

Lähde viettämään A-kiltalaisten  
päihteetöntä joulua Vertaislomalle!

# TUETTU VERTAISLOMA

22.-27.12.2024

HÄRMÄN KYLPYLÄÄN  
YLIHÄRMÄÄN



Lomalla saat ohjausta ja neuvontaa terveyteen ja voimaantumiseen liittyen ja se sisältää päivittäistä, monipuolista liikuntaa ja rentoutumista. Päivittäin nautitaan vertaistuesta ja iloisesta yhdessäolosta.

A-Kiltojen Liitosta lomalla vertaiskoutsina Birgit Tyykiluoto p. 045 264 8535, [birgit.tyykiluoto@gmail.com](mailto:birgit.tyykiluoto@gmail.com)

Vertaisloman omavastuuhintana on 125 €/hlö (25 €/vrk). Hinta sisältää täysihoidon, majoituksen kahden hengen huoneessa, allasosaston ja kuntosalin käytön sekä lomaohjelman. Matkoista jokainen osallistuja vastaa itse.

**Huolellisesti perustellut ja täytetyt lomatuikihakemukset tulee olla viimeistään 20.9.2024**

**Maaseudun Terveys- ja lomahuolto ry:ssä:**

MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY

Ruoholahdenkatu 8, 4. krs, 00180 HELSINKI

Lomalle voi hakea myös sähköisesti [www.mtlh.fi](http://www.mtlh.fi)

Laskutukseen liittyvät asiat Maaseudun terveys- ja lomahuolto ry, puh. 010 2193 464.

Maaseudun terveys- ja lomahuolto ry:n tukihakemuksia on tulostettavissa osoitteesta [www.a-kiltojenliitto.fi/Tapahtumat/Tuetut\\_vertaislomat](http://www.a-kiltojenliitto.fi/Tapahtumat/Tuetut_vertaislomat). Niitä on myös saatavissa A-killoista sekä A-Kiltojen Liitto ry:n toimistosta.

Lomatukipäätökset tekee lomajärjestö n. 2 kk ennen loman alkua. Lomalle myönnetty saavat henkilökohtaisen kutsun.

Tuetut lomat ovat suunnattu ihmisille, joiden olisi muuten taloudellisesti haastavaa tai mahdotonta päästä lomalle. Myös terveydelliset ja sosiaaliset haasteet ovat perusteita loman tarpeelle. Lomat myöntää MTLH ry. Tuetun loman voi saada maksimissaan kolmen vuoden välein ja enintään kolme kertaa kymmenen vuoden aikana.

Maaseudun terveys- ja lomahuolto ry pidättää oikeuden loma-ajan ja -paikan muutoksiin. MTLH ry:n toiminta on STEA:n rahoittamaa.

## Hyvä Vertaisloman hakija/osallistuja

Olet hakemassa/osallistumassa Vertaislomalle, jonka järjestäjänä toimii Maa-seudun Terveys- ja Lomahuolto ry yhdessä A-Kiltojen Liitto ry:n kanssa. Varmistaaksemme, että kaikkien osallistujien loma onnistuu hyvin, haluamme muistuttaa muutamista asioista tämän kirjeen avulla.

### Lomalla vertaistukea päihdetoipumiseen

Kyseessä on erityisloma, joka on tarkoitettu A-kiltatoiminnan kohderyhmään kuuluville, siis päihdeongelmaisille, päihdetoipujille ja heidän läheisilleen. Osallistujan ei kuitenkaan tarvitse olla minkään A-killan jäsen.

Lomalla osallistujat saavat mahdollisuuden tavata toisia samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia, jakaa kokemuksiaan ja vahvistaa omia voimavarojaan arjen tueksi. Loma on A-kiltatoimintaa ja lomalla toimitaan A-kiltatoiminnan arvojen mukaisesti.

### Mukana A-kiltalainen vertaiskoutsi

Lomalla on mukana A-kiltalainen koulutettu vertaiskoutsi. Hän järjestää osallistujien kanssa ryhmätapaamisia ja mahdollisesti muuta omaehtoista toimintaa, josta sovitaan osallistujien kesken ja joka toteutuu A-kilta-arvojen mukaisesti. Vertaisohjaaja ja muut lomalle osallistuvat tukevat toisiaan päihteettömyydessä.

### Loma on päihteetön

**Loma on ehdottomasti päihteetön.** Päihteiden käyttäminen lomalla on väärin muita samalle lomalle osallistuvia kohtaan, ja se rikkoo A-kiltatoiminnan arvomaailmaa.

Mikäli joku kuitenkin käyttää päihteitä tällä lomalla, hänet suljetaan välittömästi pois A-kiltalaisten osallistujien joukosta ja omaehtoisesta toiminnasta. Lisäksi päihteitä käyttänyt on velvollinen vaihtamaan huonetta omalla kustannuksellaan huonetoverin päihteettömän loman turvaamiseksi.

A-kiltatoiminnan arvot ovat:  
päihteettömyys,  
kokemuksellisuus,  
yhteisöllisyys,  
vapaaehtoisuus,  
toiminnallisuus ja  
yhteistoiminta.

A-Kiltojen Liitto ry toivottaa hyvää lomaa kaikille osallistujille!

Toivottavasti nautit lomastasi,  
saat voimaa vertaisuudesta ja eväitä hyvinvointiin!





Maaseudun Terveys- ja Lomahuolto ry  
Ruoholahdenkatu 8, 4. krs, 00180 Helsinki  
p. 010 2193 460 (ark. klo 9–13)  
lomat@mtlh.fi, www.mtlh.fi

# HAKEMUS TUETULLE LOMALLE

Eri talouksissa asuvat hakijat täyttävät omat hakemuksensa. Samassa taloudessa asuvat täyttävät vain yhden hakemuksen. Päähakijan tulee olla aikuinen. Emme käsittele puutteellisia hakemuksia. Ilmoitamme hakijalle vain myönteisestä päätöksestä kirjallisesti. Tähdellä merkityt kohdat ovat pakollisia.

## 1. HAKIJAN HENKILÖTIEDOT

Sukunimi*		Etunimi*	
Henkilötunnus* ppkkvv-xxxx tai ppkkvvAxxxx		Puhelin*	
Lähiosoite*		Sähköposti	
Postinumero*	Postitoimipaikka*	Huollettavien alle 18v. lasten lukumäärä*	
Siviilisäätö* <input type="checkbox"/> Avio-/avoliitto <input type="checkbox"/> Leski <input type="checkbox"/> Eronnut <input type="checkbox"/> Naimaton <input type="checkbox"/> Asuu erillään			
Alaikäisten lasten yksinhuoltajuus* <input type="checkbox"/> Ei <input type="checkbox"/> Yksinhuoltaja <input type="checkbox"/> Yhteishuoltaja		Työssäkäynti* <input type="checkbox"/> Palkansaaja <input type="checkbox"/> Yrittäjä <input type="checkbox"/> Vanhuus- eläkeläinen <input type="checkbox"/> Työkyvyttömyys- eläkeläinen <input type="checkbox"/> Perhe- vapaa <input type="checkbox"/> Opiskelija <input type="checkbox"/> Työtön <input type="checkbox"/> Muu, mikä?	

## 2. HAEN LOMALLE

Yksin  Puolison kanssa  Lasten kanssa  Puolison ja lasten kanssa

Lomalle osallistuu työsuhteinen avustaja. Avustajan yhteystiedot: \_\_\_\_\_

Haen ystävän/ystäväperheen kanssa. Ystävän hakemus on nimellä: \_\_\_\_\_

Majoitun ystävän kanssa samaan huoneeseen.  Lähdän lomalle, vaikka ystävä ei pääse.  En lähde lomalle, jos ystävä ei pääse.

## 3. PUOLISON HENKILÖTIEDOT

 Täytetään vain, jos puoliso lähtee lomalle.

Henkilötunnus* ppkkvv-xxxx tai ppkkvvAxxxx	Sukunimi*	Etunimi*
Työssäkäynti* <input type="checkbox"/> Palkansaaja <input type="checkbox"/> Yrittäjä <input type="checkbox"/> Työtön <input type="checkbox"/> Opiskelija <input type="checkbox"/> Perhe- vapaa <input type="checkbox"/> Vanhuus- eläkeläinen <input type="checkbox"/> Työkyvyttömyys- eläkeläinen <input type="checkbox"/> Muu, mikä? _____		

## 4. LOMALLE TULEVAT LAPSET

 Lomalle tulevien lasten nimet ja henkilötunnus kokonaan (myös sukunimi, jos eri kuin hakijalla).  
Henkilötunnus muodossa ppkkvv-xxxx tai ppkkvvAxxxx.

Nimi*	Henkilötunnus*	Nimi*	Henkilötunnus*
1.		5.	
2.		6.	
3.		7.	
4.		8.	

## 5. TOIVOTTU LOMAKOHDE JA AIKA\*

 Täytä 1–3 vaihtoehtoa.

Lomakohte	Loma-ajankohta	Yhteistyöjärjestö
1.		
2.		
3.		

## 6. LOMAN TAVOITTEET\*

 Mitä asioita odostat tuetulta lomalta? Arvioi, miten tärkeää seuraavien asioiden toteutuminen lomalla olisi.  
Käytä asteikkoa 1-5. Merkitse X, mikäli asia ei ole lainkaan haetun loman tavoitteena.

1 = ei lainkaan tärkeää, 2 = vähän tärkeää, 3 = melko tärkeää, 4 = tärkeää, 5 = erittäin tärkeää, X = ei loman tavoitteena

\_\_\_\_\_ Lepo ja virkistyminen \_\_\_\_\_ Liikunnallisuus ja toiminta \_\_\_\_\_ Vertaistuki \_\_\_\_\_ Sosiaalinen kanssakäyminen

\_\_\_\_\_ Perheen yhteinen aika \_\_\_\_\_ Muu tavoite, mikä: \_\_\_\_\_

**7. TALOUDELLINEN TILANNE** Taloudellinen asema on aina selvitettävä. Lomajärjestöllä on oikeus tulotietojen tarkistamiseen verottajalta. Myös puolison tulotiedot on täytettävä aina, vaikka puoliso ei hae lomaa. Tuloiksi huomioidaan kaikki veronalainen tulo. Asumistukea, lapsilisää, elatustukea ja toimeentulotukea ei lasketa tuloksi.

**Hakijan tulot muodostuvat\*:**

- Ansiotulo       Työttömyyspäiväraha  
 Pääomatulo     Sairaus-, äitiys- tms. päiväraha  
 Eläketulo       Omaishoidontuki  
 Muu, mikä? \_\_\_\_\_

Kaikki nettotulo/kk \_\_\_\_\_ €

**Hakijan velat:**

Asunto- ja opintolainat yht. \_\_\_\_\_ €  
Muut lainat yht. \_\_\_\_\_ €  
Lainanhoitokulut/kk (lyhennys + korot) \_\_\_\_\_ €

**Puolison tulot muodostuvat\*:**

- Ansiotulo       Työttömyyspäiväraha  
 Pääomatulo     Sairaus-, äitiys- tms. päiväraha  
 Eläketulo       Omaishoidontuki  
 Muu, mikä? \_\_\_\_\_

Kaikki nettotulo/kk \_\_\_\_\_ €

**Puolison velat:**

Asunto- ja opintolainat yht. \_\_\_\_\_ €  
Muut lainat yht. \_\_\_\_\_ €  
Lainanhoitokulut/kk (lyhennys + korot) \_\_\_\_\_ €

**8. ELÄMÄNTILANNE\*** Arvioi omaa tai lomalle hakevan perheesi tämänhetkistä tilannetta seuraavista näkökulmista asteikolla 1 = erittäin huono, 2 = huono, 3 = ei hyvä eikä huono, 4 = hyvä, 5 = erinomainen

\_\_\_\_\_ Fyysinen terveys    \_\_\_\_\_ Psykkinen terveys    \_\_\_\_\_ Sosiaaliset suhteet

\_\_\_\_\_ Arjen sujuminen    \_\_\_\_\_ Elämän mielekkyys    \_\_\_\_\_ Yhdenvertaisuuden kokemus

**9. HAKEMUKSEN PERUSTELUT\*** **Täytä huolella tiedot tämänhetkisestä tilanteestasi. Ilman perusteluja lomaa ei voida myöntää.**

**A. Taloudelliset perustelut** (Esim. velkaantuminen, lainat, ulosotto)


**B. Sosiaaliset perustelut** (Esim. työttömyys, vuorotyö, perheongelmat, yksinäisyys, yksinhuoltajuus)


**C. Terveydelliset perustelut** (Mitä fyysisiä ja psyykkisiä sairauksia tai vammoja taloudessa asuilla tällä hetkellä on?)


**D. Lisätiedot** (Ilmoita tässä erityisruokavaliot ja apuvälineet sekä mahdollisen invahuoneen tarve.)


**10. PÄIVÄYS JA HAKIJAN ALLEKIRJOITUS\*** Vakuutan tässä antamani tiedot oikeiksi. Tallennamme nimi- ja osoite-tietosi asiakasrekisteriimme.

Allekirjoituksellani suostun siihen, että hakemuksessa olevia loman käytännön järjestelyjen kannalta välttämättömiä tietoja (avun tarve, liikkuminen ym.) voidaan antaa lomakohteelle ja mahdolliselle yhteistyöjärjestölle. Vakuutan, että minulla on kaikkien hakemuksessa ilmoitettujen henkilöiden suostumus arkaluontoisten tietojen käsittelyyn lomatuon myöntämisen kannalta ja tietosuojalainsäädäntöä noudattaen. Hakemuksessa arkaluontoisia tietoja ovat erityisesti lomatukea hakevien ja lomalle osallistuvien lasten terveyttä ja avun tarvetta koskevat tiedot. Asiakasvalinta perustuu STM:n vuosittaiseen valtionavustuspäätökseen ja siinä asetettuihin ehtoihin. Hakija voi halutessaan tutustua itseään koskeviin tietoihin lomajärjestön asiointijärjestelmässä.

Annan suostumukseni, että hakemuksella antamani tietoja voidaan käyttää anonymisti tutkimustarkoituksissa.

Paikka ja aika \_\_\_\_\_ Allekirjoitus \_\_\_\_\_