

5/2018 JÄSENTIEDOTE MARTOILLE JA MARTTAYHDISTYKSILLE

1. Toimistosihteerin tervehdys
2. Ajankohtaista
3. Toimintakalenteri

1. Toimistosihteerin tervehdys

Martat ja Martit,

Huomaatko, miten paljon oikeasti voit saada vartissa aikaan? Jos sinulla on kiire, niin priorisoi. Keskity, älä hötkyile, niin selviät kaikesta kunnialla. Näin minulle sanottiin tänään horoskoopissa. Kyllä horoskooppi tietää! Tosin nämä horoskooppien ohjeet tuntuvat pätevän yleensäkin tässä elämässä. Tällä ohjeella olen kuitenkin tässä toimistosihteerinä nämä pari viimeistä päivää. Kaikkea ei voi saada valmiiksi, vaan asiat kulkevat jatkumona. Syksyllä uusi toimistosihteerini ottaa sitten haltuunsa tämän jatkumon eteenpäinviemisen ja kehittämisen. Minä puolestani siirryn toisiin tehtäviin, tosin siirtymää olen tehnyt jo puolisen vuotta, sillä olen ollut osa-aikaisena sekä martoilla että yritysmaailmassa.

Tuhannet kiitokset teille kaikille hyvästä ja mukavasta yhteistyöstä sekä antoisista keskusteluista! Marttojen maailma on ollut minulle erilainen työkokemus. Se on ainakin opettanut sen, että elämä on parasta itse tehtynä.

Hyvää ja leppoisaa kesää!

Toimistosihteerini
Leila Kaivanto

2. Ajankohtaista

Toimiston aukioloajat kesällä. Toimisto on auki ma ja ti viikolla 24 (ma 11.6. ja ti 12.6.) klo 9-16. Kotitalousasiantuntijat ja toiminnanjohtaja ovat vielä paikalla viikolla 25, mutta tuolla viikolla tapaamisesta kannattaa sopia etukäteen. Viikot 26-30 (25.6.-29.7.) toimisto on suljettu.

Kuusan Martat kutsuvat tänäkin kesänä yhteisille **Marttakahveille ja Kanavateatteri**n katsomaan **sunnuntaina 29.7.2018 klo 15** ”Taivaan tulet - Verenperintö” -näytelmää, joka on itsenäinen jatko-osa viime kesänä esitetylle ”Taivaan tulet” -näytelmälle. Kuusan Nuorisoseurantalolle, osoitteeseen Koskelantie 43, Kuusa.

Marttakahvit suolaisen (broileri-ananaspiirakka) ja makean (vadelmaleivos) kahvileivän kera klo 14 alkaen. Kahvittelun jälkeen ja väliajalla on mahdollisuus tutustua juhlasalissa esillä olevaan Kanavateatterin perustajan ja pitkäaikaisen ohjaajan ja teatteripersoonan Erkki Kauppisen teatterityöstä kertovaan näyttelyyn. Erkki Kauppinen menehtyi viime joulukuussa.

Ilmoittautumiset ja lippuvaraukset:

marttayhdistyksittäin puhelimitse numeroon 0400 716 020 viimeistään 15.7.2018 mennessä.

Ilmoittakaa samalla myös tarvitsemastanne erityisruokavaliosta. Marttakahvien kahvileivät ovat laktoosittomia.

Teatterilippu ja Marttakahvit maksavat 19 euroa/henkilö. Kanavateatteri laskuttaa varaukset marttayhdistyksittäin.



Jos kysyttävää, niin ota yhteyttä: Pirkko Hautala, Kuusan Marttojen pj. pirkkom.hautala@gmail.com.
Puh. 040 969 4852
Lue tarkemmin Kanavateatterista ja Taivaan tulet - verenperintö -näytelmästä.
www.kanavateatteri.fi

Syksyn 2018 kurssit ja tapahtumat avautuvat netissä viikolla 24 ja ovat tämän tiedotteen lopussa.
https://www.martat.fi/tapahtumat/?tribe_paged=1&tribe_event_display=list&tribe_martat_division=121

Mediamartta Maire Korhonen opastaa yhdistyksiä nettisivujen päivittämisessä. Syksyä silmällä pitäen voit ottaa Maireen suoraan yhteyttä ja sopia opastuksen ajankohdasta ja sisällöstä hänen kanssaan.
mair.korhonen@gmail.com, puh. 040 531 5552

Elämänlaatua Eläkeikään -hanke jatkuu syksyllä. Hankkeen monipuoliseen sisältöön voi käydä tutustumassa hankkeen omilta sivuilta <https://www.martat.fi/marttapiirit/keski-suomi/elamanlaatua-elakeikaan-hanke/> tai Kurssit & tapahtumat sivuilta https://www.martat.fi/tapahtumat/?tribe_paged=1&tribe_event_display=list&tribe_martat_division=121

Muistutuksena vielä kaikille yhdistyksille Elämänlaatua eläkeikään -hankkeen maakunnassa toteutettavista miniseminaareista ja työpajoista. Ideoikaa ja suunnitelkaa eri puolella maakuntaa toteutettavia tapahtumia esim. taloustyöpajoja tai seminaareja, joita haluaisitte paikkakunnallanne järjestää. Tärkeää on yhteistyö muiden järjestöjen kanssa (esim. eläkejärjestöt). Alkusyksystä toteutettavien tapahtumien suunnitelmat tulee toimittaa hankekoordinaattori Liisa Hämäläiselle viim. 30.6.2018 mennessä ja loppusyksystä toteutettavien tapahtumien suunnitelmat on toimitettava 31.8.2018 mennessä. Tapahtuman ei tarvitse olla valtavan suuri, tärkeää olisi tavoittaa hankkeen kohderyhmää eli yli 55-vuotiaita monipuolisesti omalta paikkakunnaltanne.

Marttaliitto kouluttaa tulevana syksynä **sienimarttoja. Keski-Suomesta mukaan otetaan vielä yksi sienimarttakoulutettava.**

Tavoitteena on saada:

- koulutettuja vapaaehtoisia sienineuvonnan tueksi
- ketjukoulutuksen avulla sieniosaamista marttayhdistyksiin
- sienimarttoja päiväkoteihin ja kouluihin toteuttamaan kotitalouskompassin sienineuvontaa

Sienimartan tehtävänä on:

- olla apuna sienineuvontatapahtumissa ja -retkillä
- osallistua valtakunnalliseen sienipäivään
- olla mukana juhluvuoden 2019 sieniviikon tapahtumissa

Keski-Suomen piirin sienimarttakoulutus järjestetään Joensuussa seuraavien piirien kanssa:

- 29.-30.9. Joensuu, Savo, Keski-Suomi, Pohjois-Karjala, Etelä-Karjala ja Kymenlaakso (23 marttaa)
- Marttaliitto kouluttaa kaikkiaan 55 sienimarttaa (2-6 marttaa/piiri). Keski-Suomesta koulutukseen otetaan 4 marttaa. Marttaliitto maksaa matkustus- ja majoituskorvaukset.

Jos sienimarttakoulutus kiinnostaa, niin laita sähköpostia Hanni Kuroselle (hanni.kuronen@martat.fi) 3.8.2018 mennessä.

Syyskuun puolivälissä järjestetään **Uusia alkuja -tapahtuma** (entiseltä nimeltä Kupit ja kapustat kierto) ympäri Suomea. Monelta opintonsa aloittavalta nuorelta puuttuu keittiöstä usein monta arkista ja tarpeellista tavaraa. Samaan aikaan monen keittiökaapit pursuavat toimivia ja hyväkuntoisia kodin pientavaroita, astioita ja ruoanvalmistusvälineitä. Tapahtumassa tavaroille annetaan uusi elämä,



kun toisen turhake muuttuu toisen aarteeksi! Pyydämmekin teitä kaikkia keräämään kesän aikana itsellenne turhia keittiötarvikkeita ja laittamaan ne sivuun syksyä varten. Tarvikkeiden tulee olla hyväkuntoisia, toimivia ja ehjiä. Kerätyt keittiötarvikkeet voi toimittaa piirin toimistoon elokuun lopussa ja syyskuun alussa.

Kahvituskoulutus martoille järjestetään 6.10. Tästä enemmän ja tarkemmin kesän jälkeen.

Marttojen jäsenedut löytyvät nettisivuilta: <https://www.martat.fi/marttapiirit/keski-suomi/jasenedut/>

3. Toimintakalenteri

Keski-Suomen Martat ry:n toimintakalenteri syksy 2018

Piirin tapahtumat ja kurssit ovat kaikille avoimia, ellei kurssin kohdalla ole toisin mainittu.

Ilmoittautumiset suoraan netin kautta. <https://www.martat.fi/tapahtumat/> ja valitse piiriksi Keski-Suomen martat.

Ilmoittautuminen on sitova. Seitsemän (7) päivää ennen kurssia voi perua osallistumisensa veloituksetta ja sen jälkeen veloitamme 50 % kurssin hinnasta. Mikäli jättää peruttamatta kurssista veloitetaan koko hinta.

Kurssit pidetään Marttakeskuksessa, Yliopistonkatu 11, 40100 Jyväskylä ellei toisin mainita.

ELOKUU

Ke 22.8. klo 16-18 Pikkukokkikurssi 7-12 -vuotiaille 6 €

La 25.8. klo 10-15 Valtakunnallinen sieninäyttely kävelykadulla yhteistyössä Jyvässeudun sieniseurana kanssa

Ke 29.8. klo 10-13 Elämän laatua eläkeikään -hankkeen Sieniretki Lähtö Marttakeskuksen pihasta kimpapakyydein. Tilaan 15 ensimmäiselle ilmoittautuneelle. *Ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 20.8. mennessä.

SYYSKUU

Ti 4.9. klo 10-15 Elämänlaatua eläkeikään -hankkeen vapaaehtoisuus koulutus Marttakeskuksen yläkerta, *Ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 27.8. mennessä.

To 6.9. klo 17.30 Ruokaa miesten makuun 23 € / 28 €

To 6.9. klo 17 Sieniretki 20 € / 24 € Retki Jyvässeudun lähimaastossa. Lähtö Marttakeskuksen pihasta. Maastovarustus ja sienikori ja -veitsi mukaan.

Ke 12.9. klo 14-18.00 Avoimet ovet: Vuoden vihannekset ja sienet, asiaa säilönnästä, kässämarttojen toiminnan esittely ja taloudenhallinnan infopiste



To 13.9. klo 10-14 Elämänlaatua eläkeikään -seminaari, Minnansali, Jyväskylän kaupunginkirjasto. Puheenvuoroja eläkeläisille ajankohtaisista asioista. Tilaa 120 ensimmäiselle ilmoittautuneelle.
*Ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 10.9. mennessä.

Ti 18.9. klo 17.30 Portugali viinimaana 36 € Portugali on suosittu viinimaa. Miksi näin on? Tutustutaan maan viineihin ja maistellaan muutamia valko- ja punaviinejä. Kurssin pitää viiniasiantuntija MA, Helena Rantasuo.

Ke 19.9. klo 16-18 Pikkukokkikurssi 7-12-vuotiaille 6 €

Ma 17.9, ma 24.9., ma 8.10. ja ma 15.10 klo 9-13 Kaikille avoin ruokakurssi 20 €. Kurssilla valmistetaan helppoa, edullista ja maukasta arkiruokaa. Mukaan mahtuu ensimmäiset 14 ilmoittautunutta. *Sitovat ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 13.9. mennessä.

LOKAKUU

Ma 1.10. Seniorimessut klo 9.45-15 Jyväskylän kaupunginteatteri

La 6.10. Kahvituskoulutus Martoille 10 € klo 10-15.30 Mukaan mahtuu 20 osallistujaa, 2 / yhdistys

Ti 9.10. 17-19 Puheenjohtajien parlamentti; mm. ajankohtaiset asiat ja toiminnan suunnittelu 2019

Ke 10.10. klo 16-18 Pikkukokkikurssit 7-12 vuotiaille 6 €

Ke 10.10. klo 9.30-12 Elämänlaatua eläkeikään – taloustyöpaja: Testamentti. Asiantuntijana varatuomari Riitta Kivelä. Tilaan 16 ensimmäiselle ilmoittautuneelle. *Ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 8.10. mennessä.

To 11.10. klo 17-18.30 Latinalainen Amerikka ruokakurssi 23 € / 28 €

Ma 22.10. klo 17-18.30 Rintasyövän ennaltaehkäisy ja rintojen omatarkkailun opastus, Keski-Suomen syöpäyhdistys, Sirpa Tuomainen. Maksuton. Ilmoittautumiset 18.10. mennessä. Max 25 osallistujaa.

Ti 23.10. klo 17.30 Viinikurssi: Syksyn riistakausi ja sienisato on parhaimmillaan 40 € Maistellaan mitkä viinit sopivat näiden ruokalajien kanssa. Kurssin pitää viiniasiantuntija MA, Helena Rantasuo.

Ti 23.10. Voimaruokaa vanhuuteen -työpaja, osa Elämänlaatua eläkeikään -hanketta. Tutustutaan erilaisiin ravintorikkaisiin tuotteisiin ja valmistetaan niistä monipuolisia ruokia. Tuote-esittelyssä mukana Ruohonjuuri. *Sitovat ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle ma 16.10. mennessä.

Ma 29.10. klo 17.30-20.30 Hygieniapassikoulutus + tentti, 40 € Mukaan otetaan max. 12 henkilöä. Henkilöllisyystodistus (passi + ajokortti) mukaan.



MARRASKUU

Ma 5.11., ma 12.11. ja 19.11. klo 10-11 Ikiliikkari, osa Elämänlaatua eläkeikään -hanketta
Piippurannan klubi, Paperitehtaankatu 1, 40100 Jyväskylä Kokeillaan eri liikuntalajeja: virelavista, kuntosalia ja kehonhuoltoa. Tilaa 16 ensimmäiselle ilmoittautuneelle. *Sitovat ilmoittautumiset sähköpostitse Liisa Hämäläiselle to 1.11. mennessä.

Ke 14.11. klo 16-18 Pikkukokkikurssit 7-12 vuotiaille 6 €

Ti 20.11. klo 17.30 Vuoden parhaat viiniehokkaat on taas valittu! 36 € Tutustutaan viineihin ja valitaan niistä omat suosikit. Kurssin pitää viiniasiantuntija MA, Helena Rantasuo.

To 29.11. klo 17.30 Leivotaan yhdessä – jouluiset leivonnaiset 23 € / 28 € Aikuinen + lapsi-pari em. hintaan. Max. 10 paria.

JOULUKUU

Ke 5.12. klo 16-18 Pikkukokkikurssi 7-12-vuotiaille 6 €

To 13.12. klo 17.30 Kasvissyöjän jouluherkut 23 € / 28 €

***Liisa Hämäläisen sähköpostiosoite on: liisa.hamalainen@martat.fi**

