

Aromat
25 vuotta



Perhelomat 2005

A-lomien kautta voi hakea tuetulle lomalle tässä

esitteessä lueteltuihin kohteisiin. Tukea voi saada myös A-lomien lomaosakkeisiin ja mökkeihin ns. omatoimilomalle.

Perhelomien lomatukea haetaan A-lomien lomatukihakemuksella. On tärkeää, että täytät huolellisesti koko tukihakemuksen haetpa sitten perhelomalle tai mökkilomalle. A-lomat ei käsittele puutteellisesti täytettyjä hakemuksia.

Lomatukihakemus käsitellään luotamuksellisesti. A-lomat kertoo kirjeellä kaikille hakijoille päätöksen lomatuesta. Jos lomatuen peruuttaa ilman hyväksyttävää syytä, tulkitaan se käytetyksi. Lomatukea saa vain kerran vuodessa. Tukea ei voi hakea, jos sitä on saanut perheloman tai jonkin muun loman tueksi vuosina 2003–2004.

Lomatuen myöntäminen ja tuen suuruus

Lomatukea myönnetään raha-automaattivastuksista annetun lain perusteella. Huomioon otetaan hakijan sosiaaliset ja terveydelliset tekijät, perheen tulot sekä aiempi osallistuminen tuetuille lomille. Pidätämme oikeuden tietojen vaihtamiseen muiden lomajärjestöjen kanssa.

Aikuisten lomatuki on 170 euroa.

Lasten lomatuki (6–16 vuotta) on 85 euroa.

Alle 6-vuotiaat lapset lomailevat A-lomien kohteissa maksutta. Kohdeluettelossa on myös maininta yhden aikuisen perheen mahdollisista lisämaksuista. Osa perhelomakohteista tarjoaa myös perhehintoja. Perhelomalle osallistujat maksavat itse loman omavastuuosuuden sekä matkat.

Lomakaudet ja lomatuen hakuajat

Vuoden 2005 perhelomat on jaettu kolmeen lomakauteen, ja syksyn lomakausi on jaettu lisäksi kahteen jaksoon.

Kevät

Viikot 8–21

Hakuaika 1.12.2004–
17.1.2005

Kesä

Viikot 22–35

Hakuaika 1.3.2005–
11.4.2005

Syksy I

Viikot 36–41

Hakuaika 1.7.2005–
15.8.2005

Syksy II

Viikot 42–52

Hakuaika 15.8.2005–
19.9.2005

Majoitus ja ruokailu

Perhelomien majoitus on 2 hengen huoneissa. Osassa kohteista on myös perhehuoneita tai mahdollisuus mökkimajoitukseen. Hinnat on kerrottu puolihoiton mukaan. Täysihoidosta on maininta erikseen kohdeluettelossa.

Nuoret perheet -lomat 2005

A-lomat järjestää vuoden 2005 aikana viisi erityisesti nuorille lapsiperheille suunnattua lomatuettua teemalomaa. Nuoret perheet -lomalla on täysihoido ja monipuolinen ohjelma, johon koko perhe voi osallistua. Vanhemmille on tarjolla omaa ohjelmaa, jonka ajaksi on järjestetty maksuton lastenhoito. Katso lisää Nuoret perheet -lomat www.a-lomat.fi.

Ohjelma ja lastenhoitopalvelut:

Ohjelmatarjonta vaihtelee kohteittain. Jokaisessa A-lomien kelpuuttamassa loma-kohteessa löytyvät kuitenkin monipuoliset liikunta ja virkistyspalvelut, joihin perheet voivat osallistua yhdessä.

Lapsille on lisäksi tarjolla omaa ohjelmaa, joka on suunniteltu vuodenaikojen vaihtelun mukaan. Lasten oman ohjelman ikäryhmät vaihtelevat kohteittain. Alle 3-vuotiaille omaa ohjelmaa ei yleensä ole.

Useimmissa kohteissa on maksullisia lastenhoitopalveluita. Kohteet tekevät yhteistyötä MLL:n paikallisyhdistysten kanssa, ja palveluita tarjoavat koulutetut lastenhoitajat.

Alustava lomavaraus kannattaa tehdä lomakohteeseen jo lomatukea haettaessa, koska suosituimmat kohteet ja ajankohdat täyttyvät nopeasti. Kerro kohteelle, että haet lomatukea, ja sovi milloin lomavaraus on viimeistään varmistettava tai peruutettava. Kun varaat lomaasi, kysy ohjelmatarjonnasta ja lastenhoidosta tarkemmin.

Tarkista myös lasten ohjatun ohjelman ikäsuositukset. Tähän esitteeseen on koottu perustietoa lomatarjonnasta, ohjelmasta ja lastenhoitopalveluista. Lisää tietoa löytyy kohteiden omilta www-sivuilta.

Pienten lasten perheiden lomaviikot Huhmarissa

23.–28.5.2005.

Hakuaika 11.4.2005 mennessä.
8.–13.8.2005.

Hakuaika 13.6.2005 mennessä.
Haku A-lomien kautta. Lomat toteutetaan yhteistyössä Perhelomat ry:n kanssa. Omavastuu 92,50 euroa. Lapset alle 5-vuotta lomailevat maksutta.

Uusiperheiden lomat

Kustavin Lomakeskus
6.–11.7.2005

Taavetin Lomakeskus, Luumäki
27.6.–2.7.2005

Lisätiedot ja hakulomakkeet Lomaliitosta (09) 6138 3210. Hakemukset Lomaliittoon 1.4.2005 mennessä. myyntipalvelu@lomaliitto.fi, www.lomaliitto.fi

A-lomien mökit ja lomaosakkeet

Perhelomatuki A-lomien lomaosakkeisiin ja mökkeihin on enintään 340 euroa.

A-lomien mökit ja lomaosakkeet:

Vierumäki Heinolan mlk, Jämsän Himos, Kittilän Levi, Kuusamon Ruka, Muonion Jerisjärvi, Nilsin Tahko, Punkaharju, Sotkamon Vuokatti. Varaukset mökkeihin ja lomaosakkeisiin tehdään suoraan A-lomista.


A-lomat
25 vuotta

A-lomat ry

Ratamestarinkatu 11

00520 Helsinki

Puh. 020 111 2770 (arkisin 9–12)

Faksi (09) 145 706

toimisto@a-lomat.fi

www.a-lomat.fi



Perhelomakohte	Lomaviikot Hinta 5 vrk: aikuiset / 6–16-vuotiaat lapset	Majoitus	Loman sisällöstä	Lomajako Huomaa Lastenhoito
Bomban kylpylä Suojärvenkatu 1 75500 Nurmes p. (013) 687 200 f. (013) 687 2222 myynti@bomba.fi www.bomba.fi	8–10, 24, 28–29, 31*, 32, 42–43 * loma on tarkoitettu perheille, joissa lapset ovat yli 7-vuotiaita 260/130	kylpylän tai karjalais- kylän perhehuone tai kylpylän lomahuoneisto	– vapaa kylpylän sauna- ja allasosaston sekä kuntosalin käyttö – ohjelmassa mm. liikuntaa, leikkejä ja pelejä, illanvietto, retkiä, onkimista, askartelua – osa ohjelmasta suunnattu koko perheelle yh- dessä, osa aikuisille, 3-6- ja 7-v. lapsille erikseen	maanantai–lauantai ohjelmatuotannon hoitaa ohjelma- palveluyritys Metsäväki Oy, josta myös lastenhoitopalvelut. Metsäväki Oy; 6 € / tunti; vauvaikäisen hoidosta sovittava erikseen
Eerikkilän urheiluoipisto 31370 Eerikkilä p. (03) 424 9900 f. (03) 4249 9399 urheiluoipisto@eerikkilasport.fi www.eerikkilasport.fi	8, 28, 30, 43 285/165	perhehuoneisto, enin- tään kuudelle	– koko perheelle suunniteltu ohjelma sisältää terveyttä ja hyvinvointia edistävää kuntoliikun- taa, seikkailullisia osuuksia ja retkiä lähimaas- tossa, sekä illanviettoja – osa ohjelmasta suunnattu koko perheelle yhdessä, osa aikuisille ja eri-ikäisille lapsille erikseen (ei vauvaikäisille)	sunnuntai–perjantai tiistai–sunnuntai (43) MLL
Lomakeskus Huhmari 83700 Polvijärvi p. (013) 686 9210 f. (013) 686 9300 lomahuhmari@co.inet.fi www.lomakeskushuhmari.com	8–10, pääsiäinen, 23–31, 42–43 Perhepakettien hinnat: 420 / 1 aikuinen+lapsen 0–5 v 580 / 1 aikuinen+lapsi 6–16 v 615 / 2 aikuista+lapsen 0–5 v 700 / 2 aikuista+ lapsi 6–16 v 735 / 2 aikuista+2 lasta 6–16 v 895 / 2 aikuista +3 lasta 6–16 v 1055 / 2 aikuista +4 lasta 6–16 v Huhmari-huvilan lisäveloitus 175 €	perheloma- asunto (enintään kuudel- le, jolloin 2 lisävuodetta) pinnaanky 12 €	– vesimaailman vapaa käyttö, kuntosalin veloi- tukseton käyttö – ohjelmassa koko perheelle retkiä (maksulli- sia), liikuntaa, leikkejä, pelejä, askartelua – osa ohjelmasta suunnattu koko perheelle yhdessä, osa aikuisille ja eri-ikäisille lapsille erikseen (ei vauvaikäisille)	maanantai–lauantai kotieläimistä 20 € lisämaksu 6 € / tunti
Ikaalisten kylpylä 39500 Ikaalinen p. (03) 4511 www.ikaalistenkylpyla.fi	8–9, 26–31, 42–43 299/102,50	2 hh lisävuoteella	– aamupäivällä Vesitropiikkikäynti – vapaa kuntosalin käyttö, ohjatut liikunnan- ja vapaa-ajan palvelut, leikkihuoneella lapsille askartelua – lomaohjelman ulkopuolisista pelikenttämak- suista 50 % alennus	maanantai–lauantai MLL, 20 € /aloitustunti + 5 € /lisätunti
Virkistys- ja koulutuskeskus Keikkula 20960 Turku p. 0207 488 447 f. 0207 488 443 keikkula@senioriliitto.fi www.senioriliitto.fi	8–9 ja 42–43 225/125 26–27 295/171	2 hh lisävuoteella	– aamu-uinti ja aamusauna, rantasauna 1 x, kuntosalin vapaa käyttö, iltasauna 2 x, liikuntasalin käyttö – lapsille järjestettävä ohjelma sisältää kisailua, pelejä, metsäretkiä, leirinuotiotuokion, luonto- polkua, uintia, askartelua – vanhemmille liikuntaa toteutuakseen vaatii vähintään 20 lomalaista	maanantai–lauantai puolihoitoon sis. aamupala, lou- nas, päiväkahvi ja kevyt iltapala; ruokailut 400 m päässä olevassa Harjattulan kurssiravintolassa
Hotelli Keurusselkä 42700 Keuruu p. (014) 751 0500 f. (014) 738 008 keurusselka.myynti@lomaliitto.fi www.lomaliitto.fi/keurusselka	8–10 ja pääsiäinen alk. 275 / 137,50 kesä alk. 292,50 / 146,25 41–42 alk. 280 / 140 vuodenvaihde alk. 230 / 115 Yhden aikuisen perhe alk. 90 €, jos lapset alle 6 v.	2 hh lisävuoteella loma- hotelli tai päähotelli	– kuntosalin käyttö, kylpylävuoro Tähtitaivas kylpylässä, aamusauna ja -uinti – vuodenajan mukaan vaihteleva lomaohjelma, jossa on erillisiä osuuksia kaikenikäisille lapsille ja aikuisille; leikkejä, pelejä, askartelua, liikun- taa, ulkoilua/retkiä	maanantai–lauantai keskiviikko–maanantai (pääsiäinen) tiistai– sunnuntai (vuodenvaihde) MLL
Urheiluoipisto Kisakeskus 10470 Fiskars (Pohja) p. (019) 212 0300 f. (019) 245 6579 info@kisakeskus.fi www.kisakeskus.fi	8–9, 24, 25, 30 315 / 165 TÄYSIHOITO	perhehuone 2–8 henkilölle	– aikuiset ja lapset touhuavat välillä omissa ryhmissään, mutta ennen kaikkea yhdessä liikuntalajien ja kisailujen parissa – ikäryhmittäin ohjelma alkaa 4-vuotiaista lapsista	sunnuntai–perjantai MLL
Kylpylä Kivitippu 62600 Lappajärvi p. (06) 5615 000 f. (06) 5615 590 kivitippu@lomayhtyma.fi www.kivitippu.fi	8–10, 24–31, 42–43 310/155 Yhden aikuisen perhe 125 €, jos lapset alle 6 v.	2 hh lisävuoteella tai perhehuoneisto	– sauna- ja allasosaston käyttö päiväohjelmaan merkittyinä aikoina ja kuntosalin käyttö – vapaa-ajan ohjelma, liikuntaa, pelejä, askar- telua, retkiä – lasten ohjelma 3–13-vuotiaille	maanantai–lauantai MLL
Hotelli Korpilampi 02970 Espoo p. (09) 6138 4270 f. (09) 6138 4220 myyntipalvelu@korpilampi.com www.korpilampi.com	8–9, 26, 28, 43–44 310/165 (4–6-vuotiaista lapsista 19 € maksu) Yhden aikuisen perhe 157,50 €, jos lapset alle 6 v.	2 hh lisävuoteella	– kaksi kertaa viikossa ja aikuisten ohjattuja yhteistuoikioita – joka päivä lapsille (ei alle 7 v.) ikäryhmien mukaisia pelejä, leikkejä ja kisailuja, – kahdelle illalle iltalippu (klo 16–20) Serenan vesihuviopuistoon	maanantai–lauantai
Kustavin lomakeskus 23360 Kustavi p. (09) 6138 3210 tai (02) 848 1200 (6.6.–21.8.05) myyntipalvelu@lomaliitto.fi www.lomaliitto.fi/kustavi	PERHELOMAT: liikuntalomat 12-18.6., 1.–6.8.; luontoloma 26.6.–1.7. KAIKENIKÄISILLE: liikuntaloma 18.–23.6.; luontoloma 6.–11.8. alk. 221,50 / 110,75	rivitalohuone 2–4 henkilölle	– päivittäinen saunomismahdollisuus, moni- puolinen lomaohjelma, kaksi lomaohjaa, ohjelmassa retkiä (osa maksullisia), liikuntaa, leikkejä, askartelua – osa ohjelmasta erikseen aikuisille ja lapsille	MLL
Mäntymotelli 52720 Karankämäki p. (015) 7616 200 f. (015) 7616 321 myyntipalvelu@mantymotelli.com www.lomaliitto.fi/mantymotelli	24, 26, 30 248,75/124,38 rantatalo neljälle 277/138,50	2 hh tai 4 hh rantatalo	– leikkejä, pelejä, askartelua, tietoisuuksia – osa ohjelmasta erikseen aikuisille ja lapsille	sunnuntai–perjantai MLL

Perhelomakohte	Lomaviikot Hinta 5 vrk: aikuiset / 6-16-vuotiaat lapset	Majoitus	Loman sisällöstä	Lomajakso Huomaa Lastenhoito
Liikuntakeskus Pajulahti 15560 Nastola p. (03) 8855 200 f. (03) 8855 222 asiakaspalvelu@pajulahti.com www.pajulahti.com	8-9, 24-32, 43, 52 306/153 8 - 9 310/155 24 - 31 290/145 32, 43, 52 Rantapajun huoneet: lisämaksu 100 - 140 € / perhe	2 hh tai 3-6 h perhehuone	- kuntosalin käyttö, tennis-, sulkapallo- ja squashkentät - ohjelmassa liikuntaa, pelejä, leikkejä: sekä perheen yhteistä tekemistä että sopivassa määrin myös omaa tekemistä lapsille ja aikuisille - viikoilla 8, juhannus, 26-31, 52 oma ryhmä 3-5-vuotiaille - kouluikäisille lapsille omat ryhmät kaikkina viikkoina	sunnuntai-perjantai juhannus ja viikko 52 (uusivuosi) tiistai-sunnuntai
Kylpylähotelli Peurunka 41340 Laukaa p. (014) 839 6300 f. (014) 839 699 peurunka@peurunka.fi www.peurunka.fi	24-30 279/85 päärakennuksen hotelli tai lähirivitalot 229/85 Peurunkamäen rivitalo	2 hh lisävuoteella	- saunaa, uima-allasosaston ja kuntosalin käyttö - liikuntaohjelmaa ja vapaa-ajan ohjelmaa aikuisille ja lapsille - terveyskasvatusluentoja	maanantai-lauantai kylpylähoitoihin 10 % alennus MLL
Hotelli Rantakalla 85100 Kalajoki p. (08) 466 642 f. (08) 466 617 myyntipalvelu@rantakalla.com www.lomaliiitto.fi/kohteet	8-10, 12, 41-43 alk. 255/127,50 22-30 alk. 310/155 Yhden aikuisen perhe 95 €, jos lapset alle 6 v. tai vain yksi 6-16 v.	2 hh lisävuoteella	- aamusauna ja -uinti, iltasauna 2 x - lomaohjajan järjestämää ohjelmaa päivittäin, mm. ohjattua liikuntaa, perheolympialaisia, allasjumpsaa, pelejä, leikkejä, kilpailuja, retkiä	yleensä maanantai-lauantai tai sunnuntai-perjantai
Kylpylä hotelli Rauhalampi 70700 Kuopio p. (017) 473 473 f. (017) 473 470 myynti@rauhalampi.com www.rauhalampi.com	8-10, 26-30, 41-43 294/147 Yhden aikuisen perhe 120 €, jos lapset alle 6 v.	2 hh tai perhehuone	- kylpylän ja kuntosalin käyttö, savusauna + perinneilta tukkipöydällä, retkiä (eri maksu) - lasten ohjelmassa erilaisia pallopelejä, seinäkiipeilyä, askartelua, lasten jumpsaa, satuhetkiä - aikuisten ohjelmassa liikuntaa, luentoja - luontopolku	sunnuntai-perjantai tai maanantai-lauantai MLL
Rokuan kuntokeskus 91670 Rokua p. (08) 542 3100 f. (08) 542 4813 myynti@rokua.spa.fi www.rokua.spa.fi	26, 28, 30 255/127,50	2 hh tai perhehuone	- sauna- ja allasosaston sekä kuntosalin käyttö, askartelu- ja harrastetilojen käyttömahdollisuus, harrastevälineiden käyttö - luentoja - lapsille ja aikuisille yhteistä ohjattua toimintaa, liikuntaa, ulkoilua, askartelua	maanantai-lauantai
Siuntion kylpylä 02570 Siuntio p. (09) 260 6060 f. (09) 2606 0666 siuntio@miinanhoitolat.fi www.miiinanhoitolat.fi	8, 27, 42 perhepaketti 575 (1-2 aikuista ja 1-2 lasta)	2 hh lisävuoteella	- sauna- ja allasosaston käyttö, talon vapaa-ajanohjelmaa, aamuverryttelyt - ryhmän oma liikuntatunti aamupäivällä (vesiliikuntaa, luontoretki, ulkopelit...) - ryhmän yhteinen retki iltapäivällä lintutornille, laavulle - maastojousiammuntaa	maanantai-lauantai
Sulkavan lomakeskus 58700 Sulkava p. (09) 6138 3210 tai (015) 471761 (6.6.-14.8.05) myyntipalvelu@lomaliiitto.fi www.lomaliiitto.fi/sulkava	LAPSIPERHEILLE: luontolomat 11.-16.6., 10.-15.7., 30.7.-4.8., 4.-9.8.; liikuntalomat 27.6.-2.7., 15.-20.7., 25.-30.7. KAIKENIKÄISILLE: luontoloma 16.-22.6., liikuntaloma 22.-27.6. alk. 219/109,50	2-4 hh	- päivittäinen saunomismahdollisuus, monipuolinen lomaohjelma, kolme lomaohjaajaa, ohjelmassa retkiä (osa maksullisia), liikuntaa, leikkejä, askartelua, karaoke - osa ohjelmasta erikseen aikuisille ja lapsille - Saimaan risteily (maksullinen)	MLL
Suur-Saimaan lomakeskus 54920 Taipalsaari p. (09) 6138 3210 tai (05) 4145 081 (n. 8.6.-7.8.05) myyntipalvelu@lomaliiitto.fi www.lomaliiitto.fi/suur-saimaa	LAPSIPERHEILLE: liikuntalomat 13.-18.6., 1.-7.7., 18.-23.7., 2.-7.8.; luontolomat 26.6.-1.7., 23.-28.7., 12.-18.7. KAIKENIKÄISILLE: liikuntaloma 8.-13.6.; luontoloma 18.-24.6. alk. 204/102	2-4 hh	- päivittäinen saunomismahdollisuus, monipuolinen lomaohjelma, kolme lomaohjaajaa, ohjelmassa retkiä (osa maksullisia), liikuntaa, leikkejä, askartelua, karaoke - osa ohjelmasta erikseen aikuisille ja lapsille - Saimaan risteily (maksullinen)	MLL
Taavetin lomakeskus 54510 Uro p. (09) 6138 3210 tai (05) 615 2500 (n. 6.6.-13.8.05) myyntipalvelu@lomaliiitto.fi www.lomaliiitto.fi/taavetti	LAPSIPERHEILLE: liikuntalomat 6.-11.6., 2.-7.7., 18.-23.7., 28.7.- 2.8.; luontolomat 17.-22.6., 7.-12.7., 12.-18.7. KAIKENIKÄI- SILLE: liikuntalomat 22.-27.6., 27.6.-2.7., 8.-13.8.; luontoloma 23.-28.7. alk. 219/109,50	2-4 hh tai perhehuone	- päivittäinen saunomismahdollisuus, monipuolinen lomaohjelma, kolme lomaohjaajaa, ohjelmassa retkiä (osa maksullisia), liikuntaa, leikkejä, askartelua, karaoke - osa ohjelmasta erikseen aikuisille ja lapsille - huvipuistoretki Tykkimäen huvipuistoon (maksullinen)	MLL
Vuokatin urheilupuisto 88615 Vuokatin urheilupuisto p. (08) 619 11 f. (08) 664 0134 sporthotel@vuokattisport.fi www.vuokattisport.fi	8, pääsiäinen (23.-28.3.), joulukuusi (21.-26.12.) 268/138 26-30, 41-43 250/125	2 hh, 3 hh, 4 h huoneisto, 6 h huoneisto	- hotellisauna, uimahallin käyttö, kuntosalin, palloiluhallin ja ulkotenniskenttien käyttö - vapaa-ajalla, liikuntaa ja ulkoilua, pelejä	sunnuntai-perjantai MLL

✳ **A-lomat** ry on akavalaisten lomajärjestö. Perhelomien ja lomaosakkeiden lisäksi järjestö tarjoaa läpi vuoden muitakin laadukkaita ja lomatuettuja lomia, jotka edistävät akavalaisten ja heidän perheidensä hyvinvointia sekä työssä jaksamista.

✳ **Kuntoremontti** tukee työ- ja toimintakykyä. Lomalla testataan fyysinen kunto ja saadaan tietoa terveellisistä elintavoista. **Terveystreffeilä** tarkistetaan kunnossa tapahtuneet muutokset.

✳ **Tsemppiloma** työuupumusta ehkäisevä ohjattu kurssi, jota järjestetään yhteistyössä Ikaalisten kylpylän kanssa.

✳ **Kuntoremonttikurssi** on varhaista kuntoutusta, jota työnantajat järjestävät omille työntekijöilleen yhteistyössä työterveyshuollon kanssa.

INTERVAC on kansainvälinen lomapalvelu. Tutustu www.intervac.com.

A-lomien kautta saa jäsenalennusta kotimaan hostelleissa ja kansainvälisen hostellikortin jäsenhintaan.