Martha
HELSINGFORS

Årsberättelse 2019

EN BÄTTRE VÄRLD – EN VARDAG I TAGET

Välkommen till Helsingfors svenska Marthaförening!

Denna årsberättelse är en tillbakablick på året som gått. Vi hoppas att den hjälper dig som funderar på att bli medlem att hitta den krets som passar just dig. Om du har frågor, kontakta gärna personalen (kontaktuppgifterna hittar du på baksidan), de finns till för dig och dina frågor!

Finlands svenska Marthaförbund är vår takorganisation. Marthaförbundet ger ut medlemstidningen Martha sex gånger per år, sänder dig din medlemsfaktura och ordnar evenemang runtom i Svenskfinland.

Helsingfors svenska Marthaförening, som är ett av de 13 distrikt som hör till Marthaförbundet, ordnar program för såväl marthor som icke-marthor i sina två möteslokaler; Hemvrån (mötesutrymmen) på Simonsgatan 12 och Kokvrån (undervisningskök) på Stora Robertsgatan 43.

Föreningens verksamhetsledare och informatör finns i kansliet på Simonsgatan 12 A 5 måndag–torsdag kl. 10–15 och de svarar på dina frågor per telefon och e-post.

Välkommen med i marthaverksamheten!

Riitta Sittnikow, Kira Röntynen, Maria Rajalin, Katarina Brommels, Camilla Komonen, Annika Långstedt och Anna-Maria Brandt under LadyMarthas julfest.

Innehåll

4 Ordföranden har ordet

5 Verksamhetsledaren har ordet

7 Verksamhetsåret 2019

11 Föreningens ordinarie verksamhet

26 Sammandrag av kretsarnas verksamhet

35 Beviljade anslag och erhållna medel

36 Understöd betalade till välgörenhet

37 Styrelsens tack

38 Resultaträkning

39 Balansräkning

Martha
HELSINGFORS

Fotografierna i denna publikation är tagna av Malin Öhman, Jenna Matintupa, Sara Forsius, Vanessa Forstén, Kimmo Levonen, Tina Bergman.

Helsingforsmartha – varifrån kommer du och vart är du på väg?

En rörelse som levt i över 120 år har mycket i bagaget. Och ur det bagaget finns det mycket att ge. Men det finns också alltid plats för nytt. Jag har funderat en hel del på hur Helsingforsmartha ska se ut inom den närmaste framtiden – hur vår förening, vårt samhällsuppdrag och vårt samhällsansvar ska se ut. Hur vill vi att vår förening ser ut om 50 år, 30 år, 20 år, 10 år, inom de närmaste åren, idag? Vad vill vi behålla, hur vill vi utvecklas, vad vill vi att ska fortsätta som förut, vad är det nya vi vill ta in, vad vill vi bevara? Hur ser föreningsmedlemskapet ut i framtiden? Finns föreningsmedlemmar i traditionell bemärkelse i framtiden?

Våra stadgar stipulerar att "Föreningen arbetar för att alla hem och familjer skall ha kunskap och övriga resurser att främja balans i vardagen och en hållbar utveckling, såväl ekonomisk, ekologisk som social." På vår hemsida står det att marthor är alla som vill vara med och jobba för en bättre värld genom medvetna val i vardagen. Vi skriver också att vi främjar vardagskurage och är med om att skapa en bättre värld för alla. Det gör vi genom att lyfta fram det enkla vardagslivet, vardagsglädjen och tar små steg för en bättre värld, en vardag i taget.

Det låter så enkelt då man läser det, men kan emellanåt vara, ack, så svårt. Det viktiga, tycker jag, är att vi inte släpper våra rötter och stadgan i marthatillvaron – medmänskligheten. Det är inte svårt, det krävs inte så mycket av var och en att vara medmänsklig.

Föreningens vision för år 2020 är "En medmänskligare värld, en vardag i taget". Vi talar om marthamänsklighet, för det är det vi har gjort i över 120 år, idkat marthamänsklighet.

Vad betyder medmänsklighet? Att vara medmänsklig innebär att ha empatiförmåga, att kunna gå i någon annans stövlar, stora som små, trasiga som hela, av olika kulör och olika former. Jag upplever att Helsingforsmartha lyckats med att gå i all världens stövlar, men vi kan alltid bli bättre. Jag läste någonstans att medmänsklighet öppnar våra hjärtan och gör oss lyckligare. Det tror jag på. Att dela med sig av sin tid, kunskap och göra goda marthagärningar får oss och omgivningen att må bättre.

Föreningen hade en mångårig, företagsam och klok ordförande, Aili Wessberg-Lindfors, vars ordförandeskap sträckte sig från 1918 till 1962. När Aili år 1962 i en ålder av 80 år lämnade ordförandeskapet var hennes avslutande ord en eloge för marthorna i alla tider: "Tjäna livet och tro på det godas seger". Jag tycker det låter bra fortfarande. Vi tror på det goda, vi tror på framtiden och vi GÖR goda gärningar genom vår verksamhet, både för oss själva och för andra.

Jag tackar styrelsen, kanslipersonalen och alla helsingforsmarthor för ett finfint marthaår och ser fram emot ett återigen marthamänskligt år 2020. Tillsammans är det så mycket roligare!

Varmaste marthahälsningar
Camilla

Marthor och jubileum

År 2019 var hela martharörelsens jubileumsår vilket firades på två språk hela året. Helsingforsföreningen fick vara med och både planera och förverkliga en del av firandet. I föreningen firades också martharörelsens 120 år genom bland annat världens största marthakväll i Hemvrån med härlig marthagemenskap.

Vi ordnade en jubileumsfest i samband med Marthaförbundets och Marttaliittos årsmöten. Vi bjöd på en fest med högklassigt program och Helsingforsmarthorna bjöd också på sig själva. Föreningens ordförande Camilla Komonen, tillsammans med Primamedlemmen Nina Fabricius ställde upp som sprudlande konferencierer för kvällen. Elvorna stickade över 300 äggvärmare och Primorna koordinerade lotteriet, som samlade in över 1000 euro till förmån för vår systerorganisation Centrs Martas i Riga. Överhuvudtaget var det engagemang och frivilliginsatser som präglade hela festen. Jag fick arbeta fram vårmötesfestligheterna med ett glatt gäng med strålande idéer och viljan att förverkliga idéerna med allt från våningsvärdinnor, placeringskartor till bordsdekorationer. Ett stort tack till er alla som var med, till er som donerade lotterivinster och till sponsorerna som möjliggjorde att festen blev en liten guldkant i vardagen!

Marthatorget i september var också ett evenemang fyllt av Marthakraft. Det är en ynnest att få arbeta för något man själv tror på och att få möjliggöra möten kring aktuella och viktiga ämnen som till exempel under år 2019 en giftfriare vardag, cirkulär ekonomi, hållbara placeringar och klädbyte.

På personalsidan har det dykt upp ett nytt ansikte under året; Malin Öhman, som vikarierar informatör Jenna under hennes föräldraledighet. Jag önskar Malin varmt välkommen till föreningen och är glad att få ha en härlig kollega att jobba tillsammans med.

I skrivande stund planerar vi för fullt föreningens eget 120-årsfirande som inleds i mars 2020. Vi går alltså från ett jubileum till ett annat. Jubileumsfirandet ger också en möjlighet att stanna upp och glädjas över allt det Helsingforsmarthorna åstadkommit. Vi strävar hela tiden efter att bli bättre och en förening ska ständigt utvecklas – men det är också bra att stanna upp och glädjas över det man lyckats med och är stolt över.

För egen del är jag stolt över att vi som förening kan möjliggöra marthagemenskap, det som alltid lyfts fram då man frågar vad som är viktigast med marthaverksamheten. Det syntes också tydligt under året på föreningens många kulturevenemang och inte minst på Marthabrunchen i november.

Till sist vill jag passa på att tacka alla våra finfina kursledare för era insatser under år 2019!

Tillsammans fortsätter vi att arbeta för en bättre värld, en vardag i taget.

Varma marthahälsningar,
Maria

Camilla Komonen och Åsa Mattsson möter besökare på Marthatorget på Senatstorget i september.

Verksamhetsåret 2019

STYRELSEN 2019

Styrelsen höll sitt konstituerande möte den 15 januari. Som första vice ordförande fortsatte **Lisbeth Ahjopalo** och som andra vice ordförande **Annika Knekt-Ahtinen**. Föreningens verksamhetsledare **Maria Rajalin** utsågs till styrelsens sekreterare och kassör. Styrelsen sammanträdde sju gånger under året och höll även en planerings- och inspirationsdag.

STYRELSEN 2019

		Period
Camilla Komonen	ordförande	18–19
Ordinarie	**Ersättare**	
Lisbeth Ahjopalo	Agneta von Wetter-Rosenthal	18–19
Annika Knekt-Ahtinen	Catharina Grotenfelt	18–19
Annika Linder-Airava	Nikoline Stenman-Möller	19–20
Alexandra Ohls	Yvonne Wilén	19–20
Riitta Sittnikow	Nina Henriksen	18–19
Nina Tallberg	Carita Glasgow	19
Marie-Louise Tapper	Nina Lindeman	19–20

Fr.v. Agneta von Wetter-Rosenthal; Pangbrudarna, ersättare, Lisbeth Ahjopalo; Plusmarthorna, Marie-Louise Tapper; Smartorna, Camilla Komonen; ordförande, Alexandra Ohls; Gryzi, Nina Tallberg; Wellness, Annika Linder-Airava; Ulrikamarthorna. På bilden saknas ordinarie styrelsemedlemmar Annika Knekt-Ahtinen; Havsfruarna och Riitta Sittnikow; Elvan.

VÅRMÖTET

Föreningens vårmöte hölls den 26 mars 2019 i Hemvrån. **Vilhelmina Öhman**, chefredaktör för Astra, inledde kvällen med att tala om #metoo, klimatkrisen och framtiden och hos vem ansvaret för framtiden ligger. Mötet inleddes sedan med Marthasången till pianoackompanjemang av **Roland Brandt**, varefter ordförande **Camilla Komonen** hälsade välkommen och öppnade mötet. I vårmötet deltog 21 medlemmar.

Styrelsens verksamhetsberättelse och bokslut jämte revisionsberättelse för år 2018 föredrogs och godkändes. Styrelsen beviljades ansvarsfrihet för redovisningsåret.

En valberedning bestående av **Nina Fabricius**, **Lotta Himonas** och **Marianne von Knorring** tillsattes, med en mandatperiod från vårmötet 2019 till vårmötet 2020.

HÖSTMÖTET

Föreningens höstmöte hölls den 29 oktober 2019 i Hemvrån. **Mari Pennanen**, verksamhetsledare på Svenska studieförbundet, inledde kvällen med att tala om hur föreningar kan hållas livskraftiga och engagera unga i framtiden. Till föreningsordförande för åren 2020–2021 återvaldes enhälligt **Camilla Komonen**. Camilla Komonen tilldelades även stora Silvermärket för sitt stora Marthaengagemang.

STYRELSEN 2020

Ordinarie	**Ersättare**	**Period**
Camilla Komonen	ordförande	20–21
Lisbeth Ahjopalo	Agneta v. Wetter-Rosenthal	20–21
Annika Knekt-Ahtinen	Nora Ridgewell	20–21
Annika Linder-Airava	Nikoline Stenman-Möller	19–20
Alexandra Ohls	Yvonne Wilén	19–20
Riitta Sittnikow	Nina Henriksen	20–21
Nina Tallberg	Åsa Sundqvist	20
Marie-Louise Tapper	Nina Lindeman	19–20

Till revisor återvaldes CGR **Eva Bruun** och till hennes ersättare CGR **Rabbe Nevalainen**. Till verksamhetsgranskare för år 2020 återvaldes **Anna Ehrnrooth** och till vice verksamhetsgranskare **Gunilla Nykopp**.

MEDLEMMAR

Vid utgången av år 2019 hade föreningen 970 medlemmar mot 960 år 2018.

Helsingfors svenska Marthaförening r.f.

	Med-lemsantal	**Varav kvinnor**	**Varav män**
Under 20 år	2	2	0
20–30 år	24	24	0
31–40 år	149	148	1
41–50 år	239	233	6
51–65 år	227	224	3
Över 65 år	330	330	0
Medlemsantal 31.12.2019	**970**	**960**	**10**

Medlemmarnas medelålder 57.1

Världens största marthakväll i Hemvrån i januari.

REPRESENTANTER

I Marthaförbundet och andra närstående organisationer:

Finlands svenska Marthaförbund rf:s centralstyrelse
Camilla Komonen, ordinarie
Camilla Vitzthum, ersättare

Delegationen för Helsingfors svenska Bostadsstiftelse
Annika Knekt-Ahtinen

KANSLIET

Kansliet i Hemvrån, Simonsgatan 12 A, var öppet måndag–torsdag kl. 10–15. På kansliet jobbade **Maria Rajalin** som verksamhetsledare och **Jenna Matintupa** som informatör fram till sin föräldraledighet i maj. **Malin Öhman** anställdes som vikarierande informatör från och med augusti. **Kira Röntynen** har som timanställd värdinna fr.o.m 1.9 skött om Kokvrån.

Föreningens bokföring sköttes av Greenstep Oy och kapitalförvaltningen av Aktia Bank Abp och Evli Bank Abp.

MÖTESLOKALERNA

Möteslokalen **Hemvrån** utnyttjades flitigt för kretsmöten, kurser och programkvällar. Undervisningsköket **Kokvrån** på Stora Robertsgatan användes både för matlagning och för regelrätta möten.

Kretsträff i Hemvrån på Simonsgatan 12.

Föreningens ordinarie verksamhet

FÖRENINGENS ORDINARIE VERKSAMHET

Under året ordnades följande föreläsningar och utfärder, öppna för både marthor och icke-marthor.

21.1 Den giftfria vardagen, 17 deltagare

Ekologirådgivare på Marthaförbundet, **Anita Storm**, besökte Hemvrån i januari för att föreläsa om plast och hur vi i vardagen kan minska på plastanvändningen. Vi tillverkade också bivaxdukar tillsammans.

31.1 Världens största marthakväll, 80 deltagare

Startskottet för marthornas 120-årsjubileum, världens största marthakväll, gick av stapeln den 31 januari. Marthor överallt i Finland samlades för att fira tillsammans och i Hemvrån sammanstrålade 80 marthor för en kväll med gemenskap, mat och skål för föreningens 120 år. Ordförande **Camilla Komonen** välkomnade alla och Marthaförbundets ordförande **Andrea Hasselblatt** höll festtal. Vi åt god mat och Marthatårta av **Mums by Sandra (Sandra Ekholm)** och **Aapo Roselius**, som skriver föreningens 120-årshistorik, berättade om föreningens historia.

7.2 Lyckas med glutenfritt bröd, 16 deltagare

Malin Vesterback besökte Kokvrån för att baka och föreläsa om glutenfritt bröd. Kvällen avslutades med att deltagarna åt smörgåsar tillsammans.

27.2 Opera: Is, 50 deltagare

En grupp på 50 marthor gick på operabesök till Nationaloperan en kväll i februari. Vi fick en rundvandring i Operahuset och såg sedan en fullsatt föreställning av operan Is, baserad på **Ulla-Lena Lundbergs** roman Is som fick Finlandiapriset 2012.

18.3 Cirkulär ekonomi, 35 deltagare

Tillsammans med Huvudstadsregionens Konsumenter r.f. ordnades en kväll kring temat cirkulär ekonomi i Hemvrån. **Hanna Mattila** och **Laura Järvinen** från Sitra pratade om hållbar mat och varför vi behöver utvecklas mot ett cirkulärekonomiskt samhälle. **Julia Degerth**, bloggaren bakom Grön i Åbo, deltog också och pratade om zero waste och hur vi kan göra medvetna val i vardagen.

19.3 Musikalisk lunch, 40 deltagare

I samarbete med Seniornätverket ordnades en musikalisk lunch i Hemvrån, där det bjöds på soppa och Arbis **Trio Psofon** musicerade under lunchen.

Musikalisk lunch i Hemvrån i samarbete med Seniornätverket.

11.4 Välgörenhetskonsert, 11 deltagare

TIll förmån för Centrs Marta i Riga ordnade vi en välgörenhetskonsert tillsammans med svenska **Sounds of Women** som under sin konsert lyfte fram nordiska kvinnor inom den klassiska musiken.

13.4 Påskpyssel, 40 deltagare

Tillsammans med UngMartha påskpysslade ett gäng barn och föräldrar under en eftermiddag i april. Det bjöds på småplock med äggtema eftersom jubileumsårets råvara var ägg.

27.4 Martharörelsens 120-årsfest, 305 deltagare

Efter Marthaförbundets vårmöte ordnade Helsingfors svenska Marthaförening en kvällsfest, Århundradets marthafest, i Paasitorni. Det blev en kväll med mingel, trerätters middag och underhållning av både våra konferencierer **Nina Fabricius** och **Camilla Komonen** och av **Mark Levengood** som delade med sig av sina bästa marthatips. A cappellagruppen **FiveAlive** bjöd på högklassig musikunderhållning och vi arrangerade ett lotteri med insamling för Centrs Marta i Riga. Det blev en mycket lyckad kväll med god mat, skratt och fina människomöten.

7.5 Hållbara placeringar, 10 deltagare

Marthaförbundets ekonomirådgivare **Marina Nygård** berättade om placering av pengar under en ekonomikväll. Marina gick igenom grunderna i placeringar och vilka olika sätt det finns att se på och mäta etik och hållbarhet inom placeringar. Kvällen riktade sig både till nybörjare och dem som redan kan grunderna i placeringar.

15.5 Marthafrukost med Elisabeth Eriksson, 12 deltagare

Marthaförbundets hushållsrådgivare **Elisabeth Eriksson** besökte Hemvrån och åt frukost med en grupp helsingforsmarthor. Elisabeth berättade om sitt jobb på Marthaförbundet och om nya satsningar och framtidsplaner inom förbundet.

28.5 Vårutfärd till Esbo, 43 deltagare

När våren stod i blom sista veckan i maj åkte vi på vårutfärd till Esbo där vi besökte Esbo domkyrka, åt lunch på Café Margreteberg och besökte Överby trädgård.

11.6 Internationella stickningsdagen, 5 deltagare

Helsingforsmarthor träffades i centrumbiblioteket Ode för att tillsammans fira Internationella stickningsdagen. Kretsen Elvan var beredd att ge stickningsinspiration och råd åt alla som deltog.

Full fart i Hemvrån under påskysslet som vi ordnade i samarbete med UngMartha.

Svamputfärd till Noux med Marthaförbundets rådgivare Solveig Backström och Elisabeth Eriksson.

27.8 och 12.9 Våga tala inför publik och Bli en bättre talare, 11 deltagare/12 deltagare

Vi startade höstens program med två kortkurser i retorik med **Alexandra Ohls**. I den första kursen guidade Alexandra deltagarna i att våga tala inför publik genom olika små övningar och tips i en trygg miljö. I den andra retorikkursen låg fokus på att utveckla förmågan att engagera sin publik och bli mer bekväm i talsituationer.

3.9 Svamputfärd till Noux, 15 deltagare

I september ordnade vi den traditionsenliga svamputfärden tillsammans med Marthaförbundets rådgivare **Solveig Backström** och **Elisabeth Eriksson**. Vi åkte med gemensam buss från Kiasma till Noux där vi vandrade runt i skogen. Vi lärde oss vilka svampar som är ätliga, vilka som måste förvällas före tillagning och vilka som ska undvikas. Svampskörden blev inte särskilt stor efter den långa torra sommaren, men vi var nöjda ändå och åkte hem med många värdefulla tips från Solveig och Elisabeth.

14.9 Marthatorget

Den 14 september var det dags att igen fira Martharörelsens 120 år med ett Marthatorg på Senatstorget. Vår förening deltog med ett eget bås där vi delade ut kort med vardagstips, designade av **Ida Korsström**. Vi tipsade om hur man tillverkar en effektiv bananflugefälla, fotsalt, giftfritt rengöringsspray och en stark pepparrotskur mot förkylning. Det blev en härlig dag med massor av energi och inspiration och fina människomöten.

16.9 Tekurs, 12 deltagare

Annika Knekt-Ahtinen höll en tekurs i Hemvrån där deltagarna fick smaka på olika gröna tesorter och veta mer om vad grönt te används till, dess historia och vad som hänt med tebladen förrän de hamnat i tekoppen.

15.10 Teaterkväll med Teater Josefina, 62 deltagare

Johanna Ringbom och musikern **Iiro Salmi** besökte Hemvrån en kväll i oktober för att uppföra föreställningen "Josefina 70+ ger inte upp sitt glitter" om hur det känns att bli gammal, att glömma, att inte längre få upp burklock och att ha knölar på fötterna. Platserna gick åt i snabb takt och Teater Josefina både underhöll och berörde publiken med sin mångsidiga föreställning.

23.10 Good mood food med Ulrika Hoffer, 22 deltagare

Den svenska kokboksförfattaren och kostrådgivaren **Ulrika Hoffer** gjorde ett Helsingforsbesök och föreläste om humör- och hjärnvänlig kost som håller oss pigga, skärpta och glada. Vi fick information om hur hjärnans belöningssystem fungerar och konkreta tips och recept för att göra sunda val och ändå äta lustfyllt. Vi fick smaka på olika mellanmål, som smoothies och dadelbollar, under kvällen.

Fullt hus under investeringskvällen med Mimmit sijoittaa.

3.11 Marthabrunch, 100 deltagare

I november bjöd vi in till Marthabrunch i **Sofia Bistro**. Intresset var mycket stort och brunchen blev fullsatt på några timmar. Totalt 100 Helsingforsmarthor minglade, åt närproducerad och tarmflorevänlig mat och lyssnade på matkreatören och kokboksförfattaren **Tara Junker**, som berättade om tarmflora och dess koppling till mental hälsa.

16.11 Klädbytardag, 35 deltagare

Vi deltog i den nationella klädbytardagen den 16 november och uppmuntrade till att rensa garderoben och byta till sig nya plagg som andra inte längre använder. I förväg lämnades kläder och accessoarer i gott skick in till Hemvrån, där de sorterades och ställdes ut i salen. Sammanlagt bytte 133 plagg ägare och de plagg som blev kvar donerades vidare till välgörenhet. Vi ordnade även utlottning av presentkort till matsvinnsrestaurangen **Loop** under klädbytardagen.

18.11 Mimmit sijoittaa: Lär dig investera, 58 deltagare

Hemvrån fylldes till bredden av både marthor och icke-marthor i olika åldrar då duon bakom bloggen och podden **Mimmit sijoittaa – Pia-Maria Nickström** och **Hanna Tikander** – banade vägen till börsen. Deltagarna bjöds på smoothies och praktisk information om investering och grunderna i att placera pengar. De som ville fick också möjlighet att öppna aktieportfölj under ledning av Pia-Maria och Hanna.

29.11 LadyMarthas julfest, 21 deltagare

I slutet av november var det dags för den traditionella LadyMartha-julfesten där föreningens äldsta marthor samlas för att fira jul tillsammans. De serverades mat av **Sandra Ekholm**, sång och musik av **Trio Psofon** från Arbis och besök av luciorna **Isla**, **Olivia** och **Isla**. Alla fick en pappersängel i julklapp som **Riitta Sittnikow** gjort.

Marthabrunch med fokus på tarmhälsa i Sofia Bistro i november. Tara Junker föreläste om psykiskt välmående och dess koppling till tarmfloran.

18.12 Julgröt och glögg, 28 deltagare

Traditionsenligt fylldes Hemvrån av glöggdoft och gemenskap när vi bjöd på morgongröt och glögg i tidig morgonstund. Ett knappt 30-tal personer kom för att umgås, äta gröt och få julkänsla tillsammans en morgon i december. Det är en fin tradition som ger alla en möjlighet att stanna upp i julbestyren och umgås i härlig marthagemenskap samt träffa personalen.

FÖRENINGENS GRUPPVERKSAMHET I SAMARBETE MED SFV:S STUDIECENTRAL

Marthayoga, cirka 8 deltagare/gång

Anna Nordling fortsatte med yinyoga på torsdagsmorgnarna i Hemvrån. Morgonpigga marthor deltog i denna lugna stund ämnad för alla som vill öka rörligheten, slappna av och lära sig att tänja musklerna på ett säkert sätt.

Litteraturcirkeln, cirka 20 deltagare/gång

Den omtyckta litteraturcirkeln Nobeller & Nyheter fortsatte att träffas i Hemvrån den andra tisdagen i månaden klockan 11–13 för att diskutera litteratur under ledning av litteraturvetare **Tove Fagerholm**. Temat för våren var afrikansk litteratur och under hösten behandlades bland annat Tyskland och Balkan och och aktuella nya böcker. Litteraturcirkeln är öppen för alla och varken förhandskunskap eller -anmälan behövs.

MARTHA GÖR GOTT

Mössor och sockor åt nyfödda och mammakassar åt paperslösa mammor och bebisar

Föreningens flitiga marthor stickade och virkade mängder filtar, mössor, sockor och tröjor åt nyfödda bebisar.

För handarbetskampanjen "Sockor för mor" stickades strumpor i ett samprojekt mellan Marthaförbundet, Martta-liitto och Finlands Barnmorskeförbund.

Helsingforsmarthorna tillverkade under ledning av kretsen Elvan mammakassar med innehåll för papperslösa mammor och deras barn. Hemvråns kansli var fullt av donationer och Elvan arbetade flitigt med att sortera och färdigställa mammakassarna, som sedan donerades till Hirundo, dagcentret för papperslösa EU-medborgare och till Jorvs sjukhus i Esbo. Kampanjen fick även medial uppmärksamhet och även en stor mängd icke-medlemmar bidrog med donationer.

Föreningen bjöd på garn till de medlemmar som handarbetar för välgörenhet. Kretsarna har även engagerat sig i andra välgörenhetsprojekt, till exempel Martharellernas månatliga matlagning med flyktingcentralen i Kokvrån.

Kretsen Elvan sorterar alla donationer som kommit in till deras projekt "Elvans mammakasse". På bilden Leni Törnqvist och Ann-Marie Ståhle.

Historikgruppens medlemmar fr.v. Anna Ehrnrooth, Camilla Komonen, Lisbeth Ahjopalo, fil.dr. Alexandra Ramsay (utomstående sakkunnig) och Eva Stockmann. Foto: Kimmo Levonen.

FÖRENINGENS 120-ÅRSHISTORIK

Arbetet med föreningens 120-årshistorik fortsatte. Historiker **Aapo Roselius** ansvarade för skrivandet av historiken. Historikgruppen består av **Lisbeth Ahjopalo**, ordförande, **Anna Ehrnrooth**, **Camilla Komonen**, **Eva Stockmann** och **Alexandra Ramsay** samt skribenten själv. Under året hölls 14 möten för att följa med hur arbetet framskrider och för att bolla idéer. Historiken publiceras under jubileumsåret 2020.

FÖRENINGEN HAR BEVILJAT STIPENDIER FÖR FÖLJANDE EVENEMANG

Marthaförbundets vår- och höstmöte

Marthaförbundets vårmöte ordnades den 27 april i Helsingfors. Föreningens ombud jämte ersättare på vårmötet var:

Ordinarie	**Ersättare**
Linda Alén, Hagasessorna	Tuula Grönholm, Smartorna
Anna Ehrnrooth, Gryzi	Alexandra Ohls, Gryzi
Riitta Sittnikow, Elvan	Marianne von Knorring, Martharellerna
Eeva Joutsenlahti, Prima	Monica Wendt, Prima
Barbro Söderman, Wellness	Lisbeth Ahjopalo, Plusmarthorna

Under Marthaförbundets vårmöte ordnade Helsingfors svenska Marthaförening ett lotteri till förmån för Centrs Marta i Riga.

I det för Marttaliitto och Marthaförbundets gemensamma vårmötet deltog 56 Helsingforsmarthor som beviljats stipendium. Vårmötet hölls på Paasitorni i Helsingfors och dagens konferencierer var **Sonja Kailassaari** och **Mårten Svartström**. Gäster under vårmötet var **Eva Biaudet**, **Sirpa Pietikäinen**, **Andrea Hasselblatt**, **Ville Jalovaara**, **Annika Jansson** och **Pirkko Haikkala**. Efter lunch inleddes vårmötet och under dagen bjöds deltagarna på uppträdanden av **Cantores Minores** och **Evivakören**. Kvällen före vårmötet deltog ett 30-tal Helsingforsmarthor i Helsingfors stads mottagning.

Förbundets höstmöte hölls den 23 november i kvarteret Victoria på Busholmen i Helsingfors. Föreningens ombud jämte ersättare på höstmötet var:

Anna Ehrnrooth	Alexandra Ohls
Tuula Grönholm	
Eeva Joutsenlahti	Monica Wendt
Riitta Sittnikow	Marianne von Knorring
Barbro Söderman	Lisbeth Ahjopalo

I höstmötet deltog 12 Helsingforsmarthor som beviljats stipendium. Under höstmötet diskuterades förbundets organisationsstruktur och **Christina Gestrin** talade om Östersjöns utsatta läge och hur vi kan arbeta för att rädda vårt hav.

Informatör Jenna Matintupa under Martharörelsens 120-årsfest.

Nasta-beredskapsövningen i Sandhamn, där sju helsingforsmarthor deltog.

Nasta-beredskapsövningen i Sandhamn, 20–22 september

Nasta är en förkortning av Naisten Valmiusliitto ry – Kvinnornas Beredskapsförbund rf. Kvinnorna arbetar tillsammans för främjande av den finländska familjens och samhällets trygghet och ökad beredskapsförmåga i vardagen. Genom utbildning och informationsförmedling väcks kvinnornas intresse för vardagens trygghetsfärdigheter. I Nasta-övningen i Sandhamn deltog 7 Helsingforsmarthor, de flesta i den svenskspråkiga kursen om första hjälpen i det verkliga livet. "Kursen var den bästa av alla fyra jag gått på, tack vare kursledarna **Camilla Vitzthum** och **Pia Grönblom**. Kursen gick i glatt och avslappnat tempo och alla första hjälpenkunskaper uppdaterades" – Riitta Sittnikow, deltagare.

NKF, Nordens Kvinnoförbunds konferens i Varberg, Sverige, 14–16 juni

Föreningen beviljade 10 resestipendier för konferensen. Temat för årets konferens var hållbar utveckling ur ett socialt perspektiv. Deltagarna fick lyssna på föreläsningar om bland annat Fistulastiftelsens arbete i Addis Abbeba (obstetriska fistula-skador som åsamkas unga kvinnor när de föder barn) och om Livstycket – ett designcenter för invandrarkvinnor. Olika utfärder och festmiddag stod också på programmet. "Genom att delta i NKF:s möten kommer man många gånger till platser som man annars inte skulle besöka, som nu till Varberg. Dessutom fick jag lyssna till spännande och berörande framföranden, min favorit var **Birgitta Notlöfs** presentation av Livstycket, designcenter för invandrarkvinnor. Det märktes hur hon gick in med liv och själ som verksamhetschef och hon berättade engagerat och inspirerande om tygerna" – deltagare.

Labbnässtipendier

Labbnäs semesterhem bjuder på rofylld och naturnära inkvartering i en före detta prästgård, donerad av Amos Anderson, vars mamma var martha. Hemmet förvaltas av lokala marthor. År 2019 beviljades 13 Labbnäs-stipendier som berättigade till en 2–3 dagars vistelse på semesterhemmet med underbart god husmanskost och fin utsikt över Dragsfjärden. I närheten finns också många givande utflyktsmål. "Vi vaknade till soligt och ganska varmt väder, så dagen kunde tillbringas ute i naturen. Det blev morgondopp och efter ett gott morgonmål åkte vi iväg till Söderlångvik. Solen sken och vi njöt av att gå på naturstigarna runt de väldiga äppelodlingarna. Som sällskap hade vi ett och annat får. På kvällen njöt vi av en mysig vedeldad bastu och ett dopp i sjön" – deltagare från 2019.

MARTHAHUS

FINLANDS SVENSKA MARTHAFÖRBUND

Ordförande
Andrea Hasselblatt

Verksamhetsledare
Annika Jansson

Borgå, Helsingfors, Jakobstad, Karleby, Mellersta Nyland, Nykarleby,

13 DISTRIKT

Sydösterbotten, Vasa, Västra Nyland, Åboland, Åland, Östra Nyland, UngMartha

Ordförande:
Camilla Komonen

HELSINGFORS SVENSKA MARTHA-FÖRENING R.F.
(= ett distrikt)

Verksamhetsledare:
Maria Rajalin
Informatör:
Jenna Matintupa, Malin Öhman (vikarie från augusti 2019)

CA **9 500** MEDLEMMAR
i Finlands svenska Marthaförbund

970 MARTHOR
i Helsingfors

34 KRETSAR
i Helsingfors

Sammandrag av kretsarnas verksamhet

Vid utgången av år 2019 hade föreningen 970 medlemmar och 34 kretsar. Kretsarnas årsberättelser vittnar om ett händelserikt år. Kretsarna värnar om kunskap, traditioner och välgörenhet. Diskussion, prat och gemenskap är en viktig del av marthaverksamheten. Kretsarnas årsrapporter genomsyras av systerskap, gemenskap, vänskap och kunskap, men ett ord upprepas särskilt ofta: gemenskap. Gemenskapen är oerhört viktig i marthasammanhang. I år syns också klimatfrågan extra tydligt i kretsarnas verksamhet.

Alla kretsar är öppna för nya medlemmar. Man kan också höra till flera kretsar.

Efter namnet på kretsen står kretsens mötesplats och -tid. Medlemsantal, medelålder och startår står på raden under.

ALLMÄNNA MARTHOR
(199 medlemmar, medelålder 50 år)

En del Helsingforsmarthor har valt att i stället för att skriva in sig i en krets är de så kallade allmänna marthor och är medlemmar direkt i föreningen. Som direkta medlemmar får de medlemsbreven per e-post och har möjlighet att delta i föreningens allmänna verksamhet, men de har ingen egen moderkrets.

BRUTTORNA, Staffansby, tid varierar
(14 medlemmar, medelålder 47 år, 2002)

Bruttorna har haft många trevliga träffar med olika teman. De har njutit av en liten paus i den jäktiga vardagen med bland annat teaterbesök, bokprat, klimatsmart matlagning, väggklättring och den traditionella kransbindningen till jul. Bruttorna har också donerat kläder och leksaker till välgörenhet.

BUBBLORNA, Kokvrån – 2:a ti kl. 18
(20 medlemmar, medelålder 37 år, 2016)

Bubblorna är en krets som träffas för att laga hälsosam vardagsmat som är snäll mot ekonomin. År 2019 var ett lite lugnare år än vanligt för kretsen, eftersom många av medlemmarna är upptagna med små barn. Men bubblorna höll ändå några matlagningskvällar under året. Kretsen tog även initiativ till att bjuda in Ulrika Hoffer till föreläsningen i Hemvrån på hösten.

BULLAN, Hemvrån – 4:e ons kl. 14.30
(21 medlemmar, medelålder 79 år, 2007)

Marthakretsen Bullan grundades för att hålla minnet av Svenska flicklyceet levande. Kretsen besöker aktuella utställningar och har litterära och kulturella föredrag på sitt program. På kretsens planeringsmöten i februari och augusti 2019 planerades olika möjligheter till program för kretsens möten för år 2019. Det var främst konstutställningar, olika evenemang och exkursioner som vann omröstningen. En del av medlemmarna deltog också i andra kretsars program.

BÖNORNA, Hemvrån – 2:a må kl. 18
(25 medlemmar, medelålder 46 år, 2003)

Kretsen träffas kring varierande teman och i år har verksamheten varit en blandning av välgörenhet, motion, mat och rekreation såsom teater och dans. År 2019 har bönorna satsat extra mycket på välgörenhet; Folkhälsans majblomsinsamling, stickprojekt för förstföderskor i Finland och Fuck cancer armbandspyssel/Sylva ry.

CANDELA, plats & tid varierar
(11 medlemmar, medelålder 46 år, 2000)

Candelas program har haft likartat program under hela sin verksamhetsperiod; lite mat, kultur, natur, mycket goda samtal och minnen. Medlemmarna i Candela är måna om att tillsammans få nya intryck, kunskaper och upprätthålla sociala kontakter.

DAGSLÄNDAN, Hemvrån 2:a ti kl. 13.30
(31 medlemmar, 38 med alla medlemmar, medelålder 67 år, 2013)

Dagsländan har under år 2019 träffats regelbundet och ordnat varierande program inom olika områden, bland annat konst, matlagning och utflykter. Kretsen besökte Riksdagshuset och ordnade julfest i Hemvrån. Kretsen ordnade också intressanta och tankeväckande föreläsningar om batterier och plastsortering.

DELIDONNORNA, Kokvrån , tid varierar
(8 medlemmar, medelålder 47 år, 2000)

Delidonnorna sysslar, som namnet säger, med matlagning i olika former. Kretsen lagar mat tillsammans i Kokvrån, testar olika restauranger och går på picknick. År 2019 har kretsen funderat särskilt mycket på matsvinn och maten under träffarna har varit mer vegetarisk. Kretsen deltog även i Marthatorget i september och spred information om grönsaker till besökarna.

DRUMSÖKRETSEN, Kokvrån 2:a ons kl. 18
(27 medlemmar, medelålder 52 år, 1943)

Drumsökretsen träffas i Kokvrån och lagar ofta mat, men är även kulturell. Under år 2019 var målet att erbjuda medlemmarna program länkade till Marthastrategin och teman som gemenskap, jämställdhet, sammanhang, vardagskunskap, öppenhet, kontinuitet, tradition, hållbarhet, tolerans och inspiration.

ELVAN, Hemvrån varje ons kl. 11–14
(21 medlemmar, 37 med alla medlemmar, medelålder 71 år, 2011)

Elvorna träffas i Hemvrån varje onsdag mellan elva och två för att handarbeta och förbättra världen. Här finns en samlad handarbetsexpertis utan like, dagens vits och visdomsord är också ett måste. Elvorna stickar till välgörande ändamål, bland annat mössor, sockor och vantar samt filtar åt bebisar som föds på Jorv sjukhus och sjalar och strumpor till ålderdomshem. Elvan deltog också flitigt i kampanjen "Sockor för mor" och arrangerade projektet "Elvans mammakasse" till papperslösa mammor. Till Marthaförbundets 120-årsfest stickade Elvan också 400 äggvärmare.

Ann-Marie Ståhle och Riitta Sittnikow under LadyMarthas julfest.

GRYZI, Kokvrån 3:e ti kl. 18
(29 medlemmar, medelålder 48 år, 2000)
Gryzi är en krets som träffas kring varierande teman som till exempel hälsa och välmående, gemenskap och matlagning utgående från ett specifikt tema. I samband med Världens största Marthakväll som ordnades som en del av Marthaförbundets 120-årsjubileum i januari firade Gryzi sina drygt 20 år sedan kretsen grundades med en mycket trevlig och välbesökt träff.

HAVSFRUARNA, Degerö, tid varierar
(14 medlemmar, medelålder 48 år, 2014)
Havsfruarna har under året haft ett mångsidigt program med allt från välmående och estetik till klimatsmart mat. Vårterminen innehöll sminkkurs, foamrollning, blombindning och matlagning. Vinpilates, afterwork och Decemberkväll på Kulturhuset hjälpte kretsen att orka i höstens mörker. Kretsen har även engagerat sig i högläsning för åldringar. Havsfruarnas träffar är barnfria för att marthaträffarna är medlemmarnas egen grej, en guldkant i vardagen där de får gemenskap och kamratstöd.

INTERNATIONAL MARTHA, Kokvrån, tid varierar
(11 medlemmar, medelålder 71 år, 2007)
International Martha är en samling kvinnor från olika länder som träffas i Kokvrån på veckosluten och lagar mat på svenska, finska och engelska. År 2019 har träffarna kretsat kring vegetarisk och vegansk matlagning.

KVARNEN, Kvarnbacken, varannan må kl. 19
(14 medlemmar, medelålder 83 år, 1966)
Kvarnen har haft 11 välbesökta möten under året och dessutom ordnat en vårfest och julfest. Kretsen har sytt ett Moder Teresa-täcke och stickat många par sockor under året samt haft besök från Frälsningsarmén som underhöll med musik och sjöng för och med kretsens medlemmar.

LADYMARTHAS
17 medlemmar, medelålder 90 år, 2016
LadyMarthas är Helsingforsmarthornas stolthet. Kretsen består av medlemmar som lagt ner sin krets på grund av hög ålder, men som vill fortsätta att vara medlem i Helsingforsföreningen, något föreningen är oerhört glad över.

LIVSNJUTARNA, Kokvrån, tid varierar
(19 medlemmar, medelålder 42 år, 2014)
Livsnjutarnas verksamhet kretsade år 2019 kring välmående och gemenskap – att ta det lilla lugna i den annars hektiska vardagen och att också ta hand om sig själv. Livsnjutarnas år var fyllt av avslappnande och roligt program. Varje träff fungerade som en påminnelse om varför marthagemenskapen är så viktig och hur mycket träffarna ger.

MAGNIFICA MARTHOR, Hemvrån 1:a må kl. 18
(14 medlemmar, medelålder 55 år, 2013)
Magnifica marthor är ett nätverk som värnar om varandra och tar hand om varandra i en hektisk vardag. Under det aktiva verksamhetsåret har kretsen ordnat matkvällar, bokcirkel, föreläsning om hur man tryggar sin webbanvändning. Kretsen har lärt sig binda höstkransar, lyssnat på en egen medlems föreläsning i genetik, firat traditionell oktoberfest och också njutit av gott sällskap under den traditionella vårmiddagen och julmiddagen.

MAP- Mappies, Hemvrån 2:a ti kl. 18
(29 medlemmar, medelålder 74 år, 2007)

Mappies är en aktiv krets vars tyngdpunkt ligger på kultur och litteratur med inslag av aktuella frågor. Kretsen har under året nätverkat genom att bjuda in andra kretsar till två kretsträffar. Mappies har även gjort en dagsutfärd till narcissriket på Gullö i Ekenäs skärgård. I kretsen råder god stämning, gemenskap och kvinnokraft som ger glädje i vardagen. Medlemmarna lägger stor vikt vid välgörenhet, modernt tänkande och att inhämta ny kunskap.

MARTHAMICUS, plats & tid varierar
(13 medlemmar, medelålder 41 år, 2003)

Under året har Marthamicus koncentrerat sig på kultur, motion och mat. Kretsen har simmat, stretchat och promenerat samt testat olika nya restauranger. Kretsen satsar på att ta hand om varandra och stötta alla medlemmar som befinner sig i olika skeden av livet och i olika branscher. På träffarna är det välmående, samvaro och att ta en paus från vardagen som står i fokus.

MARTHANNAT, Kokvrån 3:e to kl. 18
(17 medlemmar, medelålder 39 år, 2015)

Kretsens intresseområden är familj, samhälle och välgörenhet. Under året har MarthAnnat fokuserat på att lära sig nytt på en bred front, både med stöd av externa experter och med sådan kunskap som finns inom kretsen. Kretsen har arrangerat sitt enskilt största välgörenhetsevenemang, MiniMartha Market, ett lopptorg för barnkläder med tillhörande pysselhörna och kafé. Evenemanget krävde en stor insats, samarbete och koordination, men gav gott resultat då över 800 euro oavkortat kunde betalas in till Rädda Barnen. Dessutom resulterade evenemanget i två nya medlemmar. Kretsen strävar efter att göra goda gärningar och att utvecklas tillsammans och stödja varandra.

MARTHARELLERNA, Hemvrån 4:e må kl. 18
(44 medlemmar, medelålder 76 år, 1968)

Martharellerna är en stor och engagerad krets som år 2019 hade 7 möten med aktuella och omväxlande program i Hemvrån. Därtill ordnade kretsen guidad tur på Amos Rex och utfärd till Gullö i Ekenäs. Kretsen deltog också tillsammans med Mappies i en utflykt till Villa Anneberg och besök till Kalevala Koru.

MAYA, Grankulla, tid varierar
(16 medlemmar, medelålder 54 år, 2007)

Maya är en krets som träffas i Grankulla. Mayorna träffas hos varandra och umgås kring något tema. Under året har kretsen bakat tillsammans, haft bokbyte, gått på promenader eller sysslat med andra motionsformer, till exempel yoga.

PAMPASGÄNGET, Hemvrån 2:a sö , klockslag varierar
(26 medlemmar, medelålder 35 år, 2017)

Pampasgänget samlar dem, vilkas hjärtan särskilt klappar för Österbotten, till träff ungefär en gång i månaden. Träffarna har varierande program, men trevligt sällskap och en blandning av österbottniska dialekter är återkommande moment. Under året har kretsen haft knytkalas, spelat brädspel, ordnat vinprovning och klädbytarträff, haft ekonomikväll, gått på konstutställning och haft julmys tillsammans.

PANGBRUDARNA, Hemvrån 2:a ons kl. 17
(25 medlemmar, medelålder 74 år, 1990)

Pangbrudarna har haft ett livligt och omväxlande år som kretsat kring kunskap och vardagsuppiggande program. Kretsen har bland annat lärt sig om avfallshantering, demens och om Svenska Kulturfonden. Ett mycket uppskattat tillfälle var ett besök på Practicums kosmetologutbildning. Kretsen har också bakat i Kokvrån och gått på museum och teater och haft kretsens årliga utfärd. Pangbrudarna bjöds även in till Mappies julfest.

Plusmarthorna på besök i Botaniska trädgården i augusti.
Fr.v. Margareta Mettänen, Bernadette Fougstedt, Ulla Lindgren, Karin Freudenthal, Anki Lybeck, Christel Palmu, Annemay Forsberg, Stina Lindlöf, Camilla Lindblad, Mailen Murmann.
Foto: Tina Bergman

PLUSMARTHORNA, Hemvrån 3:e ons kl. 18
(43 medlemmar, medelålder 70 år, 2004)

Plusmarthorna firade sitt 15-årsjubileum med en lyckad utfärd till Borgå. Årets program var mångsidigt med föreläsning, matlagning, musei-, teater- och konsertbesök. I strålande augustisol besökte kretsen botaniska trädgården. Plusmarthorna har under året deltagit i två välgörenhetsprojekt och värnar om att ha en fin gemenskap bland medlemmarna.

PRALINERNA, Kokvrån 3:e ti 18.00
(20 medlemmar, medelålder 43 år, 2009)

År 2019 har Pralinerna firat 10-årsjubileum. Utöver jubileet har kretsen träffats regelbundet varje månad. I kretsen lottas ansvarsmånaderna ut och för varje träff väljs två arrangörer som ansvarar för träffens program. På träffarna har man bland annat gått på bio, dansat, lagat mat, besökt Allas Sea pool, ordnat kransbindningskväll och klädbytarkväll.

Drumsökretsens kransbindning
före jul.

PRIMA, Kokvrån 2:a to kl. 18
(56 medlemmar, medelålder 57 år, 1994)

Prima firade 25 år med ett aktivt verksamhetsår. Under året har Prima bland annat ordnat vändagsmiddag med molekylgastronomi, besök på Centrumbiblioteket Ode och Viksbackas avloppsreningsverk, dit andra kretsar också bjöds in. Kretsen har också gjort museibesök, lagat mat och firat 25-årsfest i Hemvrån. För att fira sitt jubileum hade Prima som mål att utföra 25 goda gärningar, ett ambitiöst mål, varav 12 uppfylldes. Bland annat samlade kretsen in saker, kläder och textilier till Turvapaikkahakijoiden tuki ry och startade en blodgivningsgrupp.

PRIMAL
(7 medlemmar, medelålder 62 år, 2013)

Primal har under 2019 träffats för att diskutera mat, miljö och hälsa, laga mat och äta middag tillsammans. Kretsen avslutade sin verksamhet 31.12.2019.

SJU SYSTRAR, plats & tid varierar
(11 medlemmar, medelålder 45 år, 2003)

Kretsen Sju systrar uppstod under studietiden i Helsingfors och är en liten men aktiv krets. När de träffas gör de sådant som de tycker är meningsfullt/viktigt/nyttigt och givande. Kretsens medlemmar börjar alla befinna sig i en livssituation där de har kapacitet att tänka också på andra än den egna familjen. Därför startade kretsen välgörenhetsprojektet "Projekt lapptäcke", där de gör filtar av stickade mormorsrutor, som skänks till välgörenhet när de är klara.

SMARTORNA, Hemvrån 3:e to kl. 16
(39 medlemmar, medelålder 77 år, 1991)

Under året har Smartorna bland annat besökt konstmuseet Emma, ordnat olika föredrag, till exempel om avfallshantering. Arno Rautavaara berättade också om Spetsbergen och Antarktis och vilken påverkan klimatförändringen har på den miljön. Kretsen bjöd in författaren Sara Razai för att berätta om invandrarflickors erfarenheter. De ordnade både en vår- och höstutfärd, frågesport, lotterier och julfest. I kretsens regi verkar dessutom Kulturella cirkeln och en matlagningskurs.

SUPERMARTHORNA, Tammelund 2:a må kl. 19
(31 medlemmar, medelålder 72 år, 1996)

Supermarthorna träffas i Tammelunds kyrka och möts kring kultur av olika slag. Under 2019 har kretsen träffat allt från journalister och författare till politiker för att ta del av deras historier och erfarenheter. Supermarthorna har även gjort en vårutfärd och haft vinprovningskväll. Kretsen tror på att kultur om närområde och historia kan bidra till en bättre värld och att en martha som känner till sin omgivning och omvärld också är en lyckligare, gladare och mer positiv martha.

TJEJLIGAN, Kokvrån 1:a fre kl. 18
(14 medlemmar, medelålder 37 år, 2005)

Tjejligans tema för år 2019 var kultur och samvaro. Under året besökte kretsen Ateneum, Kajsaniemi botaniska trädgård samt Akademen och Lyrans julkonsert. I september ordnades den årliga kräftskivan. De har också varit på SUP-paddling, simmat i Allas Sea Pool och kopplat av med yin yoga.

TRAKTÖRERNA, Kokvrån 1:a lö em
(14 medlemmar, medelålder 44 år, 2001)

Traktörerna träffas första lördagen i månaden för att tillreda och avnjuta mat tillsammans med hela familjen. Under året har kretsen mötts kring olika teman, till exempel ostron.

TRETTIOPLUS, Kokvrån 1:a to kl. 18
(11 medlemmar, medelålder 43 år, 2006)

Trettioplus vill ha intressant och givande program som dessutom fungerar som en skön avkoppling från vardagen. Under året har det resulterat i en blandning av studiebesök, kläd-, sak- och bokbytarkvällar, utflykt, föreläsningar och matlagning.

ULRIKAKRETSEN, Kokvrån 4:e to kl. 18
(7 medlemmar, medelålder 56 år, 2008)

Ulrikakretsen är en matlagande krets som träffas i Kokvrån. År 2019 har kretsen fortsatt med sina teman: att vara ekologisk, ekonomisk och etisk. De har mest tillrett vegetarisk vardagsmat men även helt veganska rätter har stått på menyn. Härliga nya recept tillagades med glädje och humor.

WELLNESS, Hemvrån 1:a ons kl. 18
(33 medlemmar, 62 med alla medlemmar, medelålder 65 år, 2008)

Kretsens program utgörs av sådant som har med välmående att göra. Wellness har år 2019 sett teater om minnessjukdom, rört på sig i form av pilates och latino-balanscombo, ägnat sig åt välgörande örter både teoretiskt och praktiskt i form av örtvandring samt hur man kan förbereda hemmet på olika krissituationer. Wellness har många medlemmar som även hör till en annan krets, dvs har en moderkrets och Wellnesskretsen är deras sekundära krets.

VILANDE KRETSAR

Under vilande kretsar finns sådana som för tillfället inte träffas regelbundet: Spicemarthorna (13 medlemmar).

DTM, Hagasessorna och Pysslarna lade ner sin kretsverksamhet år 2019.

Ordförande 2019

Bruttorna, Sandman Mikaela
Bubblorna, Holmén Melinda
Bullan, Fagerstedt Margareta
Bönorna, Randström Cia
Candela, Westerholm Marie
Dagsländan, Hjelt Helena
Delidonnorna, Lindeman Nina
Drumsökretsen, Nykopp Gunilla
Elvan, Sittnikow Riitta
Gryzi, Ohls Alexandra
Havsfruarna, Knekt-Ahtinen Annika
International Martha, Neo Lilian
Kvarnen, Westerholm Gretel
Livsnjutarna, Myhrberg Titti
Magnifica Marthor, Blomqvist Rina
MAP, Pomoell Birgit
Marthamicus, Lehtinen Pia
MarthAnnat, Donner Hanna
Martharellerna, von Knorring Marianne
Maya, Hansson Susanne
Pampasgänget, With-Heikkilä Erica
Pangbrudarna, Möller Birgitta/Rosenberg-Wikström Solveig
Plusmarthorna, Ahjopalo Lisbeth
Pralinerna, Lindholm Maja
Prima, Joutsenlahti Eeva
Sju systrar, Wasström-Sarkola Maria
Smartorna, Vatanen Marita
Spicemarthorna, Miiros Lotta
Supermarthorna, Henriksen Nina
Tjejligan, Gröndahl Linda
Traktörerna, Brunou Sabina
Trettioplus, Dromberg Peggy
Ulrikakretsen, Höglund Annika
Wellness, Smeds Janine

Beviljade anslag

Nasta-beredskapsövningarna, Sandhamn, 20–22 september 2019
Bernadette Fougstedt
Ceti Hasselmann
Saga Heino
Anna-Stina Häggström
Carolina Högnabba
Jamima Löfström
Riitta Sittnikow

NKF, Varberg, Sverige, 14–16 juni 2019
Tua Dyhr
Margareta Fagerstedt
Clara Gahmberg
Tuula Grönholm
Lotta Himonas
Carita Jansson
Chrisse Lång
Gunilla Nykopp
Solveig Rosenberg-Wikström
Lotta Stude

Stipendium för vistelse på Labbnäs, 2–3 dygn
Ira Apter
Tuula Grönholm
Carolina Högnabba
Viveca Johansson
Jamima Löfström
Viveka Mattlin
Susanna Schubert
Carin Stenvall
Ida Sulin
Barbro Söderman
Marie-Louise Tapper
Linda Tuominen
Anna Wik

Erhållna medel

Ur Ebba och Frans Backmans minnesfond
161 710,00 euro
Stiftelsen Tre Smeder i Helsingfors
6000,00 euro.

Erhållna medel för 120-årshistoriken

Projektet pågår åren 2017–2020

Erhållna stipendier år 2019

Svenska Folkskolans Vänner	1000 euro
William Thurings stiftelse	2000 euro
Svenska Litteratursällskapet i Finland	6000 euro
Eugène, Elisabeth och Birgit Nygréns stiftelse	4000 euro

Understöd betalade till välgörenhet

ASEMAN LAPSET RY
MAP

CORAZONE GRANDE
MAP

FOLKHÄLSANS MAJ-BLOMSINSAMLING
Bönorna

FUCK CANCER/SYLVA RY
Bönorna

HELSINGFORSMISSION
Wellness

KALLE AUGUSTSSONS HJÄLPRESOR
Smartorna

LUCIAINSAMLINGEN
Martharellerna
Dumsökretsen
Supermathorna
Bullan

MARTACENTRS I RIGA
Helsingfors svenska Marthaförening

MARTHAFÖRBUNDETS JUBILEUMSINSAMLING
Helsingfors svenska Marthaförening
Prima
Plusmarthorna

NYA BARNSJUKHUSET
Dagsländan

RÄDDA BARNEN
Martharellerna
Magnifica Marthor
MarthAnnat

RÖDA KORSET: HYVÄ JOULUMIELI-INSAMLINGEN
Primal

År 2019 avlidna medlemmar

Vi hedrar minnet av följande medlemmar:
Snöfrid Metsola, Helena Räsänen, Rigmor Holm-Leppälä,
Gunvor Nyman, Kerstin Stenholm.
Tacksamma för deras marthagärning bevarar vi dem i kärt minne.

År 2019 utdelade utmärkelser

LILLA GULDMÄRKET
Johanna Edelmann, Martharellerna och Elvan

STORA SILVERMÄRKET
Camilla Komonen, Prima
Birgit Pomoell, MAP

Varmt tack till alla dem som understött vår verksamhet och gjort det möjligt för oss att genomföra ett gott arbetsår. Ett särskilt varmt tack till Stiftelsen Tre Smeder i Helsingfors för dess bidrag. Ett stort tack vill vi också rikta till alla medlemmar som bidragit med många fina marthagärningar under året som gått och hela tiden jobbar för att vår förening hålls relevant och levande!

Helsingfors, februari 2020
STYRELSEN

Ebba Backman

Frans Backman

Resultaträkning

	31.12.2019	31.12.2018
ORDINARIE VERKSAMHET		
Intäkter	182 344,00	166 889,30
Kostnader		
Personalkostnader	-78 696,20	-64 274,58
Avskrivningar	-2 808,15	-3 744,20
Övriga kostnader	-138 546,14	-118 343,74
Överskott/Underskott	**-37 706,49**	**-19 473,22**
MEDELANSKAFFNING		
Intäkter	50 084,04	37 102,18
Överskott/Underskott	**50 084,04**	**37 102,18**
PLACERINGS- OCH FINANSIERINGSVERKSAMHET		
Intäkter	206 649,71	136 973,65
Kostnader	-76 839,92	-197 856,23
Överskott/Underskott	**129 809,79**	**-60 882,58**
Överföring av medel		
Bundna fonder		
Självtäckande fonder ökning (minskning)	-31 279,11	47 892,00
RÄKENSKAPSPERIODENS RESULTAT	**110 908,23**	**4 638,38**
RÄKENSKAPSPERIODENS ÖVERSKOTT (UNDERSKOTT)	**110 908,23**	**4 638,38**

Att bokslutet 2019 visar ett plus om 111 000 € beror på återtagna nedskrivningar 41 000 € och försäljningsvinster 52 000 €.

Balansräkning

	31.12.2019	31.12.2018
AKTIVA		
BESTÅENDE AKTIVA		
Immateriella tillgångar		
Övriga utg. med lång verkningstid	14 154,18	18 872,24
Immateriella tillgångar totalt	**14 154,18**	**18 872,24**
Materiella tillgångar		
Maskiner och inventarier	8 424,46	11 232,61
Materiella tillgångar totalt	**8 424,46**	**11 232,61**
Placeringar		
Aktier och andelar	1 215 045,28	1 139 619,59
Placeringar totalt	**1 215 045,28**	**1 139 619,59**
BESTÅENDE AKTIVA TOTALT	**1 237 623,92**	**1 169 724,44**
MEDEL I SJÄLVTÄCKANDE FONDER		
Placeringar	1 493 782,13	1 428 382,59
Fordringar	21 815,45	18 601,18
RÖRLIGA AKTIVA		
Förskottsbetalningar för Historik	37 102,52	25 230,64
Omsättningstillgångar totalt	**37 102,52**	**25 230,64**
Kortfristiga fordringar		
Kundfordringar	1 175,00	740,5
Interna fordringar	37 334,70	0
Övriga kortfristiga fordringar	0	450
Aktiva resultatregleringar	140,16	212,01
Kortfrisitga fordringar totalt	**38 649,86**	**1 402,51**
Kassa och bank	48 084,24	46 254,19
RÖRLIGA AKTIVA TOTALT	**123 836,62**	**72 887,34**
AKTIVA TOTALT	2 877 058,12	2 689 595,55
PASSIVA		
EGET KAPITAL		
Fonder	669 603,80	669 603,80
Bundna fonder		
Självtäckande fonder	1 515 597,58	1 446 983,77
Övriga bundna fonder	6 102,89	6 102,89
Överskott (underskott) från tidigare räkenskapsperioder	509 315,36	504 676,98
Räkenskapsperiodens överskott (underskott)	110 908,23	4 638,38
EGET KAPITAL TOTALT	**2 811 527,86**	**2 632 005,82**
FRÄMMANDE KAPITAL		
Kortfristigt främmande kapital		
Erhållna förskott	48 693,30	38 500,00
Leverantörsskulder	4 668,14	887,28
Interna skulder	0	9 837,22
Övriga kortfristiga skulder	1 401,61	2 086,06
Passiva resultatregleringar	10 767,21	6 279,17
Kortfr.främmande kapital totalt	65 530,26	57 589,73
FRÄMMANDE KAPITAL TOTALT	**65 530,26**	**57 589,73**
PASSIVA TOTALT	2 877 058,12	2 689 595,55

Vivan Juthas

Aili Wessberg-Lindfors

HELSINGFORS SVENSKA
MARTHAFÖRENING R.F.

Undervisningskök, Kokvrån
Stora Robertsgatan 43
00120 Helsingfors

Kansli och möteslokal, Hemvrån
Simonsgatan 12 A 5
00100 Helsingfors

Tfn 09 694 39 02
E-post kansliet@helsingforsmartha.fi
www.helsingforsmartha.fi
Kansliet är öppet må–to kl. 10–15
Vi finns till för dig – ta kontakt!

facebook.com/HelsingforsSvenskaMarthaforening
instagram.com/helsingforsmartha

MARTHA VARDAGEN

GRAFISK FORMGIVING Kapteeni Kuu | TRYCK 2019 Oy PPD Ab | UPPLAGA 300