08.2022–19.08.2022
25.09.2022–30.09.2022
20.11.2022–25.11.2022

Lehmirannan lomakeskus

24.01.2022–29.01.2022
13.02.2022–18.02.2022
14.03.2022–19.03.2022
19.04.2022–24.04.2022
18.05.2022–23.05.2022
13.06.2022–18.06.2022
28.08.2022–02.09.2022
26.09.2022–01.10.2022
07.11.2022–12.11.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

14.04.2022–19.04.2022
11.09.2022–16.09.2022
22.12.2022–27.12.2022

Lomat Eläkeliiton kohderyhmälle

Eläkeliiton Etelä-Hämeen piiri

Lehmiraanan lomakeskus	14.03.2022–19.03.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	05.09.2022–10.09.2022

Eläkeliiton Etelä-Pohjanmaan piiri

Lehmiraanan lomakeskus	24.01.2022–29.01.2022
Härjän Kylpylä	24.04.2022–29.04.2022
Rokua Health & Spa	09.10.2022–14.10.2022

Eläkeliiton Etelä-Savon piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	28.02.2022–05.03.2022
Kylpylähotelli Peurunka	19.09.2022–24.09.2022

Eläkeliiton Helsingin piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	21.03.2022–26.03.2022
------------------------	-----------------------

Eläkeliiton Itä-Savon piiri

Kruunupuisto Oy	04.04.2022–09.04.2022
Lehmiraanan lomakeskus	24.10.2022–29.10.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	27.11.2022–02.12.2022

Eläkeliiton Kainuun piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	09.04.2022–14.04.2022
Rokua Health & Spa	28.08.2022–02.09.2022

Eläkeliiton Karjalan piiri

Lehmiraanan lomakeskus	19.04.2022–24.04.2022
Kylpylähotelli Peurunka	19.09.2022–24.09.2022

Eläkeliiton Keski-Pohjanmaan piiri

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	24.04.2022–29.04.2022
Lehmiraanan lomakeskus	05.09.2022–10.09.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	04.12.2022–09.12.2022

Eläkeliiton Keski-Suomen piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	06.03.2022–11.03.2022
Kruunupuisto Oy	10.10.2022–15.10.2022

Eläkeliiton Kymenlaakson piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	02.05.2022–07.05.2022
------------------------	-----------------------

Eläkeliiton Lapin piiri ry

Suomen Latu Kiilopää	20.03.2022–25.03.2022
Santa's Resort & Spa Hotel Sani	14.08.2022–19.08.2022
Rokua Health & Spa	09.10.2022–14.10.2022

Eläkeliiton Pirkanmaan piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	17.01.2022–22.01.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	25.04.2022–30.04.2022
Härjän Kylpylä	24.10.2022–29.10.2022

Eläkeliiton Pohjois-Karjalan piiri

Kylpylähotelli Kunnonpaikka	27.03.2022–01.04.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	25.09.2022–30.09.2022

Eläkeliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri ry

Suomen Latu Kiilopää	03.04.2022–08.04.2022
Lomakeskus Kuntoranta	22.08.2022–27.08.2022
Rokua Health & Spa	09.10.2022–14.10.2022

Eläkeliiton Pohjois-Savon piiri ry

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	06.02.2022–11.02.2022
Lehmiraanan lomakeskus	09.05.2022–14.05.2022
Rokua Health & Spa	25.09.2022–30.09.2022

Eläkeliiton Päijät-Hämeen piiri

Lehmiraanan lomakeskus	14.03.2022–19.03.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	18.09.2022–23.09.2022

Eläkeliiton Satakunnan piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	19.04.2022–24.04.2022
Kylpylähotelli Peurunka	14.08.2022–19.08.2022
Rokua Health & Spa	25.09.2022–30.09.2022

Eläkeliiton Uudenmaan piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	18.05.2022–23.05.2022
Imatran Kylpylä	21.08.2022–26.08.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	20.11.2022–25.11.2022

Eläkeliiton Varsinais-Suomen piiri ry

Lehmiraanan lomakeskus	28.02.2022–05.03.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	26.09.2022–01.10.2022

Eläkeliiton Ylä-Savon piiri

Kuortaneen Urheiluopisto	24.04.2022–29.04.2022
Suomen Latu Kiilopää	26.09.2022–01.10.2022



Teette arvokasta työtä ja ansaitsette tuhat ruusujen täyteistä kiitosta.



ERITYISLOMAT

Erityislomat on suunnattu kansanterveys-, potilas-, vammais- ja perhejärjestöjen kohderyhmille. Hakijoilta ei edellytetä järjestöjen jäsenyyttä, mutta kohderyhmään kuulumisesta tulee kertoa hakemuksessa. Lomia voivat hakea kyseiseen kohderyhmään kuuluvat puolison, perheenjäsenten sekä avustavan henkilön kanssa.

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

Järjestämme lomiam lomakohteissa eri puolilla Suomea: hotelleissa, kylpylöissä, urheiluopistoissa ja kuntoutuskeskuksissa. Lomateemat eroavat toisistaan lomien sisällön, lomakohteen esteettömyyden ja saatavilla olevan avustuksen osalta.



AVUSTAMINEN LOMALLA

Päivittäistä avustamista tarvitsevat hakeutuvat lomalle oman avustavan henkilön kanssa:

- ➔ Samassa taloudessa asuvat täyttävät yhteisen lomahakemuksen.
- ➔ 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 oma- toimisille aikuisille ja lapsiperheille

Loman tavoitteena on tarjota mahdollisuus arjesta irtiottoon ja vertaisseuraan. Virkistys, lepo ja vertaistuki lisäävät lomalaisen voimavaroja ja osallisuutta. Perhelomilla lapsilla ja vanhemmilla on mahdollisuus kiireettömään yhdessäoloon ja mukavaan yhdessä tekemiseen.

Lomilla ei tarjota avustuspalveluita – tarvittaessa oma avustaja tai tukihenkilö mukaan, ks. ”Avustaminen 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-vuotiaille lapsille (4 x 2 h loman aikana)

Omaishoitajan sekä Omaishoitajan ja hoidettavan lomat

Loman tavoitteena on mahdollistaa omaishoitotilanteessa 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

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.

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

Loman sisältö aikuisten lomilla

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

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 1–3-vuotiaille lapsille (4 x 2 h loman aikana).

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

ADHD-, Aivo- ja Autismiliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa lapsella neuropsykiatrista pulmaa

Vuokatin Urheiluopisto	20.02.2022–25.02.2022
Kylpylähotelli Rauhalahdi	03.07.2022–08.07.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	16.10.2022–21.10.2022

ADHD-liitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa ADHD-diagnosoitu lapsi

Vuokatin Urheiluopisto	06.03.2022–11.03.2022
Hotelli Kivitippu	26.06.2022–01.07.2022
Rokua Health & Spa	23.10.2022–28.10.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	27.12.2022–01.01.2023

Adoptioperheet ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa alaikäisiä adoptoituja lapsia

Vuokatin Urheiluopisto	14.04.2022–19.04.2022
------------------------	-----------------------

MEIDÄN PERHEEN LOMA

👉 Perheet, joissa alaikäisiä adoptoituja lapsia

Liikuntakeskus Pajulahti	10.07.2022–15.07.2022
--------------------------	-----------------------

Aivoliitto ry

ELÄMYKSIÄ LUONNOSTA -LOMA

👉 AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

Rokua Health & Spa	13.02.2022–18.02.2022
--------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT APUA TARVITSEVILLE AIKUISILLE

👉 AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

Kruunupuisto Oy	01.08.2022–06.08.2022
KK-Verve/Lahti	25.09.2022–30.09.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa lapsella kehityksellinen kielihäiriö

Vuokatin Urheiluopisto	06.03.2022–11.03.2022
Ikifit / Kuntoutus Apila	04.07.2022–09.07.2022
Nuorisokeskus Piispala	16.10.2022–21.10.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 AVH-sairastuneet aikuiset ja läheiset

Rokua Health & Spa	27.11.2022–02.12.2022
--------------------	-----------------------

Aivovammaliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Aivovamman saaneet ja heidän läheisensä ja perheensä

Vuokatin Urheiluopisto	17.07.2022–22.07.2022
------------------------	-----------------------

A-kiltojen liitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Päihdeongelmaiset, päihdetoipujat ja läheiset

Kylpylähotelli Kunnonpaikka	03.07.2022–08.07.2022
👉 parisuhde-tema	
Kuortaneen Urheiluopisto	27.12.2022–01.01.2023

Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Allergioita, astmaa ja eri ihosairauksia sairastavat lapsiperheet ja aikuiset

Hotelli Kivitippu	26.06.2022–01.07.2022
Nuorisokeskus Piispala	03.07.2022–08.07.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	31.07.2022–05.08.2022

👉 Erialaisten valoherkkyyksien ja valoihottumien kanssa elävät lapsiperheet ja aikuiset.

Kuntoutuskeskus Kankaanpää	06.11.2022–11.11.2022
----------------------------	-----------------------

👉 Kaamosloma

Autismiliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Autismikirjon perheet

Vuokatin Urheiluopisto	07.03.2022–12.03.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	11.04.2022–16.04.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	01.08.2022–06.08.2022

Epilepsialiitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa epilepsiaa sairastava lapsi tai aikuinen

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	28.02.2022–05.03.2022
Vuokatin Urheiluopisto	07.03.2022–12.03.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	11.06.2022–16.06.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Epilepsiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

KK-Verve/Lahti	07.08.2022–12.08.2022
----------------	-----------------------

Familia ry

MEIDÄN PERHEEN LOMA

👉 Kahden kulttuuriin perheet

Liikuntakeskus Pajulahti	12.06.2022–17.06.2022
--------------------------	-----------------------

Finnilco ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa perheenjäsenellä on avanne, J-pussi tai vastaava

Kylpylähotelli Rauhalahdi	10.07.2022–15.07.2022
---------------------------	-----------------------

Hengityслиitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Hengityssairaat ja läheiset

Lehmiraanan lomakeskus	07.02.2022–12.02.2022
Tanhuvaaran Urheiluopisto	20.03.2022–25.03.2022
Hotelli Kivitippu	24.04.2022–29.04.2022
Rokua Health & Spa	08.05.2022–13.05.2022
Suomen Latu Kiilopää	28.08.2022–02.09.2022
Kruunupuisto Oy	09.10.2022–14.10.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	06.11.2022–11.11.2022
Lehmiraanan lomakeskus	28.11.2022–03.12.2022

Huoma - Henkirikoksen uhrien läheiset ry sekä Surunauha ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Henkirikoksen tai itsemurhan kautta läheisen menettäneet aikuiset

Kylpylähotelli Peurunka	07.08.2022–12.08.2022
-------------------------	-----------------------

IBD ja muut suolistosairaudet ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Perheet, joissa suolistosairautta sairastava henkilö

Kuntoutuskeskus Kankaanpää	03.07.2022–08.07.2022
----------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Suolistosairautta sairastavat aikuiset ja läheiset

Imatran Kylpylä	11.09.2022–16.09.2022
-----------------	-----------------------

Inkerikeskus

MEIDÄN PERHEEN LOMA

📍 Inkeriläiset maahanmuuttajaperheet

Tanhuvaaran Urheiluopisto	12.06.2022–17.06.2022
---------------------------	-----------------------

TYÖT TAKANA -LOMA

📍 Inkeriläiset maahanmuuttaja-aikuiset

Lehmiraanan lomakeskus	15.08.2022–20.08.2022
------------------------	-----------------------



Lomalla saimme vertaistuen kautta ymmärrystä sairastuneen tilanteesta muulle perheelle. Saimme kokemuksen siitä, että emme ole tunteidemme kanssa yksin, vaan muilla on samankaltaisia kokemuksia.

Invalidiliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT APUA TARVITSEVILLE AIKUISILLE

📍 Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

Kuntoutuskeskus Kankaanpää	21.03.2022–26.03.2022
Kruunupuisto Oy	16.05.2022–21.05.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	11.09.2022–16.09.2022
Rokua Health & Spa	13.11.2022–18.11.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Perheet, joissa fyysisesti vammaisen aikuinen tai lapsi

Hotelli Kivitippu	03.07.2022–08.07.2022
-------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Fyysisesti vammaiset aikuiset ja läheiset

Kylpylähotelli Peurunka	09.04.2022–14.04.2022
Liikuntakeskus Pajulahti	14.08.2022–19.08.2022

Kaatuneitten Omaisten Liitto ry

SENIORILOMA

📍 Sotaorvot ja kaatuneitten omaiset ja läheiset

Lehmiraanan lomakeskus	07.02.2022–12.02.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	24.04.2022–29.04.2022
Kruunupuisto Oy	03.10.2022–08.10.2022

Karpatiat ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Sydänlihassairastuneiden perheet ja aikuiset

Kuortaneen Urheiluopisto	17.07.2022–22.07.2022
--------------------------	-----------------------

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Lapsiperheet, joissa on kehitysvammainen lapsi

Kylpylähotelli Rauhalampi	19.06.2022–24.06.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	24.07.2022–29.07.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Kehitysvammaiset aikuiset

Rokua Health & Spa	05.06.2022–10.06.2022
Kylpylähotelli Peurunka	21.08.2022–26.08.2022
Liikuntakeskus Pajulahti	10.10.2022–15.10.2022

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry/Malike

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Vaikeasti vammaiset lapset perheeseen

Vuokatin Urheiluopisto	07.02.2022–12.02.2022
Vuokatin Urheiluopisto	27.03.2022–01.04.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	06.06.2022–11.06.2022

Keliakialiitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa keliakiaa sairastava lapsi

Rokua Health & Spa	06.03.2022–11.03.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	02.07.2022–07.07.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	16.10.2022–21.10.2022

MINILOMA (2+3 VRK)

Kylpylähotelli Rauhalahdi	
1. jakso	28.07.2022–30.07.2022
2. jakso	21.10.2022–24.10.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Keliakiaa sairastavat aikuiset ja läheiset

Lehmirannan lomakeskus	13.02.2022–18.02.2022
Härmän Kylpylä	12.06.2022–17.06.2022
Suomen Latu Kiilopää	18.09.2022–23.09.2022
Ikifit / Kuntoutus Apila	10.10.2022–15.10.2022
Tanhuvaaran Urheiluopisto	04.12.2022–09.12.2022

Kilpirauhasliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa jollain perheenjäsenellä on kilpirauhas sairaus

Ikifit / Kuntoutus Apila	25.07.2022–30.07.2022
--------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Kilpirauhas sairastavat aikuiset ja läheiset

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	30.01.2022–04.02.2022
Rokua Health & Spa	25.09.2022–30.09.2022

Kuuloliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa kuulovammainen lapsi tai aikuinen

Kylpylähotelli Rauhalahdi	17.07.2022–22.07.2022
---------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Huonokuuloiset aikuiset ja läheiset

Suomen Latu Kiilopää	21.08.2022–26.08.2022
Santa's Resort & Spa Hotel Sani	21.08.2022–26.08.2022
Tanhuvaaran Urheiluopisto	28.08.2022–02.09.2022
Rokua Health & Spa	04.09.2022–09.09.2022
Lehmirannan lomakeskus	19.09.2022–24.09.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	02.10.2022–07.10.2022

KÄPY - Lapsikuolemaperheet ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsensa menettäneet perheet

Kylpylähotelli Rauhalahdi	24.07.2022–29.07.2022
---------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE MINILOMA (2+3 VRK)

👉 Lapsenlapsensa menettäneet isovanhemmat

Lehmirannan lomakeskus	
1. jakso	02.05.2022–04.05.2022
2. jakso	19.09.2022–22.09.2022

Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lahjasoluilla lapsia saaneet lapsiperheet

Kuortaneen Urheiluopisto	12.06.2022–17.06.2022
--------------------------	-----------------------

👉 Tahatonta lapsettomuutta kokeneet lapsiperheet (lapselliset lapsettomat)

Ikifit / Kuntoutus Apila	27.06.2022–02.07.2022
--------------------------	-----------------------

👉 Lahjasoluilla lapsia saaneiden itsellisten äitien perheet

Hotelli Kivitippu	17.07.2022–22.07.2022
-------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Tahatonta lapsettomuutta kokeneet, joilla on ensimmäisen lapsen toive

Härmän Kylpylä	21.08.2022–26.08.2022
----------------	-----------------------

Leijonaemot ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Erityislapsiperheet ilman diagnoosirajoja

Ikifit / Kuntoutus Apila	11.07.2022–16.07.2022
--------------------------	-----------------------

Lihastautiliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT APUA TARVITSEVILLE AIKUISILLE

👉 Lihastautia sairastavat aikuiset

KK-Verve/Lahti	12.06.2022–17.06.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	09.10.2022–14.10.2022

Mielenterveyden Keskusliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

👉 Mielenterveyden häiriöitä kokevat aikuiset

Lehmirannan lomakeskus	09.04.2022–14.04.2022
Tanhuvaaran Urheiluopisto	04.09.2022–09.09.2022
Härmän Kylpylä	25.09.2022–30.09.2022
Suomen Latu Kiilopää	30.10.2022–04.11.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	22.12.2022–27.12.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa mielenterveyden häiriöitä

Nuorisokeskus Piispala	17.07.2022–22.07.2022
------------------------	-----------------------

Mielenterveysomaisten keskusliitto - FinFami ry

Mielenterveysomaiset Pirkanmaa - FinFami ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

- 📍 Lapsiperheet, joissa vanhemmalla tai lapsella mielenterveyden häiriötä

Kuortaneen Urheiluopisto 05.06.2022–10.06.2022

MEIDÄN PERHEEN LOMA

- 📍 Lapsiperheet, joissa vanhemmalla tai lapsella mielenterveyden häiriötä

Liikuntakeskus Pajulahti 10.07.2022–15.07.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

- 📍 Omaiset, joiden läheisellä on mielenterveys- ja/ tai päihdeongelmia

Kuortaneen Urheiluopisto 14.08.2022–19.08.2022

Savon mielenterveysomaiset - FinFami ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE **MINILOMA (2+3 VRK)**

- 📍 Omaiset, joiden läheisellä on mielenterveys- ongelmia

Tanhuvaaran Urheiluopisto

1. jakso 02.09.2022–04.09.2022

2. jakso 24.11.2022–27.11.2022

Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset - FinFami ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

- 📍 Omaisille, joiden läheisellä on mielenterveys- ongelmia

Lehmiraanan lomakeskus 06.03.2022–11.03.2022

Muistiyhdistysten lomat

Etelä-Pohjanmaan ja Vaasan Muistiyhdistys

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Härmän Kylpylä 02.05.2022–07.05.2022

Härmän Kylpylä 02.10.2022–07.10.2022

Keski-Suomen Muistiyhdistys ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Kylpylähotelli Peurunka 20.03.2022–25.03.2022

Kylpylähotelli Peurunka 20.11.2022–25.11.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

- 📍 Varhaisvaiheen muistisairautta sairastavat eläke- läiset ja läheiset

Kylpylähotelli Peurunka 28.08.2022–02.09.2022

Lapin Muistiyhdistys ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Rokua Health & Spa 11.09.2022–16.09.2022

Oulun Seudun Muistiyhdistys ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Rokua Health & Spa 10.10.2022–15.10.2022

Pirkanmaan Muistiyhdistys ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Kuntoutuskeskus Kankaanpää 02.10.2022–07.10.2022

Pohjois-Savon Muisti ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 27.02.2022–04.03.2022

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 23.10.2022–28.10.2022

Suomenselän Muisti ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Rokua Health & Spa 12.06.2022–17.06.2022

Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

- 📍 Muistisairautta sairastavat ja läheiset

Lohja Spa & Resort 24.01.2022–29.01.2022



Levon salliminen itselle arjen keskellä tuli "sallitummaksi". Taakka keveni, kun sai purkaa vaikeita aiheita vertaisten kanssa.

Neuroliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📌 Lapsiperheet, joissa MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastava henkilö

Vuokatin Urheiluopisto	06.03.2022–11.03.2022
Kylpylähotelli Rauhalampi	09.06.2022–14.06.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppä Oy	12.06.2022–17.06.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📌 MS-tautia tai harvinaista neurologista sairautta sairastavat ja läheiset

Kyyhkylä Oy / Mikkeli	18.09.2022–23.09.2022
Härjän Kylpylä	02.10.2022–07.10.2022

Nuoret lesket ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📌 Leskivanhemmat ja lapset

Kuntoutuskeskus Kankaanpää	25.07.2022–30.07.2022
Rokua Health & Spa	31.07.2022–05.08.2022

Omaishoitajaliitto ry

OMAISHOITAJAN LOMA

📌 Omaishoitajat

Härjän Kylpylä	20.03.2022–25.03.2022
Lomakeskus Kuntoranta	03.04.2022–08.04.2022
Suomen Latu Kiilopää	06.11.2022–11.11.2022

📌 Omaishoitajat, joiden omaishoitotilanne on päättynyt hoidettavan kuolemaan

Kruunupuisto Oy	09.05.2022–14.05.2022
Härjän Kylpylä	04.09.2022–09.09.2022

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Kruunupuisto Oy	07.03.2022–12.03.2022
KK-Verve/Lahti	27.03.2022–01.04.2022
Härjän Kylpylä	03.04.2022–08.04.2022
Rokua Health & Spa	24.04.2022–29.04.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	24.04.2022–29.04.2022
Kuntoutuskeskus Kankaanpää	15.05.2022–20.05.2022
Lohja Spa & Resort	22.05.2022–27.05.2022
Kruunupuisto Oy	08.08.2022–13.08.2022
Rokua Health & Spa	04.09.2022–09.09.2022
KK-Verve/Lahti	11.09.2022–16.09.2022
Kylpylähotelli Kunnonpaikka	18.09.2022–23.09.2022
Rokua Health & Spa	09.10.2022–14.10.2022
Kruunupuisto Oy	07.11.2022–12.11.2022
Kylpylähotelli Peurunka	11.12.2022–16.12.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📌 Lapsiperheet, joissa omaishoitotilanne

Sport & Spa Hotel Vesileppä Oy	12.06.2022–17.06.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	31.07.2022–05.08.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📌 Omaishoitajat

Lehmirannan lomakeskus	28.08.2022–02.09.2022
Lehmirannan lomakeskus	28.11.2022–03.12.2022

Omaishoitajayhdistysten lomat

Etelä-Karjalan Omaishoitajat ry ja Etelä-Karjalan Muisti ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Kruunupuisto Oy	17.10.2022–22.10.2022
-----------------	-----------------------

Järviseludun Omaishoitajat ry ja kuusio-kuntien Omaishoitajat ja Läheiset ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Härjän Kylpylä	16.10.2022–21.10.2022
----------------	-----------------------

Keski-Pohjanmaan Omaishoitajat ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Rokua Health & Spa	03.04.2022–08.04.2022
--------------------	-----------------------

Kokkolanseludun Omaishoitajat ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Härjän Kylpylä	12.09.2022–17.09.2022
----------------	-----------------------

Pohjois-Savon Omaishoitajat ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Kylpylähotelli Kunnonpaikka	20.03.2022–25.03.2022
-----------------------------	-----------------------

OMAISHOITAJAN LOMA

Lomakeskus Kuntoranta	24.04.2022–29.04.2022
-----------------------	-----------------------

Parkinsonliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Liikehäiriösairaat ja omaiset

Rokua Health & Spa	16.01.2022–21.01.2022
Lehmiraanan lomakeskus	02.05.2022–07.05.2022
Kruunupuisto Oy	05.09.2022–10.09.2022
Ikifit / Kuntoutus Apila	14.11.2022–19.11.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT APUA TARVITSEVILLE AIKUISILLE

📍 Liikehäiriösairaat ja omaiset

Rokua Health & Spa	13.03.2022–18.03.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	02.10.2022–07.10.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Perheet, joissa liikehäiriösairastunut aikuinen

Kuntoutuskeskus Kankaanpää	24.07.2022–29.07.2022
----------------------------	-----------------------

ELÄMYKSIÄ LUONNOSTA -LOMA

📍 Liikehäiriösairaat ja omaiset

Tanhuvaaran Urheiluopisto	07.08.2022–12.08.2022
Kylpylähotelli Rauhalahti	23.10.2022–28.10.2022

Perhehoitoliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Sijaisperheet

Nuorisokeskus Piispala	20.02.2022–25.02.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	15.04.2022–20.04.2022
Tanhuvaaran Urheiluopisto	12.06.2022–17.06.2022
Nuorisokeskus Piispala	03.07.2022–08.07.2022
Hotelli Kivitippu	01.08.2022–03.08.2022
Rokua Health & Spa	16.10.2022–21.10.2022
Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy	23.10.2022–28.10.2022
Hotelli Kivitippu	28.12.2022–31.12.2022

Propo Suomen eturauhassyöpäyhdistys ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Eturauhassyöpäpotilaat ja läheiset

Santa's Resort & Spa Hotel Sani	03.04.2022–08.04.2022
Kylpylähotelli Kunnonpaikka	14.08.2022–19.08.2022



*Tuettu loma mahdollisti
ylipäättään lähden
jonnekin. Virkisti.*

Psoriasisliitto ry

MEIDÄN PERHEEN LOMA

📍 Lapsiperheet, joissa psoriasista sairastava lapsi tai aikuinen

Liikuntakeskus Pajulahti	27.02.2022–04.03.2022
--------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Psoriasista sairastavat aikuiset ja läheiset

Suomen Latu Kiilopää	13.03.2022–18.03.2022
Lehmiraanan lomakeskus	21.08.2022–26.08.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Lapsiperheet, joissa psoriasista sairastava lapsi tai aikuinen

Kylpylähotelli Rauhalahti	26.06.2022–01.07.2022
---------------------------	-----------------------

Retina ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Perheet, joissa RP-diagnoosin saanut henkilö

Hotelli Kivitippu	16.10.2022–21.10.2022
-------------------	-----------------------

Rintasyöpäyhdistys Europa Donna Finland ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Rintasyöpää sairastavat ja läheiset

Kylpylähotelli Peurunka	24.03.2022–29.03.2022
-------------------------	-----------------------

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Lapsiperheet, joissa vanhemmalla rintasyöpä

Kuortaneen Urheiluopisto	26.06.2022–01.07.2022
--------------------------	-----------------------

SámiSoster ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Saamelaiset lapsiperheet

Rokua Health & Spa	06.03.2022–11.03.2022
--------------------	-----------------------

Selkäliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Selkäreisäiset aikuiset

Kruunupuisto Oy	07.03.2022–12.03.2022
Härnäs Kylpylä	18.09.2022–23.09.2022

Sosped Säätiö

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Rahapeliongelmissa kärsivät ja läheiset

Kuortaneen Urheiluopisto	24.04.2022–29.04.2022
Rokua Health & Spa	02.10.2022–07.10.2022

Suomen CP-liitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT APUA
TARVITSEVILLE AIKUISILLE

👉 CP-, mmc- ja hydrokefaliavammaiset aikuiset ja läheiset

KK-Verve/Lahti 08.05.2022–13.05.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa CP-, mmc- ja hydrokefalia-vammainen lapsi

Kylpylähotelli Rauhalahdi 31.07.2022–05.08.2022

Suomen Diabetesliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Diabetesta sairastavat aikuiset ja läheiset

Härmän Kylpylä 08.05.2022–13.05.2022

Tanhuvaaran Urheiluopisto 18.09.2022–23.09.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Perheet, joissa lapsi sairastaa diabetesta

Kuntoutuskeskus Kankaanpää 12.06.2022–17.06.2022

Suomen Ehlers-Danlos Yhdistys

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Ehlers-Danlosin oireyhtymää sairastavat aikuiset ja läheiset

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 21.08.2022–26.08.2022

Suomen Luustoliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Osteoporoosia sairastavat ja läheiset

Kruunupuisto Oy 26.09.2022–01.10.2022

Suomen Meniereliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Menieren tautia sairastavat ja huonokuuloiset aikuiset ja läheiset

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 22.05.2022–27.05.2022

Suomen Migreeniyhdistys ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Migreeniä sairastavat ja läheiset

Kuortaneen Urheiluopisto 10.07.2022–15.07.2022

Suomen Monikkoperheet ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa kaksoset, kolmoset tai neloset

Tanhuvaaran Urheiluopisto 27.02.2022–04.03.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy 05.06.2022–10.06.2022

Kylpylähotelli Rauhalahdi 31.07.2022–05.08.2022

Kuortaneen Urheiluopisto 16.10.2022–21.10.2022

MEIDÄN PERHEEN LOMA

👉 Lapsiperheet, joissa kaksoset, kolmoset tai neloset

Nuorisokeskus Piispala 21.06.2022–26.06.2022

Suomen Nivelyhdistys ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Nivelsairaat aikuiset ja läheiset

Härmän Kylpylä 06.02.2022–11.02.2022

Liikuntakeskus Pajulahti 13.03.2022–18.03.2022

Lehmirannan lomakeskus 09.04.2022–14.04.2022

Kruunupuisto Oy 09.05.2022–14.05.2022

Imatran Kylpylä 21.08.2022–26.08.2022

Rokua Health & Spa 11.09.2022–16.09.2022

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 02.10.2022–07.10.2022

Suomen Rauhanturvaajaliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Rauhanturvaajina toimineet ja läheiset

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 20.02.2022–25.02.2022

Suomen Reumaliitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE
AIKUISILLE

👉 Tuki- ja liikuntaelin sairastuneet aikuiset ja läheiset

Härmän Kylpylä 13.03.2022–18.03.2022

Lehmirannan lomakeskus 21.03.2022–26.03.2022

Imatran Kylpylä 08.05.2022–13.05.2022

Kylpylähotelli Peurunka 18.06.2022–23.06.2022

Tanhuvaaran Urheiluopisto 18.09.2022–23.09.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy 06.11.2022–11.11.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

👉 Lapsiperheet, joissa tuki- ja liikuntaelin sairastunut

Kuortaneen Urheiluopisto 26.06.2022–01.07.2022

Rokua Health & Spa 16.10.2022–21.10.2022



Kiitos tuhannesti, että pääsimme lomalle. Se oli koko kesän pelastus, vaikeassa elämäntilanteessa suuri apu.

Suomen Uusperheiden Liitto ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Uusperheet

Tanhuvaaran Urheiluopisto	26.06.2022–01.07.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	27.06.2022–02.07.2022

MEIDÄN PERHEEN LOMA

📍 Uusperheet

Liikuntakeskus Pajulahti	31.07.2022–05.08.2022
Liikuntakeskus Pajulahti	01.08.2022–06.08.2022
Liikuntakeskus Pajulahti	23.12.2022–28.12.2022

Sydän ja keuhkosiirroksia - Syke ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Sydän- ja keuhkosiirron saaneet ja läheiset

Lehmirannan lomakeskus	06.06.2022–11.06.2022
------------------------	-----------------------

Sydänlapset ja -aikuiset ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Synnynnäiset sydänvikaiset henkilöt perheineen

Kylpylähotelli Rauhalampi	23.10.2022–28.10.2022
---------------------------	-----------------------

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

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Synnynnäiset sydänvikaiset, sydänlihassairastuneet sekä sydän ja/tai keuhkosiirron saaneet aikuiset ja läheiset

Kylpylähotelli Peurunka	09.04.2022–14.04.2022
-------------------------	-----------------------

Sydänpiirien lomat

Kainuun Sydänyhdistys ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

Rokua Health & Spa	23.10.2022–28.10.2022
--------------------	-----------------------

Keski-Suomen Sydänpiiri ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

Imatran Kylpylä	27.03.2022–01.04.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	09.10.2022–14.10.2022

Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

Rokua Health & Spa	14.08.2022–19.08.2022
Suomen Latu Kiilopää	02.09.2022–07.09.2022

Savon Sydänpiiri ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT OMATOIMISILLE AIKUISILLE

📍 Sydän- ja verisuonisairautta sairastavat ja läheiset

Tanhuvaaran Urheiluopisto	13.03.2022–18.03.2022
Kruunupuisto Oy	13.06.2022–18.06.2022
Kyyhkylä Oy / Mikkeli	06.11.2022–11.11.2022

Sylva ry

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Lapsiperheet, joissa syöpäsairas lapsi tai alle 18-vuotias nuori

Kuortaneen Urheiluopisto	17.07.2022–22.07.2022
Kylpylähotelli Rauhalampi	22.12.2022–27.12.2022

Vesaisten Keskusliitto

MEIDÄN PERHEEN LOMA

Kylpylähotelli Peurunka	01.08.2022–06.08.2022
-------------------------	-----------------------

Yhden Vanhemman Perheiden Liitto ry

MEIDÄN PERHEEN LOMA

📍 Yhden vanhemman lapsiperheet

Hotelli Nuukio	27.06.2022–02.07.2022
Liikuntakeskus Pajulahti	10.07.2022–15.07.2022
Spahotel Casino	22.12.2022–27.12.2022

VOIMAA VERTAISUUDESTA -LOMAT LAPSIPERHEILLE

📍 Yhden vanhemman lapsiperheet

Sport & Spa Hotel Vesileppä Oy	17.07.2022–22.07.2022
Rokua Health & Spa	24.07.2022–29.07.2022
Nuorisokeskus Piispala	31.07.2022–05.08.2022
Kuortaneen Urheiluopisto	22.12.2022–27.12.2022

YRITTÄJIEN JA MAATALOUS- YRITTÄJIEN LOMAT

Meidän perheen lomat

Yrittäjinä tai maatalousyrittäjinä (MTK) toimivat lapsiperheet

Härmän Kylpylä

27.02.2022–04.03.2022 vko 9

Kuortaneen Urheiluopisto

11.06.2022–16.06.2022
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
22.12.2022–27.12.2022

Kylpylähotelli Peurunka

20.02.2022–25.02.2022 vko 8
06.03.2022–11.03.2022 vko 10
23.10.2022–28.10.2022 vko 43
↪ parisuhde-teema

Kylpylähotelli Rauhalampi

16.10.2022–21.10.2022 vko 42

Rokua Health & Spa

20.02.2022–25.02.2022 vko 8

Hyvinvointia työkäisille -lommat

Yrittäjinä toimivat ja läheiset

Härmän Kylpylä

14.08.2022–19.08.2022

Kruunupuisto Oy

03.10.2022–08.10.2022
14.11.2022–19.11.2022

Kylpylähotelli Peurunka

20.03.2022–25.03.2022
22.05.2022–27.05.2022
10.10.2022–15.10.2022
13.11.2022–18.11.2022

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

13.03.2022–18.03.2022

Maatalousyrittäjinä (MTK) toimivat ja läheiset

Härmän Kylpylä

20.02.2022–25.02.2022

Kylpylähotelli Peurunka

13.02.2022–18.02.2022
↪ parisuhde-teema

Sport & Spa Hotel Vesileppis Oy

20.11.2022–25.11.2022

Työt takana -lommat

Maatalousyrittäjinä (MTK) toimivat ja läheiset

Lehmirannan lomakeskus

28.02.2022–05.03.2022

Rokua Health & Spa

04.12.2022–09.12.2022

MITEN HAKEA TUETULLE LOMALLE?



LOMAN HAKEMINEN

Tuettua lomaa voivat hakea eri ikäiset Suomessa vakituisesti asuvat henkilöt.

- ➔ Tee hakemus verkossa: **www.mtlh.fi** tai täytä paperinen hakemus. Lomien hakuajat päättyvät 3 kk ennen loman alkua.
- ➔ **Päähakijan on oltava aikuinen.**
- ➔ Henkilötunnus ilmoitetaan täydellisenä kaikilta hakijoilta.
- ➔ Perustele hakemuksesi hyvin. Perusteluina ilmoitetaan taloudelliset, terveydelliset ja sosiaaliset syyt. Näitä voivat olla esim. velat, sairauden hoitokulut, omat tai perheenjäsenten sairaudet, omaishoito, yksinäisyys ja työttömyys.
- ➔ **Emme käsittele puutteellisesti täytettyjä hakemuksia.**
- ➔ Samalla hakemuksella voivat hakea kaikki samassa taloudessa asuvat. Kaikkien yli 18-vuotiaiden tulotiedot tulee ilmoittaa hakemuksella. Jos asutte eri talouksissa, teidän tulee täyttää omat hakemuksenne perusteluineen.
- ➔ Jos haet lomaa ystävän tai eri osoitteessa asuvan kumppanin kanssa, molempien tulee täyttää oma hakemus perusteluineen.

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



LOMAN MYÖNTÄMINEN JA PÄÄTÖKSISTÄ ILMOITTAMINEN

- ➔ Lomat myönnetään taloudellisin, terveydellisin ja sosiaalisin perustein.
- ➔ **Tuetun loman voi saada korkeintaan joka toinen vuosi kaikkien lomajärjestöjen myöntämät lomatuot huomioiden.**
- ➔ Järjestöjen jäsenyys ei vaikuta perusteena lomaa myönnettäessä.
- ➔ **Loman myöntämisestä ilmoitetaan ainoastaan loman saaneille. Kielteisistä päätöksistä ei ilmoiteta.**
- ➔ 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 majeure -syyn vuoksi (esim. sairaus).
- ➔ **Lomansaajan tulee itse hakea omavastuun palautusta ottamalla yhteyttä MTLH:hon.** Omavastuun palautusta tulee hakea viimeistään 1 kk loman päättymisen jälkeen.

LOMAKOHTEET

1. **Hotelli Kivitippu, Lappajärvi**
www.kivitippu.fi
2. **Hotelli Nuuksio, Espoo**
www.hotellinuuksio.fi
3. **Härmän Kylpylä, Ylihärmä**
www.harmankylpyla.fi
4. **Imatran Kylpylä, Imatra**
www.imatrankylpyla.fi
5. **KK-Verve / Lahti, Lahti**
www.verve.fi/toimipaikat/verve-lahti.html
6. **Kruunupuisto Oy, Punkaharju**
www.kruunupuisto.fi
7. **Ikifit Oy Kuntoutus Apila, Kangasala**
www.ikifit.fi
8. **Kuntoutuskeskus Kankaanpää, Kankaanpää**
www.kuntke.fi
9. **Kuortaneen Urheiluopisto, Kuortane**
www.kuortane.com
10. **Kylpylähotelli Kunnanpaikka, Siilinjärvi**
www.kunnanpaikka.com
11. **Kylpylähotelli Peurunka, Laukaa**
www.peurunka.fi
12. **Kylpylähotelli Rauhalampi, Kuopio**
www.rauhalahti.fi
13. **Kyyhkylä / Mikkeli, Mikkeli**
www.kyyhkyla.fi
14. **Lehmirannan lomakeskus, Salo**
www.lehmiranta.fi
15. **Liikuntakeskus Pajulahti, Nastola**
www.pajulahti.com
16. **Lohja Spa & Resort, Karjalohja**
www.lohjaspa.fi
17. **Lomakeskus Kuntoranta, Varkaus**
www.kuntoranta.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. **Spahotel Casino, Savonlinna**
www.spahotelcasino.fi
23. **Sport & Spa Hotel Vesileppis, Leppävirta**
www.vesileppis.fi
24. **Suomen Latu Kiilopää, Saariselkä**
www.kiilopaa.fi
25. **Tanhuvaaran Urheiluopisto, Savonlinna**
www.tanhuvaara.fi
26. **Urheiluopisto Kisakeskus, Pohjankuru**
www.kisakeskus.fi
27. **Vuokatin Urheiluopisto, Vuokatti**
www.vuokattisport.fi

