

Itä-Hämeen Martat ry

Alueen marttayhdistysten sähköpostivastaajalle lähetetty sähköposti 11.4.2018

Hei martat!

Välitähän alla olevan tiedon yhdistyksessä eteenpäin kiitos.

Yhteinen keittiö kutsuu tekemään yhdessä!

Tule mukaan Yhteinen keittiö -ruokakursseille Marttalaan. Kursseilta saat valmiuksia toimia vapaaehtoisena seurakuntien Yhteisissä keittiöissä. Kokkaamme erilaisia ruokia, syömme yhdessä ja keskustelemme mukavassa hengessä. Kurssisarjaan kuuluu 2 luentoa ja 4 ruokakurssia. Muutama vapaaehtoinen on jo ilmoittautunut mukaan, mutta vielä olisi paikkoja vapaana. Ilmoittautumiset sähköpostitse kotitalousasiantuntija Niina Koivistolle niina.koivisto@martat.fi 18.4.2018 mennessä. Yhteisen keittiön tavoitteena on yksinäisyyden vähentäminen ja osallisuuden lisääminen. Toiminnan tavoitteena on myös edistää terveitä elintapoja ja arjessa selviytymistä. **Kurssi on osallistujille maksuton.**

Kurssiajankohdat Marttalassa:

Ke 25.4. klo 10-12 luento ja kahvit

Ke 2.5. klo 10-13 ruokakurssi

Ke 9.5. klo 10-13 ruokakurssi

Ke 23.5. klo 10-13 ruokakurssi

Pe 1.6. klo 10-13 ruokakurssi

Pe 8.6. klo 10-12 luento ja kahvit

Yhteinen keittiö:

Launeella maanantaisin klo 12

Keski-Lahdessa keskiviikkoisin klo 11.45

Salpausselkä perjantaisin klo 11

Jovi torstaisin klo 12

Nastola torstaisin klo 11

Lisätietoa Yhteisestä keittiöstä löytyy osoitteesta:

<http://yhteinenkeittio.fi/>