

Tuetut lomamat 2023

Virkistystä ja vertaistukea

Tuetut lomamat tarjoavat mahdollisuuden virkistymiseen henkilöille, jotka eivät voi sairauden aiheuttamien esteiden, taloudellisten tai sosiaalisten syiden vuoksi käyttää tarjolla olevia palveluja sellaisenaan.

Näillä lomilla pääset virkistymään, tutustumaan toisiin samankaltaisessa elämäntilanteessa oleviin ja hengähättämään arjen kiireistä. Vertaistuen ja lomaohjelman kautta saat voimavaroja arkeen.

Jokaisella lomalla on monipuolista, ohjattua, maksutonta ohjelmaa, johon voi osallistua oman jaksamisen ja toimintakyvyn mukaan.

Aikuisilta loman omavastuu on 5 vuorokaudelta 125 €. Hintaan sisältyy lomaohjelma, majoitus ja täysihoito: aamiainen, lounas ja päivällinen, lapsiperhelomilla myös iltapala. Alle 17-vuotiaat lomailevat maksutta.

Virtuaaliloman omavastuu on 105 €, joka sisältää 3 vrk lomakohteessa ja 2 virtuaalisesti ohjattua lomapäivää kotona. Virtuaalilomapäivien hintaan sisältyy lomaohjelma sekä yksi ohjattu lomaruuan valmistus ruokatarvikkeineen.

Kuopio: Kylpylähotelli Rauhalahdi

19.2 –24.2.2023, lapsiperheille

Leppävirta: Sport & Spa Hotel Vesileppis

12.6.–17.6.2023, lapsiperheille

Nastola: Liikuntakeskus Pajulahti

12.6.–17.6.2023, lapsiperheille

Kuortane: Kuortaneen Urheiluopisto

11.6.–16.6.2023, omatoimisille aikuisille

Virtuaaliloma + Siilinjärvi: Kylpylähotelli Kunnonpaikka

1. osuus: Siilinjärvellä 3.9.–6.9.2023

2. osuus: virtuaalisesti ohjattu loma 30.9.–1.10.2023

Omatoimisille aikuisille

Siilinjärvi: Kylpylähotelli Kunnonpaikka

2.10 –7.10.2023, omatoimisille aikuisille



LISÄTIEDOT

Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry
p. 010 2193 460 (arkisin klo 9–13)
www.mtlh.fi

Neuroliitto ry, järjestösuunnittelija
Sirpa Vuorenmaa-Hilton
p. 0400 976 742
sirpa.vuorenmaa-hilton@neuroliitto.fi
neuroliitto.fi/tuetut-lomat



Ohjelma aikuisten lomilla

- Luentoja ja ohjattuja ryhmäkeskusteluja
- Ohjattua liikuntaa ja muuta harrastetoimintaa
- Yhteinen illanvietto

Ohjelma lapsiperheiden lomilla

- Lastenohjelmaa ikäryhmittäin
- Perheen yhteistä ohjelmaa
- Ohjattuja keskusteluja vanhemmille
- Lastenhoitoa 1–4 v. lapsille (loman aikana 4x2h)

Ohjeita ja lisätietoja

- Lomilla on mukana Neuroliiton vertaisohjaaja. Käytettävissä on myös lomapaikan vapaa-ajan ohjaajapalvelut.
- Päivittäistä apua tarvitsevien on huolehdittava itse henkilökohtaisesta avustajasta. Kunnan myöntämän henkilökohtaisen avustajan majoituksen ja ruuat maksaa MTLH.
- Lemmikin voi ottaa mukaan vain osaan lomakohteista. Lomalaisen tulee olla itse yhteydessä lomakohteeseen ja varata lemmikkihuone sekä maksaa lomakohteen veloittama lemmikkilisä.
- Matkakustannuksista lomalainen vastaa itse.
- Perhelomilla on mukana 10 perhettä ja aikuisten lomilla 20 henkilöä, virtuaalilomalla 16 henkilöä.
- Virtuaalilomalle osallistumiseen tarvitet alylaitteen tai tietokoneen toimivalla verkkoyhteydellä sekä valmiuden videoyhteyteen (kamera ja mikrofoni).
- Tuettu loma voidaan myöntää korkeintaan joka toinen vuosi.
- Myönteisestä lomatukipäätöksestä ilmoitetaan lomatuen saajalle n. 2 kk ennen loman alkamispäivää. Kielteisestä päätöksestä ei tule hakijalle ilmoitusta.
- Peruutukset myönnetystä lomatuesta tulee tehdä henkilökohtaisesti suoraan MTLH:on. Omavastuuosuus palautetaan, jos loma perutaan viimeistään 4 viikkoa ennen loman alkamista.

Haku aika

Hae lomaa 3 kuukautta ennen loman alkamispäivää. Jokainen lomatuen hakija täyttää henkilökohtaisesti MTLH:n lomatukihakemuksen.

Näin pääset lomahakemukseen

mtlh.fi/loman-hakeminen/hakuohjeet

Lomat toteutetaan yhteistyössä Maaseudun Terveys- ja Lomahuollon kanssa. Tuen myöntämiseen vaikuttaa aiemmin saatu lomatuki. Päätöksen tuetun loman myöntämisestä tekee Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto (MTLH).

Hakuohjeita

- Hae lomaa ensisijaisesti verkossa.
- Huomioi hakemuksessa kaikki kohdat, puutteellisia hakemuksia ei käsitellä.
- Voit ilmoittaa hakemuksessa kolme erillistä lomatoivetta.
- Ilmoita henkilötunnus täydellisenä.
- Lomatuen tarpeen perustelut ovat välttämättömät. Kuvaa perustelut omin sanoin.
- Tulotiedot on merkittävä myös puolison osalta, vaikka lomaa anoisikin yksinään.
- Avio-/avoparia kohden riittää yksi hakemus, jos lomaa anotaan yhdessä samalle loma-ajankohdalle.
- Lomatukihakemukseen merkitään sille varattuun kohtaan tieto järjestöstä, jonka varaamaa lomajaksoa anotaan. Lomalle hakeminen ei kuitenkaan edellytä järjestön tai yhdistyksen jäsenyyttä!



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY