

MARTTAYHDISTYKSILLE, TOIMINTARYHMILLE JA LUOTTAMUSMARTOILLE

KOKOUKSET

1. Pohjois-Karjalan Martat ry:n kevätkokous 22.4.

JÄRJESTÖTOIMINTA

2. Yhdistyskilpailu 2010
3. Järjestöosaajapassi

JUHLAT/TAPAHTUMAT/RETKET

4. Kulttuuriretki Kuhmoon 16.–17.7.
5. Elämysmatka Turunmaan saaristoon 12.–15.8.

PUUTARHANEUVONTA

6. Puutarharetki Tohmajärvelle 16.6.
7. Puutarharetki Kuopioon 21.8.
8. Puutarharetki Mikkeliin 4.9.
9. Kukkolan näytepuutarhan kesä
10. Kauneutta hyötykasveilla-illat
11. Syötävän kaunis piharyhmä-kilpailu
12. Kukkaiskävely Kiteellä 11.8.
13. Kotikompostointikurssit
14. Puutarhamarttakoulutus alkaa 21.8.
15. Puutarhakoulutusta Outokummussa 15.3. ja Polvijärvellä 17.3.

RAVITSEMUSNEUVONTA

16. Pikkukokki-ohjaajien koulutus 18.3.
17. Kuukauden kotitalouskurssit, syksy 2010
18. Vähänkö hyvää! – työpajat, Joensuu 11.10 ja Nurmes 13.10.
19. Valtakunnallinen sienineuvontapäivä
20. Säädä ja säästä-hanke

MARTTAKAHVIO, PIIRAKKAPAJA

21. Talkoisiin piirakkapajaan ja kahvioon
22. Piirakka- ja pullakoulut

ILMOITUSASIAT

23. Toimiston uudet aukioloajat
24. Piirin puutarhaneuvonnan järjestelyt 1.4.–31.12.2010
25. Kiteen Juurikan martat tiedottavat

## 1. POHJOIS-KARJALAN MARTAT RY:N KEVÄTKOKOUS 22.4.

<b>Aika</b>	To 22.4.2009 kello 17.00-
<b>Paikka</b>	Peltola-sali, Peltolankatu 4, C-rakennus, Joensuu
klo 17.00–18.00	Kahvi, ilmoittautuminen ja Vähänkö hyvää ja Martat Burkina Fasossa –näyttelyihin tutustuminen
klo 18.00–18.45	Eettinen kuluttaminen eläinten oikeuksien näkökulmasta Tutkija Saara Kupsala, Itä-Suomen yliopisto
klo 18.45–19.00	Säästä ja säästä –tietoisku Tiina Anola-Pukkila
klo 19.00–	Kokous
	Kevätkokous, jossa käsitellään sääntömääräiset sekä hallituksen esittämät asiat.
Osallistuminen kokoukseen	Kokoukseen osallistuvat marttayhdistyksien valitsemat vuoden 2010 viralliset edustajat tai heidän varaedustajansa.
	Läsnäolo-oikeus ilman äänioikeutta on piirin hallituksen jäsenillä, kunniajäsenillä, toimihenkilöillä, kotiaputyöntekijöillä ja kaikilla asiasta kiinnostuneilla marttajäsenillä.
Kutsu	Kokoukseen lähetetään kutsu yhdistyksien valitsemille vuoden 2010 varsinaisille kokousedustajille. Mikäli et pääse kokoukseen, laitathan kutsun varaedustajallesi.
Tervetuloa!	Pohjois-Karjalan Martat ry:n hallitus
<b>HUOM!</b>	<b>Syyskokouksen ajankohta</b> on muuttunut. Uusi päivä on 27.11. Paikka Itä-Suomen yliopiston Joensuun kampuksen Carelia-sali. Mukana Marttaliiton toiminnanjohtaja Marianne Heikkilä

## JÄRJESTÖTOIMINTA

### 2. YHDISTYSKILPAILU 2010

Uudet säännöt ovat olleet käytössä nyt kolme vuotta. Marttaliitto on tuottanut yhdistystoiminnan tueksi monenlaista materiaalia ja järjestänyt koulutusta. Kuinka materiaalit ja koulutus on otettu käyttöön ja miten ne ovat tukeneet yhdistyksiä? Kysymyksen selvittämiseksi Marttaliitto järjestää tänä vuonna yhdistyskilpailun, jossa tarkastellaan yhdistyksen toiminnan eri osa-alueita.

Tietoa kilpailusta olette saaneet Marttaliitosta tulleen jäsenluettelokirjeen mukana tammikuussa. Infoa löytyy myös jäsensivuilta ([www.martat.fi/jäsenille](http://www.martat.fi/jäsenille)) Toimi yhdistyksessä -otsikon alta sekä piiristä p. 0400-179095 tai ilona.tossavainen(at)martat.fi.

Kilpailuaika on 1.1- 31.12.2010.

Marttaliitto järjestää voittajayhdistyksille virkistävän ja toiminnallisen koulutus- ja hyvinvointipäivän yhdistyksen omalla paikkakunnalla.

Kannattaa osallistua! Kolme hyvää palkintoa odottaa saajaansa.

Muistattehan, että piiristä saa edellisten vuosien tapaan uusien jäsenien kansioita.

### 3. JÄRJESTÖOSAAJAPASSI

Martoilla on nyt uusi ja hyvä mahdollisuus opiskella järjestöosaajiksi Marttaliiton luoman järjestöosaajapassin opiskelun avulla. Passin suorittajiksi ilmoittaudutaan Marttaliittoon, jonka jälkeen suorittaja saa työkirjan ja opinto-ohjeet. Opintomateriaali on rakennettu itsenäiseen työskentelyyn sopivaksi, mutta passin voi suorittaa myös ryhmässä. Passin suorittaminen kestää noin vuoden. Aloittaminen ei vaadi aiempia opintosuorituksia.

Lisätietoa asiasta saa Marttaliiton koulutuspäällikkö Marjahelena Saloselta, marjahelena.salonen(at)martat.fi

## JUHLAT/TAPAHTUMAT/RETKET

### 4. KULTTUURIRETKI KUHMOON 16.–17.7.

Piiri järjestää kaksipäiväisen kulttuurimatkan Kuhmon Musiikkijuhlille 16.–17.7.2010 seuraavan alustavan ohjelman ja aikataulun mukaisesti

Perjantai 16.7.

Aamulla klo 11-12 Lähtö Joensuusta, Siltakadun Matkailupysäkiltä (lähtöaika tarkentuu retkikirjeessä)  
Konsertti Kuhmon kirkossa  
mm. Joseph Haydn, Claude Debussy ja Paul Dukaa sävellyksiä  
Ruokailu Hotelli Kalevassa  
Siirtyminen kävellen luontopolkua (700 m) pitkin Luontokeskus Petolaan (suurpetonäyttely)  
Näyttelyn jälkeen on omaa aikaa katsella ja tutustua Kuhmon keskustan kamarimusiikkijuhlien tunnelmaan.  
klo 19.30 Konsertti Kuhmo-talossa, Wieniläistä kepeyttä  
Konsertin jälkeen lähtö Vuokattiin  
Iltapala Ravintola Kipossa Hotelli Vuokatissa  
Majoittuminen Hotelli Vuokattiin

Lauantai 17.7.

klo 11 Aamiaisen jälkeen paluu Hotelli Vuokatista Kuhmoon  
Tutustuminen Juminkeon näyttelyyn Kuhmossa  
Konsertti, Kuhmo talossa, J.S.Bach'n sävellyksiä  
*vaimo Anna Magdaleena Bach toteaa "Taivas ei olisi taivas, ellei siellä kuulisi mieheni musiikkia"*  
klo 13 Vierailu Kalevala Spiritin elämyspuistossa  
Elämysretkellä voi mm. kokea tämän päivän Kalevalaa ja maistaa suomalaisia herkkuja kalevalaisesta leipäpöytä-buffetista.  
klo 15 Konsertti, Kontion koululla, Myytti ja kiusaus  
Tutustuminen Jyrkänkosken tukikohtaan paluumatkalla Joensuuhun  
n. klo 20–21 Paluu Joensuuhun

Retken hinta on 255 €/martat ja 275 €/ei jäsenet (sis. kuljetuksen, matkanvetäjän palvelut, majoittumisen kahden hengen huoneissa, ohjelman mukaiset ruuat, neljä konserttia sekä Juminkeon näyttelyn pääsymaksun).

Ilmoittautuminen 30.5. mennessä puh 013 122 450. Ilmoittautuneille postitetaan retkikirje, jossa on tarkennettu ohjelma ja aikataulu.

## 5. ELÄMYSMATKA TURUNMAAN SAARISTOON 12.–15.8.

Elämysmatka Turunmaan saaristoon 12.–15.8.2010 tehdään seuraavan alustavan ohjelman ja aikataulun mukaisesti:

Torstai 12.8.

Lähtö Joensuusta  
Ruokailu Alitalon omenaviinitilalla, Lohjalla  
Tutustuminen Taalintehtaan masuunin raunioihin  
Majoittuminen Saaristokylpylä Kasnäsiin

*Saaristokylpylässä asut mukavasti. Korkeatasoiset simpukanmuotoiset hotellirakennukset sijoittuvat kauniisti rantakalliolle ja huoneista on merinäköala.*

Perjantai 13.8.

Tutustuminen Söderlångvikin kartanoon

*Kartanon omistajat tiedetään jo vuodesta 1540 lähtien. Nykyisen päärakennuksen vanhin osa on peräisin 1800-luvun loppupuolelta.*

Tutustuminen Högsåran saareen (lossikuljetus) paikallisen oppaan johdolla  
Kahvi Farmors Cafessa, sisältää voileipä- ja kakkupöydän  
Mahdollisuus käydä Saaristolaistorilla

klo 16.55 Siirtyminen yhteysaluksella Rosalaan (merimatka kestää noin puoli tuntia)

Uhrijuhla viikinkikeskuksessa

*Saariston viikinkihistoria herää henkiin Rosalan viikinkikeskuksessa Rosalan saarella. Viikinkikeskuksessa järjestetään Viikinkien Uhrijuhlat viikinkiaikaisessa päällikön hallissa.*

Lauantai 14.8.

klo 9.30 Lähtö Bengtskäriin, venekuljetus.  
Majakkasaareen tutustuminen oppaan johdolla  
Keittolounas.

*Bengtskärin majakka on Suomenlahden eteläisin matkakohde, joka sijaitsee Suomen lahden edustalla.*

14.30 Paluu Kasnäsiin

15.00 Sinisimpukan luontokeskuksen tutustuminen.

*Sinisimpukan luontokeskuksessa tutustua Itämeren elämään ja eläimistöön.*

Mahdollisuus luontopolku-kävelyyn, vapaaehtoinen.  
Ruokailu on kylpylän ravintolan kalapöydästä.  
Aikaa nauttia kylpylän iloista, oman mielenkiinnon mukaan

Sunnuntai 15.8

klo 9.15–10.15

Sagalundin museoon tutustuminen oppaan johdolla, sisältää myös tutustumisen ruusutarhaan

Iltapäivällä Ruokailu Kesäravintola Myllysaarella, Lahdessa.  
Kävely ruokapaikkaan siltoja pitkin. Matka noin puoli kilometriä

Paluumatkan aikana pysähdymme kahvitauoille ja saavumme Joensuuhun illalla.

Retken hinta 475 €/martat ja 495 €/ei jäsenet, sis. (matkanvetäjän palvelut, bussikuljetuksen, majoituksen kylpylähotellissa, venekuljetus Bengtskäriin, ohjelmassa mainitut ruokailut, opastukset ja sisäänpääsyt ohjelman mukaisiin kohteisiin. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 30.5. mennessä puh. (013) 122 450.

Ilmoittautuneille postitetaan retkikirje, jossa on tarkennettu ohjelma ja aikataulu.

## PUUTARHANEUVONTA

### 6. PUUTARHARETKI TOHMAJÄRVELLE 16.6.

Iltapuutarharetki Tohmajärvelle järjestetään keskiviikkona 16.6. seuraavasti:

klo 16.00 Lähtö Siltakadun matkailupysäkillä Joensuusta

klo 17.00 Tutustuminen japanilaiseen puutarhaan sekä kahvit ja suolainen kahvileipä

*Japanilainen puutarha on rakennettu itämaiseen henkeen entisen Vatalan koulun ympäristöön. Puutarha perustaessa ei ole pyritty oikeaoppiseen Japanilaisen puutarhan toteutukseen, vaan enemmän henkeen ja ajatukseen. Tasaiseksi jyrätylle urheilukentälle on tuotu kiviä ja lähdetty asettelemaan niitä ryhmiin, havukasvien ja pensaiden kasvua odotellessa istutusalueita värittävät perennat ja kesäkukat.*

n. klo 19.20–20.20

Tutustuminen pajupihaan Tohmajärvellä.

*Raili Näätäsen piha on viehättävä runsaine kukkaistutuksineen ja monimuotoisine pajuöineen.*

Klo 20.20 Lähtö takaisin Joensuuhun ja perillä noin kello 21.30.

Retken hinta 26 €/martat ja 30 €/ei jäsenet (sis. bussikuljetuksen, matkanvetäjän palvelut, kahvin ja kahvileivän ja pääsymaksut pihoihin). Retkimaksu kerätään autossa, erillistä retkikirjettä ei lähetetä. Lisätietoja ja ilmoittautuminen 14.6. mennessä puh. (013) 122 450.

### 7. PUUTARHARETKI KUOPIOON 21.8.

klo 8.00 Lähtö Joensuusta matkailupysäkillä  
Kahvit Kuopion torilla Marttakahviossa, tarjolla kahvia ja pannurieskaa munavoilla  
Kävely Pikku Pietarin torin kautta, pieni pysähdys puodeissa  
Tutustuminen Valkeislammen viheralueisiin ja istutuksiin.

klo 13.00–14.30

Ruokailu Puijon tornissa  
Tutustuminen saaristokaupungin asuntomessujen viheralueisiin (mm. kosteikkoalue) ja järvenrannalla sijaistevan omakotitalon pihaan (suuret korkeuserot). Pihan rakentaminen on aloitettu ennen talon rakentamista.

noin klo 17–18

Paluu Joensuuhun

Retken hinta on 60 €/martat ja 65 €/ei jäsenet (sisältää kuljetuksen, ruokailun, kahvin, käynnin pihakohdeissa ja matkanvetäjän palvelut). Ilmoittautuneille postitetaan retkikirje, jossa on tarkennettu ohjelma ja aikataulu.

Ilmoittautuminen 9.8. mennessä puh. (013)122 450.

## 8. PUUTARHARETKI MIKKELIIN 4.9.

klo 7.00 Lähtö Joensuusta

Tutustuminen Järvikylän kartanon kasvihuoneisiin

klo 11.00–13.30

Tutustuminen Mikkeliin, Kenkäveroon ja Kenkäveron näytepuutarhaan ja Syreenin kesän näyttelyyn Vähänkö hyvää, oppaan johdolla

klo 13.45–15.30

Ruokailu Tertin Kartanossa Edla emännän herkkupöydästä ja tutustuminen kartanon puutarhaan

Tutustuminen Huutokosken taimistoon (mahdollisuus taimien ostamiseen)

noin klo 19–20

Paluu Joensuuhun

Retken hinta 68 €/martat ja 75 €/ei martat (sisältää kuljetuksen, ruokailun, kahvin, opastuksen Syreenissä ja matkanvetäjän palvelut). Ilmoittautuneille postitetaan retkikirje, jossa on tarkennettu ohjelma ja aikataulu.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen 13.8. puh 013 122 450 14.8. mennessä

## 9. KUKKOLAN NÄYTEPUUTAHAN KESÄ

### **Kukkolan näytepuutarha 2010**

Kukkolan kesä avataan **Kauneutta hyötykasveilla**- luentotilaisuudella tiistaina 20.4. klo 18–20, Niskalan auditoriossa, Niskakatu 17, Joensuu.

Aiheet ja luennoitsijat:

Marjoissa on valinnan varaa kokeile uusia lajeja ja lajikkeita, Ismo Ruutiainen  
Kauneutta hyötykasveilla, Yrjö Vähäkallio

Ilmoittautumiset 18.4 mennessä pohjois-karjala(at)martat.fi tai p 013 122450

Kukkolan näytepuutarhassa, Vanha valtatie 70, järjestetään kaikille avoimia ja ilmaisia neuvontatilaisuuksia seuraavasti:

ti 11.5. klo 18–20 Puutarhan kevät kunnostus, aikaiset kylvöt ja kohopenkin perustus

la 22.5.	klo 10–14	Taimenvaihtotori, Eettinen piha ja Vuoden 2010 kasvi, keräkaali
ti 15.6.	klo 18–20	Kasvimaan laitto: kylvöt, lämpöä vaativien kasvien istutus ja katteet
ti 6.7.	klo 18–20	Kasvun seuranta, harvennukset, tuholaistorjunta luonnonmukaisesti
ti 10.8.	klo 18–20	Yrttien lisäys, perennaryhmän suunnittelu
ti 14.9.	klo 18–20	Sadonkorjuu, ideoita juuresten käyttöön
ke 6.10.	klo 16–18	Syystalkoot ja puutarha talvikuntoon

Kukkolan neuvontaillat järjestetään yhteistyössä Pohjois-Karjalan Maataloussäätiö ry:n kanssa. Illat ovat kaikille avoimia ja niihin ovat tervetulleita kaikki asiasta kiinnostuneet. Tapahtumissa perustetaan kasvimaan, seurataan sen kasvua sekä tehdään ajankohtaisia hoitotöitä. Tulevana kesänä perustetaan näytepuutarhaan mm. kohopenkki kurpitsoille ja kurkuille, istutetaan ”Syötävän kaunis”- ruutu kaaleista ja yrteistä sekä keillaan munakoison ja paprikan kasvatusta avomaalla.

Tervetuloa Kukkolan neuvontailtoihin!

## 10. KAUNEUTTA HYÖTYKASVEILLA -ILLAT

Piiri järjestää kauneutta hyötykasveilla neuvonta-iltoja seuraavasti:

ti 6.4.	klo 18–20	Kesälahden Op:n kerhuhuone
to 8.4.	klo 18–20	Ilomantsin Op:n kerhuhuone (ei ilmoittautumista, Op tarjoaa kahvin klo 17.30)
ma 12.4.	klo 18-20	Juuan valtuustosalii
ma 10.5.	klo 18-20	Kiteen Marttala

Iltojen aiheina on:

Kauneutta hyötykasveilla, koristeellisen hyötykasviryhmän suunnittelu  
 Syötävä kasviryhmäryhmä -kilpailun esittely  
 Viljelyä ruukuissa ja laatikoissa



Kouluttajina piiristä Yrjö Vähäkallio ja Maarit Sallinen-Uusoksa

Illat ovat kaikille avoimia. Koulutus on maksuton, kahvista peritään pieni maksu.  
 Ilmoittautumiset: pohjois-karjala(at)martat.fi tai p. (013) 122450.

## 11. SYÖTÄVÄN KAUNIS PIHARYHMÄ-KILPAILU

Pohjois-Karjalan Martat ry järjestää toiminta-alueellaan vuoden 2010 aikana ”syötävä kasviryhmä” kilpailun. Kilpailu on teemallista jatkoa vuonna 2009 toteutetulle ”syötävän kaunis piha” –hankkeelle. Tavoitteena on löytää Pohjois-Karjalan kaunein hyötykasviryhmä ja innostaa ihmisiä hyötykasvien ennakkoluulottomaan käyttöön istutuksissa.

Kilpailussa on kaksi sarjaa; avomaan istutukset sekä rajoitetut kasvualustat. Istutuksen tulee koostua kokonaisuudessaan syötävistä kasveista, joita tulee olla vähintään kolmea eri lajia. Istutuksesta lähetetään valokuva joko sähköisessä muodossa osoitteeseen yrjo.vahakallio(at)martat.fi tai paperitulosteena piirin toimistolle syyskuun loppuun mennessä. Kuvan mukaan tulee liittää myös kerronta kasveista. Lisää kirjjeuoreen tunnus: ”Syötävä ryhmä”. Osallistujista valitaan kymmenen parasta valtakunnalliseen äänestykseen, joka toteutetaan verkkoäänestyksenä. Äänestysaikaa on lokakuun loppuun saakka.

Kilpailun sponsorioijana toimii Biolan Oy, joka lahjoittaa pääpalkinnoksi Maisemakompostori Kiven tai 300 eurolla Biolan-tuotteita. Kilpailuun osallistuminen edellyttää kuvien käyttöoikeuden myöntämistä Biolan Oy:lle sekä Pohjois-Karjalan Martat ry:lle.

Lisätietoja: maarit.sallinen-uusoksa(at)martat.fi tai yrjo.vahakallio(at)martat.fi

## 12. KUKKAISKÄVELY KITEELLÄ 11.8.

Kiteen puutarhamartat järjestävät Kukkaiskävelyn Kiteen keskustassa. Kiteen taajaman alueella kierretään tutustuen mm. Kirkkopuiston, Tienristin puiston istutuksiin, sekä muihin puutarhakohteisiin reitin varrella.

Lähtö Marttalan edestä klo 17.00. Pukeudu säänmukaisesti, varaa jalkaan hyvät jalkineet sekä ota mukaan piknikevää. Reitti kuljetaan yhdessä ja välillä pidetään evästauko.

Kukkaiskävely on kaikilla avoin. Erillistä ilmoittautumista ei tarvita.  
Lisätietoja puh. (013) 220 846, Maarit Sallinen-Uusoksa.

## 13. KOTIKOMPOSTOINTIKURSSIT

Piiri järjestää kotikompostointikursseja yhteistyössä Joensuun Seudun Jätehuolto Oy:n kanssa. Kursseilla käsitellään kompostoinnin periaatteita.

ke 21.4.	klo 18-20	Kotiranta, Eno
ti 4.5.	klo 17-19	Kontiosuo, Joensuu
ke 5.5.	klo 13-15	Kontiosuo, Joensuu
la 25.10. klo (tark. myöh.)		Pirolanpiha, Ilomantsi
ke 29.9.	klo 18-20	Pyhäselän OP:n kokoustila, Hammaslahti

Kurssit ovat kaikille avoimia ja maksuttomia. Ilmoittautumiset viimeistään 2 päivää ennen kurssia s-posti , pohjois-karjala(at)martat.fi tai p. (013) 122 450.

## 14. PUUTARHAMARTTAKOULUTUS ALKAA 21.8.

Syksyllä alkaa kolmas, kolmevuotinen puutarhamarttakoulutus. Koulutuksessa saa tietoa puutarhan perusasioista mm. kasvutekijöistä, siemenistä, taimista, koriste- ja hyötykasveista, pihan perustamisesta ja hoidosta.

Ensimmäisellä kokoontumiskerralla 21.8. on opintoretki Kuopioon Valkeislammelle.

Seuraavat koulutusillat ovat marttatoimistolla Joensuussa, 20.9. puutarhan perustyöt ja 27.10. pihan suunnittelu ja perustaminen. Koulutus jatkuu vuonna 2011 neljällä puutarhaillalla ja opintoretkellä sekä yleisötilaisuudella.

Puutarhamarttojen toivotaan välittävän tietoa ajankohtaisista puutarha-aiheista omaan yhdistykseen. Myös yhdistykset voisivat kannustaa jäseniä osallistumaan koulutukseen maksamalla esim. osan osallistumismaksusta.

Koulutus hyväksytään marttojen puutarhaharrastusmerkki-suorituksiksi, mikäli ykköstaitoavain on suoritettu aikaisemmin.

Jos kiinnostuit, ota rohkeasti yhteyttä ja tule mukaan opiskelemaan puutarha-asioita.  
Hinta 25 €/martat 35 €/ei jäsenet. Lisätietoja puutarhaneuvojalta p. (013) 220 846.

Ilmoittautumiset 15.8. mennessä (013)122 450.

## 15. PUUTARHAKOULUTUSTA OUTOKUMMUSSA 15.3. JA TOHMAJÄRVELLÄ 17.3.

ma 15.3. klo 18.00–20.30 Malmikumpu, Asemakatu 1, Outokumpu  
ke 17.3. klo 18.00–20.30 Seurakuntatalo, Tohmajärvi

### Ohjelma

Kahvi ja puutarhavisu, lannoitus kotipuutarhassa ja työpajat: Yrteistä iloa ja kasvatustaitien ”tuunaus”.

Kouluttajana molemmissa tilaisuuksissa piiristä on puutarhaneuvoja Maarit Sallinen-Uusoksa ja ”tuunausmarttana” Ritva Ilvesaro Lehmösten.

Hinta 9 €/henkilö sisältäen koulutuksen, kahvitarjoilun, kasvatustaitien tuunauksen, yrtin taimen tai kylvökset, monisteet ja arvonnat.

### HUOM!

Kurssilaisten toivotaan tuovan mukanaan 1-2 peltistä, tyhjää ja pestyä säilykepurkkia (halkaisija noin 8-11cm tai suurempi ja korkeus vähintään 9 cm).

Ilmoittautumiset viimeistään 2 päivää ennen tilaisuutta p. (013) 122 450.

Tilaisuudet järjestään yhteistyössä OK-Opintokeskuksen, Outokummun marttojen sekä Tohmajärven marttojen kanssa.

## RAVITSEMUSNEUVONTA

### 16. PIKKUKOKKI -KERHO-OHJAAJIEN JATKOKOULUTUSILTA 18.3.

Piiri järjestää tänä vuonna kaksi pikkukokki-ohjaajien koulutuspäivää Joensuussa. Kevään koulutuspäivä on **Marttojen toimistolla 18.3 klo 17.30 alkaen** ja toinen koulutuspäivä on loka-marraskuussa. Koulutuksiin voivat osallistua sekä uudet että vanhat pikkukokki-ohjaajat. Koulutuksen kesto on noin 3 tuntia. Koulutuksiin osallistuvat uudet ohjaajat saavat Pikkukokki keittiössä kirjan ja ohjaajan oppaan.



Koulutuksen tavoitteena on, että koulutukseen osallistuvat organisoivat ja toteuttavat pikkukokkikursseja oman alueensa lapsille. Koulutuksessa innostetaan nuorten ohjaamiseen, tutustutaan nuorten maailmaan ja suunnitellaan omaa kurssia ja vaihdetaan kokemuksia.

18.3 koulutusillalla kuulemme mm. Kesälahden Marttojen kerhokuulumisia ja nuortentaitoavaimen suorittamiseen liittyviä käytännön ideoita (Sisko Nousiainen). Lisäksi saamme vinkkejä askarteluun (Reetta Tossavainen) sekä herkullista ja helppoa iltapalaa piirin nuorisovastaavan Jaana Korhosen johdolla.

Ilmoittautumiset viimeistään 2 päivää ennen tilaisuutta p.(013) 122 450.

PS: Marttaliitto järjestää pikkukokki-kerhoja järjestäneille martoille vuonna 2011 yhteiset koulutus- ja virkistämispäivät Marttakeskuksessa Helsingissä.

### 17. KUUKAUDEN KOTITALOUSKURSSIT, SYKSY 2010

Kuukauden viimeisenä maanantaina, ja joskus muulloinkin, on kaikille avoimia ruuanvalmistuskursseja Marttojen keittiöllä, Kauppakatu 23 b B 13. Kurssikerran hinta vaihtelee hieman aiheen mukaan. Kurssit järjestetään yhteistyössä OK-Opintokeskuksen kanssa.

Ruoka ja puutarha:

ma 27.9.	klo 17.30–20.30	Kaikenmaailman juurekset (15 €/martat ja 18 €/ei jäsenet)
ma 25.10	klo 17.30–20.30	Lusikka soppaan! (15 €/martat ja 18 €/ei jäsenet)
ma 8.11.	klo 18–20.30	Luonnosta koristeita(6 €/martat ja 8 €/ei jäsenet+ tarvikemaksu)
ma 29.11.	klo 17.30–20.30	Martan joulu (15 €/martat ja 18 €/ei jäsenet)
ma 13.12.	klo 17.30–20.30	Karjalanpiirakat jouluksi (15 €/martat ja 18 €/ei jäsenet)
ti 14.12.	klo 10-13	Karjalanpiirakat jouluksi (15 €/martat ja 18 €/ei jäsenet)

Kursseille mahtuu 14 ensin ilmoittautunutta. Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen kurssia puh (013) 122 450 tai pohjois-karjala(at)martat.fi.

## 18. VÄHÄNKÖ HYVÄÄ-TYÖPAJAT

Piiri järjestää työpajamuotoista kotitalousneuvontaa syksyllä yhdessä OK-Opintokeskuksen kanssa. Työpajat ovat Joensuussa ja Nurmeksessa:

ma 11.10.	klo 17–21	P-K:n Ammattiopisto Joensuu, Niskala, Niskakatu 17
ke 13.10.	klo 17–21	P-K:n Ammattiopisto Nurmes, Nurmeksenkatu 11

Työpajojen ohjelma:

Vähänkö hyvää! –eettinen kuluttaminen – yhteinen aloitus, Helena Puhakka-Tarvainen  
 Nojatuolimatka Burkina Fasoon, aurinkoleipämaistiaiset, Jaana Korhonen  
 Eco-Kattila tutuksi keittiössä, keittomaistiaiset, Tiina Anola-Pukkila  
 Talvivalkosipulin viljely ja ”Laiskan puutarhurin hyvä eettinen teko kasvimaalla”, Maarit Sallinen-Uusoksa  
 Marttojen järjestämä toimintapiste

Illan aikana osallistujat käyvät kaikissa työpajoissa. Työjärjestys sovitaan tilaisuuden alussa. Ohjelma tarkentuu syksyn tiedotteessa, varatkaa päivät kalentereihin.

Työpajakierrokseen sisältyy maistiaisia ja jokainen saa oman talvivalkosipulin. Sitovat ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen tilaisuutta puh (013) 122 450 tai pohjois-karjala(at)martat.fi. Yhdistyksien toivotaan osallistuvan jäsentensä osallistumismaksuun, maksu tarkentuu syksyn tiedotteeseen.

Tervetuloa viettämään mukavaa iltaa yhdessä alueen muiden marttojen ja marttatoiminnasta kiinnostuneiden kanssa.

## 19. VALTAKUNNALLINEN SIENIPÄIVÄ 28.8.

Valtakunnallisena sienipäivänä järjestetään sienineuvontaa Joensuussa Marttakahvion alueella lauantaina 28.8. klo 10–14. Esillä on erityisesti vuoden sieni kehnäsieni ja muut hyvät ruokasienet sekä tavallisimpia myrkkysieniä. Sienimartat ovat olleet mallikkaasti neuvonta-apuna jo vuosia ja toivomme sienimarttoja edelleen keräämään näytesieniä ja avuksi neuvontaan vilkkaaseen sienipäivään. Ilmoittautumiset p.(013) 220 846.

## 20. SÄÄDÄ JA SÄÄSTÄ –HANKE

Marttaliitto on saanut työ- ja elinkeinoministeriöltä tukea kuluttajien energianeuvonta-hankkeeseen Säädä ja säästä. Hanke alkaa piireissä 2010 ja päättyy marraskuussa 2011. Hankkeen tavoitteena on lisätä kuluttajien energiatietoisuutta ja jakaa perustietoja energiankäytön tehostamisesta sekä muista ilmastonmuutokseen vaikuttavista tekijöistä, kuten jätteistä. Kodinkoneiden, keittiön ja kodinhoidon energiatehokkuus on lähellä meidän jokaisen arkea. Teemoina on Säästä ja säädä kodinkoneissa, lämmityksessä, valaistuksessa ja vedessä.

Piiri on näiden kahden vuoden aikana mukana muutamassa erilaisessa tapahtumassa, neuvojat pitävät tietoisuuksia yhteensä 30 kurssilla ja piiri järjestää ketjukoulutustilaisuuden koko maakunnan martoille syksyllä. Marttojen toivotaan innostuvan järjestämään marttaillan vaikkapa yhdessä kodinkoneliikkeen, kodinkonehuollon tai valaisinliikkeen kanssa. Piirissä on yhdistyksien järjestämiin tapahtumiin lainattavaksi pahvisia neuvontatauluja sekä julisteita.

Säädä ja säästä -neuvontaa järjestetään Pohjois-Karjalassa seuraavasti:

- to 22.4. Tietoisku kevätkokouksessa  
to 14.10. Säädä ja säästä -ketjukoulutustilaisuus Pohjois-Karjalan Sähkön tiloissa Joensuussa (Rantakatu 29)  
ma 11.10. ja ke 13.10. Vähänkö hyvää! -työpajoissa aihe osana ohjelmaa  
loka-marraskuu Valaistus kotipihalla -ilta  
9.12. Kaikki irti kodinkoneista -ilta, asiantuntijat alustavat ja vastaavat kysymyksiin

Tarkemmat tiedot kaikista syksyn tilaisuuksista seuraavassa tiedotteessa, laittakaa koulutuspäivät kalentereihin. Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen tilaisuutta p. (013) 122 450 tai pohjois-karjala(at)martat.fi.

## **MARTTAKAHVIO, PIIRAKKAPAJA**

### **21. TALKOISIIN PIIRAKKAPAJAAN JA KAHVIOON**

Piirakkapajan talkoopäivät ovat varattavissa jo nyt! Piirakkatalkoissa on mukavaa, ottakaa yhteyttä niin sovi- taan yhdistyksellenne oma talkooaika! Toivomme talkoisiin kerralla 5 henkilöä/yhdistys/kerta. Autoilijalle maksetaan matkakorvausta 0.30 €/km.

Talkoisiin voi ilmoittautua myös kahvio-apulaiseksi kirpputorisunnuntaisin ja ”aurinkoisiksi” heinä- elokuunpäiviksi.

Kysy lisää tai ilmoittaudu reserviin puhelimitse p. (013) 220 847 tai sähköpostilla jaana.korhonen (at) martat.fi

Iloista kesänodotusta!

### **22. PIIRAKKA- JA PULLAKOULUT**

Marttakahvio välittää perinnetietoa tuhansille ihmisille kesän aikana. Maakunnan martat leipovat havainto- esityksellä karjalaisia perinneleivonnaisia piirakkapajassa arkipäivisin klo 7.00–11.00 ja lauantaisin klo 8.00– 12.00. Piirakantekoa opetetaan lapsille keskiviikkoisin ja torstaisin klo 13.00–14.00 järjestettävässä piirakka- koulussa. Tilauksesta piirakkakoulua järjestetään ryhmille esim. polttariporukoille, kesävieraille, kansainväli- sille ryhmille. Keskiviikkoisin pidämme lapsille pullakoulua klo 13.00–14.15. Jos haluat tuoda kesävieraaasi tutustumaan piirakanteon saloihin, ota yhteyttä Jaana Korhoseen tai marttakahvioon p.(013) 220 844.

## **ILMOITUSASIAT**

### **23. TOIMISTON UUDET AUKIOLOAJAT**

Toimiston uudet aukioloajat ovat 1.3. alkaen: ma, ti ja pe klo 9-15, ke klo 12–18 , **to suljettu**

## 24. PIIRIN PUUTARHANEUVONNAN JÄRJESTELY 1.4.–31.12.2010

Piirin puutarhaneuvonnasta vastaavat 1.4.–31.12 Maarit- Sallinen-Uusoksa (3 pv/viikko) ja Yrjö Vähäkallio (2 pv/viikko).

## 25. KITEEN JUURIKAN MARTAT TIEDOTTAVAT

Juurikan Martat järjestävät Martan-päivän tapahtuman kaikille Kiteen martoille Neulaniemessä ma 26.7.2010 klo 18.00 alkaen.

**Mukavia marttatapahtumia.**

**Tapaamisiin.**

**Pohjois-Karjalan Martat ry**

**Hallitus, toimihenkilöt ja kotiapu**