



3 / 2023 JÄSENKIRJE

MARTOILLE JA MARTTAYHDISTYKSILLE

Toiminnanjohtajan tervehdys

Ajankohtaiset asiat

Toimintakalenteri kevät 2023



1. TOIMINNANJOHTAJAN TERVEHDYS

Näin on vuosi 2022 saatu piirissä pakettiin ja melko tyytyväisiä voimme olla. Jäsenmäärä laski valtakunnallisesti ja valitettavasti myös Keski-Suomessa, mutta toisaalta vapaaehtoisuuteja tehtiin enemmän kuin edellisenä vuonna. Piriin talous säilyi tasapainossa ja ylijäämääkin jäi n. 15 455 euroa. Tänä vuonna toivomme saavamme kaikki Marttaliiton uudet järjestelmät jo toimimaan, jotta pystymme keskittymään varsinaiseen neuvontatyöhön sekä yhdistysten ja jäsen-ten tapaamisiin. Kevät on toiminnanjohtajalle aina raportoinnin ja uusien hankehakujen kiivasta aikaa, mutta syksyllä on taas sitten enemmän mahdollisuuksia kiertää yhdistyksissä, joten kyselkää-
hän meitä toimihenkilöitä ja hallituksen jäseniä syksyn vierailulle hyvissä ajoin. Maaliskuussa meillä aloitti myös uusi kotitalousasi-
antuntija Tiina Niskanen ja hänet tulette tapaamaan mm. kesän aikana Ässäkokki-kurssien ohjaajana.

Aurinkoista marttailukevättä!

Kati-Erika Timperi



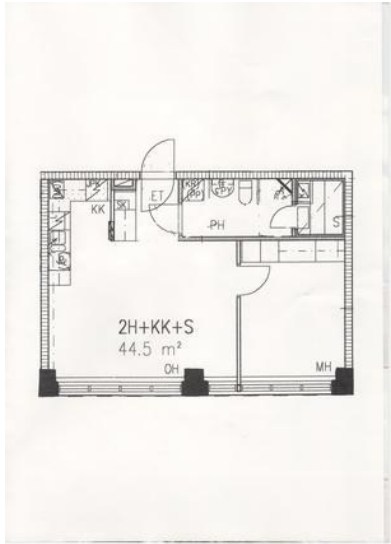
2. AJANKOHTAISET ASIAT

Toimisto on avoinna maanantaisin klo 9.00—16.30.

Tervehdys, olen Tiina Niskanen ja uusi kasvo täällä Keski-Suomen Martoissa. Olen kotoisin Hankasalmen Niemisjärven kylältä ja siellä ala-asteikäisenä tuli harrastettua marttailua. Aikuisiällä olen seurannut Marttalan kurssitarjontaa aktiivisesti osallistumalla myös muutamille kursseille.

Ammattiin suurtalousesimieheksi kouluttauduin Kuopiossa –90-luvulla ja sen jälkeen olen työskennellyt erilaisissa suurkeittien työtehtävissä. Vuonna 2021 valmistuin restonomiksi Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Nyt on vastassa uusia ja mielenkiintoisia työtehtäviä täällä Keski-Suomen Martoissa.

Tullaan tutuiksi ja auringonpaistetta kevätpäiviin!



Onko tarvetta vuokra-asunnolle. Harjukatu 4 A asunnon vuokralainen on lähdössä pois ja asunto vapautuu 1.5. alkaen. Vuokrattavana Keski-Suomen Marttojen omistama siistikuntoinen 2H+KK+S, 44,5 m², 670 €/kk. Asuntoon esteetön kulu, taloyhtiöllä hyvät säilytystilat ja kaunis oleskelupiha. Lemmikeistä voidaan neuvotella.

Suosittu Marttojen kotipihailta järjestetään taas!

Muuramesalissa tiistaina 4.4. klo 18:00–
Marttojen kahvio avoinna klo 17:30 alkaen,
kahvi + tuore pulla 5 e

> **Avaus** - Muuramen kunnan ympäristöpäällikkö Jonna Heinänen

> **Puutarha osana ekosysteemiä - monimuotoisuutta** - Kotitarveviljelyn kehittäminen

-hanke, Keski-Suomen maa- ja kotitalousnaiset, Riitta Peräinen
Hanketta rahoittaa Jyväskylän Leader-ryhmä Euroopan maaseudun kehittämisen maatalousrahastosta

> **Kesäkukat pihaan ja parvekkeelle – miten teen kasvivalintani**
- KotiVihreä, puutarhuri Marja Kupari



Vapaa pääsy - tervetuloa!

Yhteistyössä Muuramen Martat ja Muuramen kunta

KÄDENTAITOMESSUT
JYVÄSKYLÄ 15.4.-16.4.2023
LUOMISEN ILOA - KÄSIN TEHTY

Messuilla yhdistyy hyvä suunnittelu, aidot materiaalit ja tekemisen taito. Kotimaiset kädentaiteijat tarjoavat laadukkaita koriste- ja käyttöesineitä, yksilöllisiä vaatteita ja asusteita aikuisille ja lapsille sekä paljon muuta. Kädentaitomessuilla voit hankkia myös tarvikkeita ja työvälineitä. Ihastu työnäyteköksistä, näe ja koe.

Lauantai klo 10-17 / Sunnuntai klo 10-16
Jyväskylän Paviijonki
Uno Savolankatu

Pääsyliput ennakkoon tippukaupasta:
Aikuiset 12€ • Eläkeläinen / työtön / opiskelija 10€
Lapset 7-15 v. 5€ • Ryhmälippu (min 10 henk.) 9€

Kolme tapahtumaa samalla tippulla!
Samaan aikaan Kädentaitomessut, Hyvinvointimessut ja Antiikkimessut!

LISÄTIEDOT

WWW.KADENTAITOMESSUT.FI

Kädentaitomessut Jyväskylässä 15.4.-16.4.2023 Jyväskylän Paviijonki, Uno Savolankatu. Lauantaina klo 10-17 ja Sunnuntaina klo 10-16. Saman aikaan Kädentaitomessut, Hyvinvointimessut ja Antiikkimessut, kolme tapahtumaa samalla lipulla.

Uusien jäsenten paketteja on tarjolla piirin toimistossa. Kansioon laitetaan mm. yleistä ja ajankohtaista tietoa martoista, uusia esitteitä ja tuore marttalehti. Jos haluat uusille jäsenille tämän paketin, niin laita viestiä sähköpostitse (keski@suomen@martat.fi). Toimistolla voidaan pakata niitä valmiiksi haluamasi määrä ja voit noutaa ne sitten sovituksi.

Marttayhdistykset voivat tilata Martta-lehteä tilaisuuksiin suoraan Helena Kokkoselta, helena.kokkonen@martat.fi.

Yhdistyskuulumisia Laukaan suunnasta. Laukaan Marttojen kaksi jo eläkkeellä olevaa hammashoitajaa kävivät tapaamassa ukrainalaisia suuhygienian liittyvissä asioissa. Paikalla oli aikuisia joilla on jo teini-ikäisiä lapsia. Tilaisuudessa kerrottiin hampaiden harjauksen tärkeydestä, harjaus kaksi kertaa päivässä samoin apuvälineistä, hammastikku, hammasväliharja ja lanka. Makeiden välipalojen ja janojuomien haittoja myös tähdennettiin. Suun hyvinvointi liittyy myös yleisterveyteen, esim. diabetes, munuaissairaus, reuma, leikkaukseen ei pääse jos hampaat ei ole kunnossa. Lapsia ei pidä palkita makealla, vaan vihannekset, juuret, hedelmät pilkkottuna ovat oivallinen välipala. Olivat yllättyneitä kun annoimme xylitolipastilleja ja kerroimme niiden sekä purukumin vaikutuksesta hampaistoon. Jaoimme myös hammastahnaa. Kiitos Laukaan terveyskeskuksen Marjolle. Häneltä saimme tarvittavan materiaalin.

Toimintakalenteri kevät 2023

HUHTIKUU

ke 12.4. klo 16-18 Lasten ruokakurssi 10 €,7-12 -vuotiaille

Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen. Kurssin vetäjänä Tuija Elomäki, tuija.elomaki@martat.fi. Ilmoittautuminen aukeaa ma 13.3.2023 klo 10 mennessä.

ke 19.4. klo 17-20 Hygieniapassikoulutus ja -tunti 50€. Kaikille avoin

Kurssin vetäjänä Tuija Elomäki, tuija.elomaki@martat.fi. Ilmoittautuminen aukeaa ma 13.3.2023 klo 10 mennessä.

to 20.4. klo 16.30-19.30 Kasviksia & kauraa 25€/30€

Monipuolinen ja kuiturikas kaura sopii melkein jokaiseen ruokavalioon. Kurssilla valmistetaan kauraa kasvien kanssa. Kurssin vetäjänä Tiina Niskanen. Ilmoittautuminen aukeaa 13.3.2023 klo 10 mennessä.

TOUKOKUU

la 6.5. klo 12.00 Vuosikokous. Sepänkeskus, Reaktori-Sali.

ti 9.5. klo 16.30-19.30 Voileipäkakut 25€/30€

Kurssilla valmistamme voileipäkakkuja liha-, kala- ja vegaanivaihtoehtoilla. Kurssin vetäjänä Tiina Niskanen. Ilmoittautuminen aukeaa ma 3.4.2023 klo 10 mennessä.

ke 10.5. klo 16-18 Lasten ruokakurssi 10 €,7-12 -vuotiaille

Kurssilla valmistetaan monipuolisia ruokia ja leivonnaisia sekä opetellaan keittiötyöskentelyä ruoanvalmistamisesta siivoukseen. Kurssin vetäjänä Tuija Elomäki, tuija.elomaki@martat.fi. Ilmoittautuminen aukeaa ma 17.4.2023 klo 10 mennessä.

ti 23.5. klo 16.30-19.30 Leivotaan yhdessä -kurssi 25€/30€

Aikuinen-lapsi pareissa leivotaan suolaista ja makeaa. Kurssin vetäjänä Tuija Elomäki, tuija.elomaki@martat.fi. Ilmoittautuminen aukeaa ma 17.4.2023 klo 10 mennessä.

ke 24.5. klo 16.30-19.30 Ruokaa villiyrteistä 25€/30€

Marttakeskuksen opetuskeittiöllä valmistetaan herkullisia maistiaisia villiyrteistä. Kurssin vetäjänä Hanni Kuronen, hanni.kuronen@martat.fi. Ilmoittautuminen aukeaa 17.4.2023 klo 10 mennessä.

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

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

*Ilmoittautumiset vain sähköisesti, <https://www.martat.fi/keski-suomi/tapahtumat/>

*Ilmoittautuminen kursseille on sitova. Kurssimaksua ei palauteta, jos kurssille osallistuminen estyy meistä riippumattomista syistä.

*Ilmoittautuessa maksat verkkomaksulla kurssimaksun. Jos maksu ei lähde, ota yhteyttä keski-suomen@martat.fi niin kurssipaikkasi säilyy ja maksu voidaan suorittaa laskulla.

*Alle 15€ kurssihinnoista emme palauta kurssimaksua