



Tuetut lomat aikuisille 2026

MIKÄ ON TUETTU LOMA?

Tuetut lomat ovat suunnattu pienituloisille, joilla ei muuten ole mahdollisuutta lomaan. Lomat myönnetään taloudellisin, terveydellisin ja sosiaalisin perustein eniten lomaa tarvitseville. Ensi kertaa lomaa hakevat ovat etusijalla.

Lomat sisältävät täysihoidon ruokineen, innostavan ohjelman sekä majoituksen jaetuissa kahden hengen huoneissa. Loman omavastuuosuus on vain 25 €/vrk. Lomailija vastaa matkasta lomakohteeseen.

LOMAN HAKEMINEN

Tee hakemus verkossa: www.lomajaterveys.fi tai täytä paperinen hakemus. Hakuajat päättyvät 3 kk ennen loman alkua.

Samalla hakemuksella voivat hakea kaikki samassa taloudessa asuvat. Eri taloudessa asuva täyttää oman hakemuksen perusteluineen.

LOMAN MYÖNTÄMINEN JA PÄÄTÖKSISTÄ ILMOITTAMINEN

Tuetun loman voi saada maksimissaan kolmen vuoden välein ja enintään kolme kertaa kymmenen vuoden aikana.

Loman myöntämisessä huomioidaan myös muiden lomajärjestöjen myöntämät lomatuet. Kutsu lomalle lähetetään n. 2 kk ennen loman alkua sähköpostitse tai postitse.

OMAVASTUUN PALAUTUSEHDOT

Omapastuuosuus palautetaan, jos loma perutaan viimeistään 4 viikkoa ennen loman alkamista. Sen jälkeen omavastuu palautetaan vain pakottavan esteen vuoksi (esim. sairaus).

Lomalaisen tulee itse hakea omavastuun palautusta ottamalla yhteyttä Loma ja Terveys ry:hyn viimeistään 1 kk loman päättymisen jälkeen.

IKÄÄNTYNEIDEN LOMAT (4 vrk)

Senioriloma 60 v. +

Eläkeikää
lähestyville ja
nuoremmille
eläkeläisille

Senioriloma 60 v. +

Kylpylähotelli Kunnonpaikka
Kruunupuisto
Lehmirannan lomakeskus
Lohja Spa & Resort
Kylpylähotelli Peurunka
Lehmirannan lomakeskus
Rokua Health & Spa
Kruunupuisto
Imatran Kylpylä
Härmän Kylpylä

Senioriloma 75 v. +

varttuneemmille
eläkeläisille

Senioriloma 75 v. +

Sport & Spa Hotel Vesileppis
Kylpylähotelli Peurunka
Rokua Health & Spa
Kruunupuisto
Lohja Spa & Resort
Kylpylähotelli Peurunka
Imatran Kylpylä

04.05.2026–08.05.2026
25.05.2026–29.05.2026
25.05.2026–29.05.2026
10.08.2026–14.08.2026
24.08.2026–28.08.2026
07.09.2026–11.09.2026
07.09.2026–11.09.2026
14.09.2026–18.09.2026
05.10.2026–09.10.2026
21.12.2026–25.12.2026

04.05.2026–08.05.2026
18.05.2026–22.05.2026
10.08.2026–14.08.2026
17.08.2026–21.08.2026
07.09.2026–11.09.2026
14.09.2026–18.09.2026
21.09.2026–25.09.2026

LOMAT OMAISHOITAJAILLE JA HOIDETTAVILLE (4 vrk)

Lomat ovat tarkoitettu aikuisille omaishoitajille ja hoidettaville yhdessä. Lomalla päävastuu hoidettavasta on omaishoitajalla.

Omaishoitajaliitto ry

OMAISHOITAJAN JA HOIDETTAVAN LOMA

Härmän Kylpylä	11.05.2026–15.05.2026
Lohja Spa & Resort	11.05.2026–15.05.2026
Kylpylähotelli Kunnonpaikka	24.08.2026–28.08.2026
Kruunupuisto	24.08.2026–28.08.2026
Rokua Health & Spa	21.09.2026–25.09.2026
Kylpylähotelli Peurunka	26.10.2026–30.10.2026

**TUTUSTU
LOMAKOHTESIIN
JA HAE LOMAA:**
www.lomajaterveys.fi

VERTAISLOMAT (5 vrk)

Vertaislomilla lomalaisia yhdistää sama sairaus, vamma tai elämäntilanne. Lisätietoa lomakohteen esteettömyydestä ja apuvälineistä saat lomakohteesta.

AVUSTAMINEN LOMALLA

Jos tarvitset avustamista, hae lomaa avustavan henkilön kanssa.

- Samassa taloudessa asuvat täyttävät yhteisen hakemuksen.
- Eri taloudessa asuva täyttää oman hakemuksen perusteluineen.
- Työsuhteessa olevan henkilökohtaisen avustajan tiedot lisätään avustettavan lomahakemukselle. Kysy lisää asiakaspalvelustamme!
- Avustaja vastaa lomalaisen avustamisesta lomalla.

Hengityслиitto ry

VERTAISLOMA AIKUISILLE

Hengityssairaille aikuisille ja läheisille

Kylpylähotelli Kunnonpaikka 16.08.2026–21.08.2026

Invalidiliitto ry

VERTAISLOMA TOIMINTARAJOTTEISILLE AIKUISILLE

Fyysisesti vammaisille ja toimintaesteisille aikuisille ja läheisille

Kunnonlähde Kankaanpää 25.05.2026–30.05.2026

Kuuloliitto ry

VERTAISLOMA AIKUISILLE

Kuulovammaisille ja huonokuuloisille aikuisille ja läheisille

Rokua Health & Spa 17.08.2026–22.08.2026

Mielenterveyden Keskusliitto ry ja Finfami ry

VERTAISLOMA AIKUISILLE

Mielenterveyden ongelmia kokeville aikuisille ja läheisille

Kylpylähotelli Peurunka 30.08.2026–04.09.2026

Neurologista sairautta sairastavat aikuiset

Yhteisloma: Liikehäiriösairauksien liitto ry, Neuroliitto ry, Epilepsialiitto ry, Suomen Migreeniyhdistys ry, Aivolisäketopotilasyhdistys Sella ry sekä aivoverenkierron häiriötä sairastavat aikuiset

VERTAISLOMA AIKUISILLE

Neurologista sairautta sairastavat aikuiset ja läheiset

Kruunupuisto 07.09.2026–12.09.2026

Ohjaamo

VERTAISLOMA NUORILLE AIKUISILLE

18–29-vuotiaille nuorille aikuisille

Lohja Spa & Resort 07.09.2026–12.09.2026

Suomen Reumaliitto ry ja Suomen Nivelyhdistys ry

VERTAISLOMA AIKUISILLE

Reuma- ja nivelsairauksia sairastaville aikuisille ja läheisille

Kylpylähotelli Peurunka 16.08.2026–21.08.2026

OTA YHTEYTTÄ JA KYSY LISÄÄ!

Loma ja Terveys ry, Eerikinkatu 27, 00180 Helsinki
info@lomajaterveys.fi, 010 2193 460
(Avoinna ma-to klo 9–13. Puhelut ovat maksullisia.)
www.lomajaterveys.fi

