

Soluku luontolomat vuonna 2012 (lomat ovat avoimia kaikille neurologisten järjestöjen jäsenille)

Soluku

Erityisryhmien sosiaalinen
luontolomatoiminta
2012

Yleistä Soluku-lomista

Erityisryhmien sosiaalisella luontolomatoiminnalla (lyhennys Soluku) edistetään pitkäaikaissairaiden ja vammaisten ihmisten mahdollisuuksia toimia ja harrastaa erilaisia luontoaktiviteetteja. Toiminnalla pyritään lisäämään yksilön omatoimisuutta ja elämän mielekkyyttä sekä vahvistamaan sosiaalista verkostoa. Luonto on monelle ihmiselle tärkeä

voimavara ja luontolomatoiminnalla pyritään edistämään ihmisten mahdollisuuksia liikkua luonnossa sairaudesta tai vammasta huolimatta. Tutustu alla oleviin lomiiin ja hakuohjeisiin.

Lomien järjestäjätahot: Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry järjestää lomatoimintaa yhdessä Aivoliiton ja neurologisten vammaisjärjestöjen kanssa. Lomat toteutetaan yhteistyössä eri palvelutuottajien kanssa, jotka vastaavat yleensä lomien ruoka- ja majoituspalveluista ja joistakin oheispalveluista. Lisäksi lomille osallistuu sosiaali- ja terveyshuollon-, sekä liikunta-alan oppilaitosten opiskelijoita apuohjaajina.

Lomien hinta on 28 €/vrk aikuiset ja perhelomilla aikuiset 23€/vrklapset 8-16 vuotta 7 €, alle 8 -vuotiaat ilmaiseksi. Hinta sisältää ruoat, majoituksen ja ohjelman. Lomat ovat siis ns. täyshoitopaketteja. Matkat lomapaikoille ja takaisin kustantaa jokainen lomalainen itse.

Lomille haetaan Maaseudun Terveys- ja Lomahuollon tuettujen lomien hakukaavakkeilla, joita saa tulostettua netistä (www.mtlh.fi) ja liitojen toimistoista. Hakukaavakkeet postitetaan suoraan Maaseudun Terveys- ja Lomahuoltoon, missä tehdään valinnat yhteistyössä Aivoliiton kanssa. Maaseudun Terveys- ja lomahuollon sivuilla voi täyttää hakukaavakkeen myös sähköisesti. Lomille voi hakea yhdessä omaisen tai puolison kanssa.

Lomat ovat avoimia kaikille Suomen kansalaisille. Tärkeää on, että hakukaavakkeessa on nimesi ja osoitteesi lisäksi sosiaaliturvatunnukseksi sekä perustelut siitä, miksi haluat lomalle.

Lomille otetaan myös pyörätuolin käyttäjiä ja vaikeavammaisia lomalaisia, heille on omat kiintiöt lomakohteen mukaan. Henkilökohtaisen avustajan tarvitse päivittäisten toimintojen avustamiseen. Henkilökohtaisesta avustajasta menee sama omavastuu lomasta kuin lomalaiselta ja sen maksun huolehtii lomanhakija.

HUOMATKAA! Hakemusten tulee olla perillä 3 kuukautta ennen lomien alkua ja sen jälkeen valituille lähetetään kutsukirje, jossa on liitteenä avustus- ja turvallisuuskysely.

HUOM! Lomalle valittujen tulee palauttaa avustus- ja turvallisuuskysely takaisin kahden viikon sisällä siitä kun tieto valinnasta lomalle on tullut.

Tämä käytäntö siksi, että järjestäjät pystyvät varautumaan riittävästi avustamiseen ja huomioimaan ne turvallisuusseikat, mitkä liittyvät lomalaisten toimintakykyyn ja turvalliseen toimintaan loman aikana. **Palauttamalla avustus- ja turvallisuuskyselyn lomalaisten vahvistaa samalla lomalle tulonsa.**

Lomien vakuutukset. Lomalaisten on itse huolehdittava vapaa-ajan vakuutuksista, sillä lomat ovat lomaa ja vapaa-aikaa, johon ei järjestöjen taholta ole lomalaisia vakuutettu tapaturmien ja vapaa-ajan varalta.

Lisätietoja lomista saat Risto Lappalaiselta puh. (040) 543 7290, s-posti: risto.lappalainen@aivoliitto.fi. Käy myös katsomassa sivuiltamme, mm. www.aivoliitto.fi.

SOLUKU-LUONTOLOMAT 2012 (lomat ovat avoimia kaikille neurologisten järjestöjen jäsenille)

Vuokatin talviliikuntaloma aikuisille ja nuorille yli 18 vuotta Vuokatin urheiluopistolla 30.3. – 4.4.2012 (20 hengelle)

Tervetuloa liikkumaan Vuokatin keväisille hangille ja nauttimaan hyvästä seurasta ja ohjatusta liikunnasta. Vuokatti monipuolisine urheilukeskuksena tarjoaa liikunnan lisäksi hyvää ruokaa ja hienoja maisemia. Loma sopii myös pyörätuolia käyttävälle henkilölle. Katso netistä osoitteesta www.vuokattisport.fi

Loman ohjattu liikunta sisältää mm:

- Kelkkalaskettelu moduuli yksi päätoiminen ohjaaja yhdessä opiskelijoiden kanssa
- Pystylaskettelu yksi päätoiminen ohjaaja ja opiskelijat
- Murtomaahiihtoa
- Sisäliikuntaa, uintia ja muita mahdollisia sisäpelejä
- Mahdollisuus pilkkikalastukseen ja lumikenkäilyyn

Hinta: 28€/vrk eli 140€ koko loma
Hakuaika 2.1.2012 mennessä

10.–15.6.2011 Lapsiperheiden liikuntaloma Liikuntakeskus Pajulahdessa Nastolassa. (10 perhettä)

Loma toteutetaan yhteistyössä Pajulahden urheiluopiston kanssa. Loma käy myös pyörätuolin käyttäjille. Tule perheen kanssa kokeilemaan ja nauttimaan kauniista luonnosta ja Pajulahden palveluista. Lomaohjelmassa on päivittäin ohjattua sisä- ja ulkoliikuntaa. Opistolla perheet majoitetaan perheille soveltuviin soluhuoneisiin. Pajulahti on lähtenyt aktiivisesti kehittämään soveltavaa liikuntaa myös aisti- ja liikuntavammaisille henkilöille. Tule tutustumaan liikunnan tarjontaan! Lisätietoja Pajulahdesta saat osoitteesta www.pajulahti.com. Loma soveltuu myös pyörätuolia käyttäville.

Hinta: 23€/vrk aikuinen, 8-16v lapsi 7€/vrk ja alle 8 vuotiaat ilmaiseksi
Haku aika lomalle päättyy 12.3.2011

20.–25.8.2011 Hossan perinteinen luontolomaviikko aikuisille ja nuorille aikuisille

Voit valita kolmesta eri ryhmävaihtoehdosta itsellesi parhaiten sopivan ryhmän. **Ilmoita haluamasi ryhmä hakemuksessa.** Vaikeavammaiselle on avustusta lomalla päivittäisissä toiminnoissa. Jos tarvitset yöllä säännöllistä avustusta, on henkilökohtainen avustaja hyvä olla mukana. Loma sopii myös pyörätuolin käyttäjälle.

Ryhmä 1 on päivätoimintaryhmä, joka jakaantuu pienimpiin toimintaryhmiin, kuten kalastus, marjastus ja lyhyet päiväretket. Tämä ryhmä soveltuu hyvin myös huonompikuntoiselle ja pyörätuolin käyttäjille.

Ryhmä 2 on vesistövaellusryhmä, jossa on kanoottien lisäksi käytössä myös veneitä. Tämä ryhmä soveltuu hyvin myös pyörätuolia käyttäville. Teemme päivittäin vesistövaelluksia.

Ryhmä 3 on patikointiryhmä, joka liikkuu jalkaisin alueen polkureitistöjä kapeilla luonnonkauniilla järvikankailla. Sopii myös toispuolihalvaantuneille. Patikkaryhmässä on kaksi pienryhmää, hyvin liikkuvat patikoivat 12 - 15 kilometriä päivässä ja hitaammin liikkuvat 2 -6 kilometriä päivässä. Pidämme leiriä omassa kämpissä tukikohdassa. Ryhmässä on mahdollista yöpyä myös maastossa.

Hinta: 28€/vrk eli 140€ koko loma
Haku aika Hossan luontolomaviikolle päättyy 23.5.2012.

Luontovalokuvaus - ja kalastusloma aikuisille ja nuorille yli 18v Ilomantsissa Möhkönmantalla 12. – 16.9.2012

Luonto valokuvaus ja kalastus loma 12-15 hengelle Möhkössä Ilomantsissa. Missä on esteettömiä palveluita pyörätuoli ja toimintarajoitteisille henkilöille. Majoitus 2 päivää Jänissaaressa ja 3 päivää Möhkön kylällä esteettömissä majoitustiloissa. Teemme siis kahden päivän kalastus ja kuvaus reissun erä tukikohtaan (esteetön) Jänissaareen. Retkeilemme veneellä Petkeljärven kansallispuistoon ja tutustumme alueen sotahistoriaan ja luontopolkuihin sekä nautimme luontohenkisen porukan seurasta ja Mantan Karjalaisesta ruokapalvelusta. Loma sopii siis pyörätuolin käyttäjille, mutta henkilökohtainen avustaja tulee olla mukana.

Hinta 28€/vrk eli 140€ koko loma
Hakuaika päättyy 15.6.2012

Lähetä hakukaavake seuraavaan osoitteeseen tai tee sähköinen hakemus netissä

**Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto
Mannerheimintie 31 B 20
00250 Helsinki
www.mtlh.fi**