

Detta meddelande går ut till alla medlemmar med e-post i Åbo Svenska Marthaförening.

Hej Åbomartha!

God fortsättning på det nya året! Hoppas batterierna är laddade inför en ny marthasåsong, för nu kör vi! Kom med!

Pyssel på Blingi

Onsdag 4.2, kl. 17.30 till ca 20 går vi på kurs på Helmikauppa Blingi, Humlegårdsgatan 5. Man kan tillverka både smycken och snygga reflex. Föreningen subventionerar priset, så det kostar 15 euro att delta plus materialkostnader (man kommer långt med 15 euro, enligt kursledaren). Allt betalas på plats. Mimmi på Blingi pratar finska men vi pysslar på de språk vi kan bäst och blandar friskt. Max 15 personer får plats. Anmäl dig senast 27.1 till abomarthaforening@gmail.com. Mera info om Blingi: <https://blingi.fi/>

Klimakteriecirkel

I februari startar vi en klimakteriecirkel med fem träffar. Under träffarna tar vi upp olika teman kring klimakteriet och pratar om hur det påverkar hälsan och livskvaliteten.

Klimakteriecirkeln är en studiecirkel, vilket innebär att vi deltagare lär oss tillsammans, utan att någon är expert. Syftet är att öka förståelsen för klimakteriet och skapa en trygg miljö för att dela erfarenheter, ställa frågor och stötta varandra. Åbomarthan, arbetslivscoach Daphne Jensen håller i trådarna.

Studiecirkelmaterialet har tagits fram av SFV och Folkhälsan och innehåller texter, videor, diskussionsfrågor och praktiska tips. Temana sträcker sig från hormoner och symptom till sömn, återhämtning, kost, motion, sexualitet, relationer och välmående i arbetslivet.

Du som är i klimakteriet eller i pre-klimakteriet och vill delta på alla fem träffar är hjärtligt välkommen med. Anmäl dig till Daphne Jensen via daphne.m.jensen@gmail.com senast 18.2.2025. Platserna fylls i anmälningsordning, max 10 deltagare.

Träffarna hålls på Marthakansliet, Auragatan 1G, kl. 18.00-19.45 följande onsdagar: 25.2, 4.3, 18.3, 1.4, 15.4. Vi bjuder på klimakteriesmart kvällste.

Vårsalong

Lördag 28.2, kl. 15.00 till ca 17 blir det igen vårsalong inför Kvinnodagen tillsammans med Åbo-Unionen och Kvinnliga Akademiker i Åboland. Detta i Åbo svenska teaters café Tiljan (ingång genom vanliga huvudingången).

Programmet:

EU-parlamentariker Li Andersson talar om hur bakslaget mot jämställdheten syns i politiken. Därefter blir det paus, varpå Emma Klingenberg sjunger Tove Jansson-sånger ackompanjerad av en pianist.

OBS! Förhandsanmälan krävs! Deltagandet är gratis för den som är medlem i någon av de tre arrangörsföreningarna (annars 10 e). Anmäl dig genom att e-posta: abounionen@gmail.com och ange ditt namn, samt nämn att du är medlem i Åbomarthona. De ca 100 platserna fylls i anmälningsordning.

Lunch

Marthornas lunchsällskap träffas nästa gång tisdag 20.1, kl. 13.00 på Suomalainen Pohja, Auragatan 24. Lunchen (14,50) bekostar man själv. Hör gärna av dig till Vonne på förhand om du vill delta: vonne.paananen@gmail.com eller tel. 050 35 11 997. Alla varmt välkomna!

Stickcaféer

Vårens Stickcaféer hålls enligt följande: ons 21.1, to 19.2, ons 11.3, to 9.4, tis 28.4, to 21.5, kl. 18–20 på Marthakansliet, Gillesgården, Auragatan 1G (inne på gården, vån. 2).

Ta med eget handarbete och kom med och trivs tillsammans. Stickcaféet är gratis, ingen anmälan krävs, också icke-marthor är hjärtligt välkomna! Föreningen bjuder på kaffe/te med dopp.

Årsmöte

Marthaföreningens årsmöte hålls tisdag 24.2, kl. 18.00 på Luckan. Alla välkomna, fastlagsbulle på menyn. En riktig möteskallelse kommer småningom.

Konstmuseet

Söndag 15.3, kl. 15.00 deltar vi tillsammans i den allmänna svenska guidningen på Åbo konstmuseum. Utställningen är Sandra Kantanens "Mellan landskap". Var och en betalar inträdet själv (museikort går också), guidningen ingår i priset. Mera om utställningen:

<https://turuntaidemuseo.fi/sv/nayttelyt/sandra-kantanen-2>

Förbundsmöte

Lördag 25.4 åker vi i gemensam åboländsk buss till Marthaförbundets årsmöte i Ekenäs. Vi har sökt föreningsstöd för busskostnaderna, ännu inget svar. Vi siktar på att inte stanna över natt som tidigare år, utan åka buss hem efter kvällsfesten. Reservera gärna datumet i kalendern, mera info kommer.

Övrigt

Annat som vi har under planering men som ännu inte är riktigt fallit på plats är bland annat matcha-workshop. Matcha är ett slags te. Vi utreder också möjligheten att lära oss mera om beredskap i vardagen, samt att åka på en kortare utfärd i något skede. Och förstås ska vi fira vår förenings födelsedag med traditionell vårfest, datum är ännu inte fastslaget.

Som vanligt får du gärna höra av dig med tips och idéer på kommande program! Eller kanske du vill engagera dig i styrelsearbetet? Hör av dig!

Hoppas du håller dig frisk från flunsan / influensan och att vi ses snart! Ha det gott tills dess!

Hälsningar,

Mia H och resten av styrelsen.

Mia Henriksson

Ordförande i Åbo sv. Marthaförening

tel. 040 577 1713, e-post: abomarthaforening@gmail.com

Följ gärna: www.facebook.com/abosvenskamarthaforening och
www.instagram.com/abomartha