



Iloa Eloon -Marttaristeily

Tiistaina 26.4.22

Tervetuloa viihtymään uudelle Viking Glory laivalle.
Lähde marttaystävien ja mukavan ohjelman matkassa

Iloa eloon Marttaristeilylle tiistaina 26.4.

Kokoontuminen ja lippujen jako Turun satamassa

Viking Linen terminaalin toisessa kerroksessa klo 8.15.

Laiva lähtee klo 8.45. Turussa ollaan takaisin samana iltana klo 19.50.

Risteilyllä huomioidaan voimassa olevat koronaohjeistukset.

Päivän kulku:

klo 9-9.15

Kurkistus päivän ohjelmaan

klo 9.15-10.30

Gimmat kuntoon kasviksilla -luento

Ajatuksia oman terveyden kohentamiseen, kasvien käytön lisäämiseen, voimaruokaan, luonnonantimien hyödyntämiseen, testaa syötkö hyvin

klo 10.30-11.30

Tauko: kahvi ja sämpylä

Tax free

klo 11.30-12.15

Arjen kemikaalicocktail

Tunnista, hanki, käytä, säilytä turvallisesti. Jaetaan Kemikaaliopas jokaiselle.

klo 12.30-13.15

Bingo: Marttavinkit kautta-aikojen

klo 13.15 - 14

Käyttöastiat ja koriste-esineet – kodin keramiikka eilen ja tänään

Oletko koskaan ajatellut, mistä aamukahvisi nautit? Entä isoäidiltä perimäsi uuni vuoka, tiedätkö mitä se pitää sisällään? Keramiikka-astiat pitävät pintansa vuodesta toiseen, tällä luennolla pääset tutustumaan keramiikkaan lasitekerrosta syvemmillä

klo 14.10

Laivan vaihto ja tavarat yhteishytteihin

klo 14.30

Buffet -ruokailu

KANSI 10

klo 19.50

Saavumme Turkuun

Risteilyn hinta on 68 e. Sitovat ilmoittautumiset 5.4. mennessä. Paikkoja rajoitetusti.

Ilmoittautumiset kotisivuillamme:

<https://www.martat.fi/lounais-suomi/kurssit/ilmoittaudu/>

[Lounais-Suomen Martat ry/ 050 448 1665/](https://www.martat.fi/lounais-suomi/)

www.martat.fi/lounais-suomi

