Tiedote 3/2018

# Marttayhdistyksille, toimintaryhmille ja luottamusmartoille

Liitteet
Tilastointilomake
Kurssitarjotin 2019
Kurssitilauslomake 2019

1. Iloa adventtiin ja vinkkejä ensi vuodelle ..... 3
2. Järjestötoiminta ..... 3
3. Loppuvuoden 2018 kurssit ja luennot Marttakeskuksessa ..... 6
Kotivara, mihin sitä tarvitaan? pe 14.12.2018 klo 14–16 ..... 6
4. Tammi-huhtikuun 2019 kurssit Marttakeskuksessa ..... 6
Tammikuu ..... 7
Helmikuu ..... 7
5. Yllätysmuna – 120 juhlavuoden kurssit yhdistyksille ..... 8
6. Vuoden 2019 alustava tapahtumakalenteri ..... 9
7. Marttapalvelut tiedottaa ..... 13
8. Hankkeet tiedottavat ..... 13
Luonnosta turvaa - yhdessä oppimista, kotivaraviljelyä ja luonnon omia antimia -hanke ..... 13
Satoa ja Iloa -hanke 2018-2020: kotivaraviljelyä, satolaatikoita, syötäviä teoksia, kotivaraneuvontaa ..... 13
Tulevaisuutta luonnontuotteista -hanke 2018-2020 ..... 14
Maistuvat kyläjuhlat ..... 14
Virkee ..... 14
Perheet keskiöön ..... 15
9. Marttakeskus toivottaa hyvää joulua ..... 15

# 1. Iloa adventtiin ja vinkkejä ensi vuodelle

Toimintavuotemme alkaa kääntyä loppuvuotta kohden. Tarjolla on kuitenkin vielä mielenkiintoista toimintaa, varmasti niin teillä yhdistyksillä kuin meidän piirinkin tuottamana. Erityisesti toivon teidän aktivoituvan uusien jäsenten suhteen: Kutsukaa uusia jäseniä mukaan toimintaanne ja muistakaa ottaa uudet Martat avosylin vastaan! Marras- ja joulukuussa uudet jäsenet voivat liittyä jäseneksi loppuvuodeksi maksutta.

Tämä tiedote on tämän vuoden viimeinen, sisältäen alustavan toimintakalenterin ensi vuodelle. Toivottavasti löydätte tästä mukavia kurssiaiheita ja yhteisiä tapahtumia ensi vuoden suunnitelmiinne. Erityisesti toivomme, että toiminnassa näkyy 120 vuotta juhliva järjestömme.

# 2. Järjestötoiminta

## 2.1 Marttayhdistyksien vuosikokoukset ja ohjeet toimintaryhmille

Yhdistysten vuosikokoukset tulee olla pidettynä helmikuun 2019 loppuun mennessä. Yhdistysten toiminnan raportit tulee olla sähköisessä toiminnan tilastoinnissa tehtynä tammikuun loppuun mennessä tai paperisina piirissä (yhdistyksiltä, jotka eivät ole ottaneet tilastointia käyttöön) 15.1.2019 mennessä, jotta ne ehditään piirin toimesta tilastointiin syöttää. Muuta toimintakertomusta piiri ei yhdistykseltä tarvitse.

Yhdistykset syöttävät itse luottamushenkilötiedot (ent. luottamushenkilölomake) sähköiseen jäsenrekisteriin 1.3.2019 mennessä. Mikäli yhdistys tarvitsee apua, tulee tiedot toimittaa paperisena piirille 1.3.2019 mennessä.

Yhdistyksiltä pyydetään 1.3.2019 mennessä paperisena (ei sähköisenä): Vuosikokouksen pöytäkirja 2019, toimintasuunnitelma 2019 ja kurssitilauslomake 2019. Kurssitilaukset otamme mielellämme vastaan jo paljon aikaisemminkin, mutta viimeistään tuolloin 1.3.

Toimintaryhmä tekee vuosittain suunnitelman ja arvion toimintamenoistaan. Ne tulee toimittaa yhdistyksille liitettäväksi yhdistyksen toimintasuunnitelmaan ja talousarvioon. Samoin vuoden lopussa toimintaryhmä laatii yhteenvedon toiminnastaan ja varojen käytöstä liitettäviksi yhdistyksen toimintakertomukseen ja tilinpäätökseen. Edellä mainittujen suunnitelmien ja yhteenvetojen tekemisestä ja toimittamista yhdis-

tykselle vastaa toimintaryhmän vastuullinen vetäjä. Ohessa on linkki järjestömateriaaleihin, joista löytyy mm. malli vuosikokouspöytäkirjaksi http://www.martat.fi/marttailu/yhdistyksille/jarjestokansio/

Lisätietoja yhdistysten vuosikokous- ja tilastointiasioihin Katjalta p. 0400 179 095.

## 2.2 Kurssitilaukset marttayhdistyksille

Yhdistysten kurssitilaukset pyydetään piiriin mielellään ennen joulua, tilaukset koko vuodeksi tulee tehdä viimeistään 1.3. mennessä. Kurssitarjotin ja kurssitilauslomake löytyvät tämän tiedotteen liitteenä ja ne löytyvät sähköisinä myös sivuiltamme https://www.martat.fi/pohjois-karjala/marttailu/yhdistystoimijoille/

Kurssitilauksen voi toimittaa sähköpostitse tiina.anola-pukkila@martat.fi

## 2.3 Tulorekisteri tulee 2019

Tulorekisteri tulee 1.1.2019 alkaen. Sen myötä kaikki palkat, palkkiot, luontaisedut ja matkakustannusten korvaukset (kuten kilometrikorvaukset ja päivärahat) tulee maksajan ilmoittaa tulorekisteriin 5 päivän sisällä suorituksesta. Tämä kannattaa huomioida myös marttayhdistysten, mikäli maksatte matkakorvauksia tai kulukorvauksia vapaaehtoisillenne tai palkkioita esim. rahastonhoitajille. Lykkäystä 5 päivän ilmoitusvelvollisuuteen ei voi saada. Lisätietoa www.tulorekisteri.fi .

## 2.4 Maailman suurin marttailta 31.1.2019

Maailman suurin marttailta käynnistää Marttojen 120-vuotisjuhlavuoden. Martat kokoontuvat samaan aikaan torstaina 31.1.2019 klo 17-19 eri puolilla Suomea juhlimaan yhdessä. Juhlapäivä on marttajärjestön yhden perustajajäsenen, Alli Nissisen, nimipäivä. Tule mukaan juhlimaan! Tässä linkki nettisivuille joilta löydät lisätietoja: www.martat.fi/maailman-suurin-marttailta Lisätietoa tapahtumasta voit tiedustella Katja Kolehmaiselta, katja.kolehmainen@martat.fi.

## 2.2 Sukat äidille

Ensi vuonna 120 vuotta täyttävät Marttaliitto ja Marthaförbundet sekä 100 vuotisjuhlaansa viettävä Kätilöliitto kutsuvat martat, marthat ja kätilöt syksyn 2018 ja vuoden

2019 aikana tekemään erilaisia ja eri tekniikoilla tehtyjä villasukkia uusille äideille. Järjestöt lahjoittavat vuoden 2019 aikana ensimmäisen lapsensa synnyttäneille ja adoption kautta saaville villasukat. Villasukkiin liitetään Marttojen viesti järjestön tuesta perheen arjessa sekä kutsutaan mukaan marttoihin. Tämän lisäksi sukat voi myös tehdä omalle äidille, mummolle tai muulle itselle tärkeälle äidille.

Villasukat voivat olla perinteiset neulotut sukat tai ne voi toteuttaa vaikkapa virkkaamalla tai koukkuamalla. Villasukkien kuvio voi olla monivärinen ja haastavakin tai ne voivat olla yksiväriset tai vaikkapa raidalliset. Sukat voi myös tehdä helmikuussa 2019 julkaistavan Marttojen juhlavuoden sukan ohjeella. Innostamme opettelemaan ja opettamaan erilaisia tekniikoita tehdä villasukkia. Villasukkia voidaan tehdä yhdessä kässämarttaryhmissä tai yhdistysten marttailloissa. Pääasiassa tehdään koon 39-40 sukkia.
Kuvia tehdyistä villasukista sekä vinkkejä ja ohjeita eri tavoilla tehtyihin villasukkiin voi jakaa Sukat äidille -Facebook-ryhmässä. Yhdistykset tai kässäryhmät voivat myös toteuttaa paikallisesti villasukkanäyttelyitä ennen sukkien lähettämistä. Ensimmäinen erä villasukkia kootaan 7.12.

Pohjois-Karjalassa keräys on organisoitu seuraavasti:

1. Joensuu, Marttakeskus Koskikatu 5-7, vastuuhenkilö piiritoimiston opiskelija Heidi Matikainen (avustaa palveluvastaava Ira Lehikoinen)
2. Polvijärvi, toimitus Polvijärven kk my:n Puheenjohtaja Liisa Pakkaselle, os. Rinnetie 4, vastuuhenkilöinä Liisa Pakkanen ja Polvijärven vertaismartta Päivi Walling
3. Ilomantsi, Piirolan Piha, vastuuhenkilöt vertaismartat Marika Hurskainen ja Tuula Hiltunen
4. Kitee Marttala, vastuuhenkilöinä Kiteen pj. Arja Toropainen ja alueen vertaismartta Kaija Halttunen
5. Lieksa, Taitokeskus, vastuuhenkilö vertaismartta Päivi Valkonen
6. Nurmes, kirjasto, vastuuhenkilö Nurmeksen pj. Kaija Kokkonen

## 2.3 Aloittaisitko Marttaopinnot?

Marttojen opintotoiminta tarjoaa monipuolisesti mahdollisuuksia sekä yhdistystoimintaan että itsensä kehittämiseen. Opiskella voi itsenäisesti tai ryhmässä. Taitoavaimista, harrastusmerkeistä ja osaajapasseista voi valita sisällöltään eniten kiinnostavan ja ilmoittautua suorittajaksi marttailusivuilla http://www.martat.fi/marttailu/taitomerkit-ja-opintotoiminta/ilmoittaudu-marttaopintoihin/ tai suoraan järjestön opintovastaavalle. Opintovastaavalta voit kysyä myös lisätietoja opintojen sisällöstä ja suoritustavoista. Paperisen työkirjan vaihtoehtona voi opiskella sähköisellä oppimisalustalla moodlessa. Taitomerkkien ja opintotoiminnan ohjauksesta vastaa Tiina Ikonen Kuopiossa.

Opintotoiminnan infotilaisuudet järjestetään 2.4. klo 17.00 ja 3.10. klo 18.30 Martta keskuksessa. Infotilaisuudessa kuulet myös opintoitoiminnan uudistuksesta. Martta opinnot siirtyvät vaiheittain Martta-akatemiaan. Sisällöt ja toimintatavat muuttuvat, ja uudet koulutukset käynnistyvät vähitellen. Ensi vuonna on käytössä uusia kokonaisuuksia. Uudistus on valmis vuoteen 2022 mennessä.

Pohjois-Karjalassa järjestetään helmi- ja lokakuussa opintotoiminnan infotilaisuuksia. Tilaisuuksissa järjestön opintovastaava Tiina Ikonen kertoo Marttojen opintotoiminnasta ja avaa opintokokonaisuuksien sisältöjä. Tilaisuuksien yhteydessä on myös mahdollista aloittaa opintojen suorittaminen ja saada tarkempaa ohjausta. Koulutukset ovat maksuttomia. Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen koulutusta piirimme tapahtumakalenteriin. Lisätietoja infoista ja opinnoista tiina.ikonen@martat.fi tai puh. 050 339 4262. Taitomerkit jaetaan tuttuun tapaan piirin vuosikokouksessa.

## 3. Loppuvuoden 2018 kurssit ja luennot Marttakeskuksessa

### Kotivara, mihin sitä tarvitaan? pe 14.12.2018 klo 14–16

Virkee-hanke järjestää syksyllä 2018 avoimen luentosarjan liittyen ikäihmisten hyvinvointiin. Luentojen lisäksi esillä on aina konkreettisia esimerkkejä asiaan liittyen ja mahdollisuus esittää kysymyksiä ja keskustella aiheesta. Tilaisuudet ovat kaikille yli 60-vuotiaille avoimia ja ilmaisia.

### Virtuaali-marttailta: Joulun koristeet 10.12. Klo 17 – 17.30

Tervetuloa mukaan seuraamaan ja kommentoimaan ajankohtaisia aiheita Facebook Livessä: https://www.facebook.com/PKMartatvinkkaa/.

### Vegaanin joulupöytä -ruokakurssi 12.12. Klo 17-20

Herkullista jouluruokaa vegaanin makuun. Valmistamme jouluaterian hyödyntämällä kasvikunnan tuotteita ja tutustumalla erilaisiin vegaanisiin vaihtoehtoihin ruoanvalmistuksessa. Kurssilla saa uusia vinkkejä joulun ruokiin vegaanilla twistillä.
Hinta 20€ jäsenille ja 25€ muille, max 16 osallistujaa

## 4. Tammi-huhtikuun 2019 kurssit Marttakeskuksessa

Ilmoittautuminen Marttakeskuksen kursseille viimeistään viikkoa ennen koulutusten aloitusta, https://www.martat.fi/pohjois-karjala/tapahtumakalenteri/ tai puhelimitse numeroon 050 448 1125 toimiston aukioloaikoina. Loppuvuoden kurssit löytyvät tapahtumakalenterista. Kurssit ja kurssisarjat järjestetään yhteistyössä Opintokeskus Siviksen kanssa.

## Tammikuu

14.1. klo 17 Virtuaali-marttailta: Martat 120 -juhlavuosi käyntiin!
15.1. klo 10–12 Vauvanruokakurssi
Mitä teillä syötäisiin? Tämän kurssin myötä haluamme kannustaa vanhempia valmistaan vauvanruokaa itse. Laittamalla ruokaa itse säästät luontoa, rahaa ja aikaa. Perusaineksilla pääsee hyvään alkuun ja kurssilla huomaat, ettei vauvanruokien valmistaminen olekaan niin haastavaa puuhaa kuin miltä se ajatuksena voi tuntua. Kurssilla käydään myös läpi vauvan ruokailuun liittyviä vaiheita ja annetaan vinkkejä perheen ruokahetkiin. Kurssi on maksuton.

29.1. klo 17–20 Lanttukukko kotiin viemisiksi -ruokakurssi
Jokainen kurssilainen valmistaa kukko-taikinan, täytteen ja kokoaa oman pienen lanttukukon (hiivataikinaan). Ruskistamisen ja käärimisen jälkeen ”kukko otetaan kainaloon” ja viedään kotiin uuniin hautumaan. Kurssilla maistellaan neuvojan tekemää kukkoa. Voit halutessasi tehdä oman kukon ilman lihaa, ilmoita siitä ilmoittautuessasi lisätietoihin. Varaa mukaasi iso kylmälaukku tai kassi sekä iso froteepyyhe tai huopa kukon kotiinkuljetusta varten. Hinta martoille 30 €, muille 35 €.

## Helmikuu

11.2. klo 17 Virtuaali-marttailta: Yllätysmuna
19.2. klo 17–20 Kas kas kasviksia – ruokakurssi
Kas kas kasviksia -kurssilta saat ideoita ja oppia sekä monipuolisia ruokaohjeita.
Kun joku perheestä ehdottaa kasvisruokaan siirtymistä, ei kannata tuskastua. Kas kas kasviksia -ruokakurssilla saat täsmävinkkejä ja monipuolisia ruokaohjeita arjen ruokamenun suunnitteluun ja ruokien valmistukseen.
Ruokakurssilla opit, kuinka aloitat kasvispainotteiseen ruokavalioon siirtymisen. Kurssin jälkeen tiedät myös, kuinka korvaat lihan kokonaan kasviksilla – turvallisesti ja monipuolisesti syöden. Kas kas kasviksia -kurssilla saat vinkkejä tuttujen ruokien muunteluun kasvisruoaksi ja ideoita uusiin ruokiin ja raaka-aineisiin. Tule mukaan hakemaan innostusta ja ideoita! Hinta martoille 20 €, muille 25 €

## Maaliskuu

11.3. klo 17 Virtuaali-marttailta: Kevät-teema

14.3. klo 17–19.30 Kotipiha kuntoon pienin parannuksin -kurssi, Joensuu
Kotipihan yleisilmeen kohennus onnistuu useimmiten pienin parannuksin. Marttojen kurssilla näkemään pihasi uusin silmin ja saat puhtia tarttua lapioon, saksiin ja haravaan. Pohdimme näiden korjaamista pienellä vaivalla. Pihan keskeisimmät säännöllistä huoltoa ja siistimistä kaipaavat alueet, puuvartisten kasvien leikkaus, perennapenkin

kohennus, nurmikon paikkaus, käytävien ja laatta-alueiden kunnostus. Hinta martoille 15€, muille 20€.

26.3. klo 17–20 Nyt leivotaan! -kurssi: leipä
Leivontakurssit tarjoavat inspiraatiota, tietoa ja vinkkejä leipomiseen. Leipä aloittaa kevään leivonta-kurssisarjan. Kurssilla leivomme erilaisia leipiä ja tutustumme perinteisen ruisleivän saloihin. Kotiin viemisiksi kurssilaiset saavat pienen leipälämpimäisen ja ruisleipätaikinajuuren. Hinta martoille 20 €, muille 25 €.

### Huhtikuu

4.4. klo 17–19.30 Kotivaraviljely -satoa omalta pihalta, Joensuu
Kotivaraviljely on trendikästä ja itse kasvatetuita tuotteista tietää, mitä suuhunsa pistää. Marttojen kurssilla tutustut kasvisten viljelymahdollisuuksiin, opit miten perustat kasvimaan, mitä kylvät ja istutat sekä miten hoidat kasveja ja korjaat ja säilytät sadon. Palstan hankinta, kasvimaan perustaminen, kasvien valinta, kylvö, istutus, kasvimaan hoito ja sadonkorjuu. Hinta martoille 15 €, muille 20 €.

8.4. klo 17 Virtuaali-marttailta: Kevätpuutarha

11.4. klo 17–20 Nyt leivotaan! -kurssi: suolaista ja makeaa
Leivontakurssit tarjoavat inspiraatiota, tietoa ja vinkkejä leipomiseen. Kevään toisen leivontakurssin teemana ovat suolaiset piirakat, makeat pikkuleivät, piiraat ja kakut, mm. macaroneja kokeillaan. Saat myös vinkkejä gluteenittomaan ja vegaaniseen leivontaan. Hinta martoille 20 €, muille 25 €.

## 5. Yllätysmuna – 120 juhlavuoden kurssit yhdistyksille

Kananmuna on monipuolinen, edullinen, hyvin säilyvä ruoka-aine ja sitä voi käyttää myös puutarhanhoidossa, askartelussa ja kauneudenhoidossa. Ketjukoulutuksessa valmistetaan kananmunaherkkuja, askarrellaan ja saadaan vinkkejä kanamunan käytöstä kauneudenhoidossa ja puutarhassa. Käydään läpi, miten kananmuna kuuluu marttojen historiaan sekä tutustutaan kananmunien tuotantoon ja vastuullisuuteen. Tässä kiva aihe, jota kurssilaiset voivat jakaa omassa yhdistyksessä muillekin.
Hinta 5 €/osallistuja ja lisäksi yhdistys maksaa mahdollisen tilavuokran ja voi periä sen osallistujilta.

5.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Kitee, Arppen koulun kotitalousluokka
6.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Nurmes, kotitalousluokka
7.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Tohmajärvi, srk-talo,
11.2. klo 17 Virtuaali-marttailta: Yllätysmuna
12.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Eno, yläasteen kotitalousluokka

13.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Joensuu, Marttakeskus
14.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Selkie, Mönni, Jakokoski; Mönnin kylätalo
19.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Valtimo, kotitalousluokka
20.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Kesälahti, Purujärven Maamiesseuran talo
21.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Liperi, Liperin koulun opetuskeittiö
26.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Kontiolahti + Lehmo, Lehmon seurakuntakoti
27.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Outokumpu, seurakuntatalo
28.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Lieksa, keskuskoulun kotitalousluokka

## 6. Vuoden 2019 alustava tapahtumakalenteri

Yhdistyksissä suunnitellaan ensi vuoden toimintoja jo kovaa vauhtia. Tiedoksenne alustava tapahtumakalenteri toiminnan suunnittelun tueksi.

**Tapahtumakalenteri 2019**

### Tammikuu

14.1. klo 17 Virtuaali-marttailta: Martat 120 -juhlavuosi käyntiin!

15.1. klo 10–12 Vauvanruokakurssi
26.1. klo 10 – 15 Mediamarttojen ja nettisivuvastaavien koulutus
29.1. klo 17–20 Lanttukukko kotiin viemisiksi -ruokakurssi
31.1. klo 17–19 Maailman suurin marttailta
Maistuvat kyläjuhlat ruokatuunauksia, jos hankerahoitukseen saadaan jatkoaikaa (Tohmajärvi, Outokumpu, Kiihtelysvaara/Tuupovaara) tammi-maaliskuussa

### Helmikuu

5.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Kitee, Arppen koulun kotitalousluokka, Koulutie 3D
6.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Nurmes, kotitalousluokka Kirkkokatu 15
7.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Tohmajärvi, Tohmajärven srk-talo, Maiju Lassilantie 16

11.2. klo 17 Virtuaali-marttailta: Yllätysmuna
12.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Eno, Enon yläasteen kotitalousluokka, Alapappilantie 6
13.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Joensuu, Marttakeskus, Koskikatu 5-7
14.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Selkie, Mönni, Jakokoski; Mönnin kylätalo, Mönnintie 87
Piirien ja liiton johdon neuvottelupäivät Helsingissä
18.2. klo 17–19 Alueellinen yhdistyskoulutus, Kitee
19.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Valtimo, Valtimon koulun kotitalousluokka, Sepänkatu 8
19.2. klo 17–20 Kas kas kasviksia – ruokakurssi
19.2. klo 17–19 Alueellinen yhdistyskoulutus, Ilomantsi
20.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Kesälahti, Purujärven Maamiesseuran talo, Leveäkiventie 1
21.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi Liperi, Liperin koulun opetuskeittiö
21.2. klo 17–19 Alueellinen yhdistyskoulutus, Eno
26.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Kontiolahti + Lehmo, Lehmon seurakuntakoti, Kylmäojantie 57
27.2. klo 17–20 Yllätysmuna-juhlavuoden kurssi, Outokumpu, seurakuntatalo
28.2. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Lieksa, keskuskoulun kotitalousluokka Moisionkatu 15 (käynti Koski-Jaakonkadun ja pihan puolelta)

## Maaliskuu

8.3. Hyväntekeväisyystempaus ikäihmisille
11.3. klo 17 Virtuaali-marttailta: Kevät-teema
12.3. klo 17–19 Alueellinen yhdistyskoulutus, Juuka
13.3. klo 17–19 Alueellinen yhdistyskoulutus, Joensuu
14.3. klo 17–19.30 Kotipiha kuntoon pienin parannuksin -kurssi, Joensuu
26.3. klo 17–20 Nyt leivotaan! -kurssi: leipä
29.3. Marttajärjestön syntymäpäivä, käynnit haudoilla

## Huhtikuu

2.4. klo 15–17 Vertaismarttatapaaminen Joensuu
2.4. klo 17–19 Opintotoiminnan esittely, Tiina Ikonen, Joensuu
4.4. klo 17–19.30 Kotivaraviljely -satoa omalta pihalta, Joensuu
6.4. klo 10 Piirin vuosikokous, Joensuu
8.4. klo 17 Virtuaali-marttailta: Kevätpuutarha
11.4. klo 17–20 Nyt leivotaan! -kurssi: leivonnaiset
13.4. Vieraslajikoulutus, Marttaliitto, Helsinki
26.4. Marttaliiton vuosikokousseminaari kokousedustajille

27.4. Marttaliiton vuosikokous
klo 18 Kukkolan avausluento: Kukkolan Sali (pvm ja aihe tarkentuu myöhemmin)
30.4. Marttakahvio avautuu

## Toukokuu

7.5. klo 18 Kukkolan näytepuutarhan neuvontailta: Puutarhan kevätsiivous
13.5. klo 17 Virtuaali-marttailta: Juhlaleivonta
14.5. klo 17–20 Nyt leivotaan! -kurssi: koristelu
28.5. klo 18 Kukkolan näytepuutarhan neuvontailta, kevättyöt
18.5. klo 10–14 Kukkolan kevätkiekaus

## Kesäkuu

4.6. Ässäkokkikurssi, Kitee
5.6. Ässäkokkikurssi, Ilomantsi
6.6. Ässäkokkikurssi, Rääkkylä
10.6. Ässäkokkikurssi, Joensuu
11.6. klo 18 Kukkolan näytepuutarhan neuvontailta
10.6. klo 17 Virtuaali-marttailta: kesä-teema
11.6. Ässäkokkikurssi, Joensuu
12.6. Ässäkokkikurssi, Joensuu
13.6. Ässäkokkikurssi, Joensuu
14.6. Ässäkokkikurssi, Joensuu
17.6. Ässäkokkikurssi, Lieksa
18.6. Ässäkokkikurssi, Kontiolahti
19.6. Ässäkokkikurssi, Nurmes

## Heinäkuu

2.7. klo 18 Kukkolan näytepuutarhan neuvontailta
26.7. Martanpäivä, Marttakahvio
Lasten piirakkakoulut Marttakahvion piirakkapajalla tiistaisin ja torstaisin heinäkuun ajan

## Elokuu

12.8. Virtuaali-marttailta: Sieniteema
23.8. klo 17–21 Joen Yö Marttakeskuksessa
31.8. klo 10–14 Marttojen valtakunnallinen sienipäivä
31.8.–7.9. Valtakunnallinen sieniviikko. Sieniviikolla järjestetään Sieniä lautasella -ruoanvalmistus ja tasting-tapahtumia sekä muuta sienineuvontaa.

## Syyskuu

8.9. Marttojen juhlajumalanpalvelus, Turun tuomiokirkko (televisioidaan koko Suomeen)
9.9. klo 17 Virtuaali-marttailta: Valmistautumista Marttailuviikkoon ja Marttatoriin
8.9.–15.9 Marttailuviikko
13.–15.9. Puutarharetki, Senaatintorille Marttatorille
13.–15.9. Kulttuuriretki, Senaatintorille Marttatorille
13.–15.9. Piirakkabussi, Senaatintorille Marttatorille
21.–22.9. Marttaliiton sienikoulutus (vahvistuu myöhemmin, osallistujat kutsutaan)
21.9. klo 10–14 Syyssatoa Kukkolasta
30.9. klo 10–12 Vauvanpäivä ja avoin vauvanruokakurssi
30.9. klo 17–19 Toiminnan suunnitteluilta Kiteen, Kesälahden, Rääkkylän ja Tohmajärven yhdistyksille, Kitee
Marttojen nyyttikestejä ja ruokatapahtumia eri puolilla Suomea ja maakuntaa.
30.9. klo 16 Kukkolan näytepuutarhan neuvontailta

## Lokakuu

1.10. klo 16–17 Toiminnan suunnitteluilta, Ilomantsi
1.10. klo 17–20 Yllätysmuna -juhlavuoden kurssi, Ilomantsi
3.10. klo 17–18.30 Toiminnan suunnitteluilta Joensuun, Kontiolahden ja Liperin yhdistyksille, Joensuu
3.10. klo 18.30–20 Opintotoiminnan esittely, Tiina Ikonen, Joensuu
7.10. klo 17–19 Toiminnan suunnitteluilta Valtimon, Nurmeksen ja Juuan yhdistyksille, Nurmes
7.10. klo 17 Virtuaali-marttailta: Syksyistä marttailua
8.10. klo 17–20 Korealainen keittiö – ruokakurssi
9.10. klo 18–20 Toiminnan suunnitteluilta Polvijärven ja Outokummun yhdistyksille, Polvijärvi
10.10 klo 17–19 Toiminnan suunnitteluilta Lieksan ja Enon yhdistyksille, Lieksa
11.10. Kansainvälinen kananmunapäivä
29.10. klo 15–17 Vertaismarttatapaaminen, Joensuu

## Marraskuu

11.11. klo 17 Virtuaali-marttailta: Virkeyttä ja mielialaa kohottava ruoka
19.11. klo 17–20 Joulumakkarat-kurssi

## Joulukuu

9.12. klo 17 Virtuaali-marttailta: jouluteema

Virtuaali-marttailta, joka kuukauden toinen maanantai, Facebook-live/tapahtumat https://www.facebook.com/PKMartatvinkkaa/

## 7. Marttapalvelut tiedottaa

Marttapalvelujen kotiapu toimii Joensuussa ja sen lähikunnissa. Palvelut on suunnattu kaikenikäisille asiakkaille. Marttojen kotiapu tarjoaa siivouspalveluiden lisäksi mm. asiointi- ja ulkoiluttamisapua vanhuksille. Järjestämme myös pienimuotoisia juhlia (esim. syntymäpäivät) asiakkaan kotona tai Marttakeskuksen tiloissa. Tarjoamme myös lastenhoitoapua, valmistamme kotiruokaa ja teemme pihatöitä.

Palveluhintamme muuttuvat 1.1.2019 alkaen 38 €/h, Martoille 5 %:n alennus normaalihintaisesta työstä (ei koske arvonlisäverotonta- tai palvelusetelimyyntiä). Matkakorvauksena peritään 0,80 €/km edestakaiselta matkalta, mikäli matkaa asiakkaan luo on yli 5 km kotiaputoimistolta, Os. Kauppakatu 23 b B 13, 80100 Joensuu.
Palvelutilaukset ma-pe 8-16, puh. 040 771 5495.

## 8. Hankkeet tiedottavat

### Luonnosta turvaa - yhdessä oppimista, kotivaraviljelyä ja luonnon omia antimia -hanke

Pohjois-Karjalan Martoilla on ollut ilo toteuttaa Luonnosta turvaa -hanketta yhdessä ProAgria Pohjois-Karjalan ja Maaseudun sivistysliiton Joensuun kulttuuriyhdistyksen kanssa. Hankkeessa on tavoitettu lähes 11000 henkilöä erilaissa tapahtumissa kuin satoloota- sekä villiyrtti- ja sienineuvontapakettien, syötävissä teoksissa kuin kotivaraneuvonnan yhteydessä Joensuunseudun ja KeskiKarjalan Leader alueilla. Hanke loppuu 31.12.2018 mennessä. Kiitokset kaikille hankkeeseen osallistuneille.

### Satoa ja Iloa -hanke 2018-2020: kotivaraviljelyä, satolaatikoita, syötäviä teoksia, kotivaraneuvontaa

Olemme saaneet Satoa ja iloa -hankkeen, joka toteutetaan yhteistyössä Vaara-Karjalan Leader -yhdistyksen toiminta-alueella (Valtimo, Nurmes, Juuka, Lieksa ja Ilomantsi) sijaitsevien kylien ja alueen yhdistysten kanssa yhteisöllisiä viljelmiä: Satolaatikoita, syötäviä teoksia tai yhteisöllisiä kasvimaita. Lisäksi hankkeessa toteutetaan kotivara-

neuvontaa yhteisöllisin keinoin. Osatoteuttajana hankkeessa on Maaseudun Sivistysliiton Joensuun Kulttuuriyhdistys ry. Toteutus tapahtuu 2018-2020 aikana. Lisätietoja voi kysellä myös Maarit Sallinen-Uusoksa p. 050 448 3335.

## Tulevaisuutta luonnontuotteista -hanke 2018-2020

Lähdemme toteuttamaan Tulevaisuutta luonnontuotteista -hanketta, jonka tavoitteena on lisätä luonnontuotteiden (villiyrtit ja sienet) saatavuutta kaupalliseen tuotantoon osaamista lisäämällä. Hankkeessa järjestetään luonnontuotteista (villiyrtit ja sienet) keruuvalmennuksia. Hanke toimii osaltaan välittäjänä poimijoiden ja yrittäjien välillä lisäten kerääjien ja yrittäjien kohtaamisia. Keruuvalmennuksia järjestetään vuosien 2019-2020 aikana eri puolilla Pohjois-Karjalaa, tarkemmat aiheet ja koulutusajat tarkentuvat alkuvuodesta 2019. Hankkeen hakijana toimii Pohjois-Karjalan Martat ry, osatoteuttajan toimii ProAgria Pohjois-Karjala ry, Maa- ja kotitalousnaiset. Rahoitus hankkeelle saadaan Euroopan maaseuturahastosta. Lisätietoja voi kysellä myös Maarit Sallinen-Uusoksa p. 050 448 3335.

## Maistuvat kyläjuhlat

Maistuvat kyläjuhlat -hankkeelle haetaan jatkoaikaa vuodelle 2019. Mikäli jatkoaika saadaan, niin erityisesti Tohmajärvi, Outokumpu ja Kiihtelysvaara tai Tuupovaara ovat paikkakuntia, joihin toivotaan järjestettävän maistuvia tapahtumia. Vuosien 2017-2018 juhlia voi kurkata täältä: https://msl.fi/maistuvatkylajuhlat/missa-juhlitaan-26-8/2018-2/pyytivaara/ Ruokatuunaukset ja hyvä ruoka yhdistävät ihmisiä ja eri yhdistyksiä sekä tuovat lisää elämää kylätalolle. Jos on pientäkin ideaa omista Maistuvista kyläjuhlista, niin nyt on mainio mahdollisuus saada koulutusta ja apua ruokajuhlien suunnitteluun. Lisätietoja Tiina Anola-Pukkila, p. 050 448 3321.

## Virkee

Virkee-hankkeessa järjestetään ikäihmisille perjantaina 14.12. klo 14-16 Marttakeskuksella ravintoluento aiheesta ”Kotivara, mihin sitä tarvitaan?”. Vuonna 2019 tullaan toteuttamaan eri ryhmille muun muassa luentoja, ravinto-infoja ja ruoanvalmistuskursseja. Toiveita ryhmistä ja luennoista voi esittää Siljalle Tarvoselle, p. 044 711 0955.

### Perheet keskiöön

Perheet keskiöön! -hankeen tehtävä on saada järjestöjen ja seurakuntien tarjoama toiminta, tuki ja palvelut mukaan rakenteilla olevien perhekeskusten rakenteisiin ja toimintaan. Marttayhdistykset voivat omalta osaltaan osallistua oman alueensa perhekeskusten toimintaan esimerkiksi järjestämällä leivontailtapäiviä tai pikkukokkikursseja oman kuntansa perhekeskuksen kohtaamispaikassa. Keväällä 2019 pyritään järjestämään ketjukoulutus Marttojen kohtaamispaikkatoimintaan liittyen siitä kiinnostuneille. Lisätietoja perhekeskusyhteistyöstä ja koulutuksesta saat kotitalousasiantuntija/järjestöagentti Ringa Nenoselta, p. 050 448 3323.

## 9. Marttakeskus toivottaa hyvää joulua

Marttakeskus hiljenee joulun viettoon ajalle 24.12.2018 - 1.1.2019

Pohjois-Karjalan Martat ry:n hallitus ja toimihenkilöt kiittävät vuodesta 2018 sekä toivottavat menestyksekästä marttailuvuotta 2019! Hyvä arki kuuluu kaikille!