



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET
LÄNSI-SUOMI

Järjestökirje maa- ja kotitalousnaisille
helmikuu 2024



Aurinkoista helmikuuta

Laskiaisien herkkuihin kuuluvat **hernekeitto, pannukakku ja muhkeat laskiaispullat**, jotka maistuvat erityisen ihanilta reippaan ulkoilun jälkeen. Silloin on oiva hetki Kävellä porukassa -tempaukselle ja mennä vaikka pulkkamäkeen. Hiihtolomaviikolla voit seurata Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaisten ruisleivän valmistusta somessa facebook-kanavallamme. Myös muita ilmaisia luentoja on tarjolla hyvästä ravitsemuksesta ja ruoasta. Seuraa tapahtumakalenteriamme.

Vuonna 2024 Impinpäivän teemana on vieraslajit. Teeman puitteissa Maa- ja kotitalousnaiset kannustavat kaikki osallistumaan vieraskasvien torjuntatyöhän esim. järjestämällä yhdessä kunnan tai muiden paikallistoimijoiden kanssa talkoot tai vieraslaji-infoja. **Lue lisää Vieraslajitalkoiden järjestämisestä täältä lisää.**

Terveisin
Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset

Helmikuun ajankohtaista



Senioreiden pöydässä - luentosarja

Hyvä ruoka kuuluu kaikille.
Hyvä ja monipuolinen ravitsemus edistää terveyttä, toimintakykyä ja elämänlaatua yhdessä säännöllisen liikunnan ja riittävän levon ja unen kanssa.

Tule kuuntelemaan ilmaisia FB live-lähetystyksiä aina klo 14.

Virtuaaliset luennot

26.2.2024 Ravitsemus ja ruokavalio; proteiini ja rasvat
18.3.2024 Ravitsemus ja ruokavalio; hiilihydraatit
29.4.2024 Liikunta
27.5.2024 Villiyrtit
10.6.2024 Marjat ja syksyllä lisää..

**Lisää Senioreiden pöydässä -
hankkeesta**



Keitin keskellä kylää - hanke tarjoaa

Hygieniosaamiskoulutusta ja testitilaisuuksia

Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset järjestävät hygieniosaamiskoulutuksen 29.2. klo 13-15.30 Teamsin välityksellä. Lyhyessä verkkokoulutuksessa kerrataan osaamista ja annetaan valmiudet hygieniosaamistestiin. Hygieniosaamistestin voi suorittaa vielä samana iltana 29.2. klo 16 Porin ja Turun aluetoimistoilla tai 6.3. klo 16 Porin ja Turun aluetoimistoilla.

Koulutuksen hinta 20 €, koulutuksen ja testin hinta yhteensä 50 €.

**Hygieniosaamiskoulutusta ja
testiä**

MKNK järjestöwebinaari

Järjestöwebinaarissa keskiviikkona 14.2.2023 kello 18 - 19 vinkkejä toimintakertomuksen täyttämiseen sekä esillä muita järjestön ajankohtaisia asioita. Tilaisuus on avoin kaikille, mutta suositeltava erityisesti luottamushenkilöille tai sellaiseksi aikoville. Ilmoittaudu mukaan!

<https://link.webropolsurveys.com/S/29D231D45284C717>

Näin järjestät vieraslajitalkoot

Vuonna 2024 Impinpäivän teemana on vieraslajit. Teeman puitteissa Maa- ja kotitalousnaiset kannustavat kaikki osallistumaan vieraskasvien torjuntatyöhön esim. järjestämällä yhdessä kunnan tai muiden paikallistoimijoiden kanssa talkoot tai vieraslaji-infoja. Jos et päässyt kuulemaan

viime kuussa pidettyä infoa aiheesta, lue lisää nettisivuiltamme.

Lue lisää viraslajitalkoiden järjestämisestä tästä



Vuoden 2024 järjestökampanja: Kävellään porukassa

L-S MKN lenkkiporukka lähtee 26.2. klo 10 Huittisten toimistolta. Kävellään porukassa on tämän vuoden hyvinvointiin liittyvä järjestökampanja. Lähde mukaan liikkumaan pienemmissä tai isoimmissa porukoissa. Muista ilmoittaa omat tapahtumasi kampanjasivuilla.

[Valtakunnalliset kampanjan sivut](#)
#MKNkävelläänporukassa

Ilmoittaudu Huittisten lenkille tästä



Kilpailu Suunnittele nimimikkosukat

Tunnetusti joukostamme löytyy ahkeria neulojia. Lähde mukaan käsityökilpailuun! Minkälaiset olisivat Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaisten nimikkosukat? Suunnittele värit ja/ tai kuvio kuvastamaan L-S maa- ja kotitalousnaisia.

Kilpailu on kaikille avoin. Kisa-aika 11.1.-30.8.2024.

Muistattehan MKN jäsenedun Lankamaailmasta koodilla MKN24

Lisätietoja kilpailusta

Muuta tulevaa ajankohtaista

Keitin keskellä kylää -kurssi ja hygieniatestilaisuus 21.3.

Illassa tutustutaan kenttäkeittimeen sekä muihin pienempiin retkikeittimiin. Työpajassa tehdään pieni ruoka näytösluonteisesti keittimellä sekä keitetään kahvit trangiolla. Työn

Kuukauden lähikala - Livet somekanavissa

Kala-aiheiset ruoanlaittoon kannustavat livet pyörähti käyntiin tammikuussa. Aiheet liveissä pyörivät kalakellon mukaisesti kuukauden lähikalan ympärillä. Livet tulevat

lomassa keskustellaan varautumisesta sekä nautitaan ruoasta. Illan aikana on mahdollista suorittaa hygieniaosaamistesti.

[Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan](#)



Hengellinen päivä Ruskolla 11.4.2024

Tervetuloa viettämään perinteistä Länsi-Suomen Maa- ja kotitalousnaisten hengellistä päivää Ruskon Maria Magdalenan kirkkoon ja kirkkotuvalle.

[Lue lisää tästä](#)

suoraan päiväaikaan, mutta jäävät katsottavaksi someen jälkiteenkin. Valmiina katsottavissa on silakka ja made ja seuraavat suorat lähetykset ovat:

6.3.2024 Särki
3.4.2024 Ahven
7.5.2024 Lahna
11.6.2024 Lohi

[Lue lisää hankkeesta täältä](#)



Kiertotalouden polkuja -seminaari 7.3.2024

Seminaari esittelee kiertotalouden liiketoimintamahdollisuuksia, tule kuulemaan ja innostumaan! Kiertotalous tarjoaa yrityksille isoja mahdollisuuksia ja on taloudellisesti kannattavaa, onhan sen perusajatus juuri resurssien säästäminen ja uudelleenkäyttö.

[Lue lisää ja ilmoittaudu mukaan](#)

Yhdistysten toimintakertomukset 2023 tulee lähettää 7.4. mennessä. Lomakkeet löytyvät Yhdistyssivuilta ja vuoden 2024 jäsenmaksusuudet voi ilmoittaa jasenyyslansi@proagria.fi sähköpostiin.

Ota kanavat käyttöösi

Seuraa meitä

Facebook @maajakotitalousnaisetlansi sekä @lansi-suomi.proagria.fi
Instagram @ruokaneuvolive, @mknmaisemapalvelut.lansi @proagria
Nettisivut: lansi-suomi.maajakotitalousnaiset.fi, proagria.fi/lansi
YouTube: Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset, ProAgria

Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaisten asiantuntijoiden yhteystiedot löydät sivuiltamme.



Terveisin

Mari Mäenpää
Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset
ProAgria Länsi-Suomi ry
puhelin 050 60369
jasenyyslansi@proagria.fi



Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset
Itsenäisyydenkatu 35 A, 28130 Pori
Vahdontie 91, 20320 Turku
lansi-suomi.maajakotitalousnaiset.fi

Tämä viesti on lähetetty kaikille Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaisten yhdistysten jäsenjille joilla on toimiva sähköpostiosoite.

Asiakaspalaute | Liity jäseneksi | Verkkokauppa