

Marttailu
vapaaehtoistoiminnan
poluilla

martat.fi

Marttatoiminnan monet muodot

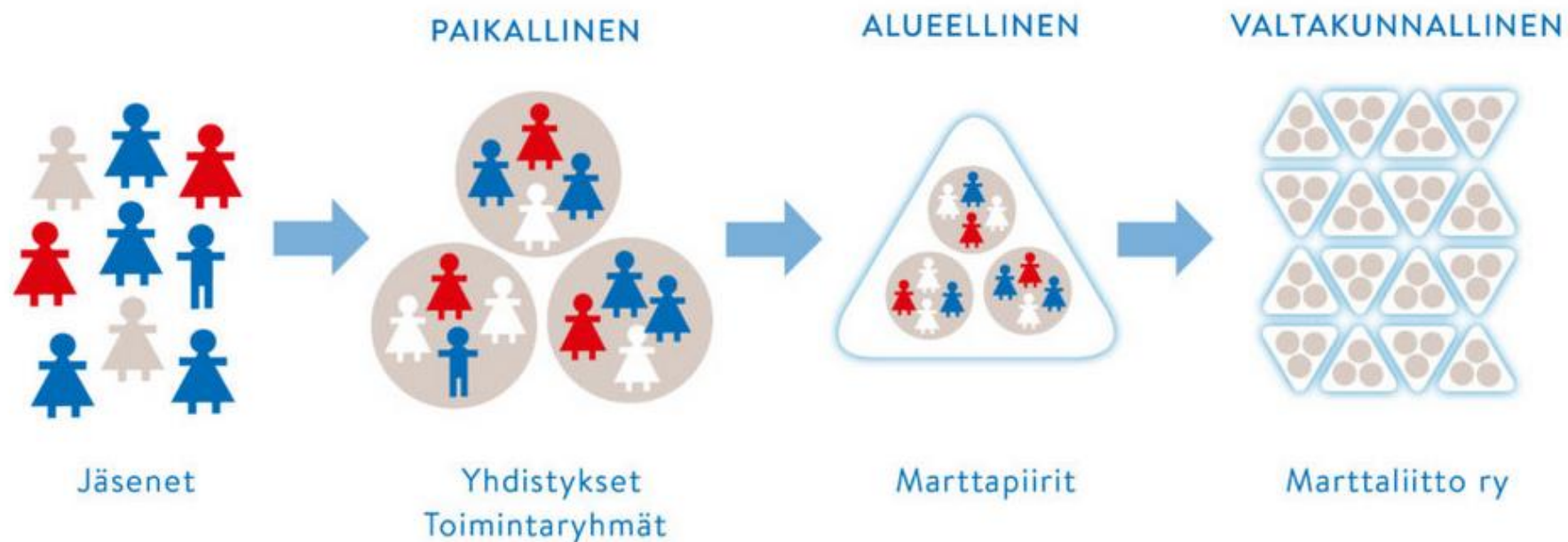
22.8.2019



Martat

Marttajärjestön perustana ovat jäsenet, joita on suurinpiirtein 44 000.

MARTTAJÄRJESTÖ



Marttapiirit

Marttapiirit vastaavat alueellisesta marttatoiminnasta. Marttapiirien keskuspaikkoina ovat maakuntien suurimmat kaupungit. Piirien opetuskeittiötä on 16 kaupungissa ja kurssejamme järjestetään ympäri vuoden.

Etelä-Häme

Etelä-Karjala

Itä-Häme

Kainuu

Keski- ja Etelä-Pohjanmaa

Keski-Suomi

Kymenlaakso

Lappi

Lounais-Suomi

Pirkanmaa

Pohjois-Karjala

Pohjois-Pohjanmaa

Savo

Uusimaa



Marttailu

Opi uutta martoissa, vaikuta ja viihdy!

Marttaile omalla tavallasi – ole juuri niin aktiivinen kuin haluat. Pääset osaksi yhteisöä, saat avuksesi neuvot ja vinkit sekä tuet tärkeää toimintaamme suomalaisten kotien arjen parantamiseksi.

Marttajäsenenä voit osallistua yhdistyksesi tai piirisi toimintaan voimiesi ja mahdollisuuksiesi mukaan.

Ole sellainen martta kuin sinulle sopii.

Jokaista tarvitaan, säännöllisesti tai harvemmin yhdistystoimintaan osallistuvia.

Puolivälinkankaan Martat ry

Puolivälinkankaan Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

Pyhäjoen Martat

Pyhäjoen Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

Päivärinteen Martat ry

Päivärinteen Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

Puttaan Martat ry

Puttaan Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

Pyhäjärven Martat ry

Pyhäjärven Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

Rotuaarin Martat

Rotuaarin Martat ry

[Yhdistyksen sivulle](#)

[Liity jäseneksi](#)

05.09. klo 16:30 - 19:30

Pikkukokkikurssi: Marjat välipaloissa 5.9.2019

Tule kokkailemaan ja leipomaan herkullisia ruokia, pääraaka-aineena: marjat. Kokkikurssit on tarkoitettu noin 7-12 vuotiaille. Kurssin hinta 10 €. Ota mukaan...

Oulu

10 € - 10 €

10.09. klo 17:00 - 20:00

Kas kas kasviksia ruokakurssi 10.9.19 klo 17-20.00

Kas kas kasviksia kurssilta 10.9.19 klo 17-20 saat ideoita ja oppia sekä monipuolisia ruokaohjeita kotiin vietäväksi. Kasvisruokaa siirtymisestä ei kannata...

Oulu

35 € - 35 €

12.09. klo 16:30 - 19:30

Pikkukokkikurssi: Suolaiset piirakat

Tule kokkailemaan ja leipomaan herkullisia ruokia, pääraaka-aineena: suolaiset piirakat. Kokkikurssit on tarkoitettu noin 7-12 vuotiaille. Kurssin hinta 10 €. Ota...

Oulu

10 € - 10 €

25.09. klo 17:00 - 20:00

Sieniruokaa ja leivontaa 25.9.19 klo 17-20.00

Sieniruoka kurssilla 25.9.19 klo 17-20 saat ideoita ja oppia ruokasienien hvödvntämiseen ruoanlaitossa ia

26.09. klo 16:30 - 19:30

Pikkukokkikurssi: Nopeat liharuoat

Tule kokkailemaan ja leipomaan herkullisia ruokia, pääraaka-aineena: nopeat liharuoat. Kokkikurssit on

08.10. klo 17:00 - 21:00

"Rakkaudesta ruokaa" illallinen kahdelle 8.10.2019

Tie sydämeen käy lautaselta. Mikä ihana syy viettää yhteistä, maukasta aikaa. Illan aikana kokkaillaan yhdessä ia

Marttapolut

Yhdistyksen toiminta

Oppia, iloa, yhteisöllisyyttä. Toiminta on jäsenten näköistä.

Järjestötoiminta ja vaikuttaminen

Hallitusmartat ja kansalaisvaikuttaminen.

Vapaaehtoisartat

Jaetaan omaa osaamista.

Ruokamartta, puutarhamartta, vertaismartta, kässämartta, mediamartta, kansainvälinen martta.

Marttaliiton ja marttapiirien antama koulutus tukee vapaaehtoisuutta.

Marttaopinnot

Ammattimartat

Yhdistyskanava

Yleistietoa yhdistyksille

Toiminnan suunnittelu

Ideoita tapahtumien järjestämiseen

Usein kysytyt kysymykset

Säännöt ja ohjeet

Toiminnan tilastointiohjeet

Järjestöportaali

[Viestintämateriaalia](#)

Tietoa yhdistyssivuista

Koulutus- ja kehittämiskeskus



VieKas LIFE (2018–2023)

Käsityötoiminta ja marttojen arvot

- Yhdessä tekeminen
- Onnistumisen ja oppimisen ilo
- Valintoja kestävään arkeen
- Avoimuus, otetaan mukaan tekemään



www.martat.fi



Yhdistys voi kutsua vertaismartan marttailtaansa kertomaan liiton ja piirin ajankohtaisista asioista tai häntä voi myös pyytää ideoimaan yhdistyksen toimintaa esim. hallituksen kokoukseen.

MARTTAOPINNOT

Martat 

TAITOAVAIN I

5 op



TAITOAVAIN II

10 op



TAITOAVAIN III

15 op



ERIKOISAVAIN

20 op



HARRASTUSMERKIT 5 op

Voi suorittaa useamman

Ei ennakko-opintoja



OSAAJAPASSIT

15 op

Ei ennakko-opintoja



Ammattimartat, kohdennettu neuvonta ja marttapalvelut

Hanke- ja muilla erillisrahoituksilla kohdennettua neuvontaa erilaisille ryhmille lukuisien yhteistyötahojen kanssa.

- [Arki sujuvaksi](#)
- [Kotoisa](#)
- [Lapsiperheiden arjen tukeminen](#)
- [Makumatka Karjalaan](#)
- [Miesliesi](#)
- [Rahat riittää!](#)
- [Tehtävä Z](#)
- [VeNytä-hanke](#)
- [VieKas LIFE](#)
- [Vilppu](#)
- [Ässäkokit](#)

Marttapiirit tarjoavat maksullisia kotitalousneuvontapalveluja kaikille, esimerkiksi työyhteisöille, kunnille – myös yksityishenkilöille, tilauskursseja, asiantuntijaluentoja sekä kotikäyntejä.



KOTOUTUJAT

Marttojen kursseilla perustaidot tulevat kuntoon, samalla kun saadaan onnistumisen kokemuksia ja suomen kielen arkisanasto karttuu.



ARKITREENI KOULUTUS

Arkitreeni-koulutus parantaa elämähallintaa ja toimintakykyä sekä mahdollisuuksia siirtyä työelämään ja hakeutua opintojen pariin.



YHTEISTYÖ JA TILAUSKURSSIT

Yhteistyökumppaneille voimme räätälöidä erilaisiin tarpeisiin sopivan kokonaisuuden Marttojen palveluvalikoimasta.



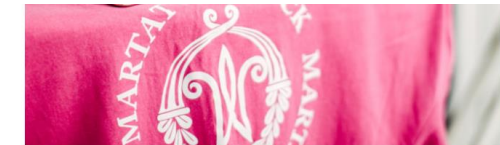
LAPSIPERHEET

[Lapsiperhetoimintamme ytimessä on perheiden osallistaminen ja omatoimisuuden lisääminen. Opastamme perheitä auttamaan itse itseään.](#)



IKÄIHMISET

Martat tarjoavat käytännönläheisiä ratkaisuja ikäihmisten kodin arkisiin pulmiin, mikä mahdollistaa asumisen kotona itsenäisesti pitkään.



KUNTOUTTAVA TOIMINTA

Kuntouttava toimintamme on käytännönläheistä ja asiakkaat osallistavaa matalan kynnyksen toimintaa, johon on helppo tulla mukaan.