

Pohjois-Karjalan Martat ry
TOIMINTAKERTOMUS
2019



120 vuotta - Martat
Martha - 120 år



SISÄLTÖ

1	PIIRIN TOIMINNASTA VUODELTA 2019	2
2	VALTIONAPUNEUVONTA	4
2.1	Ruoka ja ravitsemus	6
2.2	Kodin talous ja kodinhoito	7
2.3	Kotipuutarha ja ympäristö	7
2.4	Opintotoiminta	7
3	MUU KOTITALOUSNEUVONTA, KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA	8
3.1	Muu kotitalousneuvonta	9
3.2	Kuntouttava työtoiminta	9
4	KOTITALOUSNEUVONNAN HANKKEET	10
4.1	Arki sujuvaksi	11
4.2	Kesti	11
4.3	Rahat riittää!	12
4.4	Lapsiperheiden arjen tukeminen	12
4.5	Karjalaisen kulttuurirahaston neuvonta	13
4.6	Miesliesi	13
4.7	Ässäkokit	13
5	MUUT HANKKEET	14
5.1	Tulevaisuutta luonnontuotteista	15
5.2	Maistuvat kyläjuhlat	15
5.3	VIIRI—virkeyttä, ruokaa ja arkiaktiivisuutta	17
5.4	Lajitin - Liiketoimintaa jätteen lajittelun ratkaisuista	18
5.5	Vertaisohjaajia Karjalan kylille	19
5.6	Virkee - Vireästi Karjalassa	21
5.7	Perheet keskiöön!	21
5.8	Satoa ja iloa	22
5.9	ITUA	22
5.10	Vastuullisen ruoka- ja luontomatkailun selvitys	22
6	PIIRIN JÄRJESTÖTOIMINTA	24
6.1	Piirin jäsenistö	24
6.2	Järjestökoulutukset ja tapahtumat	24
6.3	Kässämarttailu	24
6.4	Kv-marttailu	25
7	VIESTINTÄ	26
8	HALLINTO	27
8.1	Piirin vuosikokous	27
8.2	Hallitus	27
8.3	Tilintarkastajat	27
8.4	Toimikuntien kokoukset	27
8.5	Piirin tukena toimivat vapaaehtoiset	28
8.6	Hallinnon koulutus	28
8.7	Edustukset	29
8.8	Marttapiirin kunniajäsenet	29
8.9	Marttapiirin esittämät onnittelut ja huomionosoitukset	30
8.10	Myönnetyt ansiomerkit	30
9	HENKILÖSTÖ	32
9.1	Neuvonta- ja toimistohenkilökunta	32
9.2	Toimihenkilöiden koulutus	32
10	TALOUS	34
11	LIIKETOIMINTA	34
12	MARTTAPALVELUT OY	36
13	JÄSENYTYKSET	36

1.

PIIRIN TOIMINNASTA VUODELTA 2019

Martat 120 vuotta

Vuonna 2019 juhlittiin Marttaliiton 120-vuotista taivalta. Vietimme juhluvuotta yhdessä Marthaförbundetin kanssa. Juhlavuosi näkyi luonnollisesti monipuolisina tapahtumina myös piirin toiminnassa läpi vuoden. Juhlavuoden teema kiteytyi tunnuslauseen: Hyvä arki kuluu kaikille.

Toimintavuosi oli piirin 113. Vuosi oli viimeinen ja kolmas strategiakauden ”Elämä on parasta itse tehtynä” 2017-2019 toimintavuosi. Strategiakauden aikana järjestön tavoite oli vaikuttaa erityisesti ihmisten terveyteen, hyvinvointiin, tasa-arvoon ja yhteiskunnan kestävään kehitykseen sekä lisätä kotityön arvostusta.

Juhlavuoden pääruoka-aineeksi valittiin kananmuna, koska sillä on ollut tärkeä rooli Marttojen historiassa. Kananmunan myynnillä emännät saivat aikanaan omaa rahaa, joilla pystyivät toteuttamaan itsenäisesti kotitalouksissa toiveitaan. Kananmuna on myös monipuolinen tuote, jota voi käyttää ruoanlaiton lisäksi askarteluun, puutarhan- ja kauneudenhoitoon.

Juhlavuotena haluttiin myös muistaa yhdessä Suomen Kättilöliiton kanssa ensimmäisen lapsensa vuonna 2019 saavia äitejä. Sukat äidille -tempauksella otettiin kantaa historiallisen alhaalla oleviin

lasten syntyvyyslukuihin. Äitien ja lapsiperheiden tukemista pidettiin, ja pidetään jatkossakin tärkeänä.



Juhlavuoden kunniaksi järjestö julkaisi historia-teoksen On suurempi koti -Martat 120 vuotta, sekä Martat – Keittokirjan, johon on koottu konstailemattomia, terveellisiä ja edullisia reseptejä suomalaisesta keittoperinteestä. Myös käsityön ystäville valmistui ”Marttojen parhaat villasukat”-kirja.

Juhlavuosi täyttyi erilaisista tapahtumista. Vietimme helmikuussa ensimmäistä kertaa Maailman suurinta Marttailtaa. Helsingin Senaatintori täyttyi lauantaina 14.9. marthaenergiasta. Tori erilaisine teema-alueineen näytti koko marttailun kirjon. Pohjois-Karjalan Martat tekivät suurtyön pitämällä torilla kahviota ja myymällä uunituoreita karjalanpiirakoita. Valtakunnallisen marttailuviikon aloitti jumalanpalvelus Turun tuomiokirkossa, siksi piirin kirkkopyhä jäi pitämättä.

Kotitalousneuvonnassa tuotiin esiin arjen mukavuutta, arjen taitoja ja kestäväää elämäntapaa. Teema toteutettiin myös piirin useissa hankkeissa ja neuvonnoissa. Kotitalousneuvontaa toteutettiin avoimena valtionapuneuvontana, erityisryhmille kohdennettuna hankeneuvontana ja asiakkaiden toiveiden mukaan räätälöitynä myytävänä neuvontana. Sieni- ja hyötyviljelyneuvonta säilyivät piirimme neuvonnan kestoosuksina. Piiri toteutti myös useita neuvonnan kehittämishankkeita ja osallistui valtakunnalliseen perhekeskustoiminnan kehittämis- ja koordinaatiohankkeen, Perheet keskiöön (STEA) hankkeen alueelliseen koordinaatio- ja kehittämistyöhön. Piiri järjesti Joensuun kaupungille kuntouttavan työtoiminnan osallistavaa ryhmäneuvontaa.

Kotitalousneuvontatilaisuuksia järjestettiin yhteensä 700 kappaletta, ja niihin osallistui yhteensä 23 475 henkilöä, joista virtuaalineuvonnan osuus on 8 765 henkilöä. Lisäksi yksilöneuvontaa annettiin 101 henkilölle. Järjestötilaisuuksia järjestettiin ja piirin henkilöstö teki järjestön vaikuttamistyötä 113 tilaisuudessa, ja niihin osallistui yhteensä 3 197 henkilöä. Piirin järjestötapahtumiin sekä kahvion talkoisiin tehtiin yhteensä 3 764 vapaaehtoistuntia ja Marttojen piirakoita leivottiin 45 598 kappaletta.

Joensuun kaupunki pyysi brändiuudistuksensa yhteydessä Martoilta apua oman leivonnaisen suunnittelussa. Niin syntyi Joensuu-pulla kotitalousasiantuntija Tiia Koppasen ja toiminnanjohtaja Katja Kolehmainen taikinasta. Herkullisessa pullakierteessä on mustikkaa, appelsiinia ja valkosuklaata. Resepti on kaikkien vapaasti käytettävissä.

Järjestötoiminta ja kotitalousneuvonta hankkeineen toteutuivat saatujen rahoitusten ja tehtyjen sopimusten mukaisesti. Piirin tulos oli 12 970,10 € (v. 2018 5 967,53 €). Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy:n tulos oli 24 309,94 € (v. 2018 -3 484,55 €).

Katja Kolehmainen siirryttyä toisiin tehtäviin Pohjois-Karjalan Martat ry:n toiminnanjohtajana on toiminut 11.11.2019 lähtien Heli Hjälmi.

Heli Hjälmi
toiminnanjohtaja



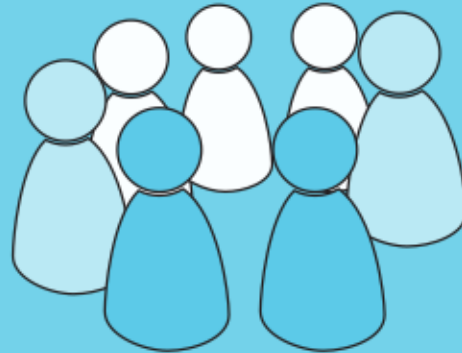
2.

VALTIONAPUNEUVONTA

Yksilöneuvonta
56 osallistujaa



Ryhmänneuvontaa
2 049 osallistujaa



Joukkoneuvontaa
1 650 osallistujaa



Virtuaalimarttailat
5 639 osallistujaa

VALTIONAPUNEUVONTA TAVOITTI 9 394 HENKILÖÄ

KOTITALOUSNEUVONTA KESTÄVÄN ARJEN EDISTÄJÄNÄ

Neuvonnan teemana jatkui kestävä arki. Juhlavuosi näkyi suomalaisen ruokakulttuurin ja ruokaperinteiden esillä pitämisenä ja vuoden aikana korostimme kotimaisuutta. Juhlavuonna tarjosimme neuvontaa, oppia ja yhdessä tekemistä niille, jotka jo osaavat ja haluavat oppia lisää. Autoimme erityisesti heitä, jotka tarvitsevat enemmän tukea arkeensa.

Juhlavuoden tuote oli kananmuna. Juhlavuonna erityisesti kurssiryksissä viestitettiin kananmunasta ruokana ja miten sitä voidaan käyttää puutarhanhoidossa, askartelussa ja kauneushoidossa.



Yllätysmuna-iltoja järjestettiin

13 paikkakunnalla (yht. 269 osallistujaa):

- 5.2. Kitee (10 osallistujaa)
- 6.2. Nurmes (21 osallistujaa)
- 7.2. Tohmajärvi (8 osallistujaa)
- 12.2. Eno (34 osallistujaa)
- 13.2. Joensuu (9 osallistujaa)
- 14.2. Mönni, Kontiolahti (13 osallistujaa)
- 20.2. Kesälahti (31 osallistujaa)
- 21.2. Liperi (17 osallistujaa)
- 26.2. Lehmo, Kontiolahti (24 osallistujaa)
- 27.2. Outokumpu (38 osallistujaa)

- 28.2. Lieksa (17 osallistujaa)
- 1.10. Ilomantsi (27 osallistujaa)
- 8.10. Valtimo (20 osallistujaa)

Ensimmäistä kertaa järjestettävän sieniviikon 31.8.-7.9. tapahtumilla pyrittiin innostamaan suomalaisia liikkumaan luonnossa ja hyödyntämään luonnonantimia. Marttaliiton järjestämä kolmen alueen sienimartta-koulutus oli 21.-22.9. Huhmarissa Polvijärvellä ja piiriin koulutautui viisi sienimarttaa.

Kursseja valtionavustuksella järjestettiin 115 kertaa, joissa osallistujia oli yhteensä 2 049 henkilöä. Joukkoneuvontaa järjestettiin 7 tilaisuudessa - osallistujia niissä oli 1 650 henkilöä. Virtuaalimarttailloista 8 pidettiin valtionapuneuvontana ja niillä oli yhteensä 5 639 seuraajaa. Yksilöneuvontaa kirjattiin 56 asiakkaalle.

Lehti-, radio- ja televisiojuttuihin sekä verkkojulkaisuihin annettiin haastatteluja tai kirjoitettiin itse yhteensä 23 kertaa. Juttuaiheina oli mm. ekopyykinpesu ja -siivous, kasvikset, Nurmeksen koululaisten rasvainterventio, piirakka-battle, sienet, lammasruuat, marja-aronia, puutarhan syystyöt ja ilmastoystävällinen joulu. Tämä oli kolmas vuosi, kun toteutimme vaihtelevilla teemoilla virtuaalimarttailtoja Facebook-livellähetyksinä @PKMartatvinkkaa (12 kertaa, joista 8 vapuneuvontana).

Yksilöneuvontaa annettiin yhteensä 56 puhelini- tai toimistoasiakkaalle. Heidän kysymyksensä liittyivät puutarhanhoitoon, sieniin, erityisruokavalioihin sekä erilaisiin kodinhoidon ja ruuanvalmistuksen ongelmatilanteisiin. Puhelinneuvonta ohjattiin Marttojen valtakunnalliseen neuvontapuhelimeen ja Marttachattiin.

Kotitalousneuvonnan tilastointi ja arviointi tehtiin sähköisesti Marttaliiton raportointiohjelmiin.

2.1 Ruoka ja ravitsemus

Ruoka- ja ravitsemusaiheisia kursseja ja luentoja pidettiin yhteensä 80 kertaa. Osallistujia näillä kursseilla oli 1 523 henkilöä, keskimäärin 19 henkilöä kurssia kohden. Tavallista suurempaan kurssikerran henkilömäärään vaikutti koulujen kanssa toteutetut välipalapaajat, luennot ja **yllätysmuna-kurssiryökset**. Kurssiaiheet oli valikoitu pääsääntöisesti Mart-

taliiton kurssitarjottimelta ja ehdottomasti suosituin aihe oli yllätysmuna. Lisäksi kysytyjä aiheita olivat **Nyt leivotaan!**, **Kas kas kasviksia**, makumatkat ja piirakkakoulut.

Avoimet ruokakurssit järjestettiin Marttakeskuksessa ja aiheina olivat: Nyt leivotaan! (kolme erilaista), Kas kas kasviksia, **Korealainen iltä**, **Joulumakkarat** ja **Joensuu-pulla**. Piirakkakouluja pidettiin heinäkuussa Marttakahvion piirakkapajassa.

Vuonna 2019 olimme mukana 6 joukkoneuvontatapahtumassa, joissa neuvonnassa kävi 1 650 osallistujaa. **Terveysturinoille** osallistuttiin Joensuussa ja Ilomantsin Karhufestivaaleilla. Joen yössä oli esillä vuoden luonnontuotteet: karpalo, juurikkaat, kangastatti ja maitohorsma. **Martanpäivää** vietettiin torilla 120-vuotisteemalla: tarjoiltiin mansikkaista juhlamajjaa sekä nokkos- ja sirkkanäkkäriä. Kiteen Sepäniemen martat esittelivät toimintaansa ja Karelialan martat jakoivat yleisölle 120 patalappua. Syksyn valtakunnallinen sienipäivä järjestettiin poikkeuksellisesti Marttakeskuksen edustalla yhdessä Maakunta-päivän tapahtuman kanssa.

Osallistujat 1 523



**Ruoka
ja ravitsemus**

Toteutuneet kurssit 80

Osallistujat 504



**Kotipuutarha
ja ympäristö**

Toteutuneet kurssit 33

Osallistujat 22



**Kodin talous
ja kodinhoito**

Toteutuneet kurssit 2

2.2 Kodin talous ja kodinhoito

Kodinhoitoa, raha-asioita, kotivaraa ja vastuullisia valintoja neuvottiin läpäisyperiaatteella monilla kursseilla ja tapahtumissa, niin valtionapuneuvonnassa, muussa kotitalousneuvonnassa kuin hankkeiden kursseilla ja tapahtumissa.

Ekosiivous-iltoja pidettiin kaksi (22 osallistujaa). Yksilöneuvontana puhelimesta tai toimistolla kodinhoitoon liittyviä aiheita olivat mm. liesituulettimen puhdistaminen, pyykin mustat tahrat, sulanut pakastin ja kuivaava pesukone. Ekosiivouksesta ja -pyykinpesusta sekä käytettyjen vaatteiden säilytyksestä ja raikastamisesta tehtiin juttuja tiedotusvälineisiin, mm. Karjalan Heiliin, Karjalaiseen ja Karjalaisen nettijutun.

2.3 Kotipuutarha ja ympäristö

Puutarhaneuvonnan painopisteenä oli kestävä kotipuutarhanhoito, johon kuuluvat mm. maan kunnan ylläpito, ympäristön huomioiva kasvinvalinta sekä viljelytaitojen kartuttaminen.

Valtionavulla pidettiin kotipuutarha ja ympäristöneuvontaa yhteensä 33 kurssia tai neuvontakertaa, johon osallistui yhteensä 504 henkilöä:

- Ryhmäneuvontaa 7 kertaa (133 osallistujaa). Kurssien aiheina oli mm. mini-puutarha parvekkeella ja kotipihaassa, ruukkupuutarha, kotitarveviljely ja lajittelu.
- Yllätysmunakiertueella pidettiin työpajoja yhteensä 15 kertaa (269 osallistujaa) teemalla kananmuna puutarhassa sekä sidonnassa.

- Kukkolassa oli neuvontaa 8 kertaa (101 osallistujaa).
- Puutarha- ja kulttuuriretki Helsinkiin 13.-14.9. (48 retkeläistä).

Yksilöneuvontaa toimisto- ja puhelinasiakkaille kirjattiin 17 henkilöä, aiheita oli mm. puutarhan hoito, kasvivalinta, taudit ja tuholaiset.

2.4 Opintotoiminta

Pohjoiskarjalaisille martoille valmistui vuoden aikana järjestön opintovastaavan tarkastamana yksi harrastusmerkki (luonnonyrtit), kolme I-taitoavainta ja yksi II-taitoavain. Opintosuoritukset on kirjattu Myönnettyt ansiomerkit -kohtaan ja ne julkistettiin vuosikokouksessa 2019.

Opintokeskus Siviksen kanssa järjestettiin ravitsemus-, puutarha- ja järjestötoiminnan koulutustilaisuuksia eli opintojaksoja eri puolilla Pohjois-Karjalaa ja niihin käytettiin 69 opetustuntia. Vertaisopintoryhmiä toimi 4 kpl.



3. MUU KOTITALOUSNEUVONTA, KUNTOUTTAVA TYÖTOIMINTA

Ryhmäneuvontaa

202 kpl

1 656 osallistujaa



Joukkoneuvontaa

11 kpl

761 osallistujaa



3.1 Muu kotitalousneuvonta

Muulla kotitalousneuvonnalla tarkoitetaan mm. työyhteisöille, yrityksille, vaihto-opiskelijoille ja järjestöille järjestettyjä neuvontatilaisuuksia, joihin ei ole käytettävissä valtion avustusta. Rahoitus tuli koulutusta tilanneilta tahoilta ja yksityisiltä osallistujilta. Tänä vuonna järjestettiin 60 kurssia tai luentoa, joissa oli 737 osallistujaa. Lisäksi teimme yhteistyötä Puhas Oy:n kanssa lajittelu- ja kompostineuvonnassa 9 joukkoneuvontatilaisuudessa (311 osallistujaa).

Toteutuneita kursseja: 60
Osallistujia: 737

Maakuntapäivän tapahtumana 31.8. oli **Maa-kunnan sienet ruokapöytään** – marttojen sienitasting (450 osallistujaa), jossa maistiaisina oli sieni-härkäpapupihvejä, sieniwokkia ja villiyrttikastiketta.

3.2 Kuntouttava työtoiminta

Kuntouttava työtoiminta jatkui vuonna 2019. Tapaamiskertoja ryhmillä oli yhteensä 142 kertaa ja niissä yhteensä 919 osallistumiskertaa. Joensuussa toimi kaksi eri ryhmää, joissa tapaamiskertoja oli yhteensä 89 ja osallistumiskertoja 628. Ryhmiä kokoontui myös Hammaslahdessa ja Enossa, joista Hammaslahdessa kokoontumisia oli 43 ja niissä 217 osallistumiskertaa ja Enossa 10 kertaa ja niissä 74 osallistumiskertaa.

Jokainen ryhmä kokoontui vähintään kolmen kuukauden ajan, kerran viikossa neljä tuntia. Osallistujille mahdollistettiin myös tätä pi-

dempi jatko ryhmissä, jolloin osa osallistujista jatkoi ryhmässä esimerkiksi toiset kolme kuukautta tai pidempään. Ryhmässä oli osallistujia vähintään kuusi ja enintään kaksitoista. Ryhmiin oli mahdollista osallistua myös useamman kerran viikossa ja Joensuussa osa asiakkaista kävi toiminnassa kaksi kertaa viikossa.

Sisältö toteutettiin Marttojen **Arkitreenien** pohjalta. Jokaisella kerralla valmistettiin monipuolinen ateriakokonaisuus, minkä ohessa käsiteltiin ravitsemukseen, kodinhoitoon ja siivoukseen sekä talouteen liittyviä aiheita, osallistujien tarpeet ja toiveet huomioiden. Osassa ryhmiä toteutettiin erilaisia retkiä mm. läheiseen rantaan piknikille ja sienimetsään. Edellisenä vuonna käyttöönotettu Arkitreenien osaamistodistus (3 osaamispistettä) jatkui läpi vuoden ja sen käyttöä kehitetään jatkossa. Kuntouttavan työtoiminnan rahoitus tulee Joensuun kaupungin kautta.



4.

KOTITALOUSNEUVONNAN HANKKEET



Virtuaalimarttailat
1 kpl
771 osallistujaa



Joukkoneuvontaa
5 kpl
1 093 osallistujaa

Ryhmäneuvontaa
93 kpl
821 osallistujaa



Nämä hankkeet ovat Marttaliiton hallinnoimia, valtakunnallisesti toteutettavia neuvonnan hankkeita. Kaikista hankkeista on raportoitu kunkin hankkeen käytännön mukaisesti Marttaliittoon.

4.1 Arki sujuvaksi

Arki sujuvaksi -hankkeessa pidettiin käytännönläheisiä kotitalouskursseja maahanmuuttajille ja heidän perheilleen, mielenterveys- ja päihdekuntoutujille, työpajanuorille sekä vangeille. Kurssien avulla vahvistettiin arjenhallinnan taitoja, kodinhoitotaitoja ja tuettiin sosiaalisten suhteiden kehittymistä. Kurssien aiheina olivat ruoanvalmistus, siivous, pyykinpesu, kotipuutarha, kädentaidot sekä kodin raha-asiat.

Yhteistyökumppaneina olivat Itä-Suomen yliopiston täydennyskoulutuskeskus Aducate, Opintokeskus Sivis, Hoitokoti Tuhkimo Tohmajärveltä, Kostamokoti Liperistä, Helppi-yhteisö Kontiolahdelta, Joensuun Nuorisoverstas ry, Nuortenpaja Apaja Nurmes sekä Pyhäselän vankila ja Juuan vankila.

Arki sujuvaksi -hankkeen koulutuksia järjestettiin yhteensä 54 kertaa. Näihin tilaisuuksiin osallistui yhteensä 388 henkilöä. Tilaisuuksia järjestettiin maahanmuuttajille 3 kertaa, mielenterveys- ja päihdekuntoutujille 24 kertaa, nuorten työpajoille 12 kertaa, vankilaryhmille 15 kertaa.

Arki sujuvaksi -työnohjaus toteutettiin alueellisena ryhmätyönohjauksena Pohjois-Karjalan, Savon ja Keski-Suomen kotitalousasiantuntijoille. Tavoitteena oli vahvistaa neuvojan ammatillista osaamista, auttaa tunnistamaan ja käsittelemään neuvontaan liittyviä kuormitustekijöitä, jakaa kokemuksia ja saada uusia

ratkaisumalleja sekä kehittää neuvojan voimavaroja vaativissa tehtävissä. Työnohjauksessa kokoontumisia oli kolme kertaa.

Marttaliitto vastasi hankkeen koordinoinnista. Rahoitus tuli STEAlta. Piiri keräsi yhteistyökumppaneilta omavastuuosuuden noin 20 %.

4.2 KESTI

KESTI – Kestävät valinnat ja sujuva arki -opintokokonaisuus on nuorille kotoutujille suunnattu hanke ajalla 9/2018-12/2019. Kursisarjan tavoitteena on vahvistaa elinikäisen oppimisen avaintaitoja, joista ensisijalla ovat: uuden oppiminen (kotitaloustaidot), sosiaaliset taidot, vuorovaikutustaidot ja aktiivinen kansalaisuus (yhdessä suunnitteleminen ja tekeminen) ja digitaaliset taidot (ohjaaminen tiedon lähteille).



Kurssikerroilla valmistettiin terveellistä ruokaa, opeteltiin pakkausmerkintöjä ja raaka-aineita, keskusteltiin eettisyydestä ja kestävästä valinnoista, opeteltiin käyttämään, käsittelemään ja säilyttämään elintarvikkeita oikein, huolehtimaan turvallisuudesta ja hygieenisyydestä ruoanvalmistuksessa ja puhtaanapidossa sekä lajittelemaan jätteitä.

KESTI-kursseja järjestettiin heinä- ja syyskuun välillä neljä kurssisarjaa, joista kolme kokoon-tui neljästi ja yksi kahdesti. Yksittäisiä kurssi-kertoja oli siten 14. Osallistumiskertoja näillä kurseilla oli yhteensä 101. Kolme kurssisarjoista toteutettiin Joensuussa ja yksi Lieksassa. Kurssien yhteistyökumppaneina toimivat Pelastakaa lapset ry, Perhekerho, Via Dia, Metka-kylätalo, Somaliperheyhteisö ry, Joensuun kotouttamiskeskus ja Paiholan Vastaanottokeskus.

4.3 Rahat riittää!

Takuusäätiön ja Marttaliiton yhteisen **Rahat riittää!** -kehittämishankkeen (2018-2020) tavoitteena on kotitalouksien talous- ja velkaongelmia ehkäisevän ja selviytymistä tukevan talousosaamisen vahvistaminen. Pohjois-Karjalassa neuvontakokeilun kohderyhmänä olivat nuoret itsenäistymässä olevat aikuiset (~18-25-vuotiaat).

Piirissä järjestettiin toiminnallisia, käytännönläheisiä talousneuvontapainotteisia ruokakursseja, työpajoja ja tietoisuuksia. Kurssit pidettiin Itä-Suomen yliopiston ja Karelia AMK:n uusille opiskelijoille sekä Riverian Valma-ryhmille (5 kurssikertaa, 54 osallistujaa). Rahat riittää! -infot pidettiin 4.9. Itä-Suomen yliopiston Tietotorilla ja 5.9. Karelia AMK:lla lukuvuoden avajaisissa (yhteensä 1000 osallistujaa). Vir-

tuaalimarttaillassa puhuttiin rahasta 4.9. (771 näyttökertaa). Hanketta rahoitti STEA ja sen koordinoinnista vastasivat Marttaliitto ja Takuusäätiö.

4.4 Lapsiperheiden arjen tukeminen

Lapsiperheiden arjen tukeminen -toimintaa toteutettiin STEA:n AK-avustuksella. Toiminnan kohderyhmänä olivat pikkulapsiperheet, joissa nuorin lapsi on alle 3-vuotias. Koulutuksia järjestettiin yhteensä 14: **Ruokaseikkailu alkaa** -vauvanruokakursseja vanhemmille 6 kertaa (71 osallistujaa), pikkulapsiperheen ruokakursseja 2 kappaletta (20 osallistujaa). Lisäksi luentoja ja tietoisuuksia muun muassa ruokakasvatukses-



ta, lapsiperheiden välipaloista ja sormiruokailusta pidettiin yhteensä 6 kertaa (125 osallistujaa). Osa luennoista toteutui etäyhteyksillä laajemmin maakuntiin.

Marttaliitto vastasi hankkeen koordinoinnista. Alueellisina yhteistyökumppaneina toimivat Mannerheimin Lastensuojeluliiton yhdistykset, Joensuun Perheentalo ja Siun soten neuvolat, jotka auttoivat kurssilaisten rekrytoimisessa.

4.5 Karjalaisen kulttuurirahaston neuvonta

Karjalan Kulttuurirahaston Marttaliitolle myöntämällä avustuksella pidettiin **Makumatka Karjalaan** -ruokakurssi Itä-Suomen yliopiston Kotex-ainejärjestön kautta kansainvälisille opiskelijoille (12 osallistujaa). Toiveena oli, että kurssieja pidetään erityisesti lapsille ja nuorille.

4.6 Miesliesi

7-12-vuotiaille pojille ja pojille läheisille miehille tarkoitettuja **Miesliesi**-kurssisarjoja järjestettiin toista vuotta. Kolmen kerran kurssisarjat toteutettiin tänä vuonna Kiteellä (30 osallistumiskertaa) ja Joensuussa yhteistyökumppanina Pelastakaa Lapset Itä-Suomi (20 osallistumiskertaa).

4.7 Ässäkokit

8-12 -vuotiaille lapsille suunnattuja **Ässäkokki**-kurssieja järjestettiin Pohjois-Karjalassa yhteensä 11 kappaletta yhteistyössä SOK:n (5 kpl), PKO:n (5 kpl) ja Jukolan osuuskaupan (1 kpl) kanssa. PKO:n alueella kurssieja järjestettiin Ilomantsissa, Rääkkylässä, Kiteellä, Lieksassa, Kontiolahdella ja Joensuussa (5 kpl) ja Jukolan alueella Nurmeksessa (1 kpl). Kurssieille osallistui yhteensä 89 lasta. Ässäkokkiyhteistyötä varten S-ryhmä ja Marttaliitto tuottivat yhteistyössä materiaalia kurssikäyttöön.



5.

MUUT HANKKEET



Ryhmäneuvontaa
232 kpl
2 523 osallistujaa



Virtuaalimarttailat
3 kpl
2 355 näyttökertaa



Nämä hankkeet ovat joko piirin hallinnoimia tai osatoteuttamia ja näitä toteutetaan eri yhteistyökumppaneiden kanssa.

5.1 Tulevaisuutta luonnontuotteista

Tulevaisuutta luonnontuotteista – Villiyrtilt ja sienet -hankkeessa toimitaan koko Pohjois-Karjalan alueella vuosina 2018-2020. Hankkeen toteuttavat yhteistyössä Pohjois-Karjalan Martat ja ProAgria Pohjois-Karjala. Rahoitus hankkeelle saadaan Euroopan maaseuturahastosta. Tavoitteena on lisätä luonnontuotteiden (villiyrtilt ja sienet) saatuutta kaupalliseen tuotantoon osaamista lisäämällä.

Vuoden 2019 aikana keskityttiin villiyrtilt- ja sienipöimijavalmennuksien järjestämiseen, joita pidettiin yhteensä 10 eri puolilla Pohjois-Karjalaa, näihin osallistui yhteensä 189 henkilöä.

- Villiyrtiltivalmennuksia pidettiin viisi kertaa
- Sienivalmennuksia kolme kertaa
- Pakuri- ja lakkakäpäkoulutus yhden kerran
- Osallistuttiin mm. Silva -Metsämessuille, jossa tiedotettiin pöimijavalmennuksista ja annettiin sienitietoutta sieninäyttelyn muodossa. Kävijöitä oli noin 1000 henkilöä.

Valmennukset järjestettiin yhteistyössä **Luumua ja luonnontuotteita metsävaratiöihin** -hankkeen kanssa.



5.2 Maistuvat kyläjuhlat

Maistuvat kyläjuhlat -hankkeen tavoitteena oli yhteisöllisyyden kehittäminen pohjoiskarjalaisella maaseudulla uudenlaisen toimijaverkoston ja yhteistyömallin avulla ruuanlaiton merkeissä. Keskeisin yhteistyön menetelmä hankkeessa oli ruoka ja sen tekeminen yhdessä paikallisesti kulttuuriperinteitä kunnioittaen ja höystäen. Kehittämishankkeen toteuttivat Pohjois-Karjalan Martat ja Maaseudun Sivistysliiton Pohjois-Karjalan aluejärjestö. Hankkeen rahoitti Euroopan maaseuturahasto, Joensuu seudun maaseutupalvelut, Keski-Karjalan maaseutupalvelut ja Pielisen-Karjalan kunnat. Hankkeen toteutus-aika oli 1.2.2017–31.12.2018 ja jatkoaika 31.10.2019 saakka.

Hankkeen viimeisenä vuonna keskityttiin Maistuvat kyläjuhlat - Tehdään ja syödään yhdessä pohjoiskarjalaisilla kylillä -julkaisun tekemiseen, painamiseen ja levittämiseen. Julkaisu on käytettävissä sähköisesti molempien järjestöjen nettisivuilla ja paperisena toimistoilta. Ruokatuunauksia järjestettiin Outokummussa, Kiihtelysvaarassa ja Kontiolahden Paiholassa sekä tapahtumatuottamisen info Outokummussa (yhteensä 83 osallistujaa).

Hankkeena oltiin mukana kuudessa lähiruokaan liittyvässä tapahtumassa: Lammasmarkkinat 23.4., Taitaja2019 Lähellä tuotettua -ta-





pahtuma 21.-23.5., Uskalin munamarkkinat Kiihtelysvaarassa 8.6., Villiruokafestarit Ilo-mantsissa 17.8. ja Nurmeksen potakkajuhlat 30.8. Metka - puutarha ja sadonkorjuujuhla -hankkeen avoimien ovien -tapahtumaan Lieksassa 6.9 annettiin tausta-apua ja järjestettiin talkoolaisia. Näissä tapahtumissa kävi yhteensä 2 130 henkilöä.

Hankkeesta on tehty loppuraportti, jonka tiivistelmästä voidaan yhteenvedona todeta muutamia asioita. Yhteisöllisyyden kehittäminen ruuanlaiton merkeissä tavoitti yhteensä 154 organisaatiota (tavoite 70), näistä 46 oli marttayhdistyksiä, 21 kyläyhdistyksiä ja 87 muita toimijoita, mm. lähiruokatuottajia ja hankeyhteistyökumppaneita. Ruokatuunausryhmiä toimi hankkeena 27 (tavoite 20), tapahtumajärjestämiseen koulutettiin 179 henkilöä (tavoite 60) ja aktivointitilaisuuksiin osallistui

1 058 henkilöä. Maistuviin kyläjuhlissa oli koko hankkeena 4 357 henkilöä juhlijoina yhteensä 30 Maistuvassa kyläjuhlissa tai tuunausryhmä osallistui valmiiseen tapahtumaan ruokateemalla. Parantuneista palveluista hyötyvä väestö koostui 44 kylästä ja noin 13 600 asukkaasta ja hankkeessa tehtiin 2,6 henkilötyövuotta.



5.3 VIIRI - virkeyttä, ruokaa ja arkiaktiivisuutta

VIIRI – virkeyttä, ruokaa ja arkiaktiivisuutta -hanke on osa Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) rahoittamaa ja STEAn hallinnoimaa Suomi 100 Toimintakyky kuntoon -koordinaatiohanketta. Pohjois-Karjalan Marttojen koordinoima ja hallinnoima VIIRI-hanke aloitettiin 15.8.2017 ja se jatkuu 31.12.2020 saakka. Viisi muuta Marttapiiriä aloitti osatoina hankkeessa 1.1.2018.



Vuoden 2019 aikana Pohjois-Karjalassa oli aktiivista VIIRI-ryhmätoimintaa; pienryhmäkokoontumisia oli yhteensä 60 kertaa, joissa osallistumiskertoja oli 274. Ryhmätoiminnassa aloittaneita oli 84. Ryhmätoimintaa toteutettiin kes-kustan ryhmien lisäksi Nuorisoverstas Joensuussa ja Outokummussa (Etsivä nuorisotyö + Nuorisoverstas) sekä Lieksan Somaliperheyhdistys ry:n Metka-kylätalolla. Lisäksi työpajatyypeistä ryhmätoimintaa järjestettiin MiePän Le-ponex-ryhmissä ja Kontiolahden päivätoimintakeskus Laiturilla. Yksilöohjausta ja kotikäyntejä toteutettiin yhteensä 38 kertaa 26 osallistujalle.

VIIRI-hanke järjesti yhteistyössä Aulis-hankkeen ja ALL-YOUTH -koordinaatiohankkeen sekä Pokalin ja AMK:n Voimalan kanssa 11.9. vuotuisen INTO-toimintapäivän VIIRIn ja Auloksen toimintaan osallistuneille. Saman päivänä järjestettiin torilla Aulis-hankkeen kanssa yhteinen Toimintakyky kuntoon -RoadShow-tapahtuma teemalla Mielen ja kehon hyvinvointi. VIIRIn pisteessä kävi 47 ihmistä. Tämän lisäksi VIIRI-hankkeen osallistujille järjestettiin yhteinen ystävänpäiväjuhla 14.2. ja pikkujoulut 11.12. ja 19.12. Virkee-hankkeen kanssa järjestettiin nuorten ja ikäihmisten perinneruokapäivä 16.10. ja jouluateria 17.12.

VIIRI-toimintaa kehitettiin vuoden aikana monilla tavoilla. Oppilaitosyhteistyö aloitettiin Itä-Suomen yliopiston kotitaloustieteen kotitalousopettajaopiskelijoiden kanssa: yhteensä 9 opiskelijaa oli mukana VIIRI-toiminnassa. Yksi heistä suoritti kuukauden harjoittelujakson ja aloitti myös opinnäytetyön tekemisen hankkeelle. VIIRI-toimintaryhmä perustettiin uuden Joensuun piirin Martat ry:n toimintaryhmäksi. Toimintaryhmään osallistuvista osa aloitti opiskelijan ohjaamassa opinnollistamisryhmässä, josta saa Siviksen myöntämän todistuksen suoritettujen osaamispisteiden perusteella. Aulis-hankkeen kautta toimintaan ohjautui kaksi Riverian lähihoitajaopiskelijaa, jotka suorittivat kolmen ryhmätoimintakerran harjoittelujakson.

5.4 Lajitin - Liiketoimintaa jätteen lajittelun ratkaisuista

Lajitin -hankkeessa perehdyttiin jätteen lajittelun ongelmakohtiin Pohjois-Karjalassa ja etsittiin niihin kuluttajalähtöisiä ratkaisuja, jotka vietiin yrityksille toteutettavaksi. Pohjois-Karjalan Martat ovat olleet mukana kyselyn levityksessä, tiedon hankinnassa ja erilaisissa tilaisuuksissa antamassa lajitteluneuvontaa. Hankeaika oli 1.1.2017 - 31.3.2019 ja sitä hallinnoi Itä-Suomen yliopisto. Päärahoitus tuli Pohjois-Karjalan Maakuntaliiton koordinoimasta EAKR-rahoituksesta. Marttojen osatoteutuksen muita rahoittajia olivat Josek, Marttaliitto, marttayhdistykset sekä piiri itse.



Hankkeen tuloksena tavoitettiin lajitteluneuvonnan merkeissä Pohjois-Karjalan asukkaita useissa yleisötapahtumissa. Tuotettiin monipuolinen Kestävä arki -materiaali Marttaliitolle. Tehtiin kysely lajittelun merkityksestä, tehtiin runsaasti yhteistyötä eri yhteisöjen, yritysten ja tahojen kanssa. Lajitin -hanke lisäsi tietoutta monella eri osa-alueella maakunnan alueella. Yhteistyöverkostot lujittuivat. Lisätietoja hankkeen tuloksista: www.uef.fi/web/lajitin.

Vuoden 2019 aikana tehtiin mm. sähköistä neuvontamateriaalia, joka on saatavana [www.instagram.com #marttailu](http://www.instagram.com/#marttailu) [#kestavaarki](http://www.instagram.com/#kestavaarki) sekä www.martat.fi/marttakoulu/kodinhoito/saasta-energiaa-saasta-ymparistoa-ja-kukkaroa/kesta-va-liikkuminen/ Lisäksi pidettiin yksi Muovista on moneksi, muovin kierrätysilta sekä kaksi lajitteluneuvontaa Joensuun Normaalikoululla. Osallistujia näissä oli yhteensä 52 henkilöä.

5.5 Vertaisohjaajia Karjalan kylille

Hankkeessa koulutettiin maaseudun vapaaehtoistoimijoita yhteisökehittämisen, asuin ympäristön pienrakentamisen ja luonnontuotteiden keruun ja puutarhan vertaisohjaajiksi Joensuun seudulla. Hanketta hallinnoi Joensuun seudun Leader yhteistyössä Pohjois-Karjalan Martat ja Maaseudun Sivistysliiton Pohjois-Karjalan aluejärjestö kanssa. Hanke on saanut rahoituksen Joensuun seudun Leader ry:ltä. Hankkeen toteutusaika oli 1.2.2017-31.5.2019.

Hankkeen tuloksena kolmen yhteistyökumppanin, Pohjois-Karjalan Marttojen, Maaseudun sivistysliiton sekä Joensuun seudun Leaderin yhteistyö kehittyi ja voimistui. Hanke antoi toimijoille yhteiset suuntaviivat yhteistyöhön molemmin puolin itärajaa. Kotimaassa saatiin





aktivoituja niin martha- kuin kylätoimijoita monipuolisesti. Hankkeen aikana luotiin hyvät yhteydet Prääsän, Kinnermäen, Kotkatjärven, Viejljärven ja Ylä-Aunuksen aktiivitoimijoihin sekä kuntapäättäjiin. Suomalaisia vertaisohjaajia pääsi kokeilemaan vertaisohjausta rajan toisella puolella. Hankkeen toiminnot olivat pienempiä vuoden 2019 puolella. Tehtiin mm. pienryhmä retki Venäjän Karjalaan viikolla 10 sekä työstettiin youtube-videot kohopenkistä venäjäksi ja suomeksi.

5.6 Virkee -Vireästi Karjalassa

Virkee – Vireästi Karjalassa -hankkeessa tuettiin yli 60-vuotiaiden ikäihmisten ja heidän läheistensä hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja omatoimisuutta arjessa ravitsemuksellisin ja yhteisöllisin keinoin. Keskeistä oli hyvän ravitsemuksen ennaltaehkäisevä vaikutus ikääntymiseen liittyvissä muutoksissa, kotona asumisen valmiuksien ja arkiaktiivisuuden vahvistaminen. Rahoituksesta on vastannut sosiaali- ja terveysministeriö. Hanke toimii osana valtakunnallista Ikäinstituutin koordinoimaan Elämänote-ohjelmaa vuosina 2018-2021.

Hanketta toteutettiin yhteistyötahojen kanssa maakunnallisesti. Yhteistyötahoja olivat mm. P-K Muisti, P-K Sydänpiiri, Siun sote, Jns Omaishoitajat, P-K Sosiaaliturvayhdistys, Viadia, Torikievari sekä eri eläkkeensaajajärjestöt, kyläyhdistykset ja muut hankkeet, kuten Ilo elää yhdessä -hanke.

Virkee-toiminnassa ikäihmisten osallisuutta vahvistettiin avoimilla ravinto-luennoilla (21 kpl), ryhmien ravintoinfoilla (49 kpl), ruoanvalmistuskursseilla (44 kpl), yksilöohjauksilla (7 kpl) ja joukkoneuvontatapahtumissa (16 kpl).

Opintomatka järjestettiin syyskuussa Marttatorille Helsinkiin (25 osallistujaa). Muuta toimintaa olivat mm. keväällä ja syksyllä järjestetty avoin Virkee pop up- kahvila Marttakeskuksella. Hanke tavoitti 120 ryhmäneuvontatilaisuudessa 1543 osallistujaa ja 12 joukkoneuvontatilaisuudessa 288 osallistujaa. Terveysviestintää toteutettiin mm. virtuaalimartha-iltojen ja P-K Muistin Muisti-radion kautta. Virkeesti arjessa -blogi löytyy: www.martat.fi/pohjois-karjala/virkee/virkeesti-arjessa-blogi/

5.7 Perheet keskiöön!

STEA:n rahoittama **Perheet keskiöön!** -hanke on jatkanut vuonna 2019 Pohjois-Karjalan lapsiperhejärjestöjen verkostotapaamisia, joita järjestettiin neljä kertaa. Järjestöjen verkostotapaamisten myötä on valittu edustajat maakunnan alueellisiin johtoryhmiin ja täten järjestöjen ääni on mukana perhekeskustoiminnan alueellisessa kehittämisessä. Pohjois-Karjalassa järjestettiin pilottina kohtaamispaikkojen vertaisarviointikoulutusta. Pääsimme mukaan muokkaamaan tärkeää arviointimenetelmää ja tuomaan arviointiin kokemuksemme alueellisesti hyvinkin erilaisista kohtaamispaikoista, jotka tarvitsevat myös erilaisen arviointityökäulun. Järjestöjen tuen ja palveluiden kiinnittämistä osaksi perhekeskus- ja perhekeskusten kohtaamispaikkatoimintaa edistettiin yhdessä järjestöjen, kuntatoimijoiden ja Siun soten kanssa. Pop upit aloitettiin loppuvuodesta ja ne jatkuvat kevään 2020 aikana.



5.8 Satoa ja iloa

Hanketta toteutetaan Vaara-Karjalan Leader ry:n toiminta-alueella (Valtimo, Nurmes, Juuka, Lieksa ja Ilomantsi) sijaitsevien kylien ja alueen yhdistysten kanssa tekemällä yhteisöllisiä viljelmiä: Satolaatikoita, syötäviä teoksia tai yhteisöllisiä kasvimaita. Hyötykasvien kasvatusta on näin yhteisökehittämisen väline. Lisäksi hankkeessa toteutetaan kotivaraneuvontaa. Hankkeen hakija on Pohjois-Karjalan Martat ry. Osatoteuttajana hankkeessa on Maaseudun Sivistysliiton Joensuun Kulttuuriyhdistys ry. Rahoittajana toimii Vaara-Karjalan Leader ry. Toteutus tapahtuu vuosien 2018-2020 aikana. Pohjois-Karjalan Martat oli mukana vuonna 2019:

- Ikkunaviljelmä-kokeilussa Pirolan pihaan Ilomantsiin kolmessa kokoontumisessa.
- Syötävän teoksen rakentamisessa Nunnahteen Kivikylään Juukaan. Kokoontumisia oli 5 kertaa, joissa yhteensä 51 osallistujaa.
- Satolootia perustettaessa Pankakoskelle Lieksaan ja Maukkulaan Ilomantsiin. Näihin kokoontumisia oli yhteensä kuusi kertaa ja osallistujia 88 henkilöä.
- Yhdessä kotivarakerrassa Metkatalolla Lieksassa.

5.9 ITUA

Hankkeessa on yhdistynyt kotitarveviljely ja yhteisötaide. Käytännössä hankkeessa on rakennettu syötävä teos julkiseen tilaan Joensuun torille, jossa on kokeiltu kaupunkiviljelyä ja syötävän teoksen tekemistä. Samalla osallistujat ovat saaneet valmiuksia pienimuotoisten puutarhaviljelyjen (ikkuna- tai ruukkupuutarha, laatikkoviljely) perustamisessa ja hoidossa. Lisäksi on toteutettu ikkunapuutarhaviljelykokeilua Nuorisokeskus Whislerin tiloissa ja Iso Myyn kauppakeskuksen tiloissa. Syksyllä tehtiin puutarha- ja yrttikokeiluja Martta-keskuksessa. Pohjois-Karjalan Martat oli yhteensä 17 kerrassa mukana. Kohderyhminä hankkeessa olivat nuoret ja 55+ työkäiset.

Pohjois-Karjalan Marttojen osuus hankkeessa oli antaa kotipuutarha- ja ympäristö- sekä kotitalousasiantuntemusta ostopalveluna. Hankkeen hallinnoija oli Maaseudun sivistysliiton Joensuun Kulttuuriyhdistys ry. Rahoitusta hankkeelle saatiin ESR, Joensuun KAKE 2.0 -hankkeen alahankkeelta. Hanke toteutettiin vuosina 2018-2019.

5.10 Vastuullisen ruoka- ja luontomatkailun selvityshanke

Hankkeen tavoitteena oli vahvistaa ja edistää kestävän matkailun kehitystä Pohjois-Karjalassa ja Vaara-Karjalan Leaderin toiminta-alueella, aktivoita alueen asukkaita ja kolmannen sektorin toimijoita sekä tarjota heille lisäansaintamahdollisuuksia matkailualalta. Hankkeen toteuttajana oli Pohjois-Karjalan Martat ry ja sitä rahoitti Vaara-Karjalan Leader ry.

Hankkeessa kartoitettiin matkailupalveluiden tuottamisen liittyvät mahdollisuudet, haasteet ja riskit sekä selvitettiin millaisia resursseja systemaattisempien matkailupalveluiden tuottaminen Martoilta vaatisi. Hankkeessa tuoteistettiin ja testattiin uusia ruoka- ja luontomatkailun palveluita, jotka nojaavat Pohjois-Karjalan Martat ry:n vankkaan osaamiseen ja toimijaverkostoon.

Vuoden 2019 aikana toteutettiin tiedotustilaisuuksia, ideointipalavereja, keskustelutilaisuuksia, sähköinen kysely, aktivointitilaisuuksia, tehtiin kuvaus potentiaalisesta yhteistyöverkostosta sekä pilotoitiin kohteita. Näihin osallistui 89 henkilöä. Tehdyistä kartoituksista laadittiin erillinen raportti.

- Tiedotustilaisuuksia, ideointipalavereja ja keskustelutilaisuuksia pidettiin 11 kertaa.
- Sähköinen kysely jaettiin 73 henkilölle.
- Aktivointitilaisuuksia pidettiin neljä kertaa.
- Pilottikohteita testattiin viisi kertaa.

Hanke onnistui herättämään kiinnostusta aiheeseen sekä antoi vinkkejä Marttojen toiminnan kehittämiseen niin matkailun kuin yleisenkin toiminnan osalta. Tuloksena päädyttiin kolmeen tuoteryhmään (asiantuntija, marta-osaaminen ja paikallisen matkassa), jotka sopisivat Martoilta. Hanke eteni suunnitellusti ja sen tuloksia voidaan hyödyntää Pohjois-Karjalan Marttojen toiminnassa. Hankkeen loppuraporttiin on koottu tiivistelmä mahdollista jatkotoimenpiteistä.



6. PIIRIN JÄRJESTÖTOIMINTA

6.1 Piirin jäsenistö

Piirin toimialueena on Pohjois-Karjalan maakunta. Piiri on perustettu vuonna 1907. Toimintavuosi oli piirin 113. Piiriin kuului 116 marttayhdistystä ja 11 toimintaryhmää. Jäseniä oli vuoden lopussa 3 604 (-142). Marttayhdistysten toiminnan tilastointi on vuodelta 2019 koottu Marttaliiton ylläpitämään sähköiseen toiminnan tilastointiohjelmaan.



6.2 Järjestökoulutukset ja tapahtumat

Järjestötoimintaa ja marttailua esiteltiin ja järjestötietoutta pidettiin yllä kaikissa piirin tapahtumissa ja viestinnässä. Piiri järjesti järjestökoulutuksia yhdistysten toiveiden ja järjestön kehittämisen tarpeista koko piirin alueella. Myös yhdistysten juhlissa ja tapahtumissa vierailtiin kutsusta. Järjestötoiminnassa kokoonnuttiin tai järjestön vaikuttamistyötä tehtiin yhteensä 113 tilaisuudessa, joissa osallistujia oli yhteensä 3 197 henkilöä.

Piiri järjesti kaksi vertaismarttatapaamista 16.5. ja 29.10. Vertaismartat osallistuivat aktiivisesti piirin järjestötoiminnan edistämiseen alueellaan. Marjahelena Salonen esitteli martoille opintotoimintaa Joensuussa 3.10.

6.3 Kässämarttailu

Kässämarttailua harrastettiin useissa marttayhdistyksissä. Patalappuja eri tekniikoita käyttäen tehtiin ahkerasti. Tempauksella oli tavoitteena

ilahduttaa kansalaisia patalapuilla, lisätä koti-työn arvostusta sekä kannustaa ihmisiä käsillä tekemiseen.

Sukat äidille -kampanja käynnistyi vuoden 2018 lopulla, mutta sitä jatkettiin myös juhla-vuotena. Kampanjan tavoitteena on lahjoittaa villasukat jokaiselle ensimmäistä kertaa äidiksi tulevalle vuoden 2019 aikana. Kampanja toteutettiin yhteistyössä Suomen Kättilöliiton kanssa.



6.4 Kv-marttailu

Martat tukevat Kamerunissa köyhiä naisia ja tyttöjä sekä uusia kotitalousalan pienyrityksiä. Etiopiassa vammaiset naiset osallistuvat kotitaloustyöpajoihin. Yhdessä Väestöliiton ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton kanssa vaikutetaan Malawin maaseudulla tyttöjen koulunkäynnin lisääntymiseksi. Työskentelemme perheiden hyvinvoinnin ja kotitaloustyön arvostuksen puolesta osana maailmanlaajuisia kotitalousalan yhteistyöjärjestöä IFHEä. Tapamme pohjoismaisten naisjärjestöjen kanssa ajankohtaisten teemojen äärellä Pohjoismaiden Naisliitossa NKF:ssä.

Näitä Marttaliiton kansainvälisiä hankkeita ja toimintaa tuodaan tutuiksi vapaaehtoisten kv-marttojen avulla. Piirin alueella toimii kaksi kv-marttaa. Tänä vuonna heiltä ei tilattu yhtään iltaa. Yhdistykset ovat halutessaan keränneet kahvirahaa ja tilittäneet rahan omatoimisesti kehitysyhteistyöhankkeiden tukemiseen tarkoitettulle tilille Marttaliittoon.



7.

VIESTINTÄ

7.1 Painettu viestintä

Piiri laati 3 tiedotetta yhdistyksille. Tiedotteet jaettiin pääasiallisesti sähköpostitse, tulostettuina ne postitettiin perinteisesti niin toivonneille yhdistyksille. Tiedotteet ovat luettavissa piirin www-sivuilla. Avoimista neuvonnoista laadittiin painetut esitteet sekä kevät- että syyskaudelle. Esitteitä jaettiin uusien jäsenten kansioissa ja piirin tapahtumissa. Kotitalousneuvonnasta oli kaksi isompaa ilmoitusta Karjalan Heilissä. Kotona-kolumnia kirjoitettiin Karjalan Heiliin. Marttakeskuksen ikkunanurkkaus toimi koko vuoden ajankohtaisten neuvontatiedotteiden ilmoitustauluna. Maksuttomilla vinkki- ja menopalstoilla sekä maksullisilla järjestöpalstoilla tiedotettiin tapauskohtaisesti. Jäsenistölle viestittiin toiminnasta Martat-lehden piiriliitteellä kaksi kertaa. Tiedotusvälineille tehtiin juttuja ja annettiin kotitalousneuvontaan liittyviä haastatteluja yhteensä 66 kertaa. Neuvonnallisia juttuja jaettiin myös internetissä.

7.2 Sähköinen viestintä

Piiri viestii tapahtumistaan omilla www-sivuiltaan ja Pohjois-Karjalan Martat vinkkaa -Facebook sivustolla (vuoden 2019 lopussa tykkääjiä oli yhteensä 1 478), Instagramissa (seuraajia 1 074) ja Twitterissä (seuraajia 234). Osa toimihenkilöistä vinkkaa myös Twitterissä. Virtuaalimarttailtoja kuvattiin 12 kpl ja katsojia niillä oli 8 765.

8.

HALLINTO

8.1 Piirin vuosikokous

Pohjois-Karjalan Martat ry piti sääntömääräisen vuosikokouksen lauantaina 6.4. 2019 Joensuussa. Kokoukseen osallistui 121 henkilöä, joista 61 oli virallisia kokousedustajia. Kokouksessa käsiteltiin sääntömääräiset vuosikokousasiat. Kokouksen puheenjohtajana toimi Taina Ketolainen Purujärven Marttayhdistys ry:stä.

8.2 Hallitus

Piirin toimintaa johti vuosikokousten päätösten mukaisesti hallitus. **Hallituksen puheenjohtajana toimi** Päivi Leinonen (Kesälahti, 9.4.2016 alkaen) ja **varapuheenjohtajana** Jenny Salmela (Ilomantsi, hallituksessa 2012-). **Hallituksen muut jäsenet olivat:** Liisa Kontturi (Ilomantsi, 2011-2019), Kaija Karjunen (Lieksa 2015-2019), Helena Örmärk (Rääkkylä, 2015-2019), Päivi Walling (Polvijärvi, 2014-), Satu Koponen (Joensuu, 2015-) ja Kaija Halttunen (Kitee, 2016-). Uusina jäseninä hallituksessa toimivat erovuoroisten tilalle 6.4.2019 valitut Kaija Kokkonen (Nurmes 2019-), Tuija Kuusisto (Joensuu 2019-), Kim Wrang (Kontiolahti 2019-) ja Marika Hurskainen (valittu vuodelle 2019). Hallitus kokoontui 7 kertaa. Kokouksissa käsiteltiin 97 pykälää.

8.3 Tilintarkastajat

Vuosikokouksen valitsemana tilintarkastusyhteisönä toimi vuonna 2019 tilintarkastusyhteisö Ernst & Young. Sisäisiksi tarkastajiksi hallitus valitsi keskuudestaan Kaija Halttusen ja Kim Wrangen.

8.4 Toimikuntien kokoukset

Hallituksen työvaliokuntaan kuuluivat hallituksen puheenjohtaja Päivi Leinonen, hallituksen varapuheenjohtaja Jenny Salmela (16.9.2019 saakka) ja toiminnanjohtaja Katja Kolehmainen. Päivi Walling osallistui työvaliokuntaan 9.10.2019 lähtien sekä vuoden viimeisessä kokouksessa paikalla oli toiminnanjohtaja Helli Hjälm. Työvaliokunta kokoontui yhteensä 7 kertaa. Kokouksissa valmisteltiin hallituksen kokousten asialistalle tulevat asiat.

Ex-puheenjohtajien neuvottelutoimikunta kokoontui kaksi kertaa. Neuvottelukuntaan kuuluivat Maija-Liisa Jeskanen, Ritva Lukkarinen-Puruskainen, Eeva Mikkola, Kaija Puolanne ja Tuula Kähkönen. Tapaamisiin on kutsuttu myös puheenjohtaja Päivi Leinonen ja kunniajäsen Ilona Tossavainen.

Marttakahvion toiminnan kehittämiseksi vastasi Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy:n hallitus yhdessä kahviovastaavan kanssa. Kahviovastaavana 2019 toimi Anna Rintainen.

8.5 Piirin tukena toimivat vapaaehtoiset

VERTAISMARTAT

Anna-Liisa Perkkiö (Tohmajärvi), Tuula Hiltunen ja Marika Hurskainen (Ilomantsi), Pirjo Matikainen (Kiihtelysvaara), Salme Eskelinen (Eno), Virpi Nevalainen (Kulho), Kaija Halttunen (Kitee), Päivi Valkonen (Liekksa), Johanna Niemistö (Outokumpu), Ritva Eskelinen (Lehmo), Päivi Leinonen (Kesälahti), Sirpa Puhakka (Liperi) ja Ulla Rautiainen (Nurmes). Vertaismarttojen puheenjohtajana toimi Päivi Walling (Polvijärvi) ja sihteerinä Marika Hurskainen (Ilomantsi).

VAPAAEHTOISMARTAT

Piirillä oli vertaismarttojen lisäksi Marttaliiton kouluttamia vapaaehtoisemarttoja: Kansainvälisyysmartat Jenni Silvennoinen ja Kaisa Karttunen (Joensuu), Minna Hirvonen (Kauniainen), Ruokamartta Päivi Leinonen (Kesälahti), Marjaleena Malinen (Kesälahti), Kässämartat Tiina Tolvanen (Kesälahti), Marja-Riitta Kapanen (Nurmes), Ritva Eskelinen (Lehmo) ja Sirkka-Liisa Vänskä (Joensuu), Puutarhamartta Marjatta Pöllänen (Kesälahti), ja Salme Eskelinen (Eno), Mediamartat Anne Piipponen (Ilomantsi), Ritva Keronen (Nurmes), Päivi Valkonen (Liekksa), Helena Heinvuori (Kitee), Maaret Kaksonen (Outokumpu), Ritva Keronen (Nurmes), Anne Nylander (Kontiolahti) ja Heli Turpeinen (Liekksa) sekä Sienimartat Päivi Leinonen (Kesälahti), Maija Pasanen (Joensuu), Tuija Puttonen (Juuka), Päivi Ratilainen (Joensuu) ja Päivi Walling (Polvijärvi).

Marttaliiton vertaismarttakoulutus Helsingissä oli 12-13.10. Sinne osallistui Pohjois-Karjalasta 4 henkeä. (Virpi Nevalainen, Kaija Halttunen, Päivi Walling ja Päivi Leinonen).

Piirin vapaaehtoiset tekivät vapaaehtoistunteja piirin tehtävissä yhteensä 3 764 tuntia.

8.6 Hallinnon koulutus

Piirien ja liiton johdon neuvottelupäivät, 15.2. Helsinki: Päivi Leinonen, Jenny Salmela ja Katja Kolehmainen.



Johdon syyspäivä, 5.11. Helsinki: Heli Hjälmm.

'Hallituksen ja toimihenkilöiden suunnittelu-päivä' 27.8. Joensuu: Päivi Leinonen, Jenny Salmela, Päivi Walling, Kaija Kokkonen, Satu Koponen, Kaija Halttunen, Kim Wrang, Tuija Kuusisto, Jenny Salmela, Katja Kolehmainen, Maarit Sallinen-Uusoksa, Marika Hurskainen, Tiia Koponen, Silja Tarvonen, Päivi Keronen, Tiina Anola-Pukkila, Ringa Nenonen, Vappu Lasarov, Anna Rintainen, Ira Lehikoinen, Ulla Turunen ja Suvi Lappalainen. Kouluttajina Marjahelena Salonen ja Reija Salovaara.

8.7 Edustukset

MARTTALIITON HALLITUS

Jenny Salmela, Ilomantsi, varsinainen jäsen (2016-)

MARTTALIITON KOKOUSEDUSTAJAT

Marttaliiton 120-vuotisjuhlavuoden vuosikokous pidettiin 27.4.2019 Helsingissä. Piirin kokousedustajina olivat Päivi Leinonen, Kaija Karjunen, Päivi Walling ja Liisa Kontturi. Jenny Salmela oli paikalla Marttaliiton hallituksen jäsenenä.

KIINTEISTÖ OY PANKKITALO JA PANKKITALON PARKKI OY

Varsinainen edustaja Katja Kolehmainen, varaedustaja Ira Lehikoinen (os. Karjalainen)

G. J JA HANNA CEDERBERGIN RAHASTON JOHTOKUNTA

Päivi Walling

POHJOIS-KARJALAN KANSANTERVEYDEN KESKUKSEN HALLITUS

Katja Kolehmainen

POHJOIS-KARJALAN MAATALOUDEN ALUEELLINEN VALMIUSTOIMIKUNTA

Varsinainen edustaja Jenny Salmela, varaedustaja Kaija Kokkonen

POHJOIS-KARJALAN MAASEUTUSUUNNITELMAN OHJAUSRYHMÄ

Varsinainen Katja Kolehmainen, varaedustaja Liisa Kontturi

NAISTEN VALMIUSLIITON ALUETOIMIKUNNAN JÄSENET

Kaija Kokkonen

JÄRJESTÖASIAIN NEUVOTTELUKUNTA

Katja Kolehmainen

POHJOIS-KARJALAN MAAKUNTATOIMIKUNTA (VAPEPA)

varsinainen Katja Kolehmainen, varaedustaja Tiina Anola-Pukkila

LUONNOSTA TURVAA -OHJAUSRYHMÄ

Liisa Kontturi ja Katja Kolehmainen

MAISTUVAT KYLÄJUHLAT -OHJAUSRYHMÄ

Jenny Salmela ja Katja Kolehmainen, Heli Hjälmm 11.11.2019 alkaen

LAJITIN -OHJAUSRYHMÄ

Päivi Walling ja Katja Kolehmainen

8.8 Marttapiirin kunniajäsenet

Maija-Liisa Jeskanen, Ritva Lukkarinen-Purus-kainen, Eeva Mikkola, Kaija Puolanne, Ilona Tossavainen ja Tuula Kähkönen.

8.9 Marttapiirin esittämät onnittelut ja huomionosoitukset

Marttayhdistysten vuosijuhlat, joihin piiri vei tervehdyksen:

- 7.4. Enon Martat ry 100 vuotta
- 9.4. Joensuun marttayhdistys 100 vuotta
- 9.4. Joensuun MM-Martat 25 vuotta
- 8.6. Mattisenlahden marttayhdistys 100 vuotta
- 7.7. Pankajärven Martat 90 vuotta
- 12.10. Luutalahden marttayhdistys 100 vuotta
- 17.11. Ilomantsin Martat ry 120 vuotta

Toimihenkilöt:

- 1.10. Tiina Anola-Pukkila, 30 työvuotta

8.10 Myönnetyt ansiomerkit

MARTTAJÄRJESTÖN PRONSSINEN ANSIOMERKKI

Puhakka-Tarvainen Helena, Joensuun My ry
Vallius Seija, Joensuun MM-Martat ry
Vänskä Sirkka-Liisa, Joensuun MM-Martat ry
Väyrynen Irja, Nunnanlahden My ry



MARTTAJÄRJESTÖN VAPAAEHTOISTOIMIJAN MERKKI

Piirin on myöntänyt ja luovuttanut merkit:
Maija-Liisa Jeskanen, Pekka Jeskanen

Piiri on myöntänyt yhdistysten hakemuksesta merkit seuraaville martoille:

[Joensuun Marttayhdistys ry](#)
Rauni Tenhunen, Pia Turtiainen

[Joensuun MM-Martat ry](#)
Merja Karvinen, Minna Korhonen, Tyyne Laitinen, Merja Parkkinen, Arja Rautiainen, Helka Törrönen



MARTTALIITON OPINTOSUORITUKSET

I-Taitoavain

Maire Kärkkäinen, Ilomantsin Maukkulan Marttayhdistys ry
Heija Kuosmanen ja Helena Mäkelä, Joensuun MM-Martat ry

II-Taitoavain

Anne Piipponen, Ilomantsin Maukkulan Marttayhdistys ry (31.12.)

Harrastusmerkit, luonnonyrtit

Laila Hiltunen, Enon Parsiaisen my (30.6.)



9.

HENKILÖSTÖ

9.1 Neuvonta- ja toimistohenkilökunta

Pohjois-Karjalan Martat ry:n toimisto sijaitsee osoitteessa Koskikatu 5-7, 80100 Joensuu. Piirin palveluksessa oli vuonna 2019 19 työntekijää. Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy työllisti 35 työntekijää kotiapu- ja kahviotoimintaan.

Ry:n henkilökunta vuonna 2019:

Katja Kolehmainen, YTM, toiminnanjohtaja 22.10. saakka

Heli Hjälml, KL, toiminnanjohtaja 11.11. alkaen
Ira Lehikoinen, Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy:n palveluvastaava 31.8. saakka

Suvi Lappalainen, palveluvastaava 1.8.2019 alkaen

Tiina Anola-Pukkila, koti- ja laitostalousopettaja, kotitalousasiantuntija

Maarit Sallinen-Uusoksa, hortonomi, puutarhaopettaja, kotipuutarha- ja ympäristöasiantuntija

Ringa Nenonen, ravitsemusterapeutti, kotitalousasiantuntija, äitiyslomalla syyskuusta 2019 alkaen

Silja Tarvonen, ravitsemusterapeutti, kotitalousasiantuntija

Maria Nurmi, kotitalousopettaja, kotitalousasiantuntija 31.8. saakka

Tiia Koppanen, kotitalousopettaja, kotitalousasiantuntija 14.8. alkaen

Vappu Lasarov, kotitalousopettaja, kotitalousasiantuntija

Päivi Keronen, FM, järjestön hankeasiantuntija
Laura Sallinen, tuntuöntekijä, kotitalousneuvonta

Anna Rinteinen, hanketyöntekijä 1.-15.2. ja 11.3.-31.12.2019

Päivikki Autioranta, toimistos sihteeri (1.1.-28.2.2019)

Anssi Lehtimäki, 27.5. alkaen

Atte Laitinen, viestintäassistentti (4.11.-31.12.2019)

Ulla Turunen, toimistos sihteeri (15.5.-31.12.2019)

Irene Pennanen, toimistos sihteeri (2.12.-31.12.2019)

Niina Sormunen, taittaja (helmikuu 2019)

Lisäksi Marttakeskuksessa on vuoden aikana ollut useita eri toimialojen opiskelijaharjoittelijoita ja työkokeilijoita.

9.2 Toimihenkilöiden koulutus

Rahat riittää! pilottipiirien työpajapäivät 8.2. ja 29.11., Helsinki, Tiina Anola-Pukkila

Kotitalousneuvonnan koulutuspäivät 10.-12.4., Helsinki, Tiina Anola-Pukkila, 10.-11.4.



Maria Nurmi, Vappu Lasarov ja Silja Tarvonen sekä 12.4. Maarit Sallinen-Uusoksa
Sienineuvojien koulutuspäivät 19.-21.8. Punkaharju, Tiina Anola-Pukkila, Maarit Sallinen-Uusoksa
Sienimarttakoulutus 21.-22.9. Polvijärvi, Tiina Anola-Pukkila

Arki sujuvaksi -toiminnan kehittämispäivät 6.-7.11., Helsinki, Tiina Anola-Pukkila, Vappu Lasarov ja Silja Tarvonen

Kouluttajakoulutus Perheet keskiöön 23.1. Ringa Nenonen

STEAn koulutuspäivä 6.3., Jyväskylä, Vappu Lasarov

Lasten syömispuimat 22.3. Ringa Nenonen

Alueellinen ravitsemuspäivä 21.5. Ringa Nenonen ja Silja Tarvonen

Elämänote-koulutuspäivä 1.-2.4. Tampere, Silja Tarvonen

Toimintakyky kuntoon -työseminaari 13.6., Jyväskylä, Vappu Lasarov

STEAn SosTe -kehittämispäivä 17.9. Joensuu, Vappu Lasarov, Silja Tarvonen

Toimintakyky kuntoon -työseminaari 8.-9.10., Helsinki, Vappu Lasarov

Luonnontuotealan tutkimusseminaari 5.11., Kajaani, Maarit Sallinen-Uusoksa

Luonnontuotepäivät 6.-7.11., Kajaani, Maarit Sallinen-Uusoksa

Arki sujuvaksi -työnohjausta oli kolme kertaa: 24.5., 14.10. ja 16.12. Kuopiossa. Työnohjaukseen osallistuivat Silja Tarvonen (3 kertaa), Ringa Nenonen (1), Tiina Anola-Pukkila (2), Vappu Lasarov (1) ja Tiia Koppanen (1).



10. TALOUS

Piirin tulos oli 12 970,10 € (v. 2018 5967,53 €). Taseen loppusumma oli 711 204,42 € (v. 2018 685 570,87 €). Kotitalousneuvontaan saatiin yleisavustuksena valtionapua 39 824 € (v. 2018

37 812 €). H ja G. J ja Hanna Cederbergin rahasto lahjoitti 1 400 € (v. 2018 1 500 €). Maria Pusan muistorahaston tuki itärajan piirille 2 500 € (Pohjois-Karjalan vuoro 2019).

11. LIIKETOIMINTA

Piirin liiketoiminta koostui vuonna 2019 järjestötuotemyynnistä ja piirakoiden myynnistä. Järjestötuotteista ”Martat on Rock” -tuoteperhe oli edelleen suosittu. Tuotteita, erityisesti t-paitoja, myytiin Senaatintorin tapahtumassa ja valtakunnallisesti tilausmyyntinä. Marttakahvion piirakkatalkoiisiin osallistui kesän aikana 472 marttaa. Piirakoita leivottiin yhteensä 45 598 kappaletta.

**Karjalaisia
piirakoita
leivottiin
yhteensä
45 598 kpl.**





12.

MARTTAPALVELUT OY

Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy perustettiin 10.10.2011 jatkamaan Pohjois-Karjalan Martat ry:n vuonna 1999 aloittamaa marttojen kotiaputoimintaa. Pohjois-Karjalan Martat ry omistaa yhtiön koko osakekannan. Yhtiön varsinainen toiminta käynnistyi 1.1.2012. Tilikausi 1.1.–31.12.2019 oli yhtiön kahdeksas.

Konsernitilinpäätöstä ei ole laadittu, koska sekä emo että tytär ovat pieniä yhteisöjä ja piiri ei tavoittele toiminnallaan voittoa. Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy:n seitsemännen tilikauden liikevaihto oli 473 017,49 € (2018 391 553,10 €) ja tilikauden tulos 24 309,94 € (vuonna 2018 -3 484,55 €). Yhtiön oma pääoma oli 31.12.2019 51 832,26 € (vuonna 2018 27 522,32 €).

Yhtiön hallituksessa toimivat Päivi Leinonen, Kaija Halttunen ja Jenny Salmela, (syyskuu 2019 saakka) Päivi Walling (lokakuu 2019 alkaen) ja toimitusjohtajat Katja Kolehmainen sekä Heli Hjälmm (11.11.2019 alkaen).

Marttapalvelua myytiin edellisten vuosien tapaan kodin päivittäisiin tehtäviin kuten ruuanlaittoon ja puhtaanapitoon Joensuun, Kontiolahden, Lehmon ja Liperin alueella. Yhtiö vastasi Marttakahvion liiketoiminnasta. Yhtiön henkilöstö koostui toimitusjohtajasta, yhdestä palveluvastaavasta ja 8 kotiaputyöntekijästä. Kahviovastaavana toimi Anna Rintainen. Marttakahviossa työskenteli eripituisissa työsuhteissa 19 henkilöä kahviovastaavan lisäksi.

13.

JÄSENYYDET

Pohjois-Karjalan Martat ry oli jäsenenä 2018 seuraavissa järjestöissä: Joensuun Yrittäjät, Palvelutyönantajat, Työtehoseura, Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskus, Joensuun Kau-

punkikeskustayhdistys Virta, Karjalaisen Kulttuurin Edistämisseura ja Kotikartanoyhdistys. Pohjois-Karjalan Marttapalvelut Oy on Pohjois-Karjalan Kauppakamarin jäsen.





3/2020

Taitto ja grafiikka: Niina Sormunen

Marttojen 120-vuotisjuhlailmeen grafiikka: Marttaliitto ry

Kuvat: Päivi Keronen ja Pohjois-Karjalan Martat