

## Arvoisa Vastaanottaja

### Ohessa hakulomake omaishoitajan ja apua tarvitsevan läheisen teemalomalle Kylpylähotelli Rauhalahteen Kuopioon 23. – 28.5.2010.



Loman teemana on ”Kanttia kanssa”.

- o loman omavastuuosuus on 120 € henkilöltä
- o majoittuminen kahden hengen huoneessa
- o täysihoidoruokailut
- o yksi kylpylähoito
- o **tällä lomalla hoitovastuu apua tarvitsevasta läheisestä on koko loman ajan omaishoitajalla.**

Saunomaan ja uimaan pääsee yleisten vuorojen aikana sekä kuntosalille sen aukioloaikana.  
Uima-altaaseen on hissi.

Tämä loma antaa puhtia arkeen, liikuntaa kropalle ja vapaa-ajan ohjelmaa.

Lomalla on mukana Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry:n kaksi lomaohjaajaa, jotka huolehtivat omaishoitajien ja apua tarvitsevien läheisten päivittäisistä kokoontumisista. Näissä tapaamisissa tarkastellaan muun muassa jämäkkyuden olemusta ja sen tarpeellisuutta elämän eri tilanteissa.

Rauhalahdessa on helppo liikkua myös apuvälineitä käyttävien henkilöiden.

- o tavallisimpia apuvälineitä (mm. wc-koroke ja suihkutuoli) on mahdollisuus lainata
- o **mainitkaa hakemuksessanne, mikäli tarvitsette apuvälineitä lainaksi!**

**Täyttäkää hakemus huolellisesti (myös oheinen lisäselvityslomake)! Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia emme voi käsitellä.**

- o kertokaa millainen omaishoitotilanne teillä on
- o kertokaa omasta jaksamisestanne
- o sekä mahdollisista muista asioista, jotka haluatte esittää lomahakemuksenne perusteluiksi.
- o **Palauttakaa hakemus 26.3.2010 mennessä osoitteeseen:**

**Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry / omaishoitajalomat  
Hämeentie 105 A 18  
00550 Helsinki**



Ystävällisin terveisin Raija Holappa, kurssisihteeri, Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry