

Jäsenkirje 2/2023



Kuva: Saara Ryhänen

Kuulumisia sekä
toimintaideoita
ja -vinkejä
yhdistyksen
vuoteen

ETELÄ-SAVON MKN:n EDUSTAJAKOKOUS HIRVENSALMELLA 11.11.2023

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten edustajakokous la 11.11.2023 klo 10 Syväsmäen seurapirtillä, os. Syväsmäentie 83, Hirvensalmi

Kokouksen yhteydessä palkitaan Etelä-Savon Vuoden Maisemateko 2023, annetaan tunnustus Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten yhdistykselle ja luvassa myös paikallista ohjelmaa. Hirvensalmen maa- ja kotitalousnaiset huolehtivat kokouksen lounastarjoiluista. Lounaat maksetaan paikan päällä käteisellä (omakustannuksella).

MKN
90 vuotta
tiennäyttäjänä



Ilmoittautuminen kokoukseen ja lounaalle 3.11.2023 mennessä sähköpostilla marjo.h.laitinen@proagria.fi tai puh. 0400 261 094 (ma-to klo 8-15). Mielellään ilmoita kerralla kaikki yhdistyksestä osallistuvat henkilöt, ilmoita myös erikoisruokavaliot.

Tervetuloa porukalla mukaan kokoukseen!

Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaisten hallitus 2023:

Puheenjohtaja Sanni Saari ent. Kempainen, Rantasalmi

Anu Marttinen, Mikkeli (henkilökohtainen varajäsen Taina Harmoinen, Mikkeli);

Pauliina Arra-Sävilampi, Kangasniemi (Jenni Auvinen, Sulkava);

Emmi Mattila, Pertunmaa (Kirsi Paasonen, Mikkeli);

Eija Utti, Savonlinna (Päivi Matilainen, Savonlinna);

Kaisa Koivunen, Juva (Satu Valtonen, Puumala);
Riitta Savikurki, Pertunmaa (Kaija Hellman, Juva);

ProAgria Etelä-Savon edustaja, toimitusjohtaja Heikki Pahkasalo, Mikkeli (Jukka Nousiainen, Savonlinna);

hallituksen esittelijä ja sihteeri, toiminnanjohtaja Sanna Lento-Kemppi

Järjestö

PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Kesä tuntuu jatkuvan ja siinä samalla sadonkorjuu. Tätä kirjoittaessani yksikään puutarhan ja pellon kasveistani ei ole vielä kylmän sään takia lopettanut kasvuaan. Toisaalta sitä jo odottaa aikaa, että saisi laittaa pelto- ja puutarhatyöt tauolle, mutta miten paljon nämä työt tuovatkaan iloa elämään.

Kaikilla pitäisi olla mahdollisuus mielekkääseen tekemiseen. Onpa se sitten pihan haravointia, sadonkorjuuta, metsätöitä, ruuan laittoa tai mitä tahansa merkitykselliseksi koettua työtä. Meidän aikuisten tehtävänä on tarjota lapsille ja nuorille mahdollisuus näihin kokemuksiin. Nuorena opitut tavat jatkuvat aikuisenakin. Mielekäs tekeminen todennäköisesti lisää liikkumista.

Hyvinvointialueet ja valtio kannustavat kuntia järjestämään hyvinvointia ja terveyttä edistäviä toimintoja ja palveluita. Pidetään edellä mainitut asiat omassa toiminnassamme mielessä ja olemme omalta osaltamme lisäämässä alueemme asukkaiden hyvinvointia.



Pidetään yhteyttä, minut tavoittaa jatkossa uudella nimelläni, avioiduin syyskuussa ❤️

Syysterveisin,
Sanni Saari (ent.Kemppainen)
puheenjohtaja
Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus



Piirikeskuksen väki onnittelee puheenjohtaja Sannia



VUODEN MKN-TIIMIÄ ETSITÄÄN

Tee ehdotus ”vuoden 2023 Etelä-Savon MKN-yhdistys tai MKN-tiimi”

Tänä vuonna haluamme antaa tunnustusta MKN-yhdistykselle tai MKN -tiimille. Tiimi koostuu vähintään kahdesta maa- ja kotitalousnaisestä tai -miehestä (mutta voi olla myös useampiakin henkilöitä). Ehdotus on vapaamuotoinen, mutta ehdotukseen pyydetään perusteluja.

Perusteluja voi olla mm. maa- ja kotitalousnaisten näkyvyyden ja tunnettavuuden vahvistaminen, yhteistyö alueen muiden toimijoiden kanssa, lasten/nuorten/ikä-ihmisten kanssa aktiivinen toiminta, hyvinvoinnin edistäminen (jäsenten kesken, omalla alueella tms.), toiminnan avoimuus

(uusia henkilöitä kutsuttu mukaan toimintaan, hankittu/saatu uusia jäseniä tms.), positiivisuus, kannustaminen, innostaminen, yhteisöllisyys voimavarana. Tunnustus julkistetaan la 11.11.2023 edustajakokouksessa.

**Pyydämme ehdotukset
27.10.2023 mennessä
sähköpostilla Sannalle**

sanna.lento-kemppi
@maajakotitalousnaiset.fi



Kuva: Saara Ryhänen

Järjestö

TOIMINNANJOHTAJAN TERVEHDYS

Aurinkoinen syksyn tervehdys teille Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaiset !

Maa- ja kotitalousnaisten 90v. juhluvuosi on kääntynyt loppuun, mutta varsinainen iso juhla on vielä edessä ja tulossa marraskuisena lauantaina. Kannustankin teitä kaikkia lähtemään mukaan yhteiskyydillä Jyväskylään, juhlaan (tarkemmat tiedot ohjelmasta ja ilmoittautumisesta tässä jäsentiedotteessa).

Juhlateemalla voimme vielä kaikki fiilistellä kesälä jaettuina Etelä-Savon "MKN elämäntyö" -tunnustuksia ja varmasti olette juhlistaneet omissa yhdistyksissä näitä. Näitä ja paljon muitakin mielenkiintoista olemme koonneet tähän jäsentiedotteeseen – toivottavasti löytyy jokaiselle jotakin. Yhdessä tekemisen ja olemisen iloa kaikille!



Kuva: Eeva Lahtinen

Ollaan yhteyksissä :)

Sanna Lento-Kemppi

toiminnanjohtaja

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus

HENKILÖSTÖUUTISIA

Hei!

Olen Eeva Lahtinen ja aloitin työt ProAgria Etelä-Savossa, Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksen ympäristöasiantuntijana 3.4.2023. Päätehtävänäni on toimia Kyyvesi-hankkeessa talkkarina. Muutin Jyväskylästä Mikkeliin, jossa on myös toimipisteeni.

Minulla on agrologin tutkinto suoritettuna Jyväskylän ammattikorkeakoulusta ja valmistuin tämän vuoden puolella Hämeen ammattikorkeakoulusta ympäristösuunnittelijaksi. Maatalous ja ympäristöpuolen asiat ovat kiehtoneet minua pitkään ja haluan osaltani olla tukemassa maatalouden kestävä kehitystä.

Olen innoissani uudesta työstäni ja siitä, että pääsen kehittämään opittuja taitoja lisää.

Terveisin Eeva Lahtinen
ympäristöasiantuntija



Kuva: Arja Leppänen



Järjestö

MKN 90-VUOTISJUHLA

MKN 90v. juhlat Jyväskylässä 18.11.2023 – eteläsavolaisten retki

Järjestämme Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisille yhden päivän retken yhteiskyydillä Jyväskylään MKN 90v. juhliin.

Kyytiakataulut

klo 5.00 Lähtö Kerimäeltä, [linja-autoasema](#)
klo 5.30 Savonlinna, linja-autoasema
klo 6.30 Juva, linja-autoasema
klo 7.10 Mikkeli, matkakeskus
klo 8.05 Kangasniemi, Kahvila Reissupannu, Mikkelintie 21 --aamukahvit suolaisen piirakan kera
klo 8.30 lähtö Kangasniemeltä
klo 9.20 Jyväskylä Paviljonki

Ohjelma

9.30 - 12.30 Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ry:n varsinainen kokous (viemme Etelä-Savon kokousedustajat kokoukseen)

9.30 – 11.30 Opastettu käynti Alvar Aalto - museossa <https://aalto2.museum/> tai Suomen käsityön museossa <https://www.craftmuseum.fi/> --tämä on rinnakkaisohjelmaa varsinaisen kokouksen aikana niille, jotka eivät ole kokousedustajia (ilmoittautumisen yhteydessä valitse kummassa museossa haluat vieraila)

11.30 - 13.30 Nautimme lounaan Paviljongissa – syödään yhdessä (omakustannus)

13.30 - 13.45 siirtyminen juhlatilaan

13.45 - 16.00 MKN 90v. järjestöjuhla

16.00 - 17.30 kakkukahvit ja seurustelua – ja sitten kotimatalle

Juhamatkan hinta 78€/hlö sisältää juhlaohjelman kakkukahveineen, aamukahvit menomatalla Reissupannussa Kangasniemellä, ohjelman Jyväskylässä (Alvar Aalto -museo tai käsityö museo + opastus) sekä linja-autokyydin.

Omakustannuksella: lounas Paviljongissa (n.20€)

Jos yhdistyksestä lähtee useita henkilöitä, pyydämme sihteeriä/puheenjohtajaa tai yhtä henkilöä **toimittamaan Sannalle listan** mukaan lähtijöistä sanna.lento-kemppi@maajakotitalousnaiset.fi

Listalla seuraavat tiedot:

Nimi,
osoite,
puhelinnumero,
sähköposti (jos on),
erikoisruokavaliot,
kyytiintulopaikka,
kumman museokäynnin valitsee:
 Alvar Aalto -museo
 Käsityö museo

tai yksittäinen henkilö voi ilmoittaa vain itsensä

Sitova ilmoittautuminen 16.10.2023 mennessä (mieluiten sähköpostilla tai tekstiviestillä)

Lisätietoja: toiminnanjohtaja Sanna Lento-Kemppi sanna.lento-kemppi@maajakotitalousnaiset.fi tai p. 050-4766028

MKN 90 vuotta tiennäyttäjänä



Järjestö

JÄRJESTÖASiantuntijan Terveiset

Järjestön 90v juhlavuosi on kulunut vahdilla, on ollut ihana kiertää laajalti koko Etelä-Savoa niin ruokakurssien kuin eri tapahtumien tiimoilta. Yhdessä olemme tutustuneet viinimaistelun saloihin, kokkailleet kasviksista ja tehneet texmex-herkkuja.

Alkukesästä kokoonnuttiin järven rannalla ja nautitti hyvistä ruunasta ja luonnon helmassa. Syksyyn ovat taas kuluneet monet eri elonkorjuuta-pahtumat, jossa olen saanut olla mukana. Unoh-tamatta Mikelin hiippakunnan uuden naispiispan vihkimistilaisuuden juhlakahveja.

On ollut ilo huomata, miten toiminta herää hiljais-ten koronavuosien jälkeen. Yhteisöllisyys ja yh-teen kokoontuminen on tärkeää, yhdessä opitaan uutta ja vaihdetaan kuulumisia ja koetaan yhteen-kuuluvuutta.

Kesän kohokohta oli ihana Impinpäivä Rapion Myllyllä, jonne kokoontui satapäinen joukko jär-jestöväkeä. Kevään mittaan postiin tupsahteli ha-kukirjeitä eri seuroilta elämäntyön tunnustuspäl-kinnon haun tiimoilta. Hakemuksia lukiessa mietin miten paljon nämä naiset ovat tehneet pyyteetön-tä työtä järjestön hyväksi. Hakukirjeissä kävi ilmi, että talkooisiin ja yhteisen hyvän eteen oltiin val-miita uhraamaan lukuisia tunteja omaa aikaa ja voimavaroja. Oli toimittu vuosikymmeniä luotta-mustehtävissä puheenjohtajana, sihteerinä tai ra-haston hoitajan tehtävissä tai vastattu mehuase-man toiminnasta, kahvitettu ja muonitettu eri ta-pahtumissa.

Kirjeitä lukiessani jäin pohtimaan, voisimmeko oppia jotain näiltä naisilta. Toki elämme hyvin eri-laisessa maailmassa kuin vuosikymmenet sitten. Maatilat ovat vähentyneet, myös kylät hiljenty-neet, työelämän vaatimukset ovat sitä vastoin kasvaneet. Vaikka vapaa-aikaa on enemmän kuin aiemmilla sukupolvilla, on tilalle tullut lukuisia

muuta vaatimuksia, joita pitää ehtiä tehdä ja hoi-taa. Yhteisöllisyys ja yhdessä tekemisessä on kuitenkin jotain sellaista voimavaraa, jota ei voi kaupasta osteta tai netistä tilata. Yhdessä koetut onnen hetket jaetut surut ja murheet keventävät mieltä ja auttavat arjessa eteenpäin. Yhdessä olemiselle ja tekemiselle on selkeä tarve ja sen voimavara ja merkitys kasvaa maailman muutok-sessa.

Käännetään katseet siis tulevaan ja suunnitellaan syksyn tekemistä ja toimintaa ajatellen se voima-varana. Ei vaadita itseltä niin paljon, mutta lähde-tään mukaan toimintaan ja nautitaan toisten seu-rasta. Käykää vaikka syysretkellä lähimetsässä -mukaan voi pakata lämmintä juomaa ja eväät. Miten olisi saunailta tai haravointitalkoot ja kukka-sipulien istutus? Kekrijuhlien suunnittelua tai nii-hin osallistumista. Pientä ja mukavaa yhdessä tekemistä toisten seurasta nauttimista.

Hyvää syksyä kaikille!

Katja Rissanen
Ruoka- ja järjestöasiantuntija



MKN 90 vuotta tiennäyttäjänä

Järjestö

IMPINPÄIVÄN JUHLAKAHVIT

Sunnuntaina 11.6.2023 vietettiin Juvalla, Rapion Myllyllä Maa- ja kotitalousnaisten Impinpäivän juhlaa, joka oli osa järjestön 90v.-juhlavuoden viettoa.

Paikalle saatiin valtavan upea joukko järjestöväkeä. Juhlassa jaettiin elämäntyötunnustuksia kiitokseksi pitkäaikaisesta järjestötyöstä. Juhlapäivää kruunasi lämmin aurinkoinen keli.

Kiitos kaikille mukana olleille ja lämpimät onnitte-
lut vielä elämäntyöpalkinnon saaneille:



Kuva: Eeva Lahtinen

Pirjo Kyckling ja Maija Pöyry Hirvensalmi, Hirvensalmen maa- ja kotitalousseura;

Mervi Kukkonen ja Kirsti Kotro Juva, Juvan maa- ja kotitalousnaiset;

Leena Hokkanen Taimi Laitinen Kangasniemi, Kangasniemen maaseutuseura ry;

Marja Piikki Juva, Kaskienseudun maa- ja kotitalousseura ry;

Kaija Suomalainen ja Raili Luostarinen Heinävesi, Kerman maa- ja Kotitalousseura ry;

Marja Tarkiainen ja Ulla-Maija Tarkiainen Juva, Luoteis-Juvan maa- ja kotitalousseura;

Marja Sisko Nousiainen Savonlinna, Makkola-Kuokkalan maa- ja kotitalousseura;

Tuula Tyrväinen ja Leena Pekonen Pieksämäki, Pieksämäen maa- ja kotitalousnaiset ry;

Marja-Leena Ruuskanen ja Virpi Valkonen Rantasalmi, Rantasalmen Eteläinen maa- ja kotitalousseura ry;

Irma Tiippa Sulkava, Sulkavan kirkonseudun maa- ja kotitalousseura ry;

Tuulikki Sipinen ja Helvi Valtonen Puumala, Viljakansaaren maa- ja kotitalousseura.

Maa- ja kotitalousnaisten 90-vuotisjuhlahetki Impin päivänä 11.6.2023 Rapion myllyllä

Soitto soi ja laulaa kuoro,
nyt on Maa- ja kotitalousnaisten vuoro
saada onnentoivotukset,
juhlakahvit, kukat, tunnustukset.

Saa jo luvan ylpeä olla,
kun täyttää yhdeksän nolla,
ja nuoret työtä jatkaa,
hyvin alettua matkaa.

Heillä kädentaito hyvä
ja moni tiedonjyvä
sekä reipas luonteenlaatu
on perinnöksi saatu.

Niin paljon ystävyyttä
ja yhteisöllisyyttä
liittyy maatalousnaisten aitoon
elämisen taitoon.

Niin paljon mahtuu tähän
pitkään järjestöelämähän,
myös monet raskaat retket
ja ikävätkin hetket.

Mutta naisillamme aito
on voimain taito
saada ilo pintaan aina,
ettei suru mieltä paina.

Ja se ilo tarttuu meihin
ja vielä taivaan enkeleihin!
Nyt onnea kaikille meille,
juhlapäivän sankareille!

-Mirja Lignell



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET
ETELÄ-SAVO

ProAgria

Järjestö

TUNNELMAKUVIA IMPINPÄIVÄSTÄ



Impinpäivää ihanaa Rapi-
on Myllyllä vietettiin. Oli
järjestöväkeä paikalla run-
sain mitoin, täyttyi tila juh-
lava. Palkinnot elämäntyös-
tä myös jaettiin, oli niitä
vastaanottamassa monta
onnellista uurtajaa. Juhla-
puheitakin kuultiin, lausui
Mirja kauniit sanat, onnen
toivotukset. Kuultiin kup-
pien tarinaa ja sitten juhla-
kahvit niistä juotiin. Oli
iloa, puheen sorinaa, jäl-
leen näkemisen riemua ja
uskoa tulevaan.

runoili Katja



Kuvat: Eeva Lahtinen



Järjestö

IMPINPÄIVÄN KULISSEISSA

Onnistunut juhla vaatii hyvä alkuvalmistelut, mutta myös kyvyn reagoida yllättäviin tilanteisiin.

Impinpäivän valmistelut oli aloitettu hyvissä ajoin, oli sovittu juhlapaikka ja tarjoilut. Odotukseni osallistujamäärästä olivat maltilliset: jos saisimme kokoon 40-päisen juhlayleisön, olisin tyytyväinen.

Perjantaina 2.6.2023 minulle oli ilmoittautunut 24 jäsentä. Olin tyytyväinen ja luotin, että maanantaina tulee vielä jokunen viime tipan ilmoittautuja. Toisin kuitenkin kävi, puhelin soi ja sähköposti lauloi ilmoittautumisia. Varattuun tilaan mahtuisi 60 hlöä — se ei enää riittäisi meille. Onneksi Ration Myllyn emäntä Piia lupasi, että ”katsotaan toinen tila, kyllä te meille mahdutte”. Illan päätteeksi oli ilmoittautuneita 98 henkilöä. Alkoi juhlan uudelleen järjestelyt, onneksi järjestökahvikuppeja oli 100, ne riittäisivät!

Tila, johon juhla vaihtui, oli aika raakile, piti miettiä mistä saadaan liinat ja somisteet. Koska aikaa oli vain vähän, piti tehdä nopeita ratkaisuja. Pöytäliinaksi sopi ruskea suojapahvi ja päälle kaunis juhlaan sopiva kaitaliina. Tarjoiluastiat saatiin lainaan jo lopettaneelta Kaukalinna – Viitamäki -seuralta. Olin onnellinen, että juhlapöydässä komeilevat järjestön omat astiat. Juhlajuomaksi olin suunnitellut alkukesän raparperista maljan. Koska työviikkoon kuului paljon muutakin, keittelin raparperimehua eri Teams-palavereiden lomassa. Kuvahuvinilaseja haettiin lainaan Mikkelin toimistolta ja loput täydensin omista kaapeista.

Lauantain vietimme Tarjan kanssa juhlapaikalla valmistellen tilaa juhlakuntoon.

Sunnuntaiamuna oli jännitystä ilmassa, menisikö kaikki kuten olimme suunnitelleet? Tarja oli saapunut paikalle jo hyvissä ajoin ja asetteli kauniita kukkia pöytään. Kukat Tarja oli käynyt keräämässä puutarhasta illan jo hämärtäessä. Itse ajelin aamusta Pitopalvelu Höökin kautta hakemaan tuoreet pullapitkot ja piirakat mukaan. Juhlapaikalla riitti vielä tekemistä, onneksi apuja saatiin,

kun loputkin piirikeskuksen väestä saapui paikalle. Kaikki saatiin kuitenkin ajoissa valmiiksi ja juhla saattoi alkaa. Kun juhlapuheet olivat käynnissä, keittelin kahvia pienessä keittiössä verhon takana. Yht’äkkiä sähköt katkesivat, sulake oli palanut. Onneksi isäntä Lasse oli apuna ja sähköt saatiin takaisin ja kahvin keitto saattoi jatkua.

Kun juhlahahvit oli juotu ja juhlaväki saateltu kotimatalle, alkoi siivousurakka. Kupit ja lautaset pakattiin puusalkkuihin ja vietiin pesun kautta takaisin toimistolle odottamaan seuraavaa juhlahetkeä. Väsynyt, mutta onnellinen piirikeskuksen väki totesi, että hieno juhla saatiin aikaiseksi, vaikka aikamoinen urakka se oli. Itse taisin todeta, että ei enää toista juhlaa tänä vuonna! Kuitenkin juhlapäivä oli ikimuistoinen ja jo odotan, että seuraavan kerran tavataan.

Katja



Kuva: Katja Rissanen

Ruoka

SYKSY ON SADONKORJUUN JUHLAA!



Kuva: Timo Viljakainen

Loppukesästä pitkälle syksyyn jatkuva sadonkorjuu tarjoaa ruokapöytään upeita tuoreita raaka-aineita. Kotimaiset kasvikset ovat laadukkaita ja maukkaita, ne tuovat hyvää vaihtelua grillikauden jälkeen. Keliin kylmetessä maistuvat taas keitot, padat ja uuniruuat, joihin kotimaiset juurekset tuovat väriä ja mausta. Kotimaiset kasvikset sopivat myös leivontaan ja jopa jälkiruokiin, unohtamatta hilloja ja pikkeleitä.

Uudet pohjoismaiset ruokasuositukset kannustavat lisäämään kasvisten, juuresten, palkokasvien ja marjojen syöntiä. Uusien tapojen muodostuminen rutiiniksi vaatii lukuisia toistoja, eikä ruokatottumusten muuttaminen ole helppoa.

Hyvä vinkki vihannesten ja juuresten käyttöön on lisätä vihanneksia keittoihin, patoihin ja kastikkeisiin. Esim. raasta porkkanaa tai mietoa kesäkurpitsaa makaronilaatikon joukkoon jo valmistusvaiheessa, myös runsaasti hyviä vitamiineja ja kivennäisaineita sisältävän perunan paluu ruokapöytiin on tervetullutta. Lisäksi lautaselle kannattaa lisätä jotain tuoretta vihannesta tai juuresta, näin päivittäinen vihannesten saanti kasvaa jo merkittävästi.

Marjat ja hedelmät sopivat hyvin välipaloille ja niiden käyttöä on helppo lisätä erilaisten juotavien smoothieiden muodossa, sekä lisäämällä niitä juurtin tai puuron päälle.

Muista Maa- ja kotitalousnaisten kekriviikot 16.10 - 5.11.2023 - ideoita ja ohjeita tapahtumiin:

[Maa- ja kotitalousnaisten kekriviikot 42-43](#)

Tervetuloa viettämään Kekriä, perinteistä suomalaista sadonkorjuujuhlaa la 21.10.2023 Savonlinnassa

Olavinlinnassa ja Riihisaarella on ohjelmaa koko perheen makuun. Luvassa on mm. musiikkiesityksiä, työpajoja ja opastuksia. Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaiset mukana esittelemässä kekriruokaperinnettä. Riihisaaren ulkoalueella matkailualan opiskelijoiden ohjelmaa perheille sekä klo 15–18 Kavassi -tilassa ravintola-alan opiskelijoiden ”Kekri -pop up” - mahdollisuus ostaa kekriaiheista syötävää ja juotavaa. Tunnelmalliset liekkivalot syttyvät linnan tykkiaukkoihin ja Kekri-pukki poltetaan illan hämärtyessä.

Linnan pihalla olevalle myyntialueelle on ilmainen sisäänpääsy klo 12–17. Linnan sisätiloihin pääsymaksu 6 €, alle 7 -v. ilmaiseksi.



Kuva: Katja Rissanen

Ruoka

KAALI ON SYKSYINEN SUOSIKKI

Syksyn pimentyessä on hyvä hetki kokoontua keittiön lämpöön ja kokeilla uusia reseptejä, eikä mikään estä ottamasta takaisin käyttöön vanhoja perinnereseptejä ja muokata niitä omaan makuun sopiviksi. Kaali on yksi syksyn suosikeista ja se onkin todella monikäyttöinen ja edullinen. Erilaisia kaaleja löytyy runsaasti ja niiden monikäyttöisyys onkin omaa luokkaansa. Tutuimmat käyttötavat ovat erilaiset kaalipadat, keitot, kääryleet sekä pihvit. Kaalit sopivat käytettäväksi myös raakana esim. erilaisiin salaatteihin ja dippikasviksiin.

Täytetty kaali

4 annosta

1 kpl (800–900 g) keräkaali
1 rkl rypsiöljyä
1 keskikokoinen sipuli
400 g kananpojanjauhelihaa (tai tavallista)
2 dl rikottuja ohrasuurimoita
1 tl kuivattua meiramia
(0,25–0,5 tl jauhettua muskottia)
0,5–1 tl suolaa
0,5–1 tl rouhittua pippurisekoitusta
2 kananmunaa
2 rkl siirappia
1 rkl juoksevaa margariinia tai voi-kasviöljyseosta
leivinpaperia

1. Keitä kaali puolikypsäksi, 10–15 minuuttia ja keitä ohra pakkausten ohjeen mukaan kypsäksi.
2. Kuori ja hienonna sipuli ja kuullota öljyssä jauhelihan kanssa. Siirrä kulhoon odottamaan.
3. Irrota kaalista 6–7 ulointa lehteä, silppua loput, siirrä silppu pannulle ja hauduttele kypsäksi.
4. Tee täyteseos: sekoita jauhelihaan ohra, kaalisilppu, mausteet, 1 rkl siirappia ja munat.
5. Vuoraa vuoka (noin 1,5 l) leivinpaperisuikaleilla, sitten isoilla kaalinlehdillä ja kaada siihen täyteseos. Peitä kaalinlehdillä, voi-tele siirapilla ja rasvalla (peitä tarvittaessa leivinpaperilla paistamisen loppuvaiheessa).

Paista 180 asteessa noin tunti, kumoa vadille, poista leivinpaperisuikaleet ja tarjoa puolukkasurvoksen kanssa.



Kuva: Timo Viljakainen

Vinkki:

Samalla ohjeella voit tehdä kaalilaa-tikkaa, jolloin kaalia ei tarvitse keittää aluksi, se vain suikaloidaan kokonaan ja kypsennetään pannulla.



KIINNOSTAVAT KURSSIT SYKSYLLE JA TULEVALLE TALVELLE 2023-24

Värejä, tuoksuja, makuja — tutustutaan viinin saloihin -viinitasting kurssi

Tällä kurssilla tutustutaan yhdessä viinien monipuoliseen maailmaan, opetellaan haistamaan, maistamaan, pyöräyttämään sekä yhdistämään eri ruokalajeja ja viinejä.

Punaista tai valkoista, tanniinista, pirskahtelevaa, täyteläistä vai kevyttä mitä nämä sanat tarkoittavat, miten sen maistaa? Näihin termeihin ja tutustut kurssilla, sen lisäksi perehdytään perinteisiin rypälelajeihin ja opetellaan viinimaistamisen tekniikkaa. Opitaan mitä kaikkea pullon etiketti kertoo ja miksi maku muuttuu eri ruokien kanssa.

Kurssilla maistellaan 4-6 viiniä toiveiden mukaan. Mestariksi ei opita yhdessä illassa, mutta alkuun päästään hyvässä seurassa. Rennossa ja mukavassa porukassa viineistä voi avautua aivan uudenlainen maailma.

Kurssi jäsenhintaan 250€

Kurssi sisältää kirjallisen opetusmateriaalin ja opetuksen. Anniskelulainsäädännön vuoksi kurssin tilaaja hankkii maisteltavat viinit.

Tehdään yhdessä pikkujoulut

Arkihuolesi heitä, pieni hetki joulun taikaa makuja värejä tuoksuja niistä on joulu tehty.

Vietetään pikkujoulut nauttien hyvästä seurasta, ruuasta ja juomasta ilman turhaa stressiä. Voidaan tarvittaessa pitää ulkona sopivan tilan löytyessä esim laavulla.

Valitse itsellesi sopiva vaihtoehto:

*Pientä purtavaa ja hurmaavia herkkuja nautitan kuuman glögin kanssa.

*Juhlavasti kohti joulua — tehdään yhdessä kaunis kattaus ja valmistetaan maistuva illallinen.

Kurssi jäsenhintaan 250€ + raaka-ainekulut



Kuva: Katja Rissanen

Oman piirikeskuksen erityiskurssina tarjolla myös gluteeniton ruoanvalmistus

Mikäli koet epävarmuutta valmistaessasi gluteenitonta ruokaa tai leivonnaisia juhliin, vierasvaraksi, keliakiaa sairastavalle läheisellesi tai kaipaat uusia vinkkejä omaan ruokavalioon, järjestetään yhdessä ruokakurssi tai vaikka nettikoulutus aiheesta. Katjalla on testattuja ja helppoja ohjeita gluteenittomaan ruoanvalmistukseen ja leivontaan.

Kysy lisää:

Katja Rissanen Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@maajakotitalousnaiset.fi

Järjestö

PUUTARHASANKARIT—MISTÄ RUOKA TULEE

Enää ei tiedetä, miten ja mistä maito tai leipä tulevat kaupan hyllylle, koska lasten ja nuorten oma-kohtaiset kokemukset ruoan reitistä pellolta pöytään ovat vähäisiä tai puuttuvat kokonaan. Harvalla lapsella on nykyisin lähipiirissä suoraa yhteyttä maataloilille. Suurella osalla lapsista on heikko käsitys ruoantuotannosta, kertovat opettajien havainnot.

Lapsille ja nuorille suunnattu Puutarhasankarit-hanke vastaa tähän tarpeeseen ja näyttää kädestä pitäen, mistä ruoka tulee. Hankkeessa lapset saavat työntää kädet multaan asuinympäristöstä riippumatta. Hanke tarjoaa lapsille konkreettista tekemistä digimaailman sijaan, sekä tärkeitä tietoja ja taitoja ihmisen ja luonnon vuorovaikutuksesta. Tarkoituksena on myös vähentää ruokahävikkiä, kun ymmärrys ruoan tuotannosta kasvaa. Puutarhasankarit-hanke toimii vuosina 2022-23 neljässä kunnassa Rajupusu Leader ry:n toiminta-alueella Juvalla, Sulkavalla, Rantasalmella ja Jorosissa. Toiminta alueilla käynnistyi valitun ryhmän toiveiden ja tarpeiden pohjalta.

Hanke on tarjonnut lapsille runsaasti konkreettista tekemistä. On kokeiltu vesiviljelyä, istutettu siemeniä ja seurattu miten niistä kasvaa taimia, kylvetty niittyjä ja tutustuttu pölyttäjien tehtävään. Riemua ja onnistumisen iloa on koettu monissa asioissa. On myös tehty havaintoja valon merkityksestä kasveille, kun luokassa ei valo riittänyt taimien kasvuun. Syksyn kohokohta oli oman sadon nostaminen, mutta myös sadonkorjuutapahtumiin osallistuminen. Hankkeessa onkin toteutettu uutta opetussuunnitelmaa kokonaisvaltaisesta oppimisesta. Loppuvuoden aikana toteutetaan vielä kokkailua, jossa lapset pääsevät itse kokeilemaan esim. mihin kaikkeen perunasta voi valmistaa. Näin konkreettisesti toteutuu ajatusmalli Pellolta pöytään.

Havaitsimme, että hankkeen kaltaiselle toiminnalle on suuri tarve. Lapset ovat olleet innoissaan ja itse olemme nauttineet tekemisestä todella paljon. Olemmekin olleet odotettu vieras luokissa ja saaneet myös tiedustelua muista luokista, miten toimintaan pääsisi mukaan. Olemme saaneet toiminnassa apua (ja kipeästi tarvittavia talkootunteja) teiltä yhdistysten väeltä—suuret kiitokset siitä! Loppuvuoden aikana hankkeesta valmistuvat toimintakortit, joiden tarkoitus on tehdä viljelyn tai muiden toimenpiteiden aloittamista luokissa mahdollisimman helpoksi. Näin toimintaa voisi jatkaa joko opettaja tai muut asiasta kiinnostuneet tahot, esimerkiksi MKN-yhdistykset. Tässä hyvä toimintavinkki yhdistystoimintaan!

Olemme myös itse oppineet hankkeen aikana valtavasti niin ryhmän ohjauksesta kuin itse erilaisista viljelymuodoista.

Lue lisää: [ProAgria | Puutarhasankarit](#)



Kuva: Katja Rissanen



Ota yhteyttä

Katja Rissanen

Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@maajakotitalousnaiset.fi

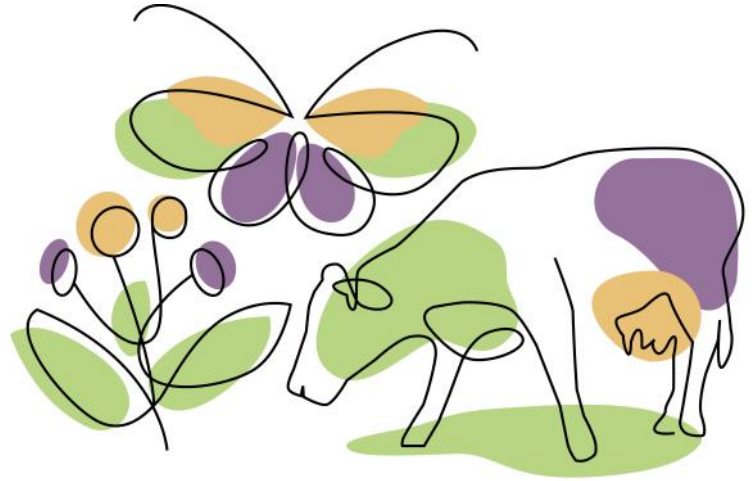
Maisema

LUONTOTEKOJA

Luontotekoja-kampanjalla luonnon monimuotoisuuden köyhtymistä vastaan

Jotta luonnon köyhtymiskehitys saadaan pysäytettyä, tarvitaan meiltä kaikilta tekoja. Viimeisimmän uhanalaisluokituksen mukaan Suomessa elävistä eliölajeista joka yhdeksäs on uhanalainen. Tieto on pysäyttävä. Viimeisen 70 vuoden aikana Suomesta on hävinnyt merkittävä osa perinnebiotoopeista, eli perinteisen maataloustuotannon synnyttämistä niityistä, hakamaista ja metsälaitumista. Samalla on hävinnyt ja on vaarassa hävitä osa suomalaista kulttuurihistoriaa, monimuotoista maalaismaisemaa ja luonnon monimuotoisuutta.

Järjestömme maisema- ja ympäristöasiantuntijat kampanjoivat luonnon monimuotoisuuden edistämisen puolesta vuosina 2022-2024. **Vuoden 2023 erityisteemana on niityt ja uusympäristöt.**



LUONTOTEKOJA 

Lue lisää kampanjasta:

<https://www.maajakotitalousnaiset.fi/blogit/maisema-mielessa/luontotekoja-kampanjalla-luonnon-monimuotoisuuden-koeyhtymista-vastaan>

Opetus ja kulttuuriministeriö tukee Maa- ja kotitalousnaisten toimintaa.

NEUVONTAA JA RAHOITUSTA

Perinnebiotooppien ja luonnonlaidunten hoitoon on haettavissa maatalouden ympäristösopimus Maatalousluonnon ja maiseman hoito. Viisivuotista sopimusta haetaan keväisin maataloustukihauun yhteydessä ELY-keskuksesta. Nyt on hyvä aika tilata Saaralta maastokartoitus, jonka perusteella voidaan päättää ympäristösopimuksen hakemisesta ja myös teettää hoitosuunnitelma sopimuksen hakua varten. NEUVO-palvelu on käytettävissä sekä kartoitukseen että suunnitelman tekoon.

Samoin kosteikon hoitoon on haettavissa ELY-keskuksen viisivuotinen maatalouden ympäristösopimus Kosteikon hoito. Uutta kosteikkoa suunnittelevalle on haettavissa Kosteikkoinvestointiavustus, jonka jälkeen voi hakea viisivuotisen hoitosopimuksen. NEUVO-maastokartoituksen avulla selvitetään kosteikon mahdollisuuksia ja pohditaan hoitoa.

Muita kosteikon perustamiseen suunnattuja rahoituksia ovat Ely-keskuksen vesienhoitoavustukset. Niiden haku on käsillä nyt ja hakuaika päättyy 30.11.2023. Lisätietoa:

[Hae avustusta vesistön kunnostamiseen - YouTube](#)

Ota yhteyttä!

Saara Ryhänen,
maisema- ja ympäristöasiantuntija,
p. 040 4868 237
saara.ryhanen@maajakotitalousnaiset.fi



Kuva: Eeva Lahtinen

Maisema

KYYVEDEN VALUMA-ALUEELLE OMA TALKKARI

Kyyvesi sijaitsee Etelä-Savon pohjoisosassa, Mikkelin, Pieksämäen ja Kangasniemen alueella. Sen vedenlaadun kanssa on ollut haasteita jo pitkään. Sen vuoksi Kyyveden valuma-alueella aloitettiin pilotti- eli testaushanke, Kyyveden valuma-alue talkkari. Hankkeessa etsitään parhaita käytäntöjä tunnistettuihin haasteisiin valuma-alue lähtöisesti ja yhdessä maanomistajien kanssa. Kyyveden valuma-alue talkkarina toimii Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksen ympäristöasiantuntija Eeva Lahtinen.

Kyyveden valuma-alue talkkarin tehtävänä on lisätä tietoa erilaisista vesiensuojeluratkaisuista, edistää vesienhoitohankkeita sekä verkostoida maanomistajia, yhdistyksiä, osakaskuntia ja muita toimijoita vesiensuojelun parissa. Tavoitteena on muodostaa valuma-alue talkkarin työkalupakki eli toimintaohjeet, joita voitaisiin hyödyntää muillakin alueilla.

Kyyveden valuma-alue talkkarin työt alkoivat keväällä 2023 tiiviillä viestinnällä ja maastokatselumuksilla maanomistajien kanssa. Kyselylomakkeen avulla kerättiin vastauksia alueen asukkaiden kokemuksia vesistöjen muutoksista. Kyselylomake on edelleen avoinna hankkeen sivuilla. Kyselyn kautta on myös mahdollisuus vaikuttaa Kyyvesitalkkarin toimenkuvaan.

Kesällä Kyyvesitalkkari oli mukana vesienhallintaan ja valuma-alueisiin liittyvillä aiheilla mm.

Haukivuoren vanhan ajan markkinoilla ja Mikkelin kalamarkkinoilla. Kesäkuussa tutustuttiin Kyyvesitalkkarin johdolla Rutakonjoen vesiensuojelurakenteisiin Pieksämäellä?? ja seuraava tapahtuma on lokakuussa Lietjärvellä Mikkelin Haukivuorella.

Kyyvesitalkkari toimii itsenäisesti, mutta hänen ei tarvitse olla kaiken tietävä supertekijä, vaan ympärille luotu asiantuntijaverkosto on myös tärkeä osa työkalupakin muodostamisessa. Talkkarin tehtävänä on välittää tietoa ja yhdistellä oikeita henkilöitä eri aiheiden tiimoilta. Asiantuntijaverkoston lisäksi Kyyvesitalkkari kerää listaa alueen urakoitsijoista.

Kyyveden valuma-alue talkkari on yksi neljästä valtakunnallisesta pilottihankkeesta, jotka rahoitetaan ympäristöministeriön Vesiensuojelun tehostamisohjelmasta. Hankkeen toteuttaja on ProAgria Etelä-Savo ja Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaiset ja sen toteutusta valvoo Etelä-Savon ELY-keskus. Talkkaritoiminta jatkuu syksyyn 2024 saakka.

Seuraava yleisötilaisuus, info ja maastoretkely Haukivuoren Lietjärvellä la 7.10.2023 klo 10-13: [Lisätiedot ja ilmoittautuminen](#)

Lisätietoa hankkeesta: [Kyyvesitalkkari](#)



Rutakonjoen maastoretkelyllä kesäkuussa. Kuva: Outi Levy



Ota yhteyttä!

Eeva Lahtinen, ympäristöasiantuntija,
p. 050 470 3884
eeva.lahtinen@proagria.fi

Vuosi 2024 on European Region of Gastronomy Saimaa -juhlavuosi!



Kuva: Saara Ryhänen

Saimaan alue eli Etelä-Savon, Etelä-Karjalan ja Pohjois-Karjalan maakunnat saivat 12.1.2023 Juvalla European Region of Gastronomy Saimaa -tunnustuksen vuodelle 2024. Tunnustuksen myöntää vuosittain kansainvälinen IGCAT-järjestö eli Institute of Gastronomy, Arts, Culture and Tourism. Saimaan alue on osa IGCAT -verkostoa, joka edistää ruokakulttuurin monimuotoisuutta ja kestävä kehitystä.

Juhlavuoden tapahtumia tullaan toteuttamaan Etelä-Savon, Etelä-Karjalan ja Pohjois-Karjalan maakuntien laajalla ylimaakunnallisella yhteistyöllä, jossa on mukana lukuisia ruoka-, kulttuuri- ja taidealan yrittäjiä, organisaatioita ja toimijoita.

Ruokaketjun toimijat, yritykset ja kulttuurialan toimijat voivat hakeutua Taste Saimaa Partners -verkostoon mukaan – saavat kyltin oveensa ja tiedot nettisivuille. <https://www.tastesaimaa.fi/> Myös juhlavuoden Taste Saimaa -tapahtumien toteuttajia pyydetään ilmoittautumaan ja siten saada ”laaja kattaus” tapahtumia kolmen maakunnan alueella.

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus on myös mukana tässä ERG Saimaa juhlavuodessa ja laajassa toimintakokonaisuudessa -lisätietoja Sannalta.

sanna.lento-kemppi@maajakotitalousnaiset.fi

Ota yhteyttä!

Sanna Lento-Kemppi

Yritysasiantuntija, toiminnanjohtaja,

P. 050 476 6028

sanna.lento-kemppi@maajakotitalousnaiset.fi

Tarja Pajari

yritysasiantuntija (matkailu)

p. 0400 183 064

tarja.pajari@maajakotitalousnaiset.fi

NEUVO APUNA YRITYSTOIMINNAN KEHITTÄMISESSÄ

Maatila tai maatilakytöntäinen yritys voi hyödyntää Neuvo -palvelua, jos esimerkiksi on suunnitteilla matkailun tai vuokra-mökkitoiminnan kehittämistä, suoramyynnin kehittämistä, raaka-aineiden jatkojalostamista, uusien jakelu- ja myyntikanavien etsimistä, liiketoiminnan kannattavuuden parantamista tai muutoin liiketoiminnan kehittäminen.

Kysy lisää tästä palvelusta Sannalta tai Tarjalta!

Järjestö

KOTI JA MAASEUTU - SINUN LEHTESI

Koti ja maaseutu -lehti on käytännönläheinen, maaseudun aiheisiin erikoistunut aikakauslehti. Lehti on tarkoitettu lukevalle ja tekeväälle ihmiselle, jolla on jalat maassa ja juuret maaseudun mullassa.

Esittelemme maaseudun naisia, maaseudun yrityksiä ja Maa- ja kotitalousnaisten yhdistystoimintaa. Elämää pureksimme ihmissuhteiden, terveyden, hyvinvoinnin ja ilmiöiden kautta, miehiä ja mukuloita unoh- tamatta.

Kokeiltuja ja hyviksi havaittuja, arkisia tai juhlevia ruokaohjeita on jo- ka lehdessä. Ravitsemus- ja terveystutkimme ovat tutkittuun tietoon perustuvia.

Lukijoitamme innostavat käsityöt, askartelu ja puutarhanhoito. Leh- destä luetaan vinkit arkeen ja juhlaan, kodinhoitoon ja sisustukseen.

Koti ja maaseutu on Maa- ja kotitalousnaisten ammatti- ja järjestöleh- ti. Se tukee tehokkaasti Maa- ja kotitalousnaisten neuvonnan ajan- kohtaisia teemoja. Lehtemme tavoittaa kuukausittain noin 23 000 luki- jaa.



Kuva: Kati Laszka

Koti ja maaseutu -lehden vuoden jokaisessa nu- merossa päähuomion saa jokin kasvis. Viimei- simmässä 6/2023 numerossa on esillä viiniköyn- nös. Tutustu esimerkiksi kuvan viinirypäleillä päällystettyyn vuohenjuustovinooffeehen ja ota tal- teen ihanat ohjeet!

*Seuraava numero
ilmestyy 6.10.2023!*

