

Hyvästä arjesta parempi maailma: ProMartat ry toimintasuunnitelma 2026

Martat on kotitalousneuvontajärjestö, jonka tehtävänä on edistää kaikenlaisten kotien ja perheiden toimivaa ja kestävää arkea. Teemme arjen tekoja huomista varten. Jäsenemme eli martat ja marttayhdistykset toimivat yhdessä järjestön asiantuntijoiden kanssa kestäväen kulutuksen käytännön ratkaisujen lähettiläinä ja neuvonnallamme saamme ihmiset muuttamaan arjen valintojaan kestävämpään suuntaan. Toiminnallemme tärkeitä periaatteita ovat yhdessä tekemisen ilo, kestävät valinnat ja avoimuus.

Vuosien 2025–2026 teema: Muutos lautasella

Marttojen kestävä ruoka on terveellistä, turvallista, taloudellista ja herkullista. Syömällä kestävästi pidät huolta sekä itsestäsi että ympäristöstä. Marttojen neuvonnan perustana olevat ravitsemussuositukset uudistuvat marraskuussa 2024. Martoilla on merkittävä rooli suositusten jalkauttamisessa ihmisten arkeen.

Teemakaudella on kaksi painopistettä:

- **Muutos lautasella.** Muutoksen keskiössä on siirtyminen entistä kasvipainotteisempaan ruokavalioon sekä kestävästi pyydetyn ja kasvatetun kotimaisen kalan suosiminen. Tuomme uudet ravitsemussuositukset ihmisten arkeen. Tarjoamme tietoa ja taitoja muutoksen tekemiseen.
- **Yhteisessä pöydässä.** Yhdessä syömisellä on lukuisia positiivisia vaikutuksia. Ruoka maistuu paremmalta ja paremmin. Marttailloissa ja -tapahtumissa kokoonnutaan yhteiseen pöytään.

Innostavaa ja kiinnostavaa marttatoimintaa

Martat on vahva yhteisö, jossa tehdään ja opitaan yhdessä. Järjestön voima on jäsenissä, yhdistyksissä ja toimintaryhmissä. Yhdistyksen toiminnan kehittämisen tavoitteena on innostava ja kiinnostava marttatoiminta, johon halutaan tulla ja jossa halutaan olla mukana. Marttailu mahdollistaa yhdessä tekemisen ilon, jatkuvan oppimisen ja osaamisen jakamisen. Yhdistys toimii aktiivisena yhteisöllisyyden vahvistajana. Marttailussa tehdään hyvää minulle, meille, omalle lähiyhteisölle ja maailmalle.

Tavoitteet

- Marttailu on mielekäs harrastus. Yhdistyksen jäsenyyss koetaan kiinnostavaksi ja jäsentyttyväisyys vahvistuu.
- Kaikilla martoilla on toiminnassa itselleen tärkeitä kohtaamisia.
- Yhdistyksen toimintakalenterista löytyy innostavaa ja kiinnostavaa toimintaa kaikille jäsenille.
- Marttailusta kiinnostuneet löytävät helposti mukaan yhdistyksen toimintaan.
- Yhdistyksen toiminnassa opitaan yhdessä ja siirretään osaamista ihmiseltä toiselle.
- Yhdistys tekee yhteistyötä oman alueen marttayhdistysten kanssa.
- Yhdistys huomioi toiminnassaan marttajärjestön strategian ja brändin sekä toimintavuoden yhteisen ruokateeman Muutos lautasella ja valtakunnalliset tapahtumat.
- Yhdistys käyttää Marttarekisteriä ja Marttatilastoa. Yhdistyksellä on kotisivut tai muu kanava, josta sen toiminnasta saa tietoa.

Toimenpiteet

- Yhdistyksellä on tapahtumia, joiden teemoina ovat esimerkiksi:
 - ▶ Ruoka, mm kasvisruoka, airfryer
 - ▶ Luonnontuotteet, mm yrttikosmetiikka
 - ▶ Kotipuutarha, mm. säkkiviljely
 - ▶ Monipuoliset käsityöt
 - ▶ Lokakuu on Puurokuu tai muu kansainvälinen marttailta, jonka tuotto lahjoitetaan Marttojen kehitysyhteistyöhön
 - ▶ Liikunta ja fyysinen aktiivisuus
 - ▶ Monipuoliset kulttuuritapahtumat
 - ▶ Kotivara ja varautuminen
- Yhdistys osallistuu **Marttojen valtakunnalliseen sienipäivään 29.8. ja siitä alkaviin sieniviikkoihin** lähtemällä yhdessä sieniretkelle.
- Yhdistys osallistuu **Lokakuu on Puurokuu** -kampanjaan Saharan eteläpuolisen Afrikan tyttöjen ja naisten puolesta esimerkiksi keittämällä puuroja ja lahjoittamalla myyntituoton Marttojen kehitysyhteistyöhankkeisiin.
- Yhdistys osallistuu valtakunnalliseen käsityötempaukseen, jossa martat tekevät hypistelypeitoja muistisairaille tai osallistutaan mahdollisesti muuhun hyväntekeväisyystapahtumaan
- Yhdistys kysyy jäseniltä heidän toiveitaan.
- Järjestetään vähintään yksi koko perheen tapahtuma
- Yhdistys innostaa jäseniään yhdessä oppimiseen, ketjukoulutuksiin sekä Martta-akatemian kursseille, marthaopintoihin ja uusiin vapaaehtoismartan opintoihin.
- Yhdistyksellä on jäsenille ja toiminnasta kiinnostuneille ajantasaiset viestintäkanavat, joita päivitetään säännöllisesti.

Yhdistysten välinen yhteistyö

Yhteistyöstä toisten marttayhdistysten kanssa on monenlaista hyötyä. Järjestämisen taakka kevenee, kun tapahtumia tehdään yhdessä. Toisen yhdistyksen toimintatavoista voi saada uusia ideoita omaan toimintaan. Yhdessä tekemällä myös tutustuu uusiin ihmisiin ja porukalla kaikki hauskem-paa! Jos yhdistyshallinnon pyörittäminen alkaa käydä raskaaksi, yhdistys voi tiedustella muilta yh-distyksiltä yhdistymishalukkuutta.

Tavoitteet

- Yhdistys tekee yhteistyötä yhden tai useamman marttayhdistyksen kanssa.

Toimenpiteet

- Yhdistys pitää yhteyttä lähialueen muihin marttayhdistyksiin, erityisesti aktivoidutaan Hyvien Marttojen suuntaan.
- Yhdistys järjestää jonkin toimintavuoden tapahtumista yhdessä yhden tai useamman marttayhdistyksen kanssa.

Talous mahdollistaa toiminnan

Yhdistyksen toimintaedellytykset turvataan siten, että toimintakulut eivät ylitä tuottojen määrää.

Tavoitteet

- Yhdistyksen menot eivät ylitä tuloja.

Toimenpiteet

- Yhdistykselle laaditaan tasapainoinen talousarvio, jonka toteutuminen varmistetaan hyvällä talouden hoidolla.

Mittarit

Yhdistys mittaa toimintaansa. Vuoden 2026 mittarit ovat:

- Jäsenpito
 - Tavoitetaso: Tyytyväisyys yhdistyksen toimintaan paranee
- Yhdistyksen jatkuvuuden turvaaminen
 - Tavoitetaso: Jäsenten keski-ikä ei nouse
- Vapaaehtoistoimijoiden määrä
 - Tavoitetaso: Vapaaehtoistoimijoiden määrä kasvaa; whatsapp-toimintaryhmät toimivat aktiivisesti

Marttaliitto, piirit ja yhdistykset osallistuvat vuoden aikana myös muihin tapahtumiin, teemaviikkoihin ja messuille.