

Lehmirannan lomakeskus

KEVÄT
KESÄ
2022

*Sukupolvet lomailevat
yhdessä s. 6 ja 22*

*Vastuullisen ja
turvallisen matkailun
puolesta. s. 32*



UUTTA! Musaviikonloput •
Supisuomalainen viikko • Järjestyksenvalvojakurssi

Lomalle Lehmirantaan

Lehmiranta tarjoaa asiakkaille laadukkaita matkailupalveluita: hotellimajoitusta sekä kylpylä-, kokous-, ravintola- ja kahvila-palveluita. Toiminnan ytimessä ovat eläkeikäisille suunnatut ohjelmalliset lomat ja kurssit. Lehmirannassa eläkeikäiset eivät ole vain asiakasryhmä muiden joukossa, vaan numero yksi ja sydämen asia. Noudatamme tinkimättä voimassaolevia terveysturvallisuusohjeita. Yhteisöllisyys, vastuullisuus, turvallisuus, ystävällisyys ja luotettavuus ovat asioita, jotka ovat meille erityisen tärkeitä.

Loman voi varata ryhmälle, sille voi tulla yksin, kaksin tai henkilöautoseurueella. Voit viipyä koko teemaviikon ajan tai valita lyhyemmän lomajakson tai jonkin erilaisista Minilomistamme. Omanlaista rytmiä ja yhteisöllisyyttä tarjoavat suositut harrastekurssit. Tarjolla on myös pelkkää hotellimajoitusta Salon seudulla liikkuville matkailijoille sekä kokouspalveluja rauhallista ja luonnonläheistä paikkaa etsiville ryhmille ja yhteisöille.

Jokaisella lomaviikolla on päivittäin vanhemmille aikuisille suunnattua ohjattua lomatoimintaa tarinointihetkestä ulkoiluun, tietovisoista liikuntatuokioihin ja yhteislaulusta illanviettoihin. Viikoittain vaihtuva teemaohjelma on kuvattu lomakalenterissa. Lisäksi on paljon vaihtoehtoja omatoimiseen lomaviettoon.



Eläkeliitto ry:n jäsenille on alennetut hinnat kaikissa lomatyypeissä.



Täyspitkille (5 tai 6 vrk) lomaviikoille tai kursseille osallistuvilla on etukäteistilauksesta mahdollisuus yhteiskuljetukseen Salon keskustan rautatie- tai linja-autoasemilta tulo- ja lähtöpäivänä.



Muutokset mahdollisia.

- Varaa loma koko teemaviikoksi tai valitse lyhyempi (1-5 vrk) lomajakso viikon sisältä.
- Lomahinnasto löytyy sivulta 31.
*(5 vrk) = Viiden vuorokauden lomaviikon pakettihinta on voimassa ainoastaan näin merkityillä viikoilla.
- Harrastekursseille on omat kurssiohjelmat, hinnat sekä ilmoittautuminen.
- Ohjelmaan merkityt päiväohjelmat sisältyvät ko. aikaan lomakeskuksessa yöpyvien asiakkaiden puolihoitohintaan.

Tammikuu

TAMMIKUU 2022

Vko 3

Pelimanniviikko & Senioritanssiloma 18.–24.1.

Musiikintäyteinen lomaviikko, jonka aikana voi nauttia eri puolilta Suomea tulevien pelimannien musisoinnista. Pelimannit harjoittelevat päivittäin sekä esiintyvät yhteissoitoissa, iltatansseissa ja yhteislaulutuo-
kioissa viikon varrella. Elävää, vanhaa tanssimusiikkia on takuuvarmasti
joka ilta. Pelimanniviikon ohjelmassa on runsaasti tanssia, liikuntaa, ve-
sijumppaa, yhteislaulua, ulko- ja sisäliikuntaa sekä iltamia. Harrastatko
soittamista? Kiinnostaako yhteissoitto? Kysy edullista pelimannipaikkaa.

Tällä viikolla voit osallistua myös senioritanssin harjoitteluun omien
toiveidesi ja aikataulusi mukaan. Senioritanssia opetetaan ja sitä on
mahdollisuus harjoitella useita tunteja päivässä tanssinopettaja Laura
Cedrasin ohjauksessa. Opetustunteja ei ole sidottu toisiinsa, joten kuka
tahansa voi hypätä matkaan koska tahansa. Alla mainitut päivätapahtu-
mat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 21.1. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).
- **su 23.1. klo 16 Pelimannisoitot ja
senioritanssiesitykset + päivätanssit**
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 4

Viikko yhdessä 25.–31.1.

Lomaviikko kerää lomalaiset yhteen läheltä ja kaukaa iloisissa merkeissä.
Lomalla luvassa tutustumista, yhteislauluja, askartelua sekä keskustelu-
tuokioita. Lisäksi monipuolisesti liikuntaa mm. ulkoilua, uimaopetusta ja
erilaisia jumppia. Ollaan yhdessä! -iltamissa hauskaa tekemistä yhdessä:
laulua, tanssia, kisailua, musiikkia ja huumoria. Tule mukaan hankkimaan
uusia elämyksiä, kokemuksia ja ystäviä. Alla mainitut päivätapahtumat
sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 28.1. Klo 16 Sukupolvien sävelet Konsertti:**
Saara, Julia ja Janette Humalamäki
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

L	1	
S	2	
M	3	
T	4	
K	5	
T	6	
P	7	
L	8	
S	9	
M	10	
T	11	
K	12	
T	13	
P	14	
L	15	
S	16	
M	17	
T	18	<i>Pelimanniviikko & Senioritanssiloma 18.–24.1.</i>
K	19	
T	20	
P	21	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	22	
S	23	Pelimannisoitot ja senioritanssiesitykset + päivätanssit
M	24	
T	25	<i>Viikko yhdessä 25.–31.1.</i>
K	26	
T	27	
P	28	Sukupolvien sävelet -konsertti
L	29	
S	30	
M	31	Järjestyksenvalvojakurssi 31.1.–6.2.

Helmikuu

Vko 5

Ikivihreät viikko 1.–7.2.

Ikivihreät viikolla ammennetaan inspiraatiota 1950-luvulta niin musiikillisesti kuin ohjelmissakin. Iltaisin tanssitaan elävän musiikin tahdissa. Tällä viikolla ohjelmassa mm. tieto- ja musavisioja, levyraatia sekä yhteislaulutilaisuuksia ja ohjattua ryhmäliikuntaa. Alla mainitut päivätahtumat sisältävät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 4.2. klo 16 Kauneimmat Rakkauslaulut Konsertti ja päivätahtum: Essi Leppäkoski Duo**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 6

Supisuomalainen viikko 8.–14.2. UUTUUS!

Lähimatkailu on vastuullista ja suomalaisuus suosittua! Viikolla perehdytään mm. suomalaisiin perinneruokiin sekä kiinnostaviin uutuusherkkuihin. Laulamme kaikille tuttuja suomalaisia lauluja ikivihreistä iskelmiin sekä kuullaan lähiseudun historiasta. Jos osallistujia on riittävästi, tehdään opastettu retki lähialueelle (eri korvaus). Ota kokeilumieli mukaan. Pääset kokeilemaan talviolympialaisten hengessä suomalaisia villityksiä; villasukkajuoksua, kännykänheittoa, Speden spelejä, humppajumppaa ym.! Viikon varrella liiksäksi Suomi-ilta makuineen ja juomineen. Vuodenajan mukaan nautitaan ympärillä olevista puitteista ja luonnosta. Ohjelmayhteistyössä mukana Suomen maatalousmuseo Sarka. Alla mainitut päivätahtumat sisältävät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **la 12.2. Klo 16 Kari Tapion tunnelmissa Konsertti ja päivätahtum: Sami Rajala ja Tapio Lahtonen Duo**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Järjestyksenvalvojakurssi 31.1–6.2.

Kouluttajina Kimmo Nurkse (pääkouluttaja / järjestyksenvalvonta ja voimankäyttö), Jari Segerman (palo- ja pelastustoiminta) sekä Eero Salonen (ensiapu)

Hinta 688 € /hlö /6 vrk (2 hengen huoneessa),
Eläkelitto ry:n jäsenet 565 € /hlö /6 vrk (2 hh)

Päiväkurssina hinta 280€ /hlö, sisältää opetuksen, oppimateriaalin sekä ruoan kurssipäivinä.

Kurssin toteutumisen edellytyksenä on vähintään 8 osallistujaa.

Eläkeläisyhdistykset järjestävät tapahtumia, joissa tarvitaan järjestyksenvalvoja. Järjestyksenvalvonta on myös mukava sosiaalinen harrastus. Tämän kurssin suorittuasi sinulla on valmiudet sekä tarvittava tietomäärä toimia järjestyksenvalvojan tehtävissä. Kurssi toteutetaan poliisihallituksen määräämän ohjelman (40 oppituntia) ja oppimateriaalin mukaisesti. Oppimateriaali sisältyy kurssin hintaan. Kurssin lopuksi pidettävän teoriakokeen läpäisseet saavat kurssista todistuksen, jonka kanssa voi hakea poliisilta virallista hyväksyntää järjestyksenvalvojaksi (poliisin veloittama eri maksu). Teoriakokeen saa uusia, mikäli koetta ei heti läpäise.

Kurssilla käydään läpi järjestyksenvalvontatyön keskeiset asiat mm. järjestyksenvalvoja koskeva lainsäädäntö sekä jokamiehen oikeudet. Kurssi sisältää myös palo- ja pelastuskoulutuksen, alkusammutusharjoituksen sekä teoriaa ja käytännön harjoittelua voimankäyttöön, turvallisuustarkastuksiin ja ensiaputilanteisiin. Voimankäyttökoulutus sisältää erillisen teoriakokeen ja käytännön näyttökokeen.

Lehmirannan lomakeskuksessa vietät mukavan viikon nauttien luonnosta, ruuasta, palveluista ja eläkeikäisten iltaohjelmista. Samalla hankit uusia taitoja ja pätevyyden hyödylliseen harrastukseen.



HELMIKUU 2022

T	1	<i>Ikivihreät viikko 1.–7.2.</i>
K	2	
T	3	
P	4	Kauneimmat Rakkauslaulut -konsertti ja päivätanssit
L	5	
S	6	
M	7	
T	8	<i>Supisuomalainen viikko 8.–14.2.</i>
K	9	
T	10	
P	11	
L	12	Kari Tapion tunnelmissa -konsertti ja päivätanssit
S	13	
M	14	
T	15	<i>Makuja ja musiikkia maailmalta 15.–21.2. Pohjoismaiden viikko</i>
K	16	
T	17	
P	18	<i>Isovanhempien ja lasten- lasten viikonloppu 18.–21.2.</i>
L	19	
S	20	
M	21	
T	22	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 22.–28.2. Senioriuimakoulu 22.–28.2.</i>
K	23	
T	24	
P	25	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	26	
S	27	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	28	

Helmikuu

Vko 7

Makuja ja musiikkia maailmalta 15.–21.2. Pohjoismaiden viikko

Maistellaan suomalaiseen makuun sovitettuja ruokia maailmalta ja kotimaasta. Tällä kertaa ei lähdetä kauas. Pohjolastakin löytyy herkullisia erikoisuuksia! Runsaan loma-ohjelman ohessa tutustutaan Pohjoismaiden musiikkiin ja kulttuuriin, kokeillaan erilaisia talviliikuntalajeja ja visaillaan.

Isovanhempien ja lapsenlasten viikonloppu "Vanhemmat vapaalle" 18.–21.2.

Viikonloppuna sukupolvet kohtaavat Lehmiraannassa. Vietetään laatu-aikaa lastenlasten ja isovanhempien kesken tai vaikkapa koko perheen voimin useamman sukupolven kera! Viikonlopun aikana yhteisiä visailuja ja kisailuja, sisäpelejä, aartenetsintää ja karkkibingoja, unohtamatta normaalia lomaohjelmaa yhteislauluineen ja tansseineen. Viikonloppuna päivittäin lasten oma vesipeuhuaika kylpylässä.

Isovanhempien ja lastenlasten erikoishinnat:

alk. 106 € / vrk / hlö (2 hh), Eläkeliitto ry:n jäsenet 91 euroa / hlö (2 hh), lapset (4–14 v.) alk. 49 euroa / vrk / hlö (2 hh).

Hinta sisältää puoli-hoidon, ohjelman, kylpylän ja kuntosalin käytön sekä iltapalan.

Vko 8

Pelimanni- ja tanssiviikko 22.–28.2.

Musiikintäyteinen lomaviikko, jonka aikana voi nauttia eri puolilta Suomea tulevien pelimannien musisoinnista. Pelimannit harjoittelevat päivittäin sekä esiintyvät yhteissoitoissa, iltatansseissa ja yhteislaulutuokioissa viikon varrella. Elävää, vanhaa tanssimusiikkia on takuuvarmasti joka ilta. Pelimanniviikon ohjelmassa on runsaasti tanssia, liikuntaa, vesijumppaa, yhteislaulua, ulko- ja sisäliikuntaa sekä iltamia. Harrastatko soittamista? Kiinnostaako yhteissoitto? Kysy edullista pelimannipaikkaa. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puoli-hoidon ja lomaviikon hintaan.

- **pe 25.2. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**
Hinta päivävieraille: 25 € / hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).
- **su 27.2. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**
Hinta päivävieraille: 25 € / hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Seniori-uimakoulu 22.–28.2.

Kouluttajina Lehmiraannan liikunnanohjaajat

Hinta: 596 € / hlö / 6 vrk (2 hengen huoneessa),

Eläkeliitto ry:n jäsenet 473 € / hlö / 6 vrk (2 hh)

Kurssin toteutumisen edellytyksenä on vähintään 8 osallistujaa.

Uimakoulu aikuisille, jotka eivät osaa uida. Uimakoulussa harjoitellaan veteen totuttautumista, kokeillaan veden vastusta, painautumista pinnan alle, kellumista sekä liukumista. Taitotasojen mukaan siirrytään erilaisiin uintitekniikoihin.

Sopii myös epävarmoille uimareille, jotka haluavat kehittää perusuintitaitoaan ja saada varmuutta vedessä olemiseen. Lehmiraannan allas on matala (130 cm) ja tasapohjainen, sopien kaiteineen hyvin turvalliseen uinnin harjoitteluun. Koko altaassa jalat ylettyvät pohjaan. Käytössä on uimaopetukseen soveltuvia apuvälineitä.

Muutokset mahdollisia.



HELMIKUU 2022

T	1	<i>Ikivihreät viikko 1.–7.2.</i>
K	2	
T	3	
P	4	Kauneimmat Rakkauslaulut -konsertti ja päivätanssit
L	5	
S	6	
M	7	
T	8	<i>Supisuomalainen viikko 8.–14.2.</i>
K	9	
T	10	
P	11	
L	12	Kari Tapion tunnelmissa -konsertti ja päivätanssit
S	13	
M	14	
T	15	<i>Makuja ja musiikkia maailmalta 15.–21.2. Pohjoismaiden viikko</i>
K	16	
T	17	
P	18	<i>Isovanhempien ja lasten viikonloppu 18.–21.2.</i>
L	19	
S	20	
M	21	
T	22	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 22.–28.2. Senioriuimakoulu 22.–28.2.</i>
K	23	
T	24	
P	25	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	26	
S	27	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	28	

Maaliskuu

Vko 9

Hyvinvointia itselle 1.–7.3.

Tutkimusten mukaan lyhytkin, kymmenen minuutin oleilu metsässä auttaa vähentämään stressiä. Metsässä samoillessa pulssi hidastuu, verenpaine laskee ja stressihormonin erityös vähenee.

Vietä rentouttava loma ohjelmista sekä kauniista ympäristöstä nauttien. Lehmiraanta tarjoaa loistavat edellytykset rauhoittumiseen ja energiavarastojen tankkaukseen. Viikkoon sisältyy esim. venyttelytuokioita, rentoutumista sekä tutustumista pilatekseen. Lisäenergiaa voit hakea Lehmiraannan hoito-osaston palveluista (eri maksu), hierojan, kosmetologin ja kampaajan hellässä huomassa.

Tällä viikolla vähintään kaksi yötä lomailevat voivat varata ve-loituksetta hoitokerran Lehmiraannan suolahuoneessa. Viikko-ohjelmassa yksi tunnelmallinen erikoisilta kylpylässä sekä yksi asiantuntijaluento unen merkityksestä. Alla mainitut päiväta-pahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **la 5.3. klo 16 Peräkammarin pojat**
Konsertti ja päivätanssit: Veli-Matti Friman

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 10

Nostalgiaviikko 8.–14.3.

Lomaviikolla nostalgia on esillä monin eri tavoin: iloisissa, ikimuistoisissa ja merkityksellisissä aiheissa, esineissä, muistoissa ja musiikissa eri vuosikymmeniltä. Löytyykö kotoasi jokin nostalginen esine, jota muilta ei löydy? Kootaan esineet yhteen ja arvuutellaan niiden merkitystä.

Nostalgiaviikon teemailta on nuoruusajan DISCO! Etsi mukaan upeimmat diskovaatteesi, sillä illan paras tyyli palkitaan. Viikon aikana harjoitellaan helppoja diskokoreografioita, joita pääset tanssimaan värivalojen loisteessa. Discobaarista nostalgiadrinkkejä kuten Sininen enkeli ja Auringonnousu. Alla mainitut päiväta-pahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

Viikonloppuna Elvis & Rock'n'roll -teema 11.–14.3.

Viikonlopuksi laitetaan rokkivaihteeseen, nautitaan rautalankamusiikista ja letkeistä lanteista. Harjoitellaan rokkitaansin askeleita.

- **la 12.3. klo 16 Rokaten ympäri maailman**
Konsertti ja päivätanssit: Rami Tapper

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Joogakurssi 11.–14.3.

Kouluttajana joogaopettaja Rea Hietanen.

Hinta: 313 € / hlö / 3 vrk (2 hengen huoneessa),
Eläkeliitto ry:n jäsenet 273 € / hlö / 3 vrk (2 hh)

Kurssin toteutumisen edellytyksenä on vähintään 8 osallistujaa.

Jooga sopii kaikille ja kaikenikäisille. Jooga on kokonaisvaltaista liikettä, joka vahvistaa kehoa sekä parantaa kehonhallintaa ja tasapainoa. Harjoitukset ovat rentouttavia, notkistavia ja liikkuvuutta lisääviä. Kurssi sopii hyvin niin vasta-alkajille kuin jo hieman lajiin tutustuneillekin. Jokainen etenee oman tasonsa ja halunsa mukaisesti ja sen mukaan, mihin oma keho antaa myöden.

Kurssi sisältää itse joogaharjoitusten lisäksi meditaatiota, rentoutumista, hengitysharjoituksia sekä luennon/ luentoja aiheesta. Jooga antaa sinulle mm. rentoutusta ja rauhallisuutta. Sen avulla voit vahvistaa kokonaisvaltaista hyvinvointiasi, parantaa unen laatua ja vähentää kehon vaivoja.



MAALISKUU 2022

T	1	<i>Hyvinvointia itselle 1.–7.3.</i>
K	2	
T	3	
P	4	
L	5	Peräkammarin pojat -konsertti ja päivätanssit
S	6	
M	7	
T	8	<i>Nostalgiviikko 8.–14.3.</i>
K	9	
T	10	Elvis & Rock'n'roll -teema 11.–14.3.
P	11	Joogakurssi 11.–14.3.
L	12	Rokaten ympäri maailmaa -konsertti ja päivätanssit
S	13	
M	14	
T	15	<i>Senioritanssi- ja Karaokeloma 15.–21.3.</i>
K	16	
T	17	Runoryhmä Allit: "Mialumi sun kanssa"
P	18	
L	19	
S	20	
M	21	
T	22	<i>Ikivihreät viikko 22.–28.3.</i> Harmonikkakurssi 22.–28.3.
K	23	
T	24	
P	25	
L	26	Lailan lauluja-konsertti ja päivätanssit
S	27	
M	28	
T	29	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 29.3.–4.4.</i>
K	30	
T	31	

Maaliskuu

Vko 11

Senioritanssi- ja Karaokeloma 15.–21.3.

Tällä viikolla voit osallistua sekä senioritanssin harjoitteluun että karaokelauluun omien toiveidesi ja aikataulusi mukaan. Senioritanssia opetetaan ja sitä on mahdollisuus harjoitella useita tunteja päivässä tanssinopettaja **Laura Cedrasin** ohjauksessa. Opetustunteja ei ole sidottu toisiinsa, joten kuka tahansa voi hypätä matkaan koska tahansa. Samoin karaokea pääsee laulamaan pitkin viikkoa päivittäin (ei opetusta). Kirsikkana kakun päällä yhtenä iltana Ravintolan Karaokeiltamat. Ohjelman lomassa myynnissä erikoisdrinkkejä ja naposteltavaa. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- to 17.3. klo 18.30 "Mialumi sun kanssa" Runoryhmä Allit esittää humoristisen ohjelman

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 12

Ikivihreät viikko 22.–28.3.

Ikivihreät viikolla ammennetaan inspiraatiota 1950-luvulta niin musiikillisesti kuin ohjelmissakin. Iltaisin tanssitaan elävän musiikin tahdissa. Tällä viikolla ohjelmassa mm. tieto- ja musavisot, levyraatia sekä yhteislaulutilaisuuksia ja ohjattua ryhmäläiskuntaa. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- la 26.3. klo 16 Kaija Pohjola – Lailan lauluja Konsertti ja päivätanssit

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Harmonikkakurssi 22.–28.3.

Kouluttajana harmonikansoiton opettaja Seppo Lankinen

Hinta: 621 € / hlö / 6 vrk (2 hengen huoneessa),

Eläkeliitto ry:n jäsenet 498 € / hlö / 6 vrk (2 hh)

Kurssin toteutumisen edellytyksenä on vähintään 15 osallistujaa.

Harmonikkakurssilla tutustutaan harmonikkaan soittimena ja opiskellaan instrumentin soittotekniikoita, mm. palkeen käsittelyä ja sormitusten periaatteita sekä oikealle että vasemmalle kädelle. Kurssilla perehdytään jonkin verran musiikin teoriaan, erityisesti sointuoppiin, soinnuttamiseen ja sointumerkeistä säestämiseen. Kurssiviikon aikana valmistellaan ja harjoitellaan yhteissoitto-ohjelmaa Lehmirannan iltatilaisuuksiin ja loppukonserttiin.

Kurssiohjelma soveltuu sekä vasta-alkajille että jo pidempään harmonikansoittoa harrastaneille. Osallistujat jakautuvat kahteen ryhmään soittokokemuksen perusteella. Nuotinlukutaito on kurssilla eduksi, mutta ei ole välttämätön.





MAALISKUU 2022

T	1	<i>Hyvinvointia itselle 1.–7.3.</i>
K	2	
T	3	
P	4	
L	5	Peräkammarin pojat -konsertti ja päivätanssit
S	6	
M	7	
T	8	<i>Nostalgiviikko 8.–14.3.</i>
K	9	
T	10	Elvis & Rock'n'roll -teema 11.–14.3.
P	11	Joogakurssi 11.–14.3.
L	12	Rokaten ympäri maailmaa -konsertti ja päivätanssit
S	13	
M	14	
T	15	<i>Senioritanssi- ja Karaokeloma 15.–21.3.</i>
K	16	
T	17	Runoryhmä Allit: "Mialumi sun kanssa"
P	18	
L	19	
S	20	
M	21	
T	22	<i>Ikivihreät viikko 22.–28.3.</i> Harmonikkakurssi 22.–28.3.
K	23	
T	24	
P	25	
L	26	Lailan lauluja-konsertti ja päivätanssit
S	27	
M	28	
T	29	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 29.3.–4.4.</i>
K	30	
T	31	

Huhtikuu

Vko 13

Pelimanni- ja tanssiviikko 29.3.–4.4.

Musiikintäyteinen lomaviikko, jonka aikana voi nauttia eri puolilta Suomea tulevien soittoniekkojen musisoinnista. Pelimannit harjoittelevat päivittäin sekä esiintyvät yhteisötoissa, iltatansseissa ja yhteislaulutuokioissa viikon varrella. Elävää, vanhaa tanssimusiikkia on takuuvarmasti joka ilta. Pelimanniviikon ohjelmassa on runsaasti tanssia, liikuntaa, vesijumppaa, yhteislaulua, ulko- ja sisäliikuntaa sekä iltamia. Harastatko soittamista? Kiinnostaako yhteissoitto? Kysy edullista pelimannipaikkaa. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 1.4. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).
- **su 3.4. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**
päivätanssit
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 14

Viikko yhdessä *(5 vrk) 4.–9.4.

Lomaviikko kerää lomalaiset yhteen läheltä ja kaukaa iloisissa merkeissä. Lomalla luvassa tutustumista, yhteislauluja, askartelua sekä keskustelutuokioita. Lisäksi monipuolisesti liikuntaa mm. ulkoilua, uimaopetusta tai erilaisia jumppia.

Ollaan yhdessä! -iltamissa hauskaa tekemistä yhdessä: laulua, tanssia, kisailua, musiikkia ja huumoria. Tule mukaan hankimaan uusia elämyksiä, kokemuksia ja ystäviä. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 8.4. klo 16 Olavi Virran kauneimmat laulut**
Konsertti ja päivätanssit:
Sami Rajala ja Tapio Lahtonen
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 15 (pääsiäisviikko)

Ikivihreät *(5 vrk) 9.–14.4.

Ikivihreät viikolla ammennetaan inspiraatiota 1950-luvulta niin musiikillisesti kuin ohjelmissakin. Iltaisin tanssitaan elävän musiikin tahdissa. Tällä viikolla ohjelmassa mm. tieto- ja musavisoja, levyraatia sekä yhteislaulutilaisuuksia ja ohjattua ryhmäliikuntaa.

Muutokset mahdollisia.





HUHTIKUU 2022

P	1	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	2	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 29.3.–4.4.</i>
S	3	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	4	<i>Viikko yhdessä 4.–9.4.</i>
T	5	
K	6	
T	7	
P	8	Olavi Virran kauneimmat laulut -konsertti ja päivätanssit
L	9	<i>Ikivihreät 9.–14.4.</i>
S	10	
M	11	
T	12	
K	13	
T	14	
P	15	
L	16	
S	17	
M	18	
T	19	<i>Luonto ympärilläni & Latinotanssien pyörteissä 19.–25.4.</i>
K	20	Karaokekurssi 19.–25.4.
T	21	
P	22	
L	23	Hyvän mielen kevätkonsertti + päivätanssit
S	24	
M	25	
T	26	<i>Vapun pelimanniviikko 26.4.–2.5.</i>
K	27	
T	28	
P	29	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	30	

Huhtikuu

Vko 16

Luonto ympärilläni & Latinotanssien pyörteissä 19.–25.4.

Lomaviikko sisältää sopivassa suhteessa liikettä ja lepoa. Tällä viikolla voit osallistua luontoviikon ohjelmaan tai vaihtoehtoisesti mennä opettelemaan latinotansseja tanssinopettaja **Laura Cedrasin** johdolla. Voit myös rakentaa viikon sekoitellen teemoja tai keskittyä omatoimiaktiviteetteihin ja kylpylän poreisiin. Viikon aikana kuullaan tarinoita lähialueelta ja sen historiasta Lehmirannan johtajan **Tanja Bergrothin** kertomana.

Mikäli osallistujia on riittävästi, toteutamme opastetun puolipäivretken lähialueelle (eri maksu). Ohjelmassa lisäksi luontoaiheista visailua, piharasteja sekä luonnon materiaaleista askartelua. Viikon aikana tarjolla tietoa puutarhanhoidosta ja/tai metsänhoidosta. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **la 23.4. klo 16 Hyvän mielen kevätkonsertti ja päivätanssit: Veli-Matti Friman**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Karaokekurssi 19.–25.4.

Kouluttajana Raija Bernitz

Hinta: 621 € / hlö / 6 vrk (2 hengen huoneessa),

Eläkeliitto ry:n jäsenet 498 € / hlö / 6 vrk (2 hh)

Kurssin toteutumisen edellytyksenä on vähintään 12 osallistujaa. Nyt kannattaa olla nopea! Kurssille otetaan 16 oppilasta ilmoittautumisjärjestyksessä.

Kurssi on tarkoitettu niin vasta alkajille, kuin jo karaokea laulaneille. Kurssilla käydään läpi Karaoken ABC, eli tärkeimmät onnistuneeseen Karokesuoritukseen liittyvät asiat aina kappalevalinnasta fraseeraukseen ja sävellajin valinnasta esiintymiseen. Kouluttajalta saa halutessaan henkilökohtaista palautetta laulusuorituksesta. Parhaat vinkit vaihtavat omistajaa kurssille osallistujien kesken. Päivittäin on paljon laulamista ja mahdollisuus esiintyä iltaohjelmassa.

Vko 17

Vapun pelimanniviikko 26.4.–2.5.

Musiikintäyteinen lomaviikko, jonka aikana voi nauttia eri puolilta Suomea tulevien soittajien musisoinnista. Pelimannit harjoittelevat päivittäin sekä esiintyvät yhteissoitoissa, iltatansseissa ja yhteislaulutuokioissa viikon varrella. Vappuaattona iloiset vappukarkelot. Elävää, vanhaa tanssimusiikkia on takuuvarmasti joka ilta. Pelimanniviikon ohjelmassa on runsaasti tanssia, liikuntaa, vesijumppaa, yhteislaulua, ulko- ja sisäliikuntaa sekä iltamia. Harrastatko soittamista? Kiinnostaako yhteissoitto? Kysy edullista pelimannipaikkaa. Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **pe 29.4. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

- **su 1.5. klo 16 Pelimannisoitot ja päivätanssit**

Hinta päivävieraille: 32 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).





HUHTIKUU 2022

P	1	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	2	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 29.3.–4.4.</i>
S	3	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	4	<i>Viikko yhdessä 4.–9.4.</i>
T	5	
K	6	
T	7	
P	8	Olavi Virran kauneimmat laulut -konsertti ja päivätanssit
L	9	<i>Ikivihreät 9.–14.4.</i>
S	10	
M	11	
T	12	
K	13	
T	14	
P	15	
L	16	
S	17	
M	18	
T	19	<i>Luonto ympärilläni & Latinotanssien pyörteissä 19.–25.4.</i>
K	20	Karaokekurssi 19.–25.4.
T	21	
P	22	
L	23	Hyvän mielen kevätkonsertti + päivätanssit
S	24	
M	25	
T	26	<i>Vapun pelimanniviikko 26.4.–2.5.</i>
K	27	
T	28	
P	29	Pelimannisoitot ja päivätanssit
L	30	

Toukokuu

Vko 18

Ikivihreät viikko 3.–9.5.

Ikivihreät viikolla ammennetaan inspiraatiota 1950-luvulta niin musiikillisesti kuin ohjelmissakin. Iltaisin tanssitaan elävän musiikin tahdissa. Tällä viikolla ohjelmassa mm. tieto- ja musavisot, levyraatia sekä yhteislaulutilaisuuksia ja ohjattua ryhmäliikuntaa. Alla mainitut päivätahtumat sisältyvät puolihoidon ja lomaviikon hintaan.

- **pe 6.5. klo 16 Ikivihreät -konsertti ja päivätanssit: Rami Tapper**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 19

Nostalgiaviikko 10.–16.5.

Lomaviikolla nostalgia on esillä monin eri tavoin: iloisissa, ikimuistoisissa ja merkityksellisissä aiheissa, esineissä, muistoissa ja musiikissa eri vuosikymmeniltä. Löytyykö kotoasi jokin nostalginen esine, jota muilta ei löydy? Kootaan esineet yhteen ja arvuutellaan niiden merkitystä.

Nostalgiaviikon teemailta on nuoruusajan DISCO! Etsi mukaan upeimmat diskovaatteesi, sillä illan paras tyyli palkitaan. Viikon aikana harjoitellaan helppoja diskokoreografioita, joita pääset tanssimaan värivalojen loisteessa. Discobaarista nostalgialdrinkkejä kuten Sininen enkeli ja Auringonnousu. Alla mainitut päivätahtumat sisältyvät puolihoidon ja lomaviikon hintaan.

Viikonloppuna Kantriteema 14.–16.5.

Viikonloppuna virittäydytään Cowboy-tunnelmaan, kokeillaan rivitanssia sekä nautitaan kantrimusiikin helmistä eri tavoin.

- **La 14.5. klo 16 Lehmirannan countryt Konsertti ja päivätanssit: Ulla & Karza**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).





TOUKOKUU 2022

S	1	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	2	
T	3	<i>Ikivihreät viikko 3.–9.5.</i>
K	4	
T	5	
P	6	Ikivihreät-konsertti + päivätanssit
L	7	
S	8	
M	9	
T	10	<i>Nostalgiaviikko 10.–16.5.</i>
K	11	
T	12	
P	13	
L	14	Lehmirannan countryt - konsertti ja päivätanssit
S	15	
M	16	
T	17	
K	18	<i>Hyvinvointia itselle 18.–23.5.</i>
T	19	
P	20	Hevosetkin nauraa -konsertti
L	21	
S	22	
M	23	
T	24	<i>Supisuomalainen viikko 24.–30.5.</i>
K	25	
T	26	Runoryhmä Allit: "Ylppiä sinust, Suami"
P	27	
L	28	Kalevala- / kansanperinne- viikonloppu 28.–30.5.
S	29	
M	30	
T	31	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 31.5.–6.6.</i>

Toukokuu

Vko 20

Hyvinvointia itselle *(5 vrk) 18.–23.5.

Tutkimusten mukaan lyhytkin, kymmenen minuutin oleilu metsässä auttaa vähentämään stressiä. Metsässä samoillessa pulssi hidastuu, verenpaine laskee ja stressihormonin erityis vähenee.

Vietä rentouttava loma ohjelmista sekä kauniista ympäristöstä nauttien. Lehmijärven ranta ja humiseva mäntymetsä tarjoavat loistavat edellytykset rauhoittumiseen ja energiavarastojen tankkaukseen. Viikkoon sisältyy esim. venyttelytuokioita, rentoutumista, tutustumista pilatekseen sekä patikointiretki lähimaastoon. Lisäenergiaa voit hakea Lehmirannan hoito-osaston palveluista (eri maksu), hierojan, kosmetologin ja kampaajan hellässä huomassa.

Tällä viikolla vähintään kaksi yötä lomailevat voivat varata ve-loituksetta hoitokerran Lehmirannan suolahuoneessa. Viikko-ohjelmassa yksi tunnelmallinen erikoisilta kylpylässä sekä yksi asiantuntijaluento unen merkityksestä. Alla mainitut päiväta-
pahtumat sisältyvät puoli-hoidon ja lomaviikon hintaan.

- **Pe 20.5. klo 16.00 Hevosetkin nauraa**
Konsertti (ei tansseja): Ämmät äänessä-ryhmä
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 21

Supisuomalainen viikko 24.–30.5. UUTUUS!

Lähimatkailu on vastuullista ja suomalaisuus suosittua! Viikolla perehdytään mm. suomalaisiin perinneruokiin sekä kiinnostaviin uutuusherkkuihin. Laulamme kaikille tuttuja suomalaisia lauluja ikivihreistä iskelmiin sekä kuullaan lä-hiseudun historiasta. Jos osallistujia on riittävästi, tehdään opastettu retki lähialueelle (eri korvaus). Ota kokeilumieli mu-kaan. Pääset kokeilemaan suomalaisia villityksiä; saappaan- ja kännykänheittoa, Speden spelejä, humppajumppaa ym.! Viikon varrella lisäksi Suomi-ilta makuineen ja juomineen. Vuodenajan mukaan nautitaan ympärillä olevista puitteista ja luonnosta. Ohjelmayhteistyössä mukana Suomen maatalous-museo Sarka. Alla mainitut päiväta-
pahtumat sisältyvät puoli-hoidon ja lomaviikon hintaan.

Kalevala- / kansanperinneviikonloppu 28.–30.5.

Viikonlopun aikana sukellaan syvemmälle suomalaiseen kansanperinteeseen lauluin, runoin ja tarinoin. Lauantaina osallistutaan perinnetuokioon pelimannipenkillä, aiheena Kalevalan taikaa. Päästään myös Mielikki metsänemännän metsäretkelle pihapiiriin. Mielikki johdattaa yleisönsä kansal-liseepos Kalevalan, suomalaisen kansanperinteen ja metsä-myto-logian moniaistiseen maailmaan

- **To 26.5. klo 19.00 "Ylppiä sinust, Suomi"**
Runoryhmä Allit esittää humoristisen ohjelman
Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).



TOUKOKUU 2022

S	1	Pelimannisoitot ja päivätanssit
M	2	
T	3	<i>Ikivihreät viikko 3.–9.5.</i>
K	4	
T	5	
P	6	Ikivihreät-konsertti + päivätanssit
L	7	
S	8	
M	9	
T	10	<i>Nostalgiaviikko 10.–16.5.</i>
K	11	
T	12	
P	13	
L	14	Lehmirannan countryt - konsertti ja päivätanssit
S	15	
M	16	
T	17	
K	18	<i>Hyvinvointia itselle 18.–23.5.</i>
T	19	
P	20	Hevosetkin nauraa -konsertti
L	21	
S	22	
M	23	
T	24	<i>Supisuomalainen viikko 24.–30.5.</i>
K	25	
T	26	Runoryhmä Allit: "Ylppiä sinust, Suami"
P	27	
L	28	Kalevala- / kansanperinne- viikonloppu 28.–30.5.
S	29	
M	30	
T	31	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 31.5.–6.6.</i>

Kesäkuu

Vko 22

Pelimanni- ja tanssiviikko 31.5.–6.6.

Musiikintäyteinen lomaviikko, jonka aikana voi nauttia eri puolilta Suomea tulevien soittoniekkojen musisoinnista. Pelimannit harjoittelevat päivittäin sekä esiintyvät yhteissoitoissa, iltatansseissa ja yhteislaulutuokioissa viikon varrella. Elävää, vanhaa tanssimusiikkia on takuuvarmasti joka ilta. Pelimanniviikon ohjelmassa on runsaasti tanssia, liikuntaa, vesijumppaa, yhteislaulua, ulko- ja sisäliikuntaa sekä iltamia. Harrastatko soittamista? Kiinnostaako yhteissoitto? Kysy edullista pelimannipaikkaa.

Vko 23

Luonto ympärilläni -loma 7.–13.6.

Lomaviikko sisältää sopivassa suhteessa liikettä ja lepoa. Voit osallistua mielesi mukaan puistojumppaan, retkeilyyn ja järvimaisemassa venyttelyyn, tai nauttia ympäristöstä omaan tahtiisi. Viikon aikana kuullaan tarinoita lähialueelta ja sen historiasta Lehmirannan johtajan **Tanja Bergrothin** kertomana. Mikäli osallistujia on riittävästi, toteutamme myös opastetun puolipäiväretken lähialueelle (eri maksu). Ohjelmassa lisäksi luontoaiheista visailua, piharasteja sekä luonnon materiaaleista askartelua. Viikon aikana tarjolla tietoa kierrätyksestä, puutarhanhoidosta ja/tai metsänhoidosta.

Voimaannu luonnosta -teemaviikonloppu 11.–13.6.

Viikonlopun aikana keskitytään luonnon hyvinvointia edistäviin hetkiin sekä luontokokemuksiin. Tarjolla on mm. laavuretki kera pienten tarjoilujen, sup-lautailua, kehonhuoltoa ulkona ja mahdollisesti myös vesijumppaa luonnon vesissä. Kuulemme suomalaisista luontoperinteistä ja -arvoista sekä vanhoista myyteistä elämyksellisellä Ketunkierroksella. Retkellä oppaana Ketunhaltia Käreitär, eli luontoyhteysohjaaja, perinnetaitaja ja kansanmusikko Ulla Hillebrandt. Tällä metsäretkellä voit hiljentyä ja haaveilla, kuunnella ja katsella, osallistua ja ihastella sekä antaa tarinoiden viedä sinut vahvojen luonnonvoimien syliin.

Vko 24

Makuja ja musiikkia maailmalta 14.–20.6. "Itämainen kulttuuri ja keittiö"

Maistellaan suomalaisen makuun sovitettuja ruokia maailmalta ja kotimaasta. Tutustutaan eri maiden musiikkiin ja kulttuuriin mm. liikunnan ja tanssien kautta. Luvassa perinteisiä sekä eksoottisempia liikuntamuotoja, opetellaan mm. itämaisten tanssien perusaskeleita. Viikon aikana kuullaan niin kotimaista, kuin kasvainvälistäkin musiikkia sekä päästään viiniasiantuntijan oppiin viikon teemaillassa "Matka viinien maailmaan". Alla mainitut päivätapahtumat sisältyvät puolihoidon ja lomaviikon hintaan.

- La 18.6. klo 16.00 Itämaista musiikkia ja tanssia-
Musiikki- ja tanssiryhmä Namira

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).



KESÄKUU 2022

K	1	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko</i> 31.5.–6.6.
T	2	
P	3	
L	4	
S	5	
M	6	
T	7	<i>Luonto ympärilläni -loma</i> 7.–13.6.
K	8	
T	9	
P	10	
L	11	Voimaannu luonnosta -teemaviikonloppu 11.–13.6.
S	12	
M	13	
T	14	<i>Makuja ja musiikkia</i> <i>maailmalta 14.–20.6.</i> <i>Itämainen kulttuuri ja keittiö</i>
K	15	
T	16	
P	17	
L	18	Itämaista musiikkia ja tanssia Musiikki- ja tanssiryhmä Namira
S	19	
M	20	
T	21	<i>Juhannusloma 21.–27.6.</i>
K	22	
T	23	
P	24	Juhannusaaton ohjelmaa tansseineen
L	25	
S	26	
M	27	
T	28	<i>Viikko yhdessä sekä isovanhemmat</i> <i>ja lapsenlapset loma 28.6.–4.7.</i>
K	29	
T	30	
P	1	Tanssilattioiden parhaimmat -konsertti ja päivätanssit: Sakke Kotilainen ja Focus

Kesäkuu

Vko 25

Juhannusloma 21.–27.6.

Juhannuksena Lehmirannassa vietetään suomalaista keskikesän juhlaa perinteisin menoin. Viikon aikana nautitaan iloisesta seurasta sekä kesästä liikkumalla ja herkuttelemalla. Lehmijärven rannalla, luonnon keskellä, lauletaan yhteislauluja, kisaillaan, visaillaan, tarinoidaan, pelataan hauskoja pihapelejä sekä jumpataan ulkona, salissa ja altaalla. Torstaina mahdollisuus retkeen Salon iltatorille (eri korvaus) ja juhannusaaton perinteiset juhannustanssit. Kenestä kruunataan tämän vuoden Juhannusjussi ja Juhannusneito? Alla mainitut päivätahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

- **Pe 24.6. klo 18.00 Juhannusaaton ohjelmaa tansseineen**

Hinta päivävieraille: 32 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).

Vko 26

Viikko yhdessä sekä Isovanhemmat ja lapsenlapset -loma 28.6.–4.7

Lomaviikko kerää lomalaiset yhteen läheltä ja kaukaa iloisissa merkeissä. Tällä viikolla myös sukupolvet kohtaavat Lehmirannassa. Vanhat ja nuoret osallistuvat yhdessä ja oppivat toisiltaan. Viikon aikana yhteisiä visailuja ja kisailuja, tutustumista, yhteislauluja, askartelua, aarteenetsintää sekä karkkibingoa, unohtamatta normaalia lomaohjelmaa yhteislauluineen ja tansseineen.

Lisäksi monipuolisesti liikuntaa ja ulkoilua. Ollaan yhdessä! -iltamissa hauskaa tekemistä yhdessä: laulua, tanssia, kisailua, musiikkia ja huumoria. Tule mukaan hankkimaan uusia elämyksiä, kokemuksia ja ystäviä. Alla mainitut päivätahtumat sisältyvät puolihoiton ja lomaviikon hintaan.

Isovanhempien ja lastenlasten erikoishinnat:

alk. 106 € / vrk /hlö (2 hh), Eläkeliitto ry:n jäsenet 91 euroa / hlö (2 hh), lapset (4–14 v.) alk. 49 euroa / vrk / hlö (2 hh).

Hinta sisältää puolihoiton, ohjelman, kylpylän ja kuntosalin käytön sekä iltapalan.

- **Pe 1.7. klo 16.00 Tanssilattioiden parhaimmat konsertti ja päivätahtumat: Sakke Kotilainen ja Focus**

Hinta päivävieraille: 25 € /hlö (sis. ruokailun ja ohjelman).





KESÄKUU 2022

K	1	<i>Pelimanni- ja tanssiviikko 31.5.–6.6.</i>
T	2	
P	3	
L	4	
S	5	
M	6	
T	7	<i>Luonto ympärilläni -loma 7.–13.6.</i>
K	8	
T	9	
P	10	
L	11	Voimaannu luonnosta -teemaviikonloppu 11.–13.6.
S	12	
M	13	
T	14	<i>Makuja ja musiikkia maailmalta 14.–20.6. Itämainen kulttuuri ja keittiö</i>
K	15	
T	16	
P	17	
L	18	Itämaista musiikkia ja tanssia Musiikki- ja tanssiryhmä Namira
S	19	
M	20	
T	21	<i>Juhannusloma 21.–27.6.</i>
K	22	
T	23	
P	24	Juhannusaaton ohjelmaa tansseineen
L	25	
S	26	
M	27	
T	28	<i>Viikko yhdessä sekä isovanhemmat ja lapsenlapset loma 28.6.–4.7.</i>
K	29	
T	30	
P	1	Tanssilattioiden parhaimmat -konsertti ja päivätanssit: Sakke Kotilainen ja Focus



Minilomat ympäri vuoden

Minilomat ovat puolihoitolomia, joiden hintaan sisältyy majoitus puolihoidolla kahden hengen huoneessa sekä kylpylän käyttö ja lomaohjelma kyseisenä aikana. Minilomia ei voi jakaa osiin eikä niistä voi poimia vain yksittäisiä tiettyjä palveluita. Minilomat on tarkoitettu yksittäisille asiakkaille, pariskunnille tai pienseurueille (ei linja-autoryhmille).



Lomat myydään kokonaisina kahden hengen huoneina.

Yhden hengen huoneen lisämaksu on 28 €/yö.

Hääpäiväloma

- 30 v. Helmiääät • 35 v. Korallihääät • 40 v. Rubiiniääät
- 45 v. Safirihääät • 50 v. Kultahääät • 55 v. Kultapuuääät
- 60 v. Timanttihääät • 65 v. Norsunluutimanttihääät
- 70 v. Rautahääät • 75 v. Malmihääät • 80 v. Platinahääät

Viettäkää hääpäiväanne Lehmiraanan lomakeskuksessa.

Lomakeskus juhlistaa merkkipäiväanne tarjoamalla teille leivostahvit vierailunne aikana.

Hinta: 198 € /vrk /pariskunta (2 henk.),

Eläkeliitto ry:n jäsenet 168 €/vrk /pariskunta (2 henk.)

Syntymäpäiväloma

60-, 65-, 70-, 75-, 80-, 85-, 90-, 95- ja 100-vuotispäivät

Vietä syntymäpäivääsi Lehmiraanassa. Voit majoittua haluamaksesi ajaksi lomakeskuksen aukioloaikoina. Hintaan sisältyy majoitus puolihoitolla (2 hh), kylpylän ja kuntosalin käyttö sekä monipuolinen Lehmiraanan lomaohjelma aamusta iltaan. Juhlan kunniaksi tarjoamme sinulle ja huonekaverillesi leivostahvit kahvila Amandassa.

Hinta: 99 € /hlö /vuorokausi (2hh)

Eläkeliitto ry:n jäsenet 84 € /hlö /vuorokausi (2hh).

Vierailusi aikana sinulla on mahdollisuus tarjota syntymäpäivä- ja/tai hääpäiväruokailu sekä tilata täytekahvikahvit vieraillesi edulliseen hintaan.

Vierastarjoilujen tiedustelut sekä varaukset kahvilapalveluiden vastaava Helena Suonio, puh. 040 727 5362.

Viikonlopputarjoukset

Lehmiraanan lomakeskus tarjoaa tiettyjä, etukäteen ilmoitettavia viikonvaihteita tarjoushintaan. Muina kuin Tarjous- tai Viihdeviikonloppuina majoitusta on myynnissä normaaliin puolihoitovuorokausihintaan. Voit tarkistaa tarjousviikonloppujen ajankohdat myyntipalvelustamme tai verkkosivuiltamme www.lehmiraanta.fi. Viikonloppupaketti alkaa tulopäivän ruokailusta ja päättyy lähtöaamun aamiaiseen. Lomaan sisältyy majoitus puolihoitolla (2 hh), kylpylän ja kuntosalin käyttö sekä monipuolinen Lehmiraanan lomaohjelma.

Viikonlopputarjous 2 vrk (la–ma)

Hinta: 178 € /hlö (2hh),

Eläkeliitto ry:n jäsenhintaa 149 € /hlö (2hh)

Viikonlopputarjous 3 vrk (pe–ma)

Hinta: 261 € /hlö (2hh),

Eläkeliitto ry:n jäsenhintaa 219 € /hlö (2hh)

Hemmotteluloma 3 vrk

Hemmotteluloma on kolmen vuorokauden hyvinvointiloma, joka tarjoaa virkistystä keholle ja mielelle. Pakettiin sisältyy majoitus kahden hengen huoneessa puolihoitolla, lomaohjelmiin osallistuminen, kylpylän käyttö sekä valinnan mukaan joko osahieronta (30 min) tai hemmotteluhoito jaloille (30 min) sekä 40 min. hoitokerta suolahuoneessa. Voit tarkistaa hemmottelulomien ajankohdat myyntipalvelustamme tai verkkosivuiltamme www.lehmiraanta.fi. Hemmottelupaketti alkaa tulopäivän ruokailusta ja päättyy lähtöpäivän aamiaiseen. Muistathan varata hoitoajat ennakkoon hoitajilta.

Hinta 3 vrk jalkahoidolla: 310 € / hlö (2 hh), *Eläkeliitto ry:n jäsenet 270 € / hlö (2 hh).*

Hinta 3 vrk hieronnalla: 308 € / hlö (2 hh), *Eläkeliitto ry:n jäsenet 268 € / hlö (2 hh).*

Kyseessä on matkapalveluyhdistelmä. Vastuullisena matkanjärjestäjänä toimii Lehmiraanan lomakeskus.

Muutokset mahdollisia.

Ryhmäpalvelut

Palvelut eläkeläisryhmille

Lehmiranta on mainio retkikohde erityisesti eläkeläisryhmille. Lomakeskuksesta löytyy kaikki viihdyttävään lomaan tarvittava samasta paikasta. Tarjolla on virkistävää loma- ja kurssiohjelmaa, rauhallinen kylpylä, mukavat majoitustilat, ystävällistä palvelua, värikkäitä tapahtumia, maistavaa ruokaa, kauniit luonnonläheiset maisemat ja ympärillä lukemattomia luonto- ja kulttuurikohteita vain lyhyen päiväretken päässä.

Ryhmä voi valita päiväretken tai eri pituisen loman, joka sisältää Lehmirannan monipuolisen lomaohjelman ja tapahtumat kyseisenä aikana. Lomaan voi helposti yhdistää myös erilaisia lisäpalveluita. Lehmiranta voi rekisteröityneenä matkanjärjestäjänä paketoita teille valmiin loman tai retkipaketin, johon voidaan liittää esim. linja-autokuljetus, opastettu päiväretki, teatteriliput tai muu kotimainen kohdekäynti kätevästi kootuun yhteishintaan.

Lehmirannan lomakeskuksella on matkatoimisto-oikeudet ja mahdollisuus toimia vastuullisena matkanjärjestäjänä. Kilpailu- ja kuluttajaviraston rekisterinumero: 853/18/Mj

Ryhmäetuja

Ryhmäetuna joka 16. ryhmän jäsen lomailee tai vierailee Lehmirannassa veloitusetta. Eläkeliiton ryhmillä vapaapaikkojen määrä on rajattu maksimissaan neljään (muut ryhmät max. 2 vapaapaikkaa). Vapaapaikkojen edellytyksenä on ryhmälaskutus.

Tämän lisäksi vähintään 40 henkilön Eläkeliiton loma- tai pikkulomaryhmä saa ryhmälleen arvottavaksi lahjakortin yhdelle henkilölle. Lahjakortti vastaa arvoltaan sitä lomaa tai pikkulomaa, jolta se myönnetään. Henkilömäärä lasketaan tilauksen toteutuneen ryhmäkoon mukaisesti. Arvonta suoritetaan matkalle osallistuneiden kesken, ja kortin voi käyttää heti tai vuoden kuluessa myöntämisestä. Lahjakortti on henkilökohmainen. Se ei vähennä ryhmän vapaapaikkoja.

Yhteistyönä muiden palveluntuottajien kanssa toteutetuissa matka- ja retkipaketeissa Lehmiranta voi myöntää vapaapaikkoja vain itse tuottamistaan palveluista. Ennakkomaksut erääntyvät 2 kk ennen saapumista.

Päiväretket linja-autoryhmille

Ruokailu ma-la 17, 50 €

Sunnuntairuokailu 22 €

Ryhmien päiväretkiä varten tarjoamme iltapäivätapahtumia ja ohjelmallisia ruokatapahtumia, joihin sisältyy ruokailu Lehmirannan noutopöydästä sekä konsertti, esiintyjä tai muu tapahtuma. Konserttien jälkeen on usein myös päivätanssit.

Tapahtumat julkaistaan puolivuositain. Alkuvuoden tapahtumat heinäkuun alkuun saakka löytyvät lomakalenterin yhteydestä sivuilta 3–23. Tapahtumakalenteri myös päivittyy koko ajan. Seuraa viestintäämme esitteissä, verkkosivuilla ja mm. EL-sanomissa.

Päiväretkien hinnat ovat alk. 25 euroa / hlö, sisältäen ruokailun, tilaisuuden, mahdolliset tanssit sekä pyynnöstä talon esittelyn ja/tai asenäyttelyn. Kalenteriin saatetaan myöhemmin lisätä muita, erikseen hinnoiteltuja tapahtumia.

Päivävierailuun on mahdollista lisätä myös muita palveluja, kuten kylpylä, suolahuone tai kahvit. Pyydä tarjous. Varmistathan kylpylän ja kahvilan aukioloajat jo tilausvaiheessa.



Hinta/hlö | **Eläkeliiitto ry:n jäsenhinta/hlö**

Ryhmälomat

Ryhmälomat voivat olla koko teemaviikon (5–6 vrk) mittaisia lomakokonaisuuksia tai teemaviikkojen sisältä paketoituja lyhyempiä Pikkulomia (1–4 vrk). Loman voi viettää kokonaan Lehmirannan palveluista nauttien tai vaikkapa lähtemällä retkelle lähialueen kulttuurikohteisiin. Tutustu Lehmirannan retkivaihtoehtoihin tämän esitteen sivuilla 28–29.

Ryhmälomiin sisältyy yöpymisten lisäksi tietyt loma-keskuksen palvelut ja niille yhteinen kokonaishinta.

Lomakokonaisuutta ei voi jakaa osiin eikä siitä voi poimia vain yksittäisiä palveluita.

Ryhmälomien hinnat ovat itsessään jo alennettuja ryhmähintoja. Mitä pitempään ryhmä viiptyy, sen edullisempi on yksittäisen vuorokauden hinta.

Tilaukset ja tiedustelut

Lehmirannan myyntipalvelu:

puh. 02 7275 200

Ryhmämyynti:

puh. 02 7275 320 tai 040 7275 377

Ohjelmallinen lomaviikko 6 vrk

576 € | **453 €**

- majoitus puolihoitolla 2 hh
- lomakeskuksen vapaa-ajan ohjelma
- kylpylän ja kuntosalin käyttö
- loma alkaa tulopäivän päivällisestä ja päättyy lähtöpäivän aamiaiseen.

Pikkuloma 1 yö

99 € | **84 €**

- tulopäivä: päivällinen, yöpyminen (2 hh) ja kylpylän käyttö
- lähtöpäivä: aamiainen

Pikkuloma 2 yötä

190 € | **162 €**

- tulopäivänä päivällinen ja yöpyminen (2 hh)
- kokonaisina lomapäivinä aamiainen, ruokailu ja yöpyminen (2 hh)
- lähtöpäivänä aamiainen
- hintaan sisältyvät lomatoiminnan palvelut sekä kylpylän ja kuntosalin käyttö

Pikkuloma 3 yötä

278 € | **240 €**

- tulopäivänä päivällinen, yöpyminen (2 hh)
- kokonaisina lomapäivinä aamiainen, ruokailu ja yöpyminen (2 hh)
- lähtöpäivänä aamiainen
- hintaan sisältyvät lomatoiminnan palvelut sekä kylpylän ja kuntosalin käyttö

Pikkuloma 4 yötä

362 € | **312 €**

- tulopäivänä päivällinen, yöpyminen (2 hh)
- kokonaisina lomapäivinä aamiainen, ruokailu ja yöpyminen (2 hh)
- lähtöpäivänä aamiainen
- hintaan sisältyvät lomatoiminnan palvelut sekä kylpylän ja kuntosalin käyttö

Muutokset mahdollisia.



Opastetut retket

Opastetut retket vuonna 2022

Valmiiden retkipakettien hintoihin sisältyy mahdolliset pääsymaksut, opastukset ja retkikahvit. Hinnat eivät sisällä tilausajon kuluja. Hinnat ovat alkaen hintoja pohjautuen retkikohteiden vuoden 2021 hintoihin.

Lehmirannan sijainti Varsinais-Suomen ja Uudenmaan matkailukohteiden tuntumassa on mitä parhain. Saaristomeren ainutlaatuiset merimaisemat, kuvaukselliset pikkukaupungit, hyvin säilyneet ruukkikylät ja näyttävät kartanomiljööt kutsuvat viihtymään ja viippymään.

Valitse ryhmällesi valmis puolipäiväretki johonkin eteläisen tai lounaisen Suomen kohteeseen. Lehmiranta on kartoittanut valmiiksi eläkeläisryhmille sopivia kohteita ja toimivia retkiohjelmia. Ryhmä voi valita jonkin valmiin retkivaihtoehdon tai teille voidaan räätälöidä jotain aivan muuta ja yllättävää.

Järjestämme myös suosittuja sokkoretkiä!

Lehmirannan päiväretkiin sisältyy aina myös mukaan tulevan matkailuoppaan palvelut. Retkioppaina toimivat Suomen Opasliiton auktorisoimat, kohteensa ja seutunsa tuntevat matkailuoppaat.

Retkistä kannattaa sopia hyvissä ajoin, noin kaksi kuukautta ennen Lehmirantaan tuloa.

Aikamatka Perniönjokilaaksossa

Hinta: alk. 15 euroa / hlö

Retken kesto: 2–2,5 h

Reitin pituus: 20 km

Vaativuus: helppo

Toteutus: ympäri vuoden

Minimi ryhmäkoko: 12

Miksi lähteä merta edemmäs kalaan, kun vain muutaman kilometrin säteellä Lehmirannasta löytyy hienoja tarinoita ja historiallisia kohteita. Perniönjokilaakso on Suomen kartanolaitoksen vanhaa ydinaluetta. Yliskylää ja Paarskylää viljellään edelleen. Alue on tunnettu myös vauraasta esihistoriastaan. Retkellä vierailaan opastetusti idyllisessä Yliskylän kirkossa ja kirkkomaalla, joka sijaitsee rautakautisen kalmiston ”päällä”. Perniön Yliskylän emännän komea muinaispuku on rekonstruoitu näistä hautalöydöistä. Seudun ensimmäinen naiskansanedustaja, Katri Kaarlone teki pukua tunnetuksi mm. ideoimalla muinaispukun. Retkikahvit nautitaan Kaisa-Leena Kaarlosen johdolla Galleria Levolassa, jossa mahdollisuus tutustua näytellyyn ja kuulla lisää muinaispukun tarinasta.

Amos Anderssonin jalanjäljillä Kemiönsaarella

Hinta: 25 euroa / hlö

Retken kesto: n. 5-6 h

Reitin pituus: n. 130 km

Vaativuus: helppo, kävelyä n. 700 m

Toteutus: kesäkuukausina

Minimi ryhmäkoko: 20

Tohtori Amos Anderson oli taiteen tukija, joka perusti Konstsamfundet yhdistyksen, jolle kuuluvat mm. Hufvudstadsbladet sekä Amos Rex -museo Helsingin keskustassa. Söderlångvikin kartano oli Andersonin kesäkotimeren rannalla. Päärakennus on avautunut mittavan korjauksen jälkeen. Kotimuseossa on esillä 1900-luvun alun kotimaista maalaus- ja veistotaidetta. Koko sisustus on lähes samanlainen kuin Amoksen aikaan. Tutustumme opastetusti rakennukseen, puistoon, taideteoksiin sekä kurkistamme Söderlångvikin kuuluun omenatarhaan (linja-autossa istuen).

Retkikahvit nautitaan Café Söderlångvikissa, josta voi hankkia lähiseudun tuotteita. Retkellä vierailaan myös Kemiön keskiaikaisessa kirkossa.

Retkitiedustelut ja varaukset:
ryhmämyynti Mervi Gröhn,
puh. 02 7275 320 tai 040 7275 377.
Moniin mainittuihin kohteisiin
pääsee tutustumaan myös oma-
toimisesti. Pyydä yhteystietoja
lomakeskuksesta.



Kuvaaja Mathias Lönnström

Suomen maatalousmuseo Sarka

Hinta: 24 euroa / hlö

Retken kesto: n. 5-6 h

Reitin pituus: n. 175 km

Vaativuus: helppo, museo on esteetön

Toteutus: ympäri vuoden

Minimi ryhmäkoko: 30

Suomen maatalousmuseo Sarka on maatalouden valtakunnallinen vastuumuseo Loimaalla. Sen työ tiedon ja perinteen välittäjänä palkittiin Vuoden museo -tittelillä vuonna 2021. Esillä oleviin näyttelyihin ja tiloihin tutustutaan museo-oppaan johdolla. Retkikahvipaikkana Pito- ja lounasravintola Sarka.

Retken reitti halkoo Varsinais-Suomen vehreitä maisemia, jonka moninaisuus avautuu retkioppaan tarinoista. Kausiluontoisesti retkeen on mahdollista lisätä kohteeksi esimerkiksi ITE-taiteilija Arto Ali-Eskolan Patsaspuisto Marttilassa, taiteilija Johanna Oraksen ateljee Koski Tl:ssä tai yritysvierailu Raunion Sahalle (Westas Oy) Koski Tl:ssä (eri korvaus).

Kauppakaupunki nimeltä Salo

Hinta: alk. 15–18 euroa / hlö

Retken kesto: 2–3 h

Reitin pituus: 60 km

Vaativuus: helppo

Toteutus: ympäri vuoden

Minimi ryhmäkoko: 20

Salo on kaupunkina varsin nuori, mutta sillä on pitkä ja värikäs historia kauppa- ja markkinapaikkana. Retkellä kuulet Salosta uutta ja vanhaa, kauppalan ja Saloran tarinan sekä tuoreimmat ostosvinkit. Kesäkaudella kahvitellaan Suomen parhaaksi äänestetyllä Salon torilla ja shoppaillaan keskustan liikkeissä. Talvikaudella retkikahvit nautitaan taukopaikka DesignHillissä, jossa tarjolla useita kotimaisia tuotemerkkejä mm. Aarikka, littala, Finlayson ja Marimekko.

Esimerkkejä muista retkivaihtoehdoista:

Aatelissukujen Halikko

Salokierros ja iltatori

Salo – presidentillinen pikkukaupunki

Teijon kansallispuisto ja ruukkikylät

Perniön kotiseuturetki

Pitkin poikin Suursaloa

Uutta elämää Teijon ja Mathildedalin ruukkikylissä

Merellinen Särkisalo

Salon Saloja – Elämyksiä ja elektroniikkaa

Söderlångvik ja Kemiön ruukit

Rengasreitti Halikonlahden ympäri

Örö – ulkosaariston linnakesaari

Bengtskärin majakka

Hiittinen (Kasnäs ja Viikinkikylä)

Parainen – Nauvo

Somero – nostalgiaa Baddingin lapsuusmaisemissa

Hiidenlinna Somerolla

Erityiset elämykset Lohjan seudulla

Mustion linna

Fiskars

Raasepori (Tammisaari) ja Hanko

Turku

Naantali (tai Naantali + Kultaranta)

Louhisaaren linna ja Askaisten Ritaripuisto

Lohja ja Elämyskaivos Tytyri

Inkoo ja Fagervik

Eduskuntatalo

Fazerila – vierailukeskus Vantaalla





Palveluja kaikille

Vaikka Lehmiraanan loma- ja kurssiohjelma on suunniteltu ikäihmisille, on lomakeskuksen palvelut avoinna kaikille. Tervetuloa esim. kahville, ruokailemaan, kylpylään tai suola-huoneeseen. Palveluiden aukioloajat vaihtelevat viikoittain. Ne kannattaa tarkistaa ennen matkaan lähtöä.

Tansseista ja avoimista konsertti- tai ruokatapahtumista voit lukea tapahtumakalenteristamme.

Hotelli luonnon rauhassa

Hotelli Lehmiraanassa sopii esim. salolaisten kesä- ja juh-lavieraille tai retkeilijöille, jotka etsivät sopivaa tukikohtaa päiväretkien välille, mutta myös työmatkalaisille, jotka arvostavat rauhallista sijaintia luonnon keskellä kaupungin hälinän sijaan.

Kerromme mielellämme vaihtoehtoista päiväretkien koh-teiksi (kulttuuri- ja luontokohteet sekä tapahtumat) patikoi-den, pyörällä tai omalla autolla.

Huoneet

Suurin osa Lehmiraanan majoitushuoneista on kahden hen-gen hotellitasoisia huoneita, joiden varustukseen kuuluu tau-lu-TV, puhelin, wc, suihku, viileäkaappi, hiustenkuivain, liina-vaatteet ja kylpypyyhkeet. Yhden hengen huoneen lisämaksu on 28 €/vrk. Allaskahvila Alfredista on mahdollista vuokrata kylpytakkeja ja uima-asuja.

Tervahovi-rakennuksessa sijaitsevat Lehmiraanan hostel-ta-soiset huoneet. Suihku ja wc sekä puhelin ja televisio ovat yhteiskäytössä, joten hinnat ovat edullisempia.



HINNASTO 2022

	Normaalihinta /hlö	Eläkeliiitto ry:n jäsenhinta/hlö
Lomaviikko 6 vrk	576 €	453 €
Hostel Tervahovi	468 €	345 €
Lomaviikko 5 vrk (*)	488 €	385 €
Hostel Tervahovi (*)	398 €	296 €
Puolihoitovuorokausi	99 €	84 €
Hostel Tervahovi	80 €	67 €

Sisältää puolihoidon kahden hengen huoneessa, kylpylän käytön päivittäin ja lomaohjelman.

(*) Hinta voimassa vain *:llä merkityillä viikoilla.

Varaukset tehdään kokonaisina kahden hengen huoneina!

Yhden hengen huoneen lisä / vrk	28 €	28 €
--	-------------	-------------

	Huonehinta alkaen norm.	jäsenet
Hotellimajoitus (2 hengen huone)	140	120 €
Hotellimajoitus (1 hengen huone)	98	88 €
Hostel Tervahovi (2 hengen huone)	98	84 €
Hostel Tervahovi (1 hengen huone)	49	42 €

Sisältää yöpymisen, aamu-uinnin kylpylässä ja aamiaisen.

Kylpylän käyttö 2 h	11 €	8 €
Ruokailu	17,50 €	17,50 €
Sunnuntairuokailu	22 €	22 €

Juhlapyhien ja erikoistapahtumien aikaan hinnoittelussa voi olla poikkeuksia.

Kokoukset ja tapahtumat järvimaisemissa

Lehmiranta on oiva paikka erilaisten tapahtumien ja merkkipäivien järjestämiseen. Lomakeskuksesta löytyvät hyvät ja monipuoliset tilat yritysten ja ryhmien kokous- ja virkistyskäyttöön sekä tyhy-päiviin.

Saman katon alta löytyvät:

- kokous- tai tapahtumatilat
- majoitus jopa 200:lle henkilölle
- ravintola- ja kahvilapalvelut
- kylpylä
- ulkoilumahdollisuudet
- ohjattuja aktiviteetteja

Lomakeskus on rauhallinen ja suunniteltu ikäihmisten tarpeita ajatellen. Kaikki yleiset tilat sopivat myös liikuntarajoitteisille. Lehmirannan ravintola- ja kahvilapalveluista saat kätevästi tilattua tarjoilut tilaisuutesi yhteyteen. Myös majoitus järjestyy vaivatta isollekin joukolle.

Pyydä tarjousta tilaisuutesi järjestelyistä:

puh. (02) 727 5200 tai lehmiranta@elakeliitto.fi

Muutokset mahdollisia.



Sukupolvien ketjussa

– Vastuullista, turvallista ja yhteisöllistä matkailua

Lehmirannan toimintaa ohjaavat omistajamme Eläkeliitto ry:n arvot: inhimillisyys, ikäystävällisyys, tasa-arvo, osallisuus ja yhteisvastuu. Haluamme tukea omalta osaltamme ikäystävällisen Suomen rakentamista tarjoamalla eläkeikäisille mahdollisuuksia omannäköiseen matkailuun.

Lehmiranta sijaitsee kauniin järven rannalla, luonnon ympäröimänä, Teijon kansallispuiston kupeessa. Luonto ja sen monimuotoisuus on meille tärkeä vetovoimatekijä. Haluamme vaalia luonnon ja upean ympäristön säilymistä myös tuleville sukupolville.

Eläkeliitto on Lehmirannan lomakeskuksen omistajana sitoutunut Business Finlandin vastuullisen matkailun Sustainable Travel Finland (STF) -ohjelmaan ja kehittämistyön ohjenuoraksi Lehmirannalle on koottu vastuullisuus- ja ympäristöohjelma otsikolla ”Sukupolvien ketjussa”. Tämän ohjelman osana Lehmiranta tavoittelee myös Ekokompassi -ympäristömerkkiä. Ympäristönäkökulman lisäksi ohjelmassa kiinnitetään huomiota taloudelliseen ja sosio-kulttuuriseen vastuullisuuteen sekä turvallisuuteen.

Ekologinen vastuullisuus

Ympäristömerkin hakeminen tarkoittaa sitoutumista ympäristöystävällisiin ratkaisuihin sekä mm. sähkön-, lämmön- ja vedenkulutuksen sekä jätteiden määrän ja lajittelun seurantaan. Näkyvin ja merkittävin elementti lomakeskuksen ympäristössä on Lehmirjärvi. Järven aktiivisessa suojeluyhdistyksessä Lehmiranta on ollut mukana sen alusta alkaen (v:sta 1977). Ekologiselta tilaltaan Lehmirjärvi on tänä päivänä luokiteltu erinomaiseksi. Kaikki lomakeskuksen jätevedet, myös kriisitilanteessa, ohjataan pois järveltä. Metsäalueellamme on uusi 28 ha suojelukohde, Artun luonnonsuojelualue, joka on rauhoitettu METSO-ohjelman kautta. Toiminnassa suositaan palvelujen tarjoamista ryhmille yksityisautoilun vähentämiseksi. Julkisten kulkuneuvojen jatkoksi talon auto voi noutaa asiakkaita etukäteispyyntöä Salon asemilta.

Pysäköintialueellemme on lisäksi asennettu sähköauton latauspiste. Ruokahävikin vähentäminen on myös yksi ympäristöohjelmamme kehittämiskohde. Jätteiden lajittelua on tehostettu ja kesästä 2021 alkaen myös asiakkaiden on ollut mahdollista lajitella roskat majoituskäytävillä sijaitseviin lajittelupisteisiin.

Taloudellinen ja sosio-kulttuurinen vastuullisuus

Sosiaalinen vastuullisuus tulee esiin jo lähtökohdassamme toimia ikäystävällisen Suomen rakentajana ja ikäihmisten virkistys- ja hyvinvointipalvelujen tuottajana. Yritys on toiminut samalla paikalla jo 45 vuotta tehden hyvää yhteistyötä paikallisten toimijoiden ja yhdistysten kanssa. Asiakkaille paikallisuus näkyy mm. paikallisina tuotteina kioskissamme, paikallisina esiintyjinä, opastettuina retkinä tai esitelminä/norjatuolimatkoina lähialueen kulttuuri- ja luontokohteisiin sekä perinnetiedon jakamisena mm. Isovanhempien ja lastenlasten lomilla. Tavoitteena tulevaisuudessa on lähituotteiden ja -toimijoiden hyödyntäminen entistä laajemmin. Taloa johdetaan ja viedään eteenpäin pitkäjänteisellä otteella katsomalla tulevaisuuteen. Tavoitteena on ikäystävällisen lomatoiminnan jatkuvuuden turvaaminen. Lomakeskus tarjoaa työtä lähes 30:lle kokoaikaiselle matkailu- ja ravintola-alan ammattilaiselle sesonkien sijaan ympäri vuoden.

Turvallisuus

Vastuullinen toimija välittää asiakkaiden turvallisuudesta, mikä on erityisen tärkeää ikäihmisten kanssa toimiessa. Hätäensiapukoulutusta annetaan säännöllisesti koko lomakeskuksen henkilökunnalle. Käytössä on defibrillaattori hätätilanteita varten. Myös erilaiset palo- ja pelastus-, asiakasturvallisuus- sekä terveysturvallisuussuunnitelmat ovat aktiivisessa seurannassa ja ajan tasalla. Oma aggregaatti takaa sähköntuotannon ja asiakkaiden perusturvan sekä viihtyvyyden myös sähkökatkojen aikana.





Lisää hyviä hetkiä lomillesi

Luonto- ja muinaispolut

Eeronpolun ja Lehmijärven lähiteiden lisäksi Salosta löytyy lukuisia luonto- ja muinaispolkuja pienten päiväretkien kohteeksi.

Latokartanonkosken luontopolku vanhan myllyn raunioiden ympärillä. Helppo, n. 1,7 km.
P-alue: Hästöntie 140.

Halikonlahden lintupolku ja esteetön polku, n. 1,9 km. P-alue: Satamakatu 49. Lintutorni.

Vuohensaaren luontopolku luontorasteineen. Kesäaika, n. 1,2 km. P-alue: Satamakatu 102. Kesäaikaan leirintäalueen kahvila palvelee P-alueen vieressä. Mm. minigolfia.

Teijon kansallispuisto. Pyöräile Lehmirannasta 6 km Kirjakkalan ruukkikylästä lähteville poluille. Luontokeskus: Matildanjärventie 86.

Rikalanmäen muinaispolku rautakaudelta, helppo, 400 m sekä viereinen Linnamäki, vaativa, 2,5 km. P-alue: Rikalanatie 77. Kahvila-ravintola Rikalan Krouvi ja kesäterassi muinaispolun vieressä.

Viitankruunun muinaispolku pronssikautisille hautaröykkiöille, josta komeat näkymät Halikonlahdelle. Kesäaika, yhteen suuntaan 500 m. P-alue: Merikulmantie 255.

Kalliolaakson linna ja Yliskylän kirkko

Kesäaikaan yleisölle avoinna oleva Kalliolaakson linna on kahden ihmisen omin käsin rakentama unelma keskellä Perniönjokilaakson historiallista perinmaisemaa. Linnan muurissa toimii kesäkahvila ja linnan emännän pellava- ja suomenlampaanvilla-tuotteita sisältävä käsityöpuoti. Matkalla Kalliolaaksoon kannattaa pysähtyä myös Yliskylän pienen puisen kirkon pihamaalla. Kirkko on rakennettu rautakautisen kalmiston kupeeseen. Perniön Yliskylän emännän komea muinaispuku on rekonstruoitu näistä hautalöydöistä. Kuvan puvusta voi nähdä mm. Hilda Katteluksen muotokuvassa Lehmirannan juhlasalin seinällä.

Kulttuurikierros Teijon ruukilla

Keskellä Teijon ruukkikylää mäen päällä seisoo Suomen pienin kivikirkko, hurmaava Teijon kartanon kirkko. Kirkon rakennutti ruukinpatruuna Robert Bremer 1829 kiitokseksi Jumalalle, ettei patruunan itsensä ennustamaa vedenpaisumusta tullutkaan. Kylätien toiselta puolelta pääsee Totin luontopolulle, joka on vanhaa kartanonpuistoa. Teijon Masuunin tiloista löytyy lisäksi kahvila, taidenäyttelyitä sekä käsityöläisten puoteja.

Hyvinvointia hoito-osastolta

Täydennä lomasi nauttimalla Lehmirannan hoito-osaston palveluista hierojan, kosmetologin ja kampaajan hellässä huomassa.

Hoito-osastollamme palvelevat:

- hieroja Pirjo Utukka
- kosmetologi ja lähihoitaja Tiina Förström
- Parturi/kampaaja Galina Cederroos.

Kaikki hoitajat ovat yksityisiä yrittäjiä, jotka tarjoavat Lehmirannan tiloissa palveluitaan talossa lomaileville asiakkaille pääsääntöisesti keskiviikosta perjantaihin. Hoitovaraukset tehdään suoraan hoitajilta mieluiten ennakkovarauksina. Yhteystiedot ja lisätietoja hoitajien palveluista löytyy Lehmirannan verkkosivulta: <https://www.lehmiranta.fi/palvelut/lehmirannan-hoito-osasto>

Salon keskusta

Kesäaikaan piipahda ainakin Salon (maan parhaaksi valitulla) torilla, erityisesti torstai-iltaisin nauttimaan iltatoritunnelmasta ja ilmaiskonserteista. Retki-kohteeksi voi ottaa myös Taidemuseo Veturitallin, Nokian entiseen tehdashalliin perustetun elektro- niikkamuseon tai keskustan monet kivijalkaliikkeet ja kirpputorit. Salon maine kauppakaupunkina ei ole tuulesta temmattu.

Muutokset mahdollisia.

*Rytmiä
Riemua
Rentoutumista
www.lehmiranta.fi*



Lehmirannan lomakeskus

www.lehmiranta.fi

puh. 02 7275 200

lehmiranta@elakeliitto.fi

Lehmirannantie 12, 25170 Kotalato (Salo)

