



**MEILLE
MAISTUU
ARKI**

14.11.2024

**Katja McQueen-Winberg
Heli Similä**



Meille maistuu arki -hanke

- Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA)
- 2024-2026
- Pohjois-Pohjanmaan Martat Ry
- Mukana myös Keski- ja Etelä-Pohjanmaan Martat sekä Lapin Martat.
(Oulu, Kempele, Ylivieska, Kuusamo, Suomussalmi, Puolanka, Vaasa, Seinäjoki, Kokkola, Rovaniemi, Kemi, Tervola, Kemijärvi ja Sodankylä)



Toiminta

- Viedään Marttojen kotitalousneuvontaa sinne, missä ruoka-avun asiakkaita kohdataan.
→ uudenlainen toimintamalli.
- Lisäämme kohderyhmän toimintakykyä ja osallisuutta kotitalousneuvonnalla.
- Kehittämme yhteistyötä ruoka-avun kentällä sekä ruoka-aputoimijoiden ja Marttojen ammatillisen neuvonnan välillä.



Hankkeen yhteistyökumppanit

- SPR Oulun, Lapin ja Länsi-Suomen piirit
- Oulun seurakuntayhtymä, Kokkolan seurakunta
- HDL (Prikka kiertoon –toiminta)
- Kempeleen seurakunta
- Useampi muu toimija Oulun alueella



Kohderyhmä

- Ruoka-avun asiakkaat: erityisesti yhden henkilön taloudet sekä vähävaraiset lapsiperheet, maahan muuttaneet
- Ruoka-aputoimijat hankkeen toiminta-alueella
- Vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet





Neljä päätavoitetta



Tavoite 1

Jalkautuva marttatyö: kehitämme uutta neuvonnan muotoa siellä missä avuntarvitsija saa ruoka-apua

Matalan kynnyksen avoimet tapahtumat ja ruokakurssit: avuntarvitsijat pääsevät osallistumaan ruoanlaittoon ja syömään yhteisöllisesti

- Tulos:

Jalkautuva toimintamalli Marttajärjestön käyttöön.

Osallistuja kokee, että on saanut vahvistusta arjen tietoihin ja taitoihin



Tavoite 2

Ruoka-avun asiakkaiden arjen taitojen ja osallisuuden vahvistaminen pidempikestoisella ryhmätoiminnalla ja yksilöneuvonnalla

Aiheina: ruoka, ravitsemus, talousenhallinta, säilöntä ja luonnontuotteet

- Tulos:

Edistetään kohderyhmän osallisuutta, arjen taitoja ja tietoa terveellisemmästä ruoasta



Tavoite 3

Yhteistyön lisääminen ja uusien yhteistyömuotojen kehittäminen ruoka-aputoimijoiden kanssa

Yhteiset kehittämispäivät ja yhteistyöpalaverit

- Tulos:

Kehitetään Marttojen neuvontatyötä osaksi ruoka-aputoimijoiden toimintaa ja asiakastyön tueksi



Tavoite 4

Kehitetään järjestöjen välistä matalan kynnyksen vapaaehtoistoimintaa ruoka-avun piirissä

Vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneiden kouluttaminen

Erityisesti marttojen, ruoka-aputoimijoiden ja ruoka-avun tarvitsijoiden kouluttaminen avuksi avoimissa ruoanlaitto kursseissa

- Tulos:

Tarvitsijasta tulee toimija

Tarjotaan uusia vapaaehtoistoiminnan malleja





1 JALKAUTUVA NEUVONTA

Kohtaamisia ja kotitalousneuvontaa siellä missä ruoka-apua jaetaan.



3 RYHMÄTOIMINTA JA YKSILÖNEUVONTA

Pidempikestoista ohjausta arjen taitoihin asiakkaiden toiveiden ja tarpeiden mukaan.



2 AVOIMET TAPAHTUMAT

Yhteisiä ruoanlaitto-tilaisuuksia ja muita matalan kynnyksen tapahtumia, joihin on helppo osallistua.



4 VAPAAEHTOIS- TOIMINTA

Koulusta ja uusia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneille.



Ajankohtaiset

- Neuvontatilaisuudet ja avoimet tilaisuudet ovat alkaneet
- Ryhmätoiminnan pilotti alkaa tässä kuussa
- Tilaisuudet löytyvät ruoka-apu.fi sivustolta
- Luomme uutta vapaaehtoistoimintaa ruoka-avun kentällä, kaikille kiinnostuneille.
- Keväällä on tulossa yhteistyössä Oulun Prikka kiertoon –hankkeen kanssa ruoka-aputoimijoiden kehittämispäivä sekä heille suunnattua koulutusta hävikin hyödyntämisessä
- Ensi vuoden alussa keskitymme ryhmätoimintaan ja yksilöneuvontaan sekä avoimiin ruoanlaittokursseihin



Tähän mennessä

- 32 tilaisuutta (25 jalkautuvan neuvonnan ja 7 avointa tilaisuutta)
- Lähes 500 kohdattua henkilöä
- Oulussa, Kuusamossa, Puolangalla Ylivieskassa ja Kempeleessä
- 10 vapaaehtoista tilaisuuksissa mukana



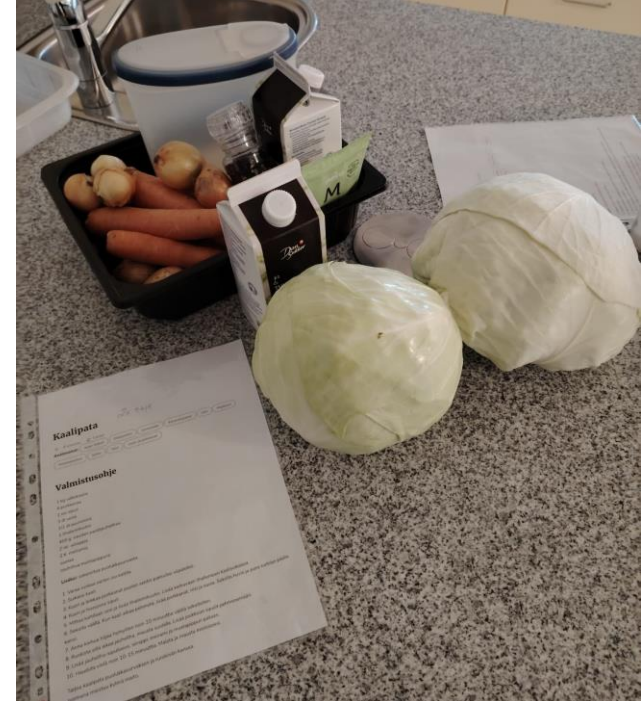
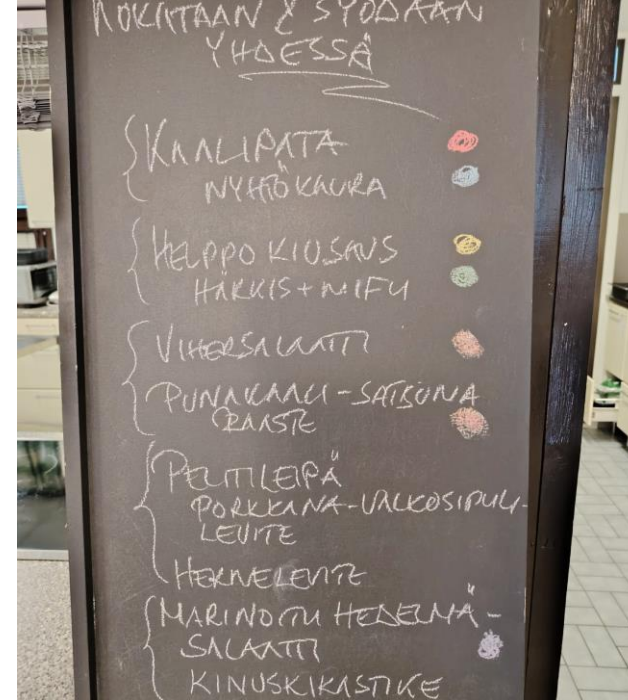
Kokemuksia

- Lähes 100% kohtaamamme henkilöt ovat kokeneet saavansa uutta tietoa ja käytännön vinkkejä
- Meidät on otettu hyvin vastaan
- Kohtaamiset eroavat riippuen siitä onko kassijakotilaisuus tai yhteisöllinen ateria
- Me tulemme tutuksi, kun käymme useamman kerran samassa tilaisuudessa



Asiakkaan toiveita

- Arkisia, edullisia ja terveellisiä reseptejä
- Kokkauskursseja
- Ruoanlaittoa yhdessä
- Neuvoa hävikin hyödyntämisessä
- Ruokalistan suunnittelua
- Säilöntä ja leipäjuuri vinkkejä
- Taloudenhallinta ohjeita
- Oppia luonnontuotteista ja niiden käyttämisestä
- Suomenkielen oppimista



Yhteystiedot

Heli Similä

heli.simila@martat.fi

041 311 8802

Katja McQueen-Winberg

katja.mcqueen-winberg@martat.fi

044 248 4519

<https://www.martat.fi/pohjois-pohjanmaa/>



Kiitos