

Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry  
Hämeentie 105 A 18, 00550 Helsinki  
puh. 020 7806 533

**Loman yhteistyökumppanina on**  
Helsingin Kotien Puolesta ry

## ARVOISA VASTAANOTTAJA

**Oheisena pyytämämme hakulomake**  
**omaishoitajien *aurinkoisten ajatusten –teemalomalle***  
**Imatran Kylpylään Imatralle 14.-20.6.2010**



Keväinen sää on oikullista, auringonpaisteen voi keskeyttää mehevä sadepilvi. Vaan mielen aurinkoa eivät sateet syrjäytä! Ja toisaalta, heleinkään luonnon auringon paiste ei aina valaise synkkää mielenmaisemaa. Tällä lomalla pysähdytään hetkeksi etsimään mieleemme harmaiden pilvien karkottajia!

Loman omavastuuosuus on 138 € henkilöltä ja siihen sisältyy majoitus kahden hengen huoneissa, puolihoitoruokailut, ryhmän omaa ohjelmaa, kylpylän vapaa-ajanohjelma sekä aamusauna ja uinti päivittäin.

Lomalaisten käytettävissä ovat kylpylä Taikametsän altaat ja saunaosasto.

Lomalla on mukana Omaishoitajat ja Läheiset –Liitto ry:n lomaohjaaja ja hänen johdollaan omaishoitajat voivat kokoontua päivittäisiin tapaamisiin. Vertaistuen voima saattaa osoittautua tehokkaaksi sisäisten pilvien karkoittajaksi!

### **Täyttäkää hakulomake huolellisesti!**

Hakemuksen perusteluihin tulee kirjoittaa lyhyt selvitys siitä, millainen omaishoitotilanne teillä on ja mikä sairaus tai vamma apua tarvitsevalla läheisellänne on. Kertokaa myös omasta voinnistanne ja jaksamisestanne tai mahdollisesta uupumuksestanne.

**Puutteellisesti täytettyjä hakemuksia emme voi käsitellä.**

**Palauttakaa hakemus 26.4.2010 mennessä osoitteeseen:**

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



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