

Jäsenkirje 2/2025



Kuva: Saara Ryhänen

ETELÄ-SAVON MKN:n EDUSTAJAKOKOUS KERIMÄELLÄ 15.11.2025

Tervetuloa ”Ilolla yhdessä 100v.”

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten edustajakokoukseen la 15.11.2025 klo 10 Kerimäelle Päivölä, Enonkoskentie 1225A, Makkola

klo 10 Valtakirjojen tarkistus, kahvitarjoilu, mahdollisuus ostoksiin (MKN tuotteet) näyttelyt (esineet+tarinat , ”Ilolla yhdessä” tapahtumakuvia)

Klo 10.45 Kokouksen avaus ja huomionosoitukset, puheenjohtaja Sanni Saari. Asialistalla mm. Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksen puheenjohtajan valinta vv. 2026-2028 Erovuorossa pj. Sanni Saari, Rantasalmi toimikausi 2023-2025

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskuksen hallituksen erovuoroiset jäsenet ja hallituksen jäsenten valinta vv. 2026 – 2028 Erovuorossa Pauliina Arra-Sävilammi, Kangasniemi ja Kaisa Koivunen, Juva

Kokouksen jälkeen lounas (omakustannus, maksu paikan päällä) ja ohjelma jatkuu, lopuksi kakkukahvit (seurustelua, ostoksia, näyttelyyn tutustumista) ja kotimatalle klo 14.30

Juhlimassa kanssamme ja tavattavissa ovat kansanedustaja, MKN-keskuksen hallituksen jäsen **Vesa Kallio** sekä hiljattain eläköitynyt MKN-

Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaisten hallitus 2025:

Varsinaiset jäsenet

Pj. Sanni Saari, Rantasalmi
Pauliina Arra-Sävilammi, Kangasniemi
Iina Haikarainen, Mikkeli
Kaisa Koivunen, Juva
Anu Marttinen, Mikkeli
Outi Kiesilä, Hirvensalmi
Eija Utti, Savonlinna

Varajäsenet

Satu Valtonen, Puumala
Kaija Hellman, Juva
Päivi Matilainen, Savonlinna

ProAgria Etelä-Savon edustaja, toimitusjohtaja Heikki Pahkasalo, Mikkeli (varalla hallituksen pj. Jukka Nousiainen, Savonlinna); Hallituksen esittelijä ja sihteeri toiminnanjohtaja Sanna Lento-Kemppi

keskuksen pitkäaikainen järjestöasiantuntija **Helena Velin**.

Ilmoittautuminen kokoukseen ja lounaalle (myös erikoisruokavaliot) **6.11.2025 mennessä** sähköpostilla marjo.h.laitinen@proagria.fi tai puh. 0400 261 094 (ma-to klo 8-15).

Tervetuloa porukalla mukaan kokoukseen!

[Lisätietoa Päivölästä](#)

Järjestö

PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Syksy on ollut strategian suunnittelun aikaa monissa yhteisöissä. Niin myös meillä Maa- ja kotitalousnaisissa olemme miettineet järjestömme strategiaa tuleville vuosille. Järjestömme toimintakenttä on hyvin laaja ja niinpä strategian rajaaminen on haastavaa. Kaikki haluamme tulla strategiassa huomatuksi ja kuulluksi.

Strategian tekemisessä ja aikaisemmissa strategioissa näkyy vahvasti toiminnan luonne. Sen lisäksi, että Maa- ja kotitalousnaiset on palveluita myyvä asiantuntijajärjestö, ovat järjestötoiminta ja yhteisöllisyyden vahvistaminen ihan yhtä tärkeänä toimintamme keskiössä.

Hyödyllistä saattaa olla myös palata vähän taaksepäin ja miettiä millaisista lähtökohdista edellistä strategiaa tehtiin. Millaisessa ympäristössä ajateltiin meidän olevan vuonna 2025. Neljä vuotta on kovin lyhyt aika taaksepäin katsoessa, mutta minulla on ainakin sellainen tunne, että kuluneen neljän vuoden aikana on tapahtunut todella paljon. Esimerkiksi varautuminen on käsitteenä sellainen, joka on saanut aivan uudenlaisen sävyn näiden vuosien varrella.

Jos mietin muutosta, niin tuntuu että varautuminen oli aiemmin trendikkäämpää ja nyt se on arkipäivää, johon jokaisen tulisi kantaa kortensa kekoon. Maa- ja kotitalousnaisilla on osaamista tälläkin alueella. Jospa seuraavan neljän vuoden aikana olisimmekin asiantuntevin ja näkyvin järjestötoimija varautumistoiminnassa.

Tällaisilla mietteillä tänään. Itse en ole mikään someosaaja, enkä sellaiseksi aio, mutta näkyvyyttä järjestömme tarvitsee somessa. Varautumisen tuominen jotenkin positiivisena asiana kaikkien arkeen sosiaalisessa mediassa, tulee olla yksi osa järjestömme seuraavaa neljän vuoden strategiakautta.

Mukavaa syksyn jatkoa ja intoa tulevan kauden suunnitteluun.

Syysterveisin,
Sanni Saari
puheenjohtaja
Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus

PS. Piirikeskuksen uudesta varautumishankkeesta voit lukea lisää sivulta 5



Kotimainen maatalous on merkittävä tekijä varautumisessa, tuottaa se sitten perinteisiä ravintokasveja tai vähän uudempia tuttavuuksia. Maissi kasvaa nykyään myös meillä Etelä-Savossa, kuten tässä puheenjohtajamme Sannin pellolla tänä kesänä. Kuva: Sanni Saari

Järjestö

TOIMINNANJOHTAJAN TERVEHDYS

Maa- ja kotitalousnaisten valtakunnallinen strategia ja toiminnan pääteemat vuosille 2026-2030 ovat juuri nyt työn alla ja valmistuvat vuoden lopulla. Todennäköisesti meidän toiminnan pääteemat tulevat olemaan hyvin lähellä vanhoja, hyviksi koettuja teemoja eli tässä uudet pääteemat:

Suomalaisen ruoan menestystarinat

Ilmastomyönteinen ja kestävä yhteiskunta

Monimuotoinen ympäristö

Paikallisuus vetovoimana

Nämä teemat sopivat meidän moninaiseen asiantuntijatyöhön piirikeskuksessa kuin myös paikallisyhdistysten toimintaan ympäri maakuntaa. Eri tapahtumien kautta tuomme esille paikallista ruo-

kaa, ruokakulttuuria ja ruoantekijöitä. Toiminnassa ja toimenpiteissä edistämme kestävästä kehitystä ja luonnon monimuotoisuuden ylläpitämistä ja autamme yrittäjiä onnistumaan omassa toiminnassa.

Kun teemme yhdessä, niin tämän yhteisöllisyyden kautta vahvistamme maaseudun elinvoimaisuutta ja ihmisten hyvinvointia.

Sanna Lento-Kemppi
toiminnanjohtaja
Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten
piirikeskus



Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisia kenttäolosuhteissa sekä juhlatunnelmissa. Kuva Jukolan viestien puurobaarista Mikkelistä 2025 Sanna Lento-Kemppi ja kuva Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten vuosikokouksesta Kerimäen Päivölässä 2017 Saara Ryhänen.

Järjestö

TUNNELMIA JUKOLASTA

SuperISOT kiitokset kaikille Jukolan puurobaari -rastin suorituksesta – jokainen jossakin kohtaa venyi ja paukkui, mutta ”ilolla yhdessä” myö kuitenkin selvitettiin – hieno juttu!

Rastisuoritus alkoi la 14.6. klo 6 Mikkelin keskustasta, parkkipaikalta ja päättyi su 15.6. n.klo 15 lähtöpaikalle. Lauantain aamuvuoro jännitti, että ehditäänkö saada puurot tarjolle, kun puurobaari aukesi klo 7.30 ja kyllä ehdittiin reilusti etuajassa eli klo 6.15 oli puurot jakelussa – iso kiitos perjantain valmistelijoille Outille ja Ullalle, kun oli padoissa vedet valmiina ja yövartijat olivat lämmittäneet meille vedet valmiiksi. La aamussa (klo 7.30- n.klo 11) myytiin noin 400 annosta puuroa.

La päivävuorossa saatiin aloitella suht koht leppoisasti, kun aamuvuoro teki hyvät valmistelut seuraavalle porukalle ja la iltavuorolla oli pari tuntia aikaa valmistella ennen kuin puurobaari avattiin viimeiselle osuudelle..

La iltaan, yöhön ja su aamuun meitä olikin sitten isommat porukat ja hyvä niin.. kun noin klo 4.30 alkoi jono puuronostajista, niin jono päättyi vasta noin klo 11 -- KIITOS NAISET! paahteessa ja paineessa mentiin, mutta maaliin päästin.

Erytysmainintana täytyy mainita, että jos meillä oli Naisvoimaa, niin todella paikallaan oli myös, että

saatiin Miesvoimaa – kiitos Ilpo ja Jouni-- kuljetukset pelasi, padat pysyivät tulilla.. ja sitten meillä oli ”mysteerimies” Tapsa Akaasta, joka hetkessä pilkkoi meille järeät halot sopiviksi pilkkeiksi – kiitos myös Tapsa.

Sunnuntaina aamupäivällä laskeskeltiin, että keitimme noin 4500 annosta todella maukasta puuroa. Meitä oli siis 21 Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaista, viidestä yhdistyksestä + kolme miestä. ”Ilolla yhdessä”

kiittäen *Sanna*

Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus



Kuvat: Sanna Lento-Kemppi



Järjestö

VARAUDU VIISAASTI!

Kun häiriötilanteet, kuten pitkät sähkökatkot, sään ääri-ilmiöt tai vesihuollon ongelmat, muuttuvat osaksi arkea, varautumisesta tulee välttämättömyys – ei vain poikkeustilanteiden varalle. Varaudu viisaasti on Etelä-Savossa vuosina 2025–2027 toteutettava hanke, joka tukee maatalojen ja kyläyhteisöjen kykyä toimia muuttuvissa olosuhteissa.

Hanke tarjoaa selkeää ja käytännönläheistä tietoa, jonka avulla varautumisesta tulee osa maatalojen ja kylien jokapäiväistä suunnittelua. Tavoitteena on vahvistaa Etelä-Savon maaseudun kykyä selviytyä arjen häiriötilanteista ja lisätä paikallista huoltovarmuutta.

Hankkeessa toteutetaan mm. 72 tunnin koulutuksia, joissa opitaan varautumaan kotona ja yhteisöissä esimerkiksi sähkökatkosten varalle. Lisäksi järjestetään käytännön kursseja ja työpajoja, joissa perehdytään muun muassa ruoan valmistukseen ilman sähköä, veden varastointiin ja lämmön turvaamiseen.

Hankkeen avulla parannetaan maatalojen ja kylien toimintavarmuutta ja vahvistetaan koko maaseudun kriisinsietokykyä. Varaudutaan yhdessä – viisaasti.



Kuva: Katja Rissanen

Ota yhteyttä

Katja Rissanen

Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@ mkn.fi

Tilaa oma 72 h -varautumiskoulutus!

Haluatko oppia, miten selviät arjen häiriötilanteissa – esim. sähkökatkosten, vesihuollon häiriöiden tai myrskyjen aikana?

72 h -varautumiskoulutus antaa käytännön tietoa ja vinkkejä siitä, miten kotona ja yhteisöissä varaudutaan kolme vuorokautta ilman ulkopuolista apua.

Koulutus sopii erinomaisesti kyläyhdistyksille, järjestöille ja maataloille. Paketti sisältää selkeää tietoa sekä käytännön esimerkkejä, joiden avulla varautumisesta tulee osa arkea.

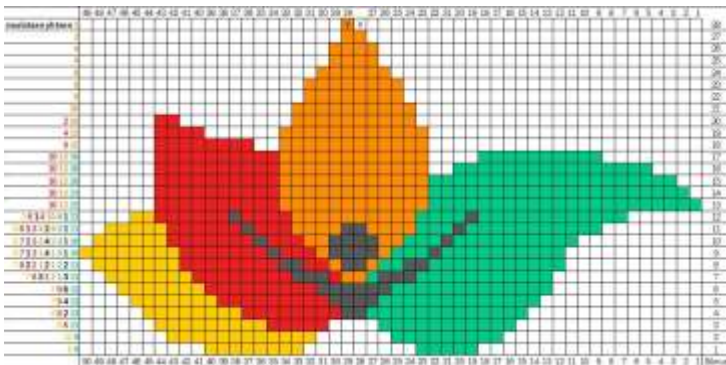
Tilaa oma koulutus helposti ottamalla yhteyttä: Katja Rissanen puh. 041730 3397 tai katja.rissanen @

Järjestö

VINKKEJÄ JA YHTEISÖLLISYYTTÄ

Oletko vielä ehtinyt aloittamaan MKN-logo -neulehaastetta? Mietkö sopivaa joululahjaa? MKN-logo on helppo tehdä esimerkiksi laukkuun neuloen tai kirjoen. Sisävuoreksi voi tarvittaessa ommella tukevammasta kankaasta pussin, samoin kahvan laukkuun. Ai, kun kätevä ottaa mukaan!

Ohje: Eeva Lahtinen



Tervetuloa uuden yhdistyksen toimintaan mukaan! **Etelä-Savon maaseutunaiset ry** toimii koko maakunnan alueella ja toivottaa kaikki maaseutuhenkiset ihmiset toimintaansa mukaan. Mitä se toiminta voisi olla – tule mukaan ideoimaan! Jäsenmaksu on 20 euroa/v. Kuumme myös ProAgria Etelä-Savo ry:een.

Kysy lisää: pj. Iina Haikarainen

lina.haikarainen@gmail.com

Syysvinkki lehtien hyödyntämiseen
Puut varisuttavat lehtiään, joten mitäpä niille voisi tehdä? Ne voi silputa ruohonleikkurilla ja jättää maahan – maassa asuvat eliöt tykkäävät. Jos ei halua lehtien täyttävän pihaa, lehtikasoja voi muodostaa esimerkiksi puiden ympärille tai pihan laitamille. Tästäkö pienet hyönteiset tykkäävät, kun pääsee talvehtimaan. Jos pihasta löytyy maahan pudonneita risuja tai puutarhahoidon yhteydessä syntyynyttä risua, voi ne sijoittaa pihan laitamaan ja niiden päälle vielä lehtiä, jolloin jää sopivia ilma-aukkoja talvehtiville pieneliöille.

HUOM! Piirikeskuksen asiantuntijoiden sähköpostiosoitteet muuttuvat @mkn.fi -päätteisiksi. @maajakotitalousnaiset.fi -osoitteet toimivat vielä toistaiseksi rinnalla.

JÄRJESTÖASiantuntijan Terveiset

Syksy on tänä vuonna ollut poikkeuksellisen lämmin, ja sää on suosinut monia syksyn tapahtumia. Runsas tapahtumasyksy on tuonut mukanaan iloa ja yhdessä tekemisen kokemuksia – on ollut ilo huomata, miten ihmiset ovat ottaneet erilaiset satokauden tapahtumat omikseen ja osallistuneet niihin aktiivisesti.

Kotimaisen ja lähellä tuotetun ruuan käyttö tekee hyvää niin luonnolle kuin mielelle. Sesongin maukkaat kotimaiset kasvikset ovat parhaimmillaan pitkälle syksyyn, ja niitä kannattaa hyödyntää monipuolisesti kotikeittiössä.

Kotimaisen raaka-aineiden käyttäminen tai itse viljely tukee myös huoltovarmuutta, sillä se vahvistaa paikallista tuotantoa ja varmistaa, että ruokaa on saatavilla myös poikkeusoloissa.

Nautitaan siis syksyn antimista yhdessä, kokeillaan uusia reseptejä ja tuetaan samalla kotimaista tuotantoa – pienillä teoilla on suuri merkitys niin ympäristölle kuin omalle hyvinvoinnillemme.

Katja Rissanen
Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Järjestö

KUULUMISIA KENTÄLTÄ

Syksy on ollut aktiivista aikaa myös yhdistyksissä. Lähettäkää meille kuulumisia ja kuvaterveisiä, niitä on aina mukava saada ja välittää myös muille! Tässä terveiset Puumalasta:

Kasvuniloa! Tänä vuonna oli ajatuksena seurata kasvuniloa maisemakukkapellon muodossa. Pellon nurkkaa saatiin lainaksi kylätien varrelta hyvältä paikalta. Kylvettiin hunajakukkaa, erilaisia kesäkukkaseoksia sekä auringonkukkaa. Samalla perustimme yhteisperunapenkin, josta ajatuksena oli käyttää sato Syödään yhdessä -tapahtuman ruokaan. Kylvön ja istutuksen jälkeen nautittiin tietysti piennarkahvit tuoreen raparperiirakan kanssa. Innokkaat lähtivät vielä lenkille illan päätteeksi.

Alkukesä näytti vähän huonolta, oli kylmää ja mikään ei lähtenyt kunnolla kasvuun. Sitten tuli helle ja kuivuus, sadetta ei vaan joka kolkkaan riittänyt. Mutta sitten! Kukkapellossa alkoi näkyä sinistä ja kohta auringonkukatkin jo availivat kukkia, toivat iloa ohikulkijoille. Ja sai niitä käydä sieltä poimimassa omaan maljakkoonkin. Kasvattamiamme kukkia oli koristeena elokuun lopun venetsialaisissa, jonne teimme kasvissosekeittoa myyntiin. Meillä juhlistettiin teltan koristelussa Suomen luonnon päivää eli koristeissa oli pääasiassa käytetty luonnosta kerättyjä kukkia, oksia, varpuja sekä maisemapellon kukkia. Lisäksi koristeissa oli kasviksia ja juureksia omasta maasta. Yrittäjien järjestämällä syystorilla vietimme suomalaisen ruuan päivää ja olimme myymässä ruispuuroa. Jälleen koristeena käytettiin maisemapellon kukkia. Koristeet saivat paljon positiivista huomiota molemmissa tapahtumissa.

Syyskuun puolivälin tienoilla pidimme potunnostotalkoot. Kyllä pottuja enemmän saatiin maasta nostettua kuin keväällä sinne mullan alle piilotimme. Koko ei päättä huimannut, kooltaan olivat ”hyviä keitikäs pottuja”. Kasvissosekittoon emme näitä pottuja käyttäneet vaan niitä käytettiin Viljakansaaren kirkkopyhän pottulimppuihin ja osa lahjoitettiin eteenpäin. Samalla keräsimme kukkapellosta kimppeja itsellemme, kun kukat olivat vielä hyviä. Kiitos Katjalle tämän kesän kasvunilosta ja kasvuniloa myös ensi vuodelle!

Satu Valtonen, Viljakansaaren MKTS

ILOLLA YHDESSÄ

Muistutus: Tule mukaan 100-vuotisjuhlan näyttelyyn!

Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaiset juhlivat tänä vuonna 100-vuotista taivaltaan, ja juhlan yhteydessä järjestämme näyttelyn, jossa tuodaan esiin yhdistystemme rikasta historiaa ja toimintaa vuosien varrelta. Muutamat yhdistykset ovat jo toimittaneet upeita esineitä ja tarinoita – lämpimät kiitokset niistä! Jos oma yhdistyksenne ei ole vielä ehtinyt osallistua, nyt on vielä erinomainen hetki tulla mukaan.

Näin osallistut juhlanäyttelyyn: Valitkaa yhdistyksenne toimintaan liittyvä esine tai asia, joka kertoo jotakin teille merkityksellisestä tapahtumasta, tempauksesta tai perinteestä (esim. Impinpäivä, resepti, esite, kuva, käsityö, konkreettinen tavara jne.). Kirjoittakaa lyhyt tarina (½–1 sivua) esineeseen liittyen – mistä on kyse, milloin ja miksi se on tärkeä yhdistyksellenne. Ottakaa valokuva esineestä.

Lähettäkää kuva ja tarina Katjalle viimeistään **2.11.2025** sähköpostitse osoitteeseen: katja.rissanen@mkn.fi

Huom! Kaikki toimitetut tarinat ja kuvat tulevat esille 100-vuotisjuhlan näyttelyyn, joka järjestetään vuoden 2025 vuosikokouksen yhteydessä.

Materiaalit taltioidaan myös digitaaliseen arkistoon, osaksi yhdistystemme yhteistä historiaa.

Tehdään yhdessä juhlanäyttelystä elävä ja monipuolinen kuva Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaisten 100-vuotisesta matkasta!



Kuva: Katja Rissanen

Järjestö

KASVUNILOA!

Kasvuniloa- hanke toimii Vee´jakajan Leaderin alueella (Kangasniemen, Mikkelin, Mäntyharjun, Pieksämäen ja Puumalan kunnat.) Kevät oli täynnä tekemistä ja innostusta. Kevään aikana laadittiin kesäkurpitsan kasvatusopas, joka oli tärkeä apuväline kevään istutustapahtumissa. Oppaan avulla koululuokat ympäri hankkeen toiminta-alueen osallistuivat Kesäkurpitsa-haasteeseen.

Kesäkurpitsat kylvettiin keväällä kouluissa, ja taimet jäivät aluksi luokahuoneisiin kasvamaan. Jokainen oppilas sai oman oppaansa, jossa kerrottiin selkein ohjein, miten taimea hoidetaan ja milloin sekä mihin se tulisi istuttaa. Kesällä vastuu taimien hoidosta siirtyi perheille, jotka huolehtivat niistä parhaansa mukaan ja pyrkivät saamaan satoa. Lapset olivat innolla mukana ja pitivät huolta pienistä taimistaan.

Toukokuu toi tullessaan myös muuta toimintaa: järjestimme vieraslajitietoa ja talkoita, kylvimme maisemapellon Puumalaan sekä perustimme yhteisöperunamaan, joka innosti kyläläisiä yhteiseen tekemiseen.

Elokuun lopulla teimme yhdessä Koittilan kyläkoulun oppilaiden kanssa maatilavierailun Pyyvin tilalle Kangasniemelle, jossa viljellään kesäkurpitsaa ja perunaa sekä kasvatetaan ylämaankarjaa. Päivä oli täynnä elämyksiä: lapset pääsivät yhdessä emäntä Marjon kanssa keräämään kesäkurpitsoja ja nostamaan perunoita, joita sai kotiin vietäväksi pienissä pusseissa. Tilalla tutustuttiin myös eläimiin isäntä Arton opastuksella.



Kuva: Katja Rissanen

Vierailupäivän kruunasi yhteinen lounas tilan pihapiirissä – kesäkurpitsakeitto ja talon lihapullat maistuivat kaikille.

Kasvuniloa-hankkeen kevät ja kesä toivat mukanaan paitsi uusia taitoja ja tietoa ruoan alkuperästä myös yhdessä tekemisen iloa niin lapsille kuin heidän perheilleenkin.



Ota yhteyttä

Katja Rissanen

Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@ mkn.fi

[Kesäkurpitsamestarin käsikirja –nettiversio](#)

[Kasvuniloa-hanke](#)

Ruoka

JUUREKSISTA MAKUJA ARKEEN

Peruna-suklaakakku

300 g jauhoista perunaa (kuorittuna)
200 g tummaa suklaata
4 kananmunaa
0,5 dl vahvaa kahviuomaa
1 dl mantelijauhoa
2,25 dl vehnä jauhoa
1 tl jauhettua kanelia
1 tl kardemummaa
200 g voita
2,75 dl sokeria
puolikkaan appelsiinin mehu ja raastettu kuori
2,5 rkl konjakkia

Koristeluun
sulatettua suklaata tai valmista suklaakastiketta
appelsiinilohkoja
perunalastuja

Kuori perunat ja keitä tai höyrytä ne kypsäksi. Soseuta kypsät perunat siivilän läpi painamalla tai sähkövatkaimella ja jäähdytä. Sekoita kuivat aineet keskenään ja sulata suklaa. Valmista kahvi. Erottele kananmunista keltuaiset ja valkuaiset. Vaahdota voi ja sokeri pehmeäksi vaahdoksi. Lisää keltuaiset mukaan yksitellen voimakkaasti vatkat. Lisää joukkoon perunasose, sulatettu suklaa, appelsiinin mehu ja kuoriraaste sekä kahvi ja konjakki. Sekoita joukkoon kuivat aineet. Vaahdota valkuaiset pehmeäksi vaahdoksi ja nostele taikinan joukkoon. Kaada taikina voideltuun 26 cm irtopohjavuokaan. Laita kakku 200-asteiseen uuniin ja laske lämpötilaa 175 asteeseen. Paista kakkua noin 45 minuuttia. Laske lämpötilaa, jos kakun pinta tummuu liikaa.

Tarjoile kakku sellaisenaan tai koristele suklaakuorrutuksella, appelsiinin lohkoilla ja perunalastuilla.

Rosmariini-punajuuret (G, M, V)

1 kg punajuuria
vettä
1 rkl merisuolaa
3 oksaa tuoretta rosmariinia
Liemi:
3 dl balsamiviinietikkaa
2 dl vettä
2 dl (ruoko)sokeria
3 oksaa tuoretta rosmariinia

Pese punajuuret ja laita ne kuorineen kattilaan. Lisää vettä niin, että punajuuret peittyvät. Lisää merisuola ja rosmariininoksat. Keitä punajuuria, kunnes ne ovat juuri ja juuri kypsiä. Valuta ja jäähdytä kylmän veden alla. Kuori punajuuret ja lohko ne suoraan lasipurkkiin.

Mittaa liemen ainekset kattilaan rosmariinia lukuun ottamatta. Keitä noin 10 minuuttia eli kunnes sokeri on sulanut liemeen.

Kaada kuuma liemi punajuurien päälle. Lisää purkkiin rosmariininoksat. Liemen pitää peittää punajuurilohkot kokonaan.

Sulje purkki ja säilytä jääkaapissa. Punajuuret ovat maistuvia jo seuraavana päivänä, mutta säilyvät viileässä 2–3 kuukautta.

Opetushallitus tukee

Maa- ja kotitalousnaisten toimintaa.



Kuva: Laura Riihelä

Ota yhteyttä

Katja Rissanen Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@ mkn.fi

Ruoka

KIINNOSTAVAT KURSSIT SYKSYLLE JA TULEVALLE TALVELLE



Kuva: Katja Rissanen

Lämpimät leivät uudella twistillä ☐☐

Lämmin leipä on täydellinen tarjottava syysiltoihin, illanistujaisiin tai vaikkapa metsäretken jälkeen. Kurssilla valmistetaan maukkaita täytettyjä leipiä ja patonkeja.

Kurssi tarjoaa monipuolisia ideoita, joilla tavallinen leipä saa uuden herkullisen roolin arjessa ja juhlassa.

Arjen vihreä voima

Uusien ruokasuositusten mukaan kasviksia tulisi nauttia 800 g päivässä. Tämä kurssi opastaa, miten kasviksia voi lisätä helposti ja maukkaasti arjen aterioihin. Opitaan pieniä niksejä ja vinkkejä, joilla perheenkin on helppo syödä enemmän vihanneksia

Kurssin tavoitteena on tehdä kasvien käytöstä helppoa, herkullista ja säännöllistä – arkeen ja juhlaan sopivaksi.

Pikkujoulun purtavat – makeaa ja suolaista

Opitaan valmistamaan pieniä, näyttäviä suupaloja, jotka sopivat pikkujouluihin, glögijuhliin ja talven tunnelmallisiin kokoontumisiin.

Kurssilla tehdään mm.:

- * suolaisia cocktail-paloja
- * lämpimiä pikkunyyttejä
- * helppoja makeita herkkuja, jotka kruunavat juhlapöydän

Kurssi on hauska tapa valmistautua pikkujoulukauteen – saat mukaasi reseptit ja vinkit tarjottujen suunnitteluun.

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.

Kurssien hinta 340€ + raaka-aineet

Ota yhteyttä

Katja Rissanen Ruoka- ja järjestöasiantuntija

Puh. 041 730 3397

Katja.rissanen@ mkn.fi

Opetushallitus tukee

Maa- ja kotitalousnaisten toimintaa.

Maisema

KYYVEDEN VALUMA-ALUETALKKARIN KUULUMISIA

Kyyvesitalkkarin pesti jatkuu uudessa hankkeessa nimeltä Kyyvesitalkkarin avulla valuma-alueet kuntoon. Kyyvesitalkkarina toimii edelleen ympäristöasiantuntija Eeva Lahtinen. Tavoitteena on hoitaa asiantuntijatyötä valuma-alueelähtöisesti ja tarkastella talkkarin palveluosioita, jotta palvelun tarjonta kohtaisi asiakasryhmän tarpeet. Lisäksi edistetään mm. edellisen hankkeen aikana herätetyn ojitussyhteisön vesiensuojeluhanketta Hauki-vuorella, jonne on suunniteltu kosteikko ja kaksitasouoma.

Kyseessä on tiedonvälityshanke, jossa verkostoituminen ja tiedon välittäminen erilaisten vuorovai-
kutuksien kautta parantaisi vesiensuojelua ja –
hoitoa. Toivottavaa olisi, että yhä useampi aktivoi-
tuisi ja hyödyntäisi meneillään olevaa hankkeen
tarjontaa. Kyyvesitalkkarin päätoimialue sijaitsee
Kyyveden valuma-alueella, mutta toimialue ulot-
tuu myös koko Veej'jakaja Leaderin alueelle. Ylei-
sen tason neuvonta on maksutonta; kohdekohtai-
sissa palveluissa hinta määräytyy sen mukaan,
sijaitseeko kohde hankkeen päätoimialueella Kyy-
veden valuma-alueella vai muualla Veej'jakaja
Leaderin alueella Etelä-Savossa. Palvelun hin-
noitteluun voi tutustua hankkeen sivuilta. EU-
osarahoitteisuus mahdollistaa hyvin edulliset hin-
nat hankealueella hankeaikana.

Hankkeen toteuttavat ProAgria Etelä-Savo ry ja
Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaiset ajalla

1.4.2025-31.3.2027. Yhteistyökumppanina on
Kyyveden osakaskunta. Hanke toimii Veej'jakaja
Leaderin alueella EU-osarahoituksella. Hanke on
jatkoa Kyyveden valuma-alue talkkarin pilottihan-
keelle.

Ota hankesivut seurantaan:

[Kyyvesitalkkarin avulla valuma-alueet kuntoon](#)



**Euroopan unionin
osarahoittama**



Ota yhteyttä!

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

Kyyvesitalkkari järjesti vesiteemaisen tapahtuman ja retkei-
lyn yhdessä Kyyveden osakaskunnan kanssa Kangasnie-
mellä, Luusniemen Elon talolla ja lähikosteikolla elokuussa
2025. Kuvat: Eeva Lahtinen



Maisema

KÄVELLÄÄN MAISEMASSA

Rakennettu perintö maisemassa - maisemapäivän kävely Juvan Pattoilla ma 20.10.2025

Vietämme kansainvälistä maisemapäivää tänä vuonna Juvalla, Pattoin perintötilalla. Tutustumme etenkin Pattoin rakennuksiin, arkkitehtuuriin ja rakennusten käyttötarkoituksiin.

Tervetuloa mukaan innostavalle retkelle perinteisen maatalouden aikakauteen! Kävelyn päätteeksi mahdollisuus syödä omat eväät laavulla. Reitin pituus n. 2km ja lyhyempi kävely n. 1km. Reittiin sisältyy myös epätasaista maastoa ja porraskelmia. Sateen sattuessa kävellään sateessa!

Järjestäjät Etelä-Savon maa- ja kotitalousnaiset, Riihisaaren museo ja Juvan kunta. Tapahtuma on osa kansainvälisen maisemapäivän viettoa ja Euroopan kulttuuriympäristöpäivien tapahtumia. Vapaa pääsy. Paikalle on opastus Kettulantieltä.

Ympäristöministeriö ja Opetushallitus tukevat

**Maa- ja kotitalousnaisten järjestämä
maisemakävelyä.**

Ota yhteyttä!

Saara Ryhänen,

maisema- ja ympäristöasiantuntija,

p. 040 4868 237 , saara.ryhanen@ mkn.fi



Kuva: Johanna Kuusisto

Maisema

VESIVIISAS MAASEUTU



Kuva: Iina Haikarainen

[Vesiviisas maaseutu –hanke](#)

Tietoa myös [Suomen metsäkeskuksen sivuilla](#)



Vesiviisas maaseutu –hanke järjestää Mikkelin Ristiinassa to 16.10.2025 klo 10-13 Salaojien huuhtelun työnäytöksen ja esillä on asiaa myös hautomokuoren käytöstä maanparannusaineena. Tapahtuma järjestetään yhteistyössä Pellolta pöytän näkyväksi –hankkeen kanssa.

Vesiviisas maaseutu on yhteinen tiedotushanke Suomen metsäkeskuksen ja Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu XAMKin kanssa. Vesistöjen valuma-alueilla on sekä metsiä että peltoja, joten niiden yhdistäminen samaan hankkeeseen on tarpeen.

Lisätietoa tapahtumasta: [Salaojien huuhtelutyönäytös](#)

Ota yhteyttä!

Saara Ryhänen,

maisema- ja ympäristöasiantuntija, p. 040 4868 237

saara.ryhanen@mkn.fi

NEUVO-PALVELUT YMPÄRISTÖKARTOITUKSIIN JA HOITOSUUNNITELMIIN

Teemme maisema- ja luontokohteiden sekä kosteikkojen kartoituksia ja hoitosuunnitelmia. Kartoitusten avulla selvitetään mahdollisuuksia maatalouden ympäristösopimusten hakuun.

Ruokaviraston tukemaa Neuvo-palvelua voivat hyödyntää kaikki maatilat, joilla on tilatunnus. Palvelulla voidaan tehdä kartoituksia maastossa tilan kohteilla tai tehdä selvittelyjä kirjoituspöytätyönä.

Kohteiden hoitosuunnitelmat voidaan tehdä Neuvo-palveluna, samoin ympäristösopimusalueiden hoitoa voidaan tarvittaessa tarkastella sopimuskauden aikana, esimerkiksi harvennuksia suunnitellessa.

Ruokaviraston Neuvo-avustus on 75 euroa/h ja palvelun hintaan lisätään 25 euron/h omavastuu.

Matkakilometrit korvataan kokonaan. Alv lisätään hintoihin ja sen saa myöhemmin vähentää verotuksessa. Jokaisella maatilalla on yhteensä 10 000 euron edestä Neuvo-palveluja käytettävissä.

Lisätietoa: [Neuvopalvelut](#)

maajakotitalousnaiset.fi/maisemapalvelut/

Ota yhteyttä!

Saara Ryhänen,

maisema- ja ympäristöasiantuntija, p. 040 4868 237

saara.ryhanen@mkn.fi

Eeva Lahtinen, ympäristöasiantuntija,

p. 050 470 3884

eeva.lahtinen@proagria.fi

PELLOLTA PÖYTÄÄN NÄKYVÄKSI –HANKKEEN TOIMINTAA

Matkailun monet mahdollisuudet maataloil-
le - työpajat

Haluaisitko kehittää maatilallesi uusia toiminta-
muotoja ja lisätuloja matkailusta? Tule mukaan
Pelloilta pöytään näkyväksi -hankkeen järjestämiin
työpajoihin, joissa ideoidaan ja suunnitellaan
maatila-ympäristössä tapahtuvaa matkailutoimin-
taa.

Aamu käynnistyy aiheen alustuksella, jossa kuulet
käytännön esimerkkejä päivän teemoihin liittyen.
Työpajassa ideoidaan ja lähdetään yhdessä ja
erikseen rakentamaan uusia tuotteita ja palveluita
aiheen ympärille. Teemoina voivat olla koulutus-
ja vapaaehtoismatkailu, paimenlomat, sekä tilan
omiin tuotteisiin liittyvät työpajat ja pop up -
tapahtumat. Päivän sisältö tarkentuu osallistujien
taustojen ja tarpeiden mukaan.

**6.11.2025 Navettavalkea Oy / VillaValkea, Toh-
majärvi**

**13.11.2025 Maatilamatkailu ja pitopalvelu Hert-
ta, Ruokolahti**

**26.11.2025 Putkisalonen Kartano / Väentupa,
Rantasalmi**

Tilaisuus kestää klo 8.45–12.30, paitsi Tohmajär-
vellä klo 8-45-13.30. Siellä käydään ensin tutustu-
massa Navettavalkean toimintaan ja jatketaan
työpajan muodossa VillaValkeassa.

Mukana työpajoissa on myös Saimaa lautasella -
hankkeen markkinoinnin asiantuntija.



Hinta 30 € + alv, sisältää aamu-
kahvin, kohde-esittelyn ja päivän
ohjelman. Työpaja päättyy oma-
kustanteiseen lounaaseen.

Tule mukaan oppimaan, verkos-
toitumaan ja rakentamaan maati-
lamatkailun uusia mahdollisuuksia!
Tarkempi ohjelma ja ilmoit-
tautuminen [tämän linkin kautta](#).

Lisätietoa hankkeesta:

[Pelloilta pöytään näkyväksi](#)

Ota yhteyttä!

Tarja Pajari

Yritysasiantuntija (matkailu)

p. 0400 183 064

tarja.pajari@ mkn.fi

Yritys

MAATALOUDEN KOKEILUTUKI

Onko sinulle tuttu Maatalouden kokeilutuki?

Leader -toimintaryhmien kautta on mahdollista hakea maaseudun yritykselle tai maatilalle pieniä kehittämisrahoituksia (100% rahoitus), joiden avulla yritys/maatila voi esim. kehittää omaa liiketoimintaansa (markkinointi, tuotekehitys ym.) tai maatilalla esim. kokeilla jotain uutta viljelykasvia tai –menetelmää.

Jos kiinnostuit näistä, ota yhteyttä Sanna Lento-Kemppiin tai Tarja Pajariin.

[Lisätietoa maatalouden kokeilutuesta](#)



NEUVO-PALVELUT APUNA YRITYSTOIMINNAN KEHITTÄMISESSÄ

Neuvo-palvelut apuna yritystoiminnan kehittämisessä

Maatila tai maatilakytkenäinen yritys voi hyödyntää Neuvo -palvelua, jos esimerkiksi on suunnitteilla suoramyyntin kehittämistä, raaka-aineiden jatkojalostamista, uusien jakelu- ja myyntikanavien etsimistä, liiketoiminnan kannattavuuden parantaminen tai on tarve kehittää reseptiikkaa, ruokapalveluja tai muutoin kehittää liiketoimintaa.

Ota yhteyttä!

Sanna Lento-Kemppi

Yritysasiantuntija, toiminnanjohtaja,

P. 050 476 6028

sanna.lento-kemppi@ mkn.fi

Tarja Pajari

Yritysasiantuntija (matkailu)

p. 0400 183 064

tarja.pajari@ mkn.fi

Katja Rissanen

Ruoka-asiantuntija

P. 041 7303397

katja.rissanen@ mkn.fi

Neuvo -palveluvalikoimassa on myös teema ”Maatilojen muutoskestävyys”, jonka osana voidaan toteuttaa mm. hyvinvointiin, jaksamiseen ja verkostoitumiseen liittyviä toimenpiteitä, tapahtumia. Kysy lisää näistä Neuvo -palvelusta meidän MKN asiantuntijoilta Sanna Lento-Kempiltä, Tarja Pajarilta ja Katja Rissaselta

[Maa- ja kotitalousnaiset, NEUVO-palvelut yrityksille](#)

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 unohdamatta.

Kokeiluja ja hyviksi havaittuja, arkisia tai juhlevia ruokaohjeita on joka lehdessä. Ravitsemus- ja terveystutkimme ovat tutkittuun tietoon perustuvia.

Lukijoitamme innostavat käsityöt, askartelu ja puutarhanhoito. Lehdessä luetaan vinkit arkeen ja juhlaan, kodinhoitoon ja sisustukseen.

Koti ja maaseutu on Maa- ja kotitalousnaisten ammatti- ja järjestölehti. Se tukee tehokkaasti Maa- ja kotitalousnaisten neuvonnan ajankohtaisia teemoja. Lehtemme tavoittaa kuukausittain noin 23 000 lukijaa.

**Koti- ja maaseutu -lehti kes-
totilaus 12 kk (7 lehteä, 8
nroa) kotimaa 59eur**

Määräaikaistilaus

69 €/8 numeroa

**Tutustumistilaus 39€ /4 nu-
meroa**

Irtonumeron hinta 9 €

Tilaa heti tänään!

P. 043 827 3405

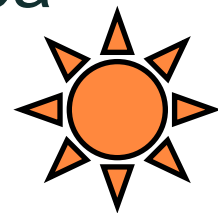
toimitus@ kotijamaaseutu.fi

<https://kotijamaaseutu.fi/>

Vinkki:

Lehti on tilattavissa
myös ulkomaille!

Maa- ja kotitalousnaisten verkkokauppa on uudistunut



Maa- ja kotitalousnaisten verkkokaupan varasto ja toimitukset ovat siirtyneet Porvoon Kirjakeskukseen. Pääset uuteen verkkokauppaan [TÄSTÄ LINKISTÄ](#)

Etelä-Savon Maa- ja kotitalousnaisten piirikeskus

Mikonkatu 5, 50100 Mikkeli

<https://etela-savo.maajakotitalousnaiset.fi/>

Ota yhteyttä!

Asiakaspalvelu ja jäsenasiat Marjo Laitinen, p. 0400 261094 marjo.h.laitinen@proagria.fi

Toiminnanjohtaja Sanna Lento-Kemppi, p. 050 476 6028 sanna.lento-kemppi@mkn.fi

Ruoka- ja järjestöasiantuntija Katja Rissanen, p.041 730 3397 katja.rissanen@mkn.fi

Maisema- ja ympäristöasiantuntija Saara Ryhänen, p.040 4868 237 saara.ryhanen@mkn.fi

Ympäristöasiantuntija Eeva Lahtinen, p. 0504703884 eeva.lahtinen@proagria.fi

Yritysasiantuntija Tarja Pajari, p.0400 183 064 tarja.pajari@mkn.fi



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET