



# Yhden vanhemman perheiden loma Rajaniemessä

Lomalla liikutaan ja leikitään sisällä ja luonnossa, retkeillään ja paistetaan rannassa makkaraa ja muurinpohjalettuja. Viikon aikana tutustutaan toisiin perheisiin, saadaan uusia ystäviä ja jaetaan kokemuksia. Ohjelmassa on sekä perheen yhteistä tekemistä että eri-ikäisille suunnattua toimintaa. Lomaan sisältyy lastenhoitoa ryhmässä 2–7-vuotiaille lapsille neljä kertaa viikossa kaksi tuntia kerrallaan. Huomaathan, että ohjelma on viitteellinen. Lopullinen ohjelma jaetaan perheille loman alkaessa.

## Ruokailu noutopöydästä joka päivä

Tulopäivänä tarjoillaan keittolounas, kahvi/tee tai mehu ja makea leivonnainen, päivällinen ja iltapala. Lähtöpäivä päättyy aamiaiseen.

### Ruokailuajat

Klo 8.00–9.00	aamiainen
Klo 11.00–12.00	lounas
Klo 14.00–15.00	päiväkahvit ja lapsille välipala
Klo 16.30–17.30	päivällinen
Klo 18.30–21.00	iltapala

Loman alustava ohjelma on seuraavalla sivulla.

# Loman ohjelma

## Maanantai

Majoittuminen ja lounas klo 13 alkaen  
Tuloinfo ja lomaohjelman esittely  
Yhteinen illanvietto – tutustutaan toisiimme

## Tiistai

Pihajumppaa lapsille ja aikuisille  
Lapsille askartelua luonnonkasveista  
Tehdään omat vastat/vihdat illan rantasaunaa varten  
Makkaranpaistoa ja nuotiolauluja

## Keskiviikko

Aikuisille aamujumppaa, lapsille piirustustunti  
Luontopolun tehtävärastit lapsille ja aikuisille  
Omaa aikaa  
Yhteinen illanvietto Siekkissalissa

## Yhteystiedot

Rajaniemen lomakeskus  
Rajaniementie 35  
34800 Virrat  
Puh. 03 475 5648 tai 050 478 3909  
[toimisto@rajaniemenlomakeskus.fi](mailto:toimisto@rajaniemenlomakeskus.fi)  
[www.rajaniemenlomakeskus.fi](http://www.rajaniemenlomakeskus.fi)  
[www.facebook.com/Rajaniemenlomakeskus](https://www.facebook.com/Rajaniemenlomakeskus)

## Torstai

Aikuisten ja lasten yhteinen aamujumppa  
Pelataan frisbeegolfia ja leikitään vanhoja ulkoleikkejä  
Omaa aikaa  
Paistetaan rannassa muurinpohjalettuja

## Perjantai

Opastettu retkipäivä  
Lomaviikon tunnelmat – jaetaan kokemuksia ja kootaan lomapalautteet  
Yhteinen illanvietto

## Lauantai

Aamiainen  
Lähtöhalaukset ja hyvää kotimatkaa!