

24.6.2019

6 / 2019 JÄSENKIRJE

MARTOILLE JA MARTTAYHDISTYKSILLE

1. Puheenjohtajan tervehdys
2. Ajankohtaista
3. Toimintakalenteri

1. PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Nyt se on taas täällä, KESÄ!

Kesä on akkujen lataamisen aikaa, ja varmasti myös monelle jäsenellemme pihalla puuhastelun sesonki!

Minä en todellakaan ole mikään viherpeukalo, mutta vanhasta pihasta on jo löytynyt kaikenlaista kiinnostavaa, kun toista kesää olemme raivanneet rehottavia kasvustoja. Valitettavasti myös komealupiini on ottanut tilan hallintaansa, sitä olen nyt nyhtänyt tavoitteellisesti: kottikärryllinen jokainen ilta, kun olen kotona. Lisäksi isokierro eli karhunköynnös on hävitettävien listalla.

Kesä on myös kulttuuritapahtumien aikaa. Itse ajattelin käydä ainakin yhdessä kesäteatteriesityksessä. Mielenkiintoisia näytelmiä on ainakin Kuusaassa, Riihivuoressa ja KartanoKievarissa (mökki)naapurikylässä Hietamalla. Pakollinen reissu on tehtävä myös Keitele Jazziin, siellä kun tapaa aina vanhoja koulukavereita, joiden kanssa vaihdetaan kuulumiset. Joskus jopa siinä määrin, että itse musiikki jää kakkostilalle. Taidenäyttelyissäkin pitäisi ehtiä käymään ja ainakin yhdessä kotiseutumuseossa.

Kesä on kuitenkin minulle mökillä oleilun aikaa. Saunomista, uimista, mattopyykkiä, marjanpöimintää, puuhommia, tekemistä riittää. Tai voisihan sitä kokeilla vaikka riippumatossa loikoilua, jos vaan ehdin!

Ihanaa kesää kaikille!

toivoo Minna-Maria Lahtinen

puheenjohtaja



2. AJANKOHTAISTA

Piirin toimisto kiinni 1-28.7.2019. Oikein hyvää kesää kaikille martoille!

Elämänlaatua eläkeikään-hanke ja Tuijan uusi puhelinnumero

Tuija Elomäki on aloittanut kesäkuussa Elämänlaatua eläkeikään- hankkeen koordinaattorina. Tuijan puhelinnumero on 050 465 89 33.

Hankkeen kotisivu ja syksyn 2019 tapahtumakalenteri:

<https://www.martat.fi/keski-suomi/kohdenettu-neuvonta/elamanlaatua-elakeikaan-hanke/>

Perinnemekon kaavat ja retronapit

Saimme Marttaliitolta erän perinnemekon retronappeja. Napit saa maksutta perinnemekon tekoa varten. Piirissä olevat napit riittävät 16 perinnemekon tekoon. Meillä on myös lainattavissa 1 marttamekon kaavat. Lisää tietoa marttamekosta liiton nettisivuilla:

<https://www.martat.fi/martat/yhdistyskanava/jarjestoasut-ja-tunnukset/jarjestoasut/martan-perinneasu/>

Uusi jäsenetu

LuontaisOLO luontaishoitola tarjoaa yhdistyksenne jäsenille - 10% alennuksen kaikista rentouttavista hemmotteluhoidoista. Laaja hoitovalikoima, ajanvaraus ja muut lisätiedot löytyvät osoitteesta: <https://luontaisolo.fi>

(sivu löytyy helpoiten kirjoittamalla osoitekenttään tai googleen luontaisolo.fi)

Defibrillaattori (sydäniskuri) löytyy nyt Marttakeskuksen talosta

Yliopistonkatu 11:sta on nyt liikuteltava defibrillaattori eli sydäniskuri. Laite löytyy Wanha Fredan ulko-oven läheisyydestä, seinältä vessoja vastapäätä. Jos ikinä näet Marttakeskuksen lähistöllä tilanteen, jossa joku tarvitsee elvytystä, niin nyt tiedät, että täältä voi laitteen hakea paikalle. Seuraava lähin sydäniskuri löytyy Kauppakadulta Sokokselta. Tätä uutista saa mielellään kertoa eteenpäin!

Kahvitukisia tekevät yhdistykset

Jos haluat että yhdistyksesi näkyy piirin verkkosivuilla 'Kahvitukisia tekevät yhdistykset'- osiossa, niin ota yhteyttä Katjaan. keski-suomen@martat.fi tai p.050 438 7532

<https://www.martat.fi/keski-suomi/kahvitukisia-tekevät-marttayhdistykset/>

Vuosikalenteri ja materiaalia yhdistystoimijoille.

Piirin verkkosivuilla on nyt 'Vuosikalenteri ja materiaalia yhdistystoimijoille'- osio, josta löytyy ohjeita mm. toiminnantilastointiin ja jäsenrekisterin käyttöön. Kommentit ja kysymykset sivua koskien Katjalle: keski-suomen@martat.fi tai p. 050 438 7532

<https://www.martat.fi/keski-suomi/vuosikalenteri-ja-materiaalia-yhdistystoimijoille/>

*Marttojen
perinnemekon
mallia on
uudistettu.*

*Työ on tehty
vanhaa
kunnioittaen, mutta
malli on nyt hieman
yksinkertaisempi.*

*Tavoitteena on, että
mekon teko
onnistuu
harrastelija-
ompeijaltakin.*

*Defibrillaattori, defi
eli sydäniskuri on
laite, jolla
sydänpysähdys-
tilanteessa pyritään
poistamaan
sydämen
pysäyttänyt
haitallinen
rytmihäiriö
antamalla
elvytettävälle
hoitava
tasavirtasähköisku.*



3. KESKI-SUOMEN MARTAT RY:N TOIMINTAKALENTERI SYKSY 2019

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

Ilmoittautumiset suoraan netin kautta. <https://www.martat.fi/keski-suomi/tapahtumat/>

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 7.8. klo 10-13 Ässäkokit, maksuton, 8-12 – vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen. Toivomme, että ilmoitatte lapsenne vain yhdelle Ässäkokikurssipäivälle.

la 31.8. klo 11-15 Sieninäyttely Kävelykadulla, yhdessä Jyvasseudun Sieniseuran kanssa

SYYSKUU

ti 3.9. klo 17-19 Puheenjohtajien parlamentti, ajankohtaiset asiat.

ke 4.9. klo 17.30 Sieniretki 20 € / 24 €, Jyvasseudun lähimaastossa. Lähtö Marttakeskuksen pihasta. Maastovarustus ja sienikori ja -veitsi mukaan.

ke 4.9. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.

ke 11.9. klo 14-17 Avoimet ovet Marttakeskuksessa. Sienineuvontaa ja Ystäväkahvila.

to 12.9. klo 17.30 Sieniretki 20 € / 24 €, Jyvasseudun lähimaastossa. Lähtö Marttakeskuksen pihasta. Maastovarustus ja sienikori ja -veitsi mukaan.

pe 13.9., 20.9. ja 27.9. klo 10-13 Elämänlaatua eläkeikään -hankkeen kaikille avoin ruokakurssi, 15 €. Kurssilla valmistetaan helppoa, edullista ja maukasta arkiruokaa.

pe 13 – la 14.9. tai la 14.9. Marttatori Helsingissä. Lisää matkasta piirin nettisivuilla.

ti 17.9. klo 9-10 Uusien jäsenten aamiainen. Saat tietoa Marttajärjestöstä ja pääset tutustumaan muihin marttoihin.



ti 17.9. klo 17.30-19.15 kässä-ilta. Marttakeskuksen yläkerta, Ilta on tarkoitettu martoista kiinnostuneille ja martoille. Paikan päällä opastusta ja välineet. Oman käsityön voi myös ottaa mukaan.

ke 18.9. klo 17.30 Kasvisruokia 24€ / 29€. Tällä kurssilla valmistamme helppoja ja nopeita kasvisruokia.

ke 25.9. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.

LOKAKUU

ti 1.10. klo 17.30-19.15 kässä-ilta. Marttakeskuksen yläkerta, Ilta on tarkoitettu martoista kiinnostuneille ja martoille. Paikan päällä opastusta ja välineet. Oman käsityön voi myös ottaa mukaan.

ke 2.10. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.

pe 4.10., 11.10. ja 18.10. klo 10-13 Elämänlaatua eläkeikään -hankkeen miesväelle tarkoitettu ruokakurssi, 15 €. Kurssilla valmistetaan helppoa, edullista ja maukasta arkiruokaa.

ma 21.10 klo 10.15-14.00, Elämänlaatua eläkeikään Seminaari, Minnansali kaupunginkirjasto, maksuton. Tilaa ensimmäiselle 150 ilmoittautuneelle, tilaisuudessa kahvitarjoilu.

ti 22.10. klo 15-17.00 Kamerun luento, Liisa Lehtovuori Saarijärven Martoista kertoo kokemuksistaan tutustumismatkastaan Kameruniin Marttojen kehitysyhteistyön merkeissä, maistiaisia. Maksuton.

to 24.10. klo 17.30 Intialainen keittiö 24€ / 29€, kurssilla mukana Sheela Narasimharao. Intialaisessa keittiössä mausteet tuoksuvat huumaavasti! Tuoreus, raikkaus ja monien eri makujen kirjo ovat intialaisen ruoan perusasioita.

ti 29.10. klo 17.30-19.15 kässä-ilta. Marttakeskuksen yläkerta, Ilta on tarkoitettu martoista kiinnostuneille ja martoille. Paikan päällä opastusta ja välineet. Oman käsityön voi myös ottaa mukaan.

MARRASKUU

ma 11.11., 18.11. ja 25.11. klo 11-12, Liikuntapaja ikiliikkari, maksuton. Piippurannan klubi, Paperitehtaankatu 1, Jyväskylä. Kurssilla kokeillaan eri liikuntalajeja. Tilaa 10 ensimmäiselle ilmoittautujalle.

ti 12.11. klo 17.30-19.15 kässä-ilta. Marttakeskuksen yläkerta, Ilta on tarkoitettu martoista kiinnostuneille ja martoille. Paikan päällä opastusta ja välineet. Oman käsityön voi myös ottaa mukaan.

ke 13.11. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.



ke 13.11. klo 16-19 Hygieniapassikoulutus ja tentti. Kaikille avoin. 40€

to 21.11. klo 17.30 Brunssikurssi 24€ / 29€, Brunssi on hyvä syy kokoontua yhteen valmistamaan rento ja stressitön ruokailuhetki.

ti 26.11. klo 17.30-19.15 kässä-ilta. Marttakeskuksen yläkerta, Ilta on tarkoitettu martoista kiinnostuneille ja martoille. Paikan päällä opastusta ja välineet. Oman käsityön voi myös ottaa mukaan.

ke 27.11. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.

JOULUKUU

ke 4.12. klo 16-18 Pikkukokit 8 €, 7-12 vuotiaille: Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen.

ke 11.12. klo 17 Leivotaan yhdessä kurssi, 24€ / 29€, Aikuinen-lapsi pareissa leivotaan suolaista ja makeaa.

