



Maa- ja kotitalousnaisten yhdistyskirje

VINKKEJÄ JA IDEOITA VUODEN 2025 TOIMINTAA VARTEN





MAA- JA KOTITALOUSNAISET

SISÄLTÖ

Mervi Mäki-Neste: Kahvia ja karjalanpiirakoita	3
Christell Åström: Ilon pilkahduksia	4
JÄRJESTÖTOIMINTA 2025	5
Ilolla yhdessä -valokuvakisa 2025	5
Koe kaksi upeaa elämystä – Keskiaikatapahtuma Tallinnassa ja Viron avoimien mautilojen päivät 12.–14.7.2025	6
Varautumalla vahvemmaksi – tiedottamista ja muonituskoulutusta huoltovarmuuden turvaamista varten -hanke	7
Impin päivä 11.6.2025: Nostetaan perinnetaidot kunniaan!	8
Sähköpostit ajan tasalle	8
Kerrotaan kaupoissa kekristä	9
MAISEMA	10
Tule mukaan maisemapäivän ohjatuille maisemakävelyille	10
RUOKA	11
Tutkittu tieto Ruokaneuvonnan keskiössä	11
JÄRJESTÖTUOTTEET	12
Keittiöpyyhkeet jälleen valikoimissa	12
Hyödyntäkää jäsenetuja	12
Tilaa Koti ja maaseutu -lehti	13

KANNEN KUVAT

Maria Luhtala, Liisa Ruottinen-Partanen,
Pirjo Laitinen, Isonkyrön Lehmäjoen maaseutunaiset, Liisa Ruottinen-Partanen,
Länsi-Suomen maa- ja kotitalousnaiset, Janita Kylänpää, Juha Tanhua

Syödään yhdessä 4.9. Suomalaisen ruoan päivänä!

Suunnitelkaa päivään kiva yhteinen ruokatapahtuma. Tilattavissa Ruokatiedon tuottamaa materiaalia.

Lue lisää

Tilaa materiaalit

Kahvia ja karjalanpiirakoita

Moni muistaa Yleisradion tuottaman draamasarjan Metsolat, jota esitettiin vuosina 1993–1995. Sarja on kestänyt hyvin aikaa ja palaan aika ajoin sarjan pariin. Sosiaalisessa mediassa nousee klippejä, joissa joku roolihenkilöistä menee keittämään kahvit, ja kahvinjuojakansana näille pätkille naureskelemme hyväntahtoisesti.

Itselleni on jäänyt mieleen kesäinen kohtaus, jossa koko perhe on kokoontunut kotitilalle Leppävaaraan ja vanha isäntä Antti Metsola lappaa munavoita karjalanpiirakan päälle. Sivusta isänsä touhuja seuraavan lääkäriytär Eevan mukaan munavoi riittäisi viidelle piirakalle. Toppuutteluun Antti toteaa: ”Höpö, höpö, minä olen koko ikäni syönyt karjalanpiirakoita ja sitä ennen minun isäni ja äitini söi niitä ja sitä ennen heidän isänsä ja äitinsä söi ja kaikki elivät ennen kuin kuolivat. Eikä kukaan ole syyttänyt heidän kuolemastaan karjalanpiirakoita.”

Mitähän Antti Metsola tuumaisi marraskuussa 2024 voimaan tulleista uusista ravitsemussuosituksista? Uskon, että Hoikan keskustassa sijaitsevasta marketista ostoskoriin sujahtaisi niin maitoa kuin leikkeleitäkin ja Annikki saisi ujutettua lautaselle muutaman salaatinlehden ja porkkanaraastetta.

Ravitsemussuosituksien taustalla on tutkittua tietoa, joka edistää niin kansalaisten terveyttä kuin ympäristön kestävyyttä. Jokainen voi omassa arjessaan edistää koko ruokajärjestelmän ja ruokavalioiden ilmasto- ja luontoviisautta vähentämällä ruokahävikkiä ja lisäämällä kotimaisen lähiruoan ja sesonginmukaisten raaka-aineiden käyttöä.

Niin kuvitteellisella Leppävaaran tilalla kuin lapsuudenkodissani Rautalammin Kerkonkoskella nuhjaantuneet ja liian pienet perunat vietiin lehmien ruokintapöydälle tai kesäporsaan kaukaloon. Mitään ei mennyt hukkaan. Tänä päivänä niin haja-asutusalueella kuin taajamassa monen pihan perältä löytyy kompostori.

Kevään ja kesän koittaessa monen sormet syyhyävät porkkanan ja salaatin istutukseen. Kesä antaa myös hyvän mahdollisuuden kokeilla kotitarvekalastajan taitoja. Tuhansien järvien maassa kalaa käytetään naurettavan vähän. Kotimaisen luonnonkalan käyttö on ympäristön kannalta kestävä. Ruoka-asiantuntijamme tekevät erinomaista neuvontatyötä kotimaisen luonnonkalan puolesta.

Monella meistä on muistikuva alakoulun luokan seinällä olleesta ravitsemuspyramidista. Pyramidista on aina löytynyt terveellisen pohjolan ruokavalion peruskivet: maitovalmisteet, kotimainen liha ja kala, kasvikset ja juurekset sekä täysjyvävilja. Pyramidi on muuttunut vuosikymmenten aikana, mutta siitä löytyy kaikkea sopivassa suhteessa.

Ei ole yhtä ainoaa tapaa syödä oikein, ravitsemussuositukset auttavat oman tavan löytämisessä. Tärkeintä on, että lautaselta löytyy kotimaisia raaka-aineita.

Hyvää kevään ja kesän odotusta Sinulle!
Taidan mennä keittämään kahvit!

Mervi Mäki-Neste

puheenjohtaja, Maa- ja kotitalousnaisten Keskus



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Ilon pilkahduksia

Tässä ajassa tuntuu, että joka suunnasta tulvii kurjuutta. Maailmanpolitiikassa kriisit seuraavat toisiaan ja kotimaan uutisia hallitsee säästökuurit. Harvoin positiiviset asiat saavat tilaa uutisissa, vaikka niitäkin riittäisi. Synkkyytteen on helppo vaipua, jopa peruspositiivistenkin.

Neuvontajärjestöjen valtionapua on leikattu jo toista vuotta peräkkäin. Tämä on ollut meillä tiedossa ja ymmärrämme toki myös säästön tarpeen. Monelta muulta järjestöltä on leikattu enemmän. Mutta, rehellisyyden nimissä on todettava, että leikkaukset tuntuvat ja näkyvät jo selvästi toiminnassamme.

Haasteista huolimatta emme tingi tavoitteestamme rakentaa kestäväää, osaavaa ja osallistavaa yhteiskuntaa. Haluamme tarjota ihmisille konkreettisia työkaluja, joiden avulla he voivat vaikuttaa omaan lähiympäristöönsä ja samalla vahvistaa elinvoimaisuutta sekä hyvinvointia laajemmin.

Iloa – ja jopa riemua – tuottaa se upea työ, jota teette yhdistyksissänne. On mahtavaa nähdä somessa tai kuulla viesteinä, mitä kaikkea saatte aikaan. Yhdessä tekeminen tuo juuri sitä positiivisuutta, jota me kaikki tarvitsemme voidaksemme hyvin.

Kannustan teitä kaikkia osallistumaan **Ilolla yhdessä** -valokuvakisaan! Täytetään some iloisilla ja inspiroivilla kuvilla, joissa tehdään asioita yhdessä. Iloitaan pienistä hetkistä ja jaetaan hyvää energiaa laajemmalle yleisölle. Mukavaa tekemistä riittää muutenkin – esimerkiksi kesäretki Viroon tarjoaa mahdollisuuden tutustua maaseutuyrityksiin ja sukeltaa keskiajan tunnelmaan. Retkestä ja paljon muusta voitte lukea lisää tässä yhdistyskirjeessä.

Kevätterveisin,

Christell Åström
Toiminnanjohtaja



ps. Järjestön strategiatyö etenee hyvää vauhtia, ja tavoitteena on saada uusi viisivuotisstrategia valmiiksi loppuvuoteen mennessä. Jo nyt voidaan paljastaa, että sen pohja rakentuu vahvasti nykyisen strategian varaan – mutta mukaan on tulossa myös uusia, raikkaita näkökulmia.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Järjestötoiminta 2025



KIRSI HAAPAMÄTTI

Ilolla yhdessä -valokuvakisa 2025

Kuvaa iloisimmat hetket yhdistyksenne toiminnasta ja voita porukallesi ruokakurssi! Hyvinvointikampanjamme jatkuu 2025 teemalla ilolla yhdessä. Teemaan liittyen järjestämme valokuvakisan, jossa nostetaan esille yhdistysten tapahtumien tarjoama yhdessä tekemisen ilo ja riemu.

Nappaa siis paras kuva toiminnastanne ja julkaise se Facebookissa Ilolla yhdessä -valokuvakisa 2025 -ryhmässä viimeistään 12.10.2025. Liitä halutessasi kuvapäivitykseen myös pieni teksti tapahtumasta. Voit osallistua usealla kuvalla. Muistathan selvittää luvat kuvan julkaisuun, etenkin jos kuvissa on lapsia. Peukuttakaa ja kommentoikaa kuvia ja tsemptakaa kisaajia kisan aikana!

Raati valitsee 10 kuvaa loppukilpailuun, joista kuka tahansa voi äänestää suosikkiaan nettisivulla 20.10.–31.10.2025 välisenä aikana.

Yleisäänestyksessä eniten ääniä saaneen kuvan kuvaaja saa palkinnoksi yhdistykselleen/porukalleen 600 euron arvoisen palvelun Maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksesta. Se voi olla esim. ruokakurssi tai maisemaan liittyvä esitelmä. Palkintoa ei voi muuttaa rahaksi. Kuvaajien ja kuvattavien kannattaa panostaa hyvään yhteistyöhön, koska pääpalkinto hyödyttää koko porukkaa.

Loppukisan äänestäjien kesken arvotaan Koti ja maaseutu -lehden vuosikerta. Kilpailun järjestää Maa- ja kotitalousnaisten Keskus ja yhteistyössä mukana on mukana Koti ja maaseutu -lehti.

Kisasta lisää ja kisan säännöt linkki: maajakotitalousnaiset.fi/valokuvakisa2025



KUVAT HARJAVALLAN MKN, MERVİ KUKKONEN, SATU NOPONEN, RUSKON MKN



Koe kaksi upeaa elämystä – Keskiaikatapahtuma Tallinnassa ja Viron avoimien maatilojen päivät 12.–14.7.2025

Järjestämme matkan, jossa pääset kokemaan elämyksen menneiltä ajoilta ja tutustumaan nykyiseen virolaiseen elämänmenoon ja maaseutuyrittämiseen. Tervetuloa matkalle mukaan!

Lauantaina 12.7.2025

Lähtö Helsingistä klo 11.30 Tallinnaan Katajanokan terminaalista Viking XPRS -laivalla, saapuminen Tallinnaan klo 14.00, majoittuminen Metropol Spa -hotelliin.

Tallinnaan saavuttuamme iltapäivällä

- Tutustumme Keskiaikapäiviin – aikamatka hansakaupungin sykkeeseen. Astut suoraan keskiaikaan, kun Tallinnan raatihuoneentori ja Nigulisten kirkon ympäristö muuttuvat historialliseksi hansakaupungiksi!
- Keskaja Päevad -tapahtuma tarjoaa upeita työnäytöksiä, kiehtovaa ohjelmaa ja keskiaikaista markkinatunnelmaa, johon voit tutustua omaan tahtiisi.
- Yhteinen illallinen

Sunnuntaina 13.7.2025

Avoimien maatilojen päivät – kurkistus virolaiseen maaseutuun

- Sunnuntaina suuntaamme Tallinnan ympäristöön bussilla eri kohteisiin. Avatud Talude Päev on ainutlaatuinen tilaisuus tutustua virolaiseen maaseutuelämään tänä päivänä.
- Näe, miten lähiruoka tuotetaan, tapaa intohimoisia paikallisia yrittäjiä ja koe maaseudun sydämellinen tunnelma.
- Yhteinen illallinen

Maanantaina 14.7.2025

Omaa aikaa nauttia majoituspaikkamme kylpylän palveluista, käydä ostoksilla tai kierrellä kaupungilla.

Lähtö Tallinnasta klo 14.00 Helsinkiin Viking Cinderella. Saapuminen Helsinkiin klo 16.50.

LISÄTIETOA MATKASTA:

Matkan hinta on 420 €. Matkan hintaan sisältyy laivamatkat meno-paluu, yhteiset hytit tavaroille, menomatkalla lounas, hotellimajoitus kahden hengen huoneessa aamiaisineen, kylpylän käyttö, kiertomatka maaseudulle oppaan johdolla sekä illalliset Virossa.

Lisätietoja: **Helena Velin**
040 527 1579
helena.velin@maajakotalousnaiset.fi

Lisää matkasta ja ilmoittautumiset maajakotalousnaiset.fi/matkaviroon2025

Vastuullinen matkanjärjestäjä on Viking Line. Matka järjestetään, jos sille on ilmoittautunut riittävä määrä osallistujia 26.3.2025 mennessä. Oikeudet muutoksiin pidätetään.

Varautumalla vahvemaksi – tiedottamista ja muonituskoulutusta huoltovarmuuden turvaamista varten -hanke

Maa- ja kotitalousnaisilla on pitkät perinteet suurten joukkojen muonituksessa. Vuosikymmenten aikana on ruokittu jopa kymmeniä tuhansia ihmisiä maatalousnäyttelyissä ja erilaisissa tapahtumissa. Joukkovoimaa on tarvittu hädän hetkillä, esimerkiksi tulipalojen tai etsintöjen yhteydessä sammuttajien tai etsijöiden evästäjinä.

Väen vähentyessä maaseudulta ja yhteiskunnan muutosten myötä muonitustaidot ovat päässeet hieman rapistumaan. Nyt maailman tilanne on jälleen muuttunut epävarmempaan suuntaan ja ihmisiä on alkanut kiinnostaa turvallisuuteen liittyvät asiat.

Maa- ja kotitalousnaiset toteuttavat syksystä 2024 alkaen MTK:n Säätiön tuella hanketta, jossa viestitään suomalaisen maataloustuotannon merkitystä huoltovarmuudessa sekä tarjotaan asiasta kiinnostuneille koulutusta muonitusosaamisesta.

Hankkeen koulutustilaisuudet järjestetään seuraavasti:

Lauantai 3.5.2025 klo 9.00–16.30

Leppäkorven Työväentalo Lohjalla
Leppäkorventie 1022, 09930 Leppäkorpi

Lauantaina 17.5.2025 klo 9.00–16.30

Elinkeinotalo Seinäjoella
Huhtalantie 2, 60220 Seinäjoki

Keski-Suomen piirikeskuksen alueen
koulutuspäivä on avoin.

**Koulutuspäiviin sisältyy ennakkoluento
Teamsissa ma 28.4.2025 klo 18.00–19.30.**

Lisäksi on myöhemmin ilmoitettavana ajankoh-
tana mahdollisuus osallistua 72 tuntia -varautu-
miskoulutukseen Teamsilla.

**Lue lisää ja ilmoittautuminen koulutukseen:
maajakotitalousnaiset.fi/varautumiskoulutus**



MARI MÄENPÄÄ



Yleisölle: 72 tuntia varautumisesitys ja tutustuminen kotivaranäyttelyyn

Koulutuspäivinä järjestetään yleisölle tilaisuus osallistua 72 tuntia -koulutukseen ja tutustua kotivaraan klo 12.00.

Osallistujille tarjotaan kurssilla tehtyä ruokaa niin kauan kuin ruokaa riittää.



Impin päivä 11.6.2025:

Nostetaan perinnetaidot kunniaan!



KUVAT ESSI JOKELA

Huom! Ajankohtaan sopiva perinnetaitokokeilu on esim. kuivaaminen säilöntämenetelmänä. Raaka-aineet hankitaan villiyrttiretkellä ja opiskellaan kokeneempien tai ruoka-asiantuntijan johdolla kuivaamisen teoria, josta on hyvä jatkaa kotona kuivattamista.

Impin päivää vietetään teemalla perinnetaidot kunniaan. Kokeillaan jotakin vanhaa perinnetaitoa, jota samalla esitellään nuoremmille sukupolville.

Aiheena voi olla joku paikallinen perinne kuten paikallinen ruoka tai kädentaitojen tuote, jonka vanhat osaavat ja opettavat taitoa nuoremmille. Lisää kivoja aiheita löytyy Elävän perinnön wikiluettelosta osoitteessa wiki.aineetonkulttuuriperinto.fi

Pidetään hauskaa perinteiden parissa ja napataan samalla se hauskin kuva, jolla osallistutaan järjestökampanjan Ilolla yhdessä -valokuvakisaan.

Sähköpostit ajan tasalle

Sähköpostiosoitteet ovat rekisterissämme kovin vajavaiset. Kysykää yhdistyksissä jäsenten sähköpostiosoitteet ja päivittäkää yhteystiedot. Jollei yhdistyksessä ole jäsenrekisterin hoitajaa, ilmoittakaa osoitteet piirikeskukseen. Näin tiedotus kulkee paremmin. Mikäli jäsenellä on tietokone käytössä, mutta ei sähköpostia, kannattaa yhdistyksissäkin ottaa omaksi kampanjaksi yhteistuumin sähköpostin luominen mahdollisimman monelle jäsenelle.



PIXHILL

Kerrotaan kaupoissa kekristä

Maa- ja kotitalousnaiset viettävät syksyn satokauden päätteeksi 13.10.–2.11.2025 kekriviikkoja. Viikkojen aikana nostetaan vahvasti esille suomalaista sadonkorjuuperinnettä eli kekriä ja kotimaisia raaka-aineita ja niiden tuottajia.



Useana vuonna olemme kannustaneet yhdistyksiä järjestämään kekrijuhlia ja -markkinoita, tapahtumia lapsille ja vierailuja palvelukoteihin jne. Ne sopivat hyvin toteutettaviksi tänä vuonnakin, mutta kekritietoa voi edistää hieman pienemminkin järjestelyin.

Yhdistykset voivat järjestää kekritietoiskuja pienine maistiaisineen kaupoissa ja julkisissa paikoissa. Paikalliset kaupat tekevät varmasti mielellään yhteistyötä tarjoamalla raaka-aineet maistiaisoppaan sekä arpajaispalkintoja.

Mikäli rahoitus järjestyy, tuotamme yhdessä Ruokatieto Yhdistyksen kanssa tapahtumiinne jaettavan esitelehtisen. Suunnitelkaa kekritapahtumaa jo keväällä, sillä mahdollista materiaalitavetta kysellään ennen kesälomia. Myös tänä vuonna kekrisivustolle tulee kartta, jonne voitte ilmoittaa tapahtumanne.

Suunnitteluun löytyy paljon tietoa ja materiaalia kekrisivustolta maajakotitalousnaiset.fi/kekri



MARJA NISKANEN

Ilmoita syksyn 2025 kekritapahtuma kartalle



PYRYPEKKA KANTONEN



MKN Maisema

Tule mukaan maisemapäivän ohjatuille maisemakävelyille!

Kansainvälistä maisemapäivää vietetään vuosittain Eurooppalaisen maisemalleissopimuksen allekirjoittamisen vuosipäivänä 20.10.

Maisemapäivällä halutaan kiinnittää huomiota maisemien merkitykseen osana kulttuuriperintöä, identiteettiä, hyvinvointia ja elinympäristön laatua. Maisemapäivänä juhlittaviin maisemiin kuuluvat niin kauniit kuin arkisetkin maaseutumaisemat, kaupunkimaisemat ja luonnonmaisemat. Myös vuonna 2025 kansainvälistä maisemapäivää vietetään kaikille avoimella valokuvakilpailulla ja -kampanjalla sekä maisemakävelyillä.

Seuraa ilmoituksia maajakotitalousnaiset.fi/maisemapalvelut/kampanjat ja tule mukaan!





Tutkittu tieto Ruokaneuvonnan keskiössä

Maa- ja kotitalousnaisten ruoka-asiantuntijoiden ravitsemusneuvontaa ohjaa voimassa olevat, laajaan tutkimusnäyttöön pohjautuvat kansalliset ravitsemussuositukset.

Toiminnan keskiössä on tiedon jalkauttaminen. Puhumme myös kotimaisen ja lähiruoan puolesta. Haluamme ylläpitää suomalaisia ruokaperinteitä, mutta tuomme niitä myös tähän päivään ravitsemussuositusten mukaisiksi.

Uusien ravitsemussuositusten mukaan tulisi kasvi-proteiineja syödä enemmän, noin 100 g päivässä. Ympäristön kannalta olisi järkevää lisätä erityisesti kotimaisten palkokasvien, kuten härkäpavun ja herneiden käyttöä. Kasvisten ja kasviproteiinien käytön lisääminen on myös suosittu teema Maa- ja kotitalousnaisten ruoka-asiantuntijoiden kursseilla ja luennoilla, kun keskustellaan edullisesta ja terveellisestä ruoasta.

Ruokakurssi on mukavaa yhdessäoloa ja uusien asioiden oppimista. Ota yhteys oman alueesi ruoka-asiantuntijaan ja kysy, minkälaisia ruokakursseja ja luentoja alueellasi on tarjolla

Ota yhteyttä ruoka-asiantuntijaan!
maajakotitalousnaiset.fi/ruokaneuvot



Järjestötuotteet

Järjestötuotteiden tilausjärjestelmä on parhaillaan muuttumassa. Sen vuoksi varasto on nyt minimissään.

Tuotteiden saatavuus löytyy nettisivuilta. Antakaa vinkkiä, millaiset tuotteet palvelisivat teitä parhaiten uudessa verkkokaupassa.



Keittiöpyyhkeet jälleen valikoimissa

MKN:n logolla kuvioidut Jokipiin Pellavan tyylikkää keittiöpyyhkeet sopivat lahjaksi ja omaan kotiin. Erinomainen lahja omaan kotiin muuttavalle nuorelle. Värivalikoimissa ovat tutut valkoinen ja oranssi.

Pyyhkeiden koko on 45 x 60 cm.

Materiaali: 50 % pellavaa ja 50 % puuvillaa.

Hinta 20 € / kappale.

Myydään yksittäin.

maajakotitalousnaiset.fi/kauppa

Hyödyntäkää jäsenetuja

Muistattehan jäsenedut, joita yhteistyökumppanimme tarjoavat teille jäsenille. Otamme mielellämme ideoita palveluista ja tuotteista, joista haluaisitte jäsenetuotteiksi, jotta voisimme käynnistää neuvottelut niitä tarjoavien yritysten kanssa.

Jäsenetuja tarjoaa

- Ekovekotin
- Jokipiin Pellava
- Kupilka
- Kultakeskus
- Lankamaailma
- Lapuan Kankurit
- Viking Line

Varsinkin isompia porukkaharjoja ostaessa jäseneduilla saatte merkittäviä etuja. Hyödyntäkää kaiverrus- ja laserointipalveluja (osalla yrityksistä).



KULTAKESKUS



KUPIILKA

Huom! Jäsenedut löytyvät netistä Maa- ja kotitalousnaisten järjestötoiminnan sivuilta. Päästäksesi jäsenetutuotesivulle tarvitset salasanan **naisvoima10**



JOKIPIIN PELLAVA

Koti ja maaseutu

Tilaa Koti ja maaseutu -lehti Naistenpäivän lahjaksi!

Koti ja maaseutu on ajassa kiinni ja aidosti maaseudun asialla. Printtilehti tarjoaa myös tärkeää vastapainoa hektiselle elämälle kännyköiden ja somen rinnalla.

Lehden sivuilla nousevat esiin kaikki Maa- ja kotitalousnaisille tärkeät teemat, kun suomalaiset yrittäjät, suomalainen ruoka, maisema ja luonto sekä järjestötoiminta ovat esillä joka numerossa. Koti ja maaseutu -lehti on kannesta kanteen täynnä inspiroivia reseptejä, käsityöohjeita, pihavinkkejä ja tarinoita maaseudun elämästä. Lukijapalaute toimitukselle on runsasta ja positiivista.

Tutustu lehteen sivuilla kotijamaaseutu.fi. Etusivun alalaidassa on selattava näköisnumero lehdestä 3/24.

Tilaa lehti itsellesi tai lahjaksi!

Lehtitilaus helposti netissä kotijamaaseutu.fi tai soittamalla numeroon 03 4246 5385. Voit tilata lehden myös sähköpostitse osoitteesta kotijamaaseutu@atex.com.

Edullinen kestotilaus vain **59** euroa/vuosi. Lehteä ilmestyy 8 numeroa vuodessa (sis. tuplanumero kesällä).

Tilaa vaikka Naistenpäivän (8.3.) lahjaksi ystävälle!



Koti ja maaseutu -lehden edullinen kestotilaus 59 €/vuosi



 Seuraa Koti ja maaseutu -lehteä myös Instagramissa @kotijamaaseutu



MAA- JA KOTITALOUSNAISET

Juuret maalla

SEURAA MEITÄ

maajakotitalousnaiset.fi

Facebook: facebook.com/maajakotitalousnaiset

Instagram: [@maajakotitalousnaiset](https://instagram.com/maajakotitalousnaiset) [@kotijamaaseutu](https://instagram.com/kotijamaaseutu)

Youtube: [Maa- ja kotitalousnaiset](https://youtube.com/maajakotitalousnaiset)

Huom! Levittäkää
yhdistyksissänne tietoa
yhdistyskirjeen ilmestymi-
sistä, koska uutiskirje ja
someilmoittelu eivät ta-
voita kaikkia jäseniämme.