

Kymenlaakson Martat ry  
Torikatu 6  
45100 KOUVOLA  
P. 010 838 5650  
[www.martat.fi/kymenlaakso](http://www.martat.fi/kymenlaakso)



## Marttaposti 3/2017

### **KUTSU KYMENLAAKSON MARTTOJEN SYYSKOKOUKSEEN 11.11.2017**

**Syyskokous pidetään lauantaina 11.11.2017 klo 10.00**

(ilmoittautuminen klo 9.00 alkaen)

**Haminan Varuskuntakerholla,  
Kadettikoulunkatu 3, 49400 HAMINA**

SUOMI 100 -juhlavuoden kunniaksi pidämme kokouksen lauantapäivänä. Virallisen kokouksen (kesto n. 2 tuntia) jälkeen on kevyttä ohjelmaa ja ruokailu täytekakkukahveineen. Tämän vuoksi tarvitsemme KAIKILTA ilmoittautumiset 30.10. mennessä.

**Ilmoita, osallistutko ruokailuun ja mahdollinen erityisruokavalio viimeistään 30.10. Kokous on maksuton. Ruokailu ohjelmineen maksaa 22 euroa/henkilö ja se laskutetaan etukäteen.**

Esityslista liitteineen postitetaan varsinaisille kokousedustajille noin viikkoa ennen kokousta.

### **KIPA ESITTÄYTYY**



Olen Kirsi Kossila, Kymenlaakson Marttojen uusi kotitalousasiantuntija ja aloitin työt piirissä 16.8.2017. Koulutukseltani olen restonomi (amk) ja ammatillinen opettaja, AmO. Olen kotoisin Kouvolaan ja perheeseeni kuuluu aviomiehen lisäksi kolme kouluikäistä poikaa. Vastuullani on Lapsiperheiden arjen tukeminen sekä Arki sujuvaksi -kurssien toteuttaminen. Vuoden vaihteessa alkava, piirien yhteinen Viiri-hanke on myös vastuullani Kymenlaakson osalta. Odotan innolla uuden työni tuomia mahdollisuuksia sekä tutustumista teihin marttoihin ja muihin yhteistyökumppaneihin. Tapaamisiin!

## VERKKOSIVU-UUDISTUS

Uudet verkkosivut alkavat olla Marttaliiton ja piirien osalta valmiit ja asiakkaat ovat löytäneet tapahtumat hyvin uusilta verkkosivuilta. Nyt on aika laittaa marttayhdistysten sivut kuntoon.

### Yhdistyksen nettivastaava

Jokainen yhdistys tarvitsee yhdistyssivuvastaavan, joka saa oikeuden päivittää sivuja. Käyttäjätunnukset annetaan vain yhdelle henkilölle (samoja tunnuksia voi tietysti käyttää useampi). Jos et vielä ole päivittänyt yhdistyksen nettivastaavaa, tee se nyt. *Suosittellemme luomaan yhdistykselle oman sähköpostin, jota käytetään yhdistyksen toiminnassa, myös yhdistyssivujen päivittämisessä.* Mikäli yhdistykselläsi ei vielä ole käyttäjätunnusta martat.fi sivuille, tilaa tunnus osoitteesta [martat.verkkouudistus@martat.fi](mailto:martat.verkkouudistus@martat.fi). Kerro viestissä edustamasi yhdistyksen nimi ja yhteystiedot.

### Koulutukset

Seuraavat koulutukset marttayhdistyksille pidetään Helsingissä 14. ja 15.11. klo 17-20. Molemmat tilaisuudet ovat katseltavissa myös MartatTV:n kautta livelähetyksenä. 14.11. käydään läpi perusteita ja 15.11. hieman haastavampia asioita. Koulutukset tulevat myöhemmin katseltavaksi myös tallenteena martat.fi:hin.

#### Koulutusten sisällöt ovat seuraavat:

##### Peruskurssi 14.11.

Kirjautuminen ja käyttäjätunnukset, salasanan vaihtaminen, yhdistyksen etusivun muokkaus ja perustietojen lisääminen, mediakirjaston ja kuvien käyttäminen

##### Jatkokurssi 15.11.

Etusivun sisältöelementtien käyttäminen, alasivujen tekeminen ja linkitys etusivulle, tapahtumien lisääminen, ajankohtaisten uutisten lisääminen

##### Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen koulutuksiin yhdistyksille on avautunut. Ilmoittaudu mukaan 3.11. mennessä. Ilmoittautumislinkki löytyy Martat.fi:n ajankohtaisista. Ne, joilla on jo käyttäjätunnus, ovat saaneet linkin suoraan sähköpostiinsa.

### Uudet video-ohjeet martat.fi:ssä

Video-ohjeet löytyvät nyt martat.fi:stä tältä sivulta: [martat.fi/koulutus-verkkopalvelu](https://martat.fi/koulutus-verkkopalvelu). Pääsy sivulle edellyttää kirjautumista eli yhdistys pääsee sivulle vasta, kun heille on luotu käyttäjätunnus. Voitte hyödyntää videoita vapaasti.

### KÄSSÄMARTTOJEN kokoontumiset syksyllä Marttakulmassa klo 15-17:

- 3.10. "Poikaystävä" purkinavaaja. Ota mukaan jämälankoja ja niihin sopiva koukku.
- 7.11. Pöllö. Ota mukaan paksumpaa lankaa ja siihen sopiva koukku.
- 28.11. Jotain kivaa joulun. Nyttikestit pikkujoulun merkeissä.



## KURSSIT JA TAPAHTUMAT SYKSYLLÄ 2017

### Seniorien Suhinat -tapahtuma, maksuton

10.10. klo 10-16 Kauppakeskus Hansassa Kouvolassa  
- Vireästi Kaakossa -hankkeen ravitsemusneuvontaa ja järjestöasioita  
Järj. Kouvolan Ydinkeskusta ry

### Kansainvälisen tyttöjen päivän -tilaisuus

11.10. klo 17.00 Kouvolan seurakuntakeskus, Maria-Sali, Savonkatu 40  
Järj. Kouvolan Nytkis – naisjärjestöt yhteistyössä

#### *Ohjelma:*

- **Tervetuloa**, Sinikka Rouvari | Kouvolan Nytkis, pj.
- **Kouvolan Naiskuoro** | johtaa Jaana Petsalo-Okka
- **Tyttöjen tähden**, Marita Toikka | Kouvolan kaupunginjohtaja
- **Suomi 100, Kansallispukukavalkadi**
- **Yhteistyön voimaa**, Johanna Pakkanen | pääsihteeri, Nytkis ry.
- **Lausuntaa**, Tähtitaret
- **Arvonta**
- **Päättösanat**, Satu Leino | pastori

### Vireästi Kaakossa -hankkeen hyvinvointitapahtuma, maksuton

19.10.2017 klo 10-15 Kulttuuritalo Virta, Imatra  
Järj. Etelä-Karjalan ja Kymenlaakson Martat  
- Maksuton kuljetus Kouvolaan  
- Tapahtuman juontaa Marttaliiton pääsihteeri Marianne Heikkilä  
- Asiantuntijaluentoja, tietoisuuksia ja hyvinvointi- ja terveysalan näytteilleasettajia

### Kauha & Kukkaro -luento: Suomi-hyvää, maksuton

23.10. klo 17.30 -18.30 Marttakulma  
- Sopii marthaillan aiheeksi. Tervetuloa!

### Avoin kurssi kaikille: Parasta perunasta arkeen ja juhlaan. Hinta martoille 15 e +tarvikkeet.

8.11. klo 17.30- 20.30 Marttakulma. Ilm. viim. 30.10.  
- Kurssilla tuttu peruna muuntuu uusiin muotoihin. Tule valmistamaan trendikkäitä ruokia ja leivonnaisia arkeen ja juhlaan.

### Avoin kurssi kaikille: Suomihyvää Itsenäisyyspäivän tunnelmissa. Hinta martoille 15 e + tarvikkeet

22.11. klo 17.30-20.30 Marttakulma. Ilm. viim. 13.11.  
- Kun Suomi juhlii syntymäpäiviään, Martat syövät yhdessä – SuomiHyvää.  
Kurssilla valmistetaan yhdessä Itsenäisyyspäivän juhlamenu kotimaisuus ja sesonki huomioiden.

### Vain miehille -ruoanvalmistuskurssit Marttakulmassa klo 17.30

27.9. Vaihtoehtoisia proteiini lähteitä ja kasvisruokia  
18.10. Pula-ajan ruokia  
15.11. Tukkilaisiltamat  
12.12. Joulupukin eväät

## PIKKUJOULURETKI MIKKELIIN LAUANTAINA 2.12.2017



Perinteinen pikkujouluretkemme suuntautuu tänä vuonna Mikkeliin. Aloitamme aamukahvilla Kahvila Nandassa, joka on suloinen sekamelska lämmintä tunnelmaa, kulttuuria ja kierrätystä. Kahvittelun jälkeen on aikaa ostaa herkuja kotiin Mikkelin Kauppahallista, josta löydät aitoja makuja maalta. Kauppahallissa on mm. Siiskosen kotileipomo, josta saa perinteiset käsintehty leivonnaiset ja leivät. Maalaispuodista voit ostaa lihajalosteet, makkarat, pateet ja hyytelöt. Kauppahalli sijaitsee Kauppakeskus Stellan yhteydessä kätevästi torin laidalla. Voit käväistä myös torilla, jossa on lauantaina kuukausimarkkinat.



**Kenkävero**

Keskustasta siirrymme Kenkäveroon, jossa saamme alueen historiallisen esittelyn. Vanhaa tunnelmaa henkivässä Pappilaravintolassa nautimme ihania joulupöydän herkuja. Aikaa on myös tutustua myös Kenkäveron myymälään, jossa on monipuolinen valikoima suomalaisia design-tuotteita, lähiruokaa ja muita joululahjoiksi/tuliaisiksi sopivia tuotteita.

Retken hinta martoille on 76 euroa, ei-jäsenille 80 euroa. Hinta sisältää matkat, kahvit suolapalalla, Kenkäveron esittelyn ja joulumenun sekä piirin oppaan palvelut. Ilmoittaudu mukaan 30.10. mennessä [katja.haimi@martat.fi](mailto:katja.haimi@martat.fi) tai p. 010 838 5650. Muistathan ilmoittaa myös mahdolliset erityisruokavaliot. Kuljetus lähtee Karhulasta.

***Pirteää syksyä ja aktiivista marttailua toivotellen  
Anne, Katja, Kipa, Sari sekä  
Kotiavun Kirsi, Marjukka, Mervi ja Soili***

