HELSINGFORS SVENSKA
MARTHAFÖRENING

2023

Helsingfors svenska Marthaförening

Årsberättelse

Maria Rajalin, Annika Linder Airava och Malin Öhman.

Välkommen till

Helsingfors svenska Marthaförening 2023!

I den här årsberättelsen blickar vi tillbaka på året som gått. Tillsammans med vår hemsida hoppas vi att den hjälper dig som funderar på att bli medlem att få en överblick av verksamheten. Kontakta oss gärna om du har frågor!

Finlands svenska Marthaförbund är vår takorganisation. Marthaförbundet ger ut medlemstidningen Martha sex gånger om året och arrangerar evenemang runt om i Svenskfinland. Helsingfors svenska Marthaförening organiserar program för både marthor och allmänheten i våra två möteslokaler. Vårt mötesutrymme Hemvrån finns på Simonsgatan 12, medan vårt undervisningskök Kokvrån ligger på Stora Robertsgatan 43.

Föreningens verksamhetsledare och informatör finns i kansliet på Simonsgatan 12 A 5, tillgängliga måndag till onsdag. Vi besvarar även dina frågor per telefon och e-post på torsdagar.

Välkommen att delta i Marthaverksamheten!

Helsingfors svenska Marthaförening r.f. är en allmännyttig organisation som riktar sig till personer i alla åldrar i Helsingfors med omnejd. Föreningen har 1000 medlemmar och är en av Marthaförbundets 170 medlemsföreningar. Som medlem i föreningen kan föreningens styrelse anta fysiska personer som vill främja föreningens syfte.

Marthaåret 2023
- en återblick

År 2023 var året då föreningen valde att fokusera på färre program, lyfta upp kretsarna och fortsätta storsatsningen på sociala medier. Året då samhället runt omkring oss blev mer polariserat, krig och klimatkris fortsättningsvis rådde och oron fortsatte. Det blev ännu viktigare att även skapa möjligheter att komma samman kring mer vardagsnära ämnen, avkoppling och inspiration.

Helsingforsmarthorna önskar vara en hållbar plats, för både kretsar, personal och alla medlemmar. Hemvrån ska vara välkomnande och vi har jobbat under 2023 på att bli ännu bättre på att välkomna och lotsa in nya medlemmar i verksamheten. Att ordna program som kombinerar både kunskapsutbyte och fri diskussion samt gemenskap. Vi hoppas vara en förening som man kan kontakta med låg tröskel.

En liten detalj som många visat uppskattning för är också samarbetet med Studio Frö och möjligheten att bjuda på färska, hållbart producerade blommor i Hemvrån varje vecka, enligt säsong. En liten sak i sig men många bäckar små blir till slut en å.

Evenemangsmässigt har det varit AW, info för nya medlemmar, trädgårdskväll, promenad för Ukraina, sommarfest och den redan traditionella marthabrunchen. Som nykomling julbasaren som vi tror att kommit för att stanna. Vid julbasaren visade föreningen att talkoandan lever även i Helsingfors, vi var många som tillsammans hjälptes åt för att förverkliga basaren.

Styrelsen har jobbat på att bli effektivare, se över mötesrutinerna och att jobba mer fokuserat mellan mötena med de ärenden som man vill satsa på. Styrelsen delades upp i team vilket visat sig fungera fint.

En viktig del i föreningens verksamhet är även omsorgen för dem som finns runt omkring oss, för den egna kretsens medlemmar, för föreningens medlemmar och för grannen. Allt det här ingår också i vardagsberedskapen. Beredskap handlar om så mycket annat än regelrätt krig. Det handlar också om beredskap att möta allehanda kriser och har förutsättningar att vara en medmänniska då det behövs.

Ett stort intresse kan vi också se bland kretsarna att tänka cirkulärt, att lära sig att lappa och fixa. Att tänka hållbart har varit och är fortsättningsvis en av Marthas grunduppgifter. Human hållbarhet fortsätter vi jobba för även år 2024.

Tack för att du är Martha!

Maria Rajalin
verksamhetsledare

Annika Linder Airava
ordförande

27.1.2024

Maria Rajalin

Annika Linder Airava

Elvan gör mammakassar för välgörande ändamål.

Trygghet och inspiration i vardagen

Verksamhetsåret 2023

ÅRSMÖTE

I stället för höst och vårmöte ordnades år 2023 endast ett årsmöte. 35 medlemmar deltog i föreningens årsmöte, det första efter stadgeändringen som trädde i kraft i juni 2022. Kitty Schulman fungerade som mötesordförande och svingade mötesklubban taktfast genom årsberättelse, bokslut, verksamhetsplan, budget och ombud till Marthaförbundets årsmöte. Ombudet valdes nu för första gången enligt den nya principen ett ombud och en ersättare.

Annika Knekt valdes till ombud och Nina Fabricius till ersättare och dessa två representerar alla över 1000 Helsingforsmarthor vid Marthaförbundets årsmöte. Historiskt var också att styrelsevalet detta år blev ett val med omröstning. Ordinarie styrelsemedlemmar valdes med sluten omröstning. Som rösträknare fungerade Riitta Sittnikow och Barbro Söderman. Ny ordförande för hela föreningen valdes också vid mötet. Camilla Komonen avtackades för sina år som föreningsordförande och Annika Linder Airava valdes enhälligt till ny ordförande. Vid mötet premierades också Agneta von Wetter-Rosenthal och Camilla Komonen med marthamärket i guld och Annika Knekt med stora silvermärket. Före årsmötet avnjöts en delikat buffé med kanapéer och grönt som föreningen beställt via Bruket catering.

STYRELSEN

Styrelsen höll sitt konstituerande möte den 28 februari. Till första vice ordförande valdes Annika Knekt och som andra vice ordförande valdes Nina Tallberg. Föreningens verksamhetsledare Maria Rajalin utsågs till styrelsens sekreterare och kassör. Styrelsen sammanträdde 8 gånger under året.

Styrelsen består av sju ordinarie medlemmare och sex ersättare. Nya styrelsemedlemmar, i stället för dem som är i tur att avgå, väljs varje år på årsmötet.

Styrelsens sammansättning 2023

Ordförande: Annika Linder Airava

Första viceordförande: Annika Knekt

Andra viceordförande: Nina Tallberg

Ordinarie: Nina Fabricius, Mariann Holmberg, Annika Knekt, Lotta Perander, Katja Salojärvi, Elisabeth Stenman-Haltia och Nina Tallberg

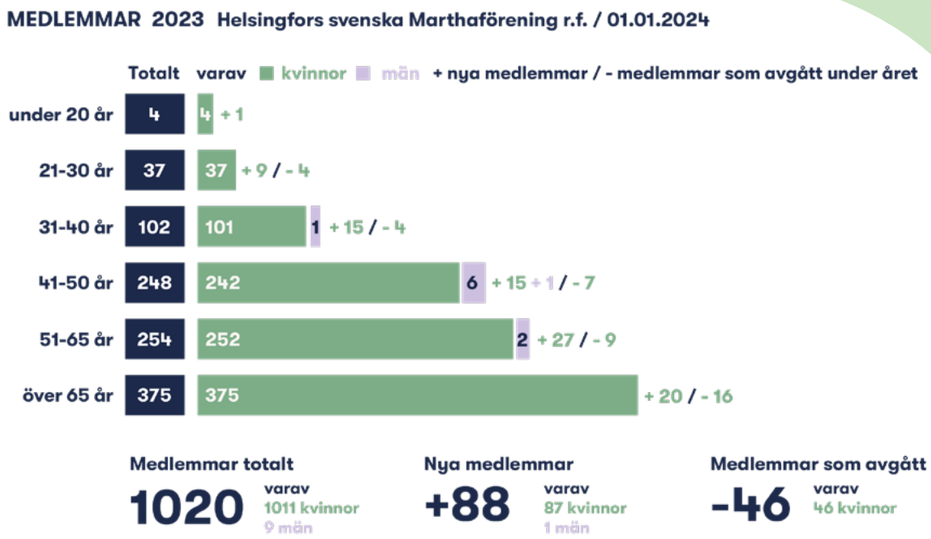
Ersättare: Bernadette Fougstedt, Carita Jansson, Nina Lindeman, Annika Lindman, Carita Tuokila och Monica Wikberg

REPRESENTANTER

I Marthaförbundet och andra närstående organisationer:

Finlands svenska Marthaförbund rf:s centralstyrelse
Annika Linder Airava, ordinarie och Annika Knekt, ersättare

Delegationen för Helsingfors Svenska Bostadsstiftelse
Annika Knekt



Finlands Lucia besökte julbasaren i Hemvrån.

NÄTVERK

Föreningen är medlem i Finlands svenska Marthaförbund, Helsingfors Svenska Bostadsstiftelse, Seniornätverket i Helsingfors och Frivillignätverket i Helsingfors.

KANSLIET

Kansliet i Hemvrån på Simonsgatan 12 A 5 höll öppet måndagar kl. 10-15, tisdagar kl. 13-18 och onsdagar kl. 10-15. På kansliet jobbade Maria Rajalin som verksamhetsledare och Malin Öhman som informatör. Från 24.11.2023 var Malin föräldraledig och Emilia Hytönen började jobba som informatör. Kira Röntynen har som timanställd värdinna skött om Kokvrån och praktiska ärenden. Föreningens bokföring sköttes av Greenstep Oy och kapitalförvaltningen av Aktia Bank Abp och Evli Bank Abp. Som föreningens revisor fungerade Nexia Oy/Christer Antson och som verksamhetsgranskare Anna Ehrnrooth.

MÖTESLOKALERNA

Möteslokalen Hemvrån användes för kretsmöten, kurser och föreläsningar. Undervisningsköket Kokvrån på Stora Robertsgatan användes både för matlagning och kretsmöten. Möteslokalerna hyrs ut de dagar och kvällar som inget krets- eller föreningsprogram ordnas i dem.

KRETSARNA

I Helsingfors svenska Marthaförening fanns 36 st kretsar år 2023. En marthakrets är en grupp som träffas en gång i månaden och gör saker tillsammans kring något tema. I kretsen delas vardagskunskap, gemenskap och inspiration. Alla kretsar är öppna för nya medlemmar.

I slutet av april ordnades en kretsträff i Hemvrån, då personalen bjöd in kretsarnas ordföranden och övriga kretsaktiva till diskussion. Det ordnades två tillfällen: lunch och kväll. Totalt deltog 19 personer från 11 kretsar. Vi diskuterade medlemskap, kommunikation och ekonomi. Vi gick igenom hemsidan och de nya flikarna ”kretsinfo” och ”idébank”, samt kategoriseringen av kretsarna på hemsidan för att medlemmar utan krets enklare ska hitta en lämplig krets.

Marthabrunch.

Föreningens verksamhet 2023

ORDINARIE VERKSAMHET

Marthayoga ordnades varje torsdag morgon kl. 8.30-9.30 i Hemvrån under ledning av Anna Nordling. Marthayogan är öppen för alla.

Digitala bokklubben samlades den första tisdagen i månaden kl.18 för att diskutera månadens bok tillsammans. Bokklubben leddes av Jenna Matintupa och träffades 9 gånger.

Litteraturcirkeln Nobeller och nyheter träffades den andra tisdagen i månaden i Hemvrån under ledning av litteraturvetaren Tove Fagerholm. Under året ordnades totalt 9 träffar.

Öppet hus-handarbete med kretsen Elvan, varje onsdag kl.11-13 i Hemvrån. Här har handarbetsintresserade möjlighet att träffas för att virka, sticka och umgås. Egna handarbeten kan tas med eller så kan man delta i Helsingforsmarthornas välgörenhetsprojekt genom att sticka och virka till exempel babymössor, -sockor, -vantar och babyfiltar. 20 träffar ordnades på våren och 19 träffar på hösten.

AW i Hemvrån.

Medvetna val i vardagen som är klimatsmarta, ekonomiskt hållbara och medmänskliga

ÅRETS EVENEMANG OCH PROGRAM

JAN

10.1 | Terminsstart

FEB

7.2 | Medlemskväll för nya medlemmar och allmänna Helsingforsmarthor

Verksamhetsledaren höll en presentation om föreningen och martharörelsen i stora drag och gick sedan mer ingående igenom de olika kretsarna som finns och berättade om förfarandet för att gå med i en krets. Deltagarna fick berätta om sina förväntningar och deras behov kartlades under träffen. En del vill fortsätta som allmänna, en del komma på föreningens program och en del blir medlem i 1–2 kretsar.

MAR

8.3 | Kvinnodagspromenad

För andra året i rad ordnade vi en välgörenhetspromenad till förmån för krigsdrabbade ukrainska barn och deras familjer. I år gick vår donation till Plan Finland, som hjälper krigsdrabbade barn och deras familjer, så att barn ska kunna fortsätta sin skolgång, ha tillgång till trygga utrymmen. Bidraget går också till mat, kläder, värmeanordningar och hygienartiklar. Trots det kyliga vädret dök ca 30 Helsingforsmarthor och icke-medlemmar upp. Flera deltog även med donationer på distans. Vi promenerade sammanlagt 45 varv runt Tölöviken och samlade in totalt 970 euro som betalades in till Plan Finland.

Öppet hus i Hemvrån.

APR

19.4 | Teater Josefina i Hemvrån

34 ivriga Helsingforsmarthor deltog i föreställningen Liv och Lust – 50 år på scen, en kavalkad om Johanna Ringboms karriär som skådespelare. Det blev både text och sång. Iiro Salmi ackompanjerade inlevelsefullt och båda två rymdes även denna gång på Hemvråns scen efter en smärre röjning inför evenemanget. Vi bjöd på rabarber- och lingonsaft samt frukt, choklad och salta snacks innan föreställningen som räckte 1 timme och 15 minuter och avslutades med en encore i form av Edith Piafs ”Non, je ne regrette rien”.

MAJ

16.5 | Trädgårdskväll i Brunakärr koloniträdgård, samarbete med Marthaförbundets projekt Mästarodlarna, 60 deltagare

Trädgårdskvällen ordnades för andra gången 16.5 kl. 17-19.30. Lyckad kväll trots regnigt väder. Brunakärr stod i försommarblom, både körsbärsträd och plommonträd blommade. Sofia Grynngårds från Marthaförbundets projekt Mästarodlarna, trädgårdsmästare Leonna Aho-Ryhänen från Kasvun kokemus och trädgårdsmästare Maja Ottelin höll i varsitt bord inom temat ”från jord till bord”: kompostering & jord, plantbyte, sådd och odling och skörden. Inne i Storstugan kunde man värma sig och äta smörgåsar, smoothies från Bär&Bar och kardemummabullar från Gateau. Kl. 18 berättade Tua Kyrklund från Brunakärr koloniträdgårdsförening om historien och de flesta gick sen på en rundvandring i det gamla martha-området.

27-28.5 | Marthaförbundets årsmöte på Konstfabriken i Borgå

26 Helsingforsmarthor deltog i förbundets årsmöte som i år ordnades i Borgå i Borgånejdens marthors regi. Mia Hafren valdes till ny förbundsordförande. För Helsingforsnejdens del valdes Annika Linder Airava in i CS som ordinarie och Annika Knekt som ersättare. Helsingforsföreningens motion om att stoppa snödumpningen i Östersjön godkändes av årsmötet.

JUN

13.6 | Öppet hus i Hemvrån kl. 13-16

Över 50 stycken deltog i ett somrigt öppet hus-evenemang i Hemvrån. Louise Mérus hade bakat underbart somriga morotskakor med glasyr och jordgubbar samt rabarberpaj. Elisabeth Eriksson berättade om vilda, ätbara växter och en mindre grupp från Vox Femina underhöll med sommarvisor och allsång. En härlig blandning av Helsingforsmarthor och samarbetspartners deltog.

Trädgårdskväll.

Strömmingsmarknad.

JUL

1.7 | Helsinki Pride

Martasystrarna Marttaliitto var officiell samarbetspartner för Helsinki Pride och Marthorna deltog både i marschen och brunchen som representant för Marthaförbundet samt representerade också sig själv i egen hemstad. Från föreningens sida deltog ordförande Camilla Komonen både i marschen och brunchen. En synnerligen viktig dag att glädjas tillsammans och samlas för en mera jämlik och bättre värld.

AUG

29.8 | AW och kick-off för hösten i Hemvrån

Det var fullt hus när vi sparkade igång hösten med en After work. Vi bjöd på bubbel och plockmat från Sofia Helsinki. Vi berättade om höstens program och om våra kretsar. Under våren kategoriserades kretsarna på hemsidan enligt intresseområden och ålder. På plats fanns kretsrepresentanter som berättade om sin verksamhet.

SEP

5.9 | Svamputfärd

Ett gäng på 13 deltagare, både Helsingforsmarthor och icke-medlemmar, möttes upp i Sibbo för att pröva svamplyckan. Marthaförbundets hushållsrådgivare och svampexpert Elisabeth Eriksson guidade oss i skogen och pekade ut kremlor och citronskivlingar. Efter några härliga timmar i skogen åkte vi hem med fulla korgar.

OKT

1-4.10 | Strömmingsmarknad

Tillsammans med Marthaförbundet deltog vi i Helsingfors Strömmingsmarknad på Salutorget den 1-4 oktober. Från föreningen ställde 6 frivilliga upp under dagarna och delade inspiration till en Östersjövänlig livsstil i tältet, och pratade medlemskap. Besökare fick fiskrecept, tips om hållbara vardagsval för Östersjöns bästa, och de kunde testa sin fiskkunskap på fisktavlan. Dessutom kunde man bekanta sig med mer ovanliga fiskarter vid fiskdisken.

13-15.10 | Martharetreat

För andra året i rad åkte ett gäng på 20 Helsingforsmarthor till Labbnäs semesterhem ett veckoslut i oktober. Där njöt vi av god mat, yoga, teprovning med Annika Knekt, självförsvarsövningar med Katja Salojärvi, promenader, bastubad och dopp i sjön. Vi hade också en föreläsning med livscoach Daphne Jensen och ett guidat besök på Söderlångvik gård. Det blev många skratt och fina diskussioner under retreaten, men också stillhet och vila.

Svamputfärd.

Martharetreat.

NOV

4.11 | Marthabrunch på Restaurang Sofia

En lyckad tillställning, en ljusglimt en novemberlördag då den traditionella Helsingfors-marthabrunchen gick av stapeln. 155 personer deltog. Nytt för i år var Marthatipstorget som inledde brunchen.

Närproducerad mat, bubbel, mingel och inspirerande taltur om hållbart välmående av Marthaförbundets ordförande Mia Hafrén. Dessutom blev det tipstorg före brunchen: kransbindning med Leonna Aho-Ryynänen, klädvård med Sandra Mellberg, sticknings-inspiration med Marianne Koskimies, japansk reparationsteknik, sashiko med Janina von Weissenberg-Schildt och därtill Hforsmarthas vardagstips och 72h:s beredskap.

DEC

16.12 | Julbasar i Hemvrån kl. 11-13

För första gången på många år ordnade föreningen en julbasar i Hemvrån. Finlands Lucia 2023, Madeleine Amoroso öppnade basaren kl. 11.

150 personer deltog. Vi sålde hållbara julklappar: kransar, halmarbeten, bakverk, godis och handarbeten. Även risgrynsgröt, glögg, kaffe och julkex fanns till salu.

Alla intäkter från försäljningen, totalt 2 220 euro gick oavkortat till ändamål som stöder barn och unga: Project Liv, Folhälsans Luciainsamling och Helsingfors skyddshem rf.

Marthabrunch.

Finlands Lucia Madeleine Amoroso på julbasaren i Hemvrån.

Våra kretsar

Vid utgången av år 2023 hade föreningen 1020 medlemmar och 36 kretsar. Alla kretsar är öppna för nya medlemmar. Man kan också höra till flera kretsar.

ALLMÄNNA MARTHOR

216 medlemmar, medelålder 55 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

Tid & plats varierar
Ordförande: Anna Alenius
15 medlemmar, medelålder 51 år, 2002

Under året har vi satsat på trevligt umgänge. Ofta börjar vi med ett gemensamt program och avslutar träffen med en bit mat. I år har vi bland annat varit på stand up, loppisrunda, besökt Kiasma och bundit kransar. Vi har bidragit i insamling för nödställda i Lettland och Litauen.

BUBBLORNA

Tid & plats varierar
Ordförande: Melinda Holmén
17 medlemmar, medelålder 41 år, 2016

Under året ordnade vi en mycket lyckad kväll med marthornas ekonomirådgivare Marina Nygård - alla gick ifrån träffen med helt ny iver och sätt att se på sparande!

BÖNORNA

Hemvrån, 2:a må kl. 18
Ordförande: Liisa Backas
26 medlemmar, medelålder 50 år, 2003

Bönorna hade 20-årsjubileum i november med middag och föreläsning om coaching. Under året har vi spelat padel, lärt oss om ostar, besökt Tove Janssons och Amos Anderssons hemmusé-er och Riddarhusets fina trädgårdsutställning. Vi deltog i Hfors Marthaföreningens julbasar för insamling till barnfamiljer med att dekorera minijulgranar.

CANDELA

Tid & plats varierar
Ordförande: Marie Westerholm
11 medlemmar, medelålder 51 år, 2000

Under 2023 blev det varierande program, liksom tidigare. Utställningar och matlagning, blommor i olika former men även luftyoga som årets prova på.

DAGSLÄNDORNA

Hemvrån, 2:a ti kl. 13.30
Ordförande: Carita Nordman
47 medlemmar, medelålder 69 år, 2013

Dagsländorna har haft varierande program under 2023. Vi har bl.a. besökt Eira Sjukhus där vi fick höra en föreläsning om sömn.

Vi har besökt konstutställningar och laga mat i Kokvrån. Några dagsländsmedlemmar deltog i en basar till förmån för Barnavårdsföreningen.

Elvan

Havsfruarna

Gryzi

DELIDONNORNA

Kokvrån, tid varierar
Ordförande: Nina Lindeman
8 medlemmar, medelålder 51 år, 2000

Under året har kretsen satsat på mat och samvaro de gånger vi samlats i mindre eller större gäng.

DRUMSÖKRETSEN

Kokvrån, 2:a ons kl.18
Ordförande: Gunilla Nykopp
28 medlemmar, medelålder 56 år, 1943

Under 2023 har vi samlats för att bland annat avnjuta god mat och gott sällskap på kokvrån och på vår traditionella Picnic. Vi har också bekantat oss med vegansk mat, besökt Didrichsens Museum för att se på Rafael Wardis utställning. Vi avslutade året med en inspirerande pysselkväll. Vårt understöd gick till Luciainsamlingen.

ELVAN

Hemvrån, varje ons kl. 11–13
Ordförande: Johanna Edelmann
29 medlemmar, medelålder 76 år, 2011

Elvan är en glad och aktiv handarbetskrets med god anda. Vi träffas i Hemvrån varje onsdag kl 11-13 och stickar och virkar och har det trevligt tillsammans. Man får ha med sitt eget arbete eller sticka och virka till välgörande ändamål.

Vi har också fortsatt att samla ihop till så kallade Mammakassar för papperslösa mammor.

GRYZI

Kokvrån, 2:e ti kl. 18
Ordförande: Joanna Danielsson
34 medlemmar, medelålder 52 år, 2000

Under året har Grytzi varit på Picnic i Brunnsparken, lagat mat och ätit tillsammans i kokvrån. Grytzi besökte välgörenhetsutställningen på Riddarhuset "Rosengårdar och krattade gångar". Delar av kretsen hjälpte också till i kafeet under utställningens gång. Vi avslutade året med att binda julkransar. En stor del av kretsen var också med på Marthabrunchen eller julbasaren.

HAVSFRUARNA

Degerö, tid varierar
Ordförande: Pamela Pöntinen
12 medlemmar, medelålder 52 år, 2014

Under året har kretsen provat på bland annat aereal yoga, varit på candle light konsert i Tempelplatsen kyrka och på välgörenhets julkonsert på Svenska teatern. Vi firade kretsens 10-års jubileum med att göra varsin mugg med Havsfruarna egen logo i Mukipaja.

Inspirea

Livsnjutarna

INSPIREA

Hemvrån, 4:e to kl. 18
Ordförande: Monica Wikberg
18 medlemmar, medelålder 61 år, 2020

Som namnet anger ligger fokus på inspiration. Målet med kretsen är att få och ge inspiration och pröva på nya saker tillsammans.

Under 2023 har kretsen bland annat besökt National Museum och Amos Andersson Hemmuseum, gjort bivaxdukar, haft vegetarisk matlagning i Martha köket på Busholmen, vandring i naturen, Teaterbesök Lilla Teatern: Röda rummet samt bakat tillsammans för välgörenhet till barnfamiljer.

INTERNATIONAL MARTHA

Kokvrån, tid varierar
Ordförande: Lilian Neo
7 medlemmar, medelålder 72 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.

LADYMARTHA

31 medlemmar, medelålder 87 år, 2016

LadyMartha är Helsingforsmarthornas stolthet. Kretsen består av medlemmar som lagt ner sin krets på grund av hög ålder, men som vill fortsätta vara medlem i Helsingforsföreningen, något föreningen är oerhört glad över.

LIVSNJUTARNA

Kokvrån, tid varierar
Ordförande: Titti Myhrberg
17 medlemmar, medelålder 46 år, 2014

Med Livsnjutarna träffades vi i trevligt samvaro i form av afternoon tea, picnic samt museibesök. På julen donerade vi pengar för de fattiga i Finland och vår ordförande och vår hundmaskot Blondie har fortsatt med sitt månatliga bingobesök på åldringshemmet Cecilia i Nordsjö.

Vi i Livsnjutarna brukar träffas och laga mat, simma tillsammans eller gå på gemensamma kurser.

MAGNIFICA MARTHOR

Hemvrån, 1:a må kl. 18.
Ordförande: Tove Nordling
17 medlemmar, medelålder 60 år, 2013

Magnifica Marthor är en liten krets som fokuserar på intressanta föredrag, guidade museibesök och social samvaro.

Vi träffas en gång i månaden, ofta i Hemvrån, men lika ofta ute på någon restaurang, holme eller konstutställning. Medlemmarna är aktiva och de flesta i yrkeslivet. Vi anlitar ofta varandra som föreläsare.

MAP-MAPPIES

Hemvrån, 2:a ti kl. 18.30
Ordförande: Birgit Pomoell
28 medlemmar, medelålder 78 år, 2007

Vi har intressanta program med inslag av kultur, litteratur, aktuella frågor. Vardagsglädje, ny kunskap, stimulans i vardagen. Gemenskap och trevlig samvaro. Vi har gett understöd till bl.a. barnfamiljer som har det svårt i sin vardag och till ukrainska flyktingar.

Maya

Pampasgänget

Pralinerna

MARTHAMICUS

Tid & plats varierar
Ordförande: Mariann Lassenius
13 medlemmar, medelålder 45 år, 2003

Under året har vi bland annat ordnat ett veckoslut i Hangö med fokus på välmående, provat på olika sätt att tillaga musslor, varit på ostprovning samt firat kretsens 20-årsjubileum.

MARTHANNAT

Kokvrån, 3:e to kl. 18
Ordförande: Jatta Himmanen
21 medlemmar, medelålder 43 år, 2015

Under året har kretsen bland annat ordnat klangbad, varit på Ateneum på konstutställning samt lagat mat och på teater.

MARTHARELLERNA

Hemvrån, 4:e må kl. 18
Ordförande: Ylva Selvin
38 medlemmar, medelålder 80 år, 1968

Det visade sig vara omöjligt att hitta frivilliga till ny styrelse för kretsen, så vi försöker nu omorganisera hela verksamheten så att vi har cirka 5 programgrupper med specifika intresseområden. Tanken är att programgrupperna tar hela ansvaret för var sitt möte. Det nya systemet verkar lovande, vi har haft många intressanta möten såsom teprovning, föredrag om minnesproblem, HemFysio med stolgymnastik, mm. I samband med jullunchen samlade vi in pengar till Ukraina.

MAYA

Grankulla, tid varierar
Ordförande: Marianne Pentti
16 medlemmar, medelålder 57 år, 2007

Under verksamhetsåret har vi träffats sex gånger, tre gånger på våren och tre gånger på hösten. Vi har bland annat ordnat en bokbytarkväll och fört böcker till det lokala biblioteket, bundit höstkransar och handarbetat tillsammans.

PAMPASGÄNGET

Hemvrån, 1:a ti kl. 18
Ordförande: Charlotta Bäck
28 medlemmar, medelålder 40 år, 2017

Under 2023 ordnades 12 träffar för medlemmarna i Pampasgänget. De mest populära aktiviteterna var brunch och bokbytarträff, klädvård och tvättmedelstillverkning samt guidning i Rikhardsgatans bibliotek och afternoon tea.

PANGBRUDARNA

Hemvrån, 2:a ons kl. 17
Ordförande:
Solveig Rosenberg-Wikström
22 medlemmar, medelålder 76 år, 1990

Året har varit som en påse blandade karameller med omväxlande program. Vi har bekantat oss med den ensamme mecenaten Anderson via Olav Melin, besökt Amos hemmuseum, lärt oss om Feng Shui, stekt crepes, bjudit in en annan krets till ett möte, sett Donners foton på Villa Hagasund, Vi har gått på teater tillsammans, lärt oss om synskador och nyttiga hjälpmedel och avslutat året med julmiddag på restaurang. Dessutom har vi flitigt deltagit i programmen föreningen ordnat.

Trettio plus

PLUSMARTHORNA

Hemvrån, 3:e ons kl. 18
Ordförande: Lisbeth Ahjopalo
42 medlemmar, medelålder 74 år, 2004

Plusmarthorna, en aktiv marthakrets har besökt flera fina konstutställningar detta år, vi har vandrat i Helsingfors, njutit av soliga, somriga Ekenäs, ätit gott och samlats över en kopp kaffe och trevlig samvaro många gånger. Två gånger har vi varit på teater, både funderingar över livets sanning och glada skratt över finlandssvensk revy. Vi gav också ett bidrag till Luciainsamlingen för att stöda barnfamiljer i utsatta situationer.

PRALINERNA

Kokvrån, 3:e ti kl. 18
Ordförande: Maria "Maja" Lindholm
22 medlemmar, medelålder 47 år, 2009

Under året som gått har Pralinerna hunnit med matlagning i kokvrån, en konstträff, biobesök och ett dopp i Allas Seapool. I september gjorde vi en utfärd till Tallinn och i november provade vi på klangbad.

PRIMA

Kokvrån, 2:a to kl. 18
Ordförande: Nicolina Zilliacus-Korsström
64 medlemmar, medelålder 62 år, 1994

Vi träffas en torsdag i månaden antingen i Kokvrån eller någon annanstans. Vi har haft vinprovning, lärt oss om vilda växter och haft matlagning under året. Vi har också besökt konsthemmet Reitz i Tölö och Lottamuseet i Tusby. Vi stödde också Elvans insamling till mammalådor för papperslösa.

SIMONE

Hemvrån, 4:e ons kl. 18.00
Ordförande: Matilda Anttila
47 medlemmar, medelålder 31 år, 2020

Under året har Simone provet på air yoga, ordnat en vårmiddag i Kokvrån, plockat svamp i Sibbo storskog, gjort julpynt av naturligt material och ordnat en naturlig hud- och hårvårdskväll med hjälp av föreningsstödet. Årets välgörenhetsinsats var det traditionsenliga julbaket. Vi bakade knäck, pepparkakstoffe och veganska hasselnötskex som vi skänkte till Marthaföreningens julbasar.

SJU SYSTRAR

Tid & plats varierar
Ordförande: Hanna Karlberg
12 medlemmar, medelålder 48 år, 2003

Vi firade vårt 20-årsjubileum med en Tallinnresa i september. Vi har under året också bl.a. besökt konstmuséet EMMA och Humorlandskampen på Svenska teatern, varit på fatbike-äventyr i Noux (Haltia) och firat Finlands Lucia.

SMARTORNA

Hemvrån, 3:e to kl. 16
Ordförande: Marie-Louise Tapper
31 medlemmar, medelålder 81 år, 1991

Under året ordnade kretsen ett besök från Respecta där Jenny Björn förevisade olika små praktiska hjälpmedel i vardagen. Birgitta Lönnqvist berättade om minnen och erfarenheter från krigsåren som väckte starka känslor. Kretsen har betalat in en summa till Röda Korset för stöd till Ukraina. Också till Stationens barn har vi betalat in en summa.

Solveig

Supermarthorna

SOLVEIG

Kokvrån, 3:e ons kl. 17.30
Ordförande: Toni Rautakoski
10 medlemmar, medelålder 32 år, 2023

Solveig startades upp i september 2023. Sedan dess har vi fokuserat mest på matlagning och umgänge på våra träffar, genom att bland annat laga mat av innehållet i säsongens matkorg.

SUPERMARTHORNA

Tammelund, 2:a må kl. 19
Ordförande: Nina Henriksen
28 medlemmar, medelålder 76 år, 1996

Kretsen såg föreställningen "Liv och lust! - 50 år på scen" med Johanna Ringbom. Vi ordnade föreläsning om IT-säkerhet samt blomsterbindning. Annika Linder Airava deltog i kretsens träff. Dessutom besökte vi Haiko och Albert Edelfelts ateljé, Angela Oker-Bloms ateljé samt Amos Andersons Hem.
Vi gav också ett bidrag på 200 euro till Luciainsamlingen.

TJEJLIGAN

Tid & plats varierar
Ordförande: Linda Gröndahl
12 medlemmar, medelålder 40 år, 2005

Under året 2023 har kretsen bland annat varit på teater, Marthabrunch samt gjort en grankrans och lagat turkisk mat tillsammans.

TRAKTÖRERNA

Kokvrån, 1:a lö em
Ordförande: Sabina Brunou
14 medlemmar, medelålder 52 år, 2001

Traktörerna har 2023 sammanstrålat främst kring knytkalasträffar med medlemsfamiljerna, där vi satsat mer på samvaro framom krävande matlagning.

TRETTIO PLUS

Kokvrån, 1:a to kl. 18
Ordförande: Natascha Wrede
11 medlemmar, medelålder 49 år, 2006

År 2023 ha Trettioplus bland annat besökt Åbo på sin traditionella vårutfärd. Några från kretsen ställde upp på julbasaren och på den alltid lika trevliga brunchen.

ULRIKAKRETSEN

Kokvrån, 1:a ti kl. 18
Ordförande: Cecilia Eriksson
8 medlemmar, medelålder 60 år, 2008

Kretsen har samlats en gång i månaden i Kokvrån och lagat mat tillsammans. Medlemmarna har inspirerat varandra med nya recept. Kretsen besökte även utställningen "Jörn Donner - På resa 1951-68" på Villa Hagasund. Kretsen firade 15 år av verksamhet.

WELLNESS

Hemvrån, 1:a ons kl. 18
Ordförande: Janine Smeds
71 medlemmar, medelålder 70 år, 2008

Under året har vi bland annat ordnat en Första hjälpen-kväll, skidutfärd, föreläsning om läkande örter, strand- och skogspromenader samt firat vårt 15-årsjubileum.

VILANDE KRETSAR

Under vilande kretsar finns sådana som för tillfället inte träffas regelbundet.

- **Spicemarthorna**
- **M–klubben**

Trygghet och inspiration i vardagen

GLADA STUNDER OCH FINA MINNEN TAR VI MED OSS FRÅN ETT AKTIVT VERKSAMHETSÅR 2023.

MÅLSÄTTNINGAR FÖR 2023

- Hur har det gått?

EVENEMANG

MÅL 2023

"Dela kunskap och inspiration i vardagen och möjliggöra gemenskap."

Vi ordnade totalt 11 evenemang. Teman var bland annat välgörenhet, klimat, trädgård, teater och matlagning.

Vi ordnade även regelbunden litteraturcirkel, boklubb och yoga samt Öppet hus-handarbete med kretsen Elvan i Hemvrån.

ORGANISATION

MÅL 2023

"Organisationsförändringen implementeras i verksamheten."

Styrelsen utvecklat sitt arbete genom att arbeta mera i team, mellan själva styrelsemötena. Flera kretsar avvecklat sin byråkrati så att de kan fokusera på själva verksamheten.

SAMHÄLLSNYTTA

MÅL 2023

"Medlemmarna har konkreta möjligheter att bidra till en bättre värld."

Föreningen ordnade julbasar till förmån för barn och unga. Inbetalningar gjordes till Project Liv, Folkhälsans Luciainsamling och Skyddshemmen i Helsingfors. Handarbeten och insatser gjordes till både församlingar och sjukhus. Martha Safe såldes till förmån för Marta Centr i Riga.

Under året gick föreningen med i ett nytt nätverk, Nätverket för svenskspråkiga närståendevårdare.

Under 2023 producerade Elvans krets:

KRETSARNA

MÅL 2023

"En fungerande struktur och aktiv medlemsvård."

Föreningen arbetade år 2023 med att tydliggöra kretsarna i förhållande till förening. Kretsarna blir tydligare en del av föreningens verksamhet.

Kretsträffar ordnades. Medlemmarna gavs möjlighet vid AW i augusti att tycka till om verksamhetsplan 2024. Till AW inbjöds med personlig inbjudan alla allmänna Helsingforsmarthor som inte ännu hittat sin krets. En medlemsenkät skickades 23.10 som ett underlag för arbetet med verksamhetsplanen 2024. 60 medlemmar svarade på enkäten och det blev tydligt att medlemmarna önskar inspiration och kunskap om en hållbar vardag.

UTDELADE KRETSBIDRAG

Summa: 11 340€ | **Antal:** 30 st.

Därtill tillsammanspeng och jubileumsbidrag: 7 st.

MARTHAFÖRBUNDETS RÅDGIVARE HAR UNDER ÅR 2023 ANLITATS:

I kretsarna: 3 ggr

Av föreningen: 3 ggr

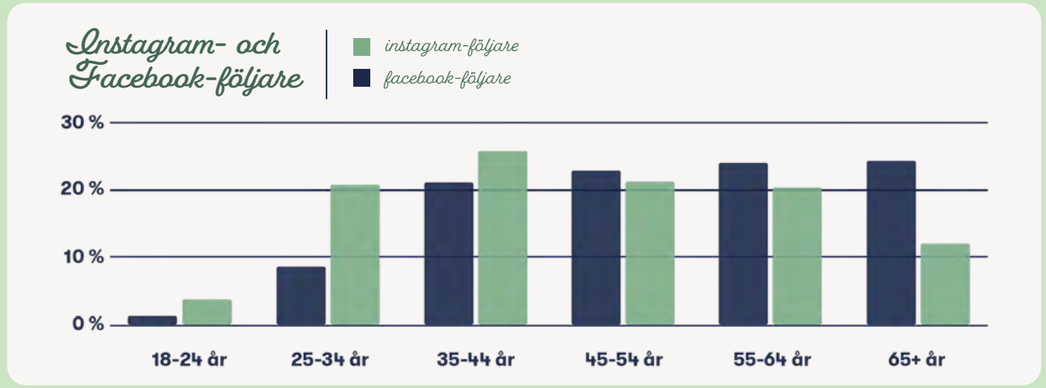
TOTALT 6 ggr

EKONOMI

MÅL 2023

"Klargöra föreningens roll och eventuella nysatsningar."

En utredning över föreningens fonder gjordes på uppdrag av föreningen av Navigo Partners för att kartlägga föreningens fonder och karaktär. Även en genomgång av föreningens bokföring och redovisning beträffande fonderna gjordes för att se att de är ändamålsenliga även i dagens läge. Diskussioner kring kapitalförvaltningen har förts under året med fokus på riskhantering och långsiktighet.



KOMMUNIKATION

MÅL 2023

"Föreningens profil, målgrupper och effektivaste kommunikationskanaler är definierade."

Föreningens kommunikationsstrategi uppdaterades med tydligare definition av de olika kommunikationskanalernas målgrupper och hur vi når dem bäst. Som ett resultat av detta arbete startade vi två nya serier för Instagram i reel-format: Hfmorsmartha tipsar samt Helsingforsmarthas kretsar.

2 407 följare i alla appar

1 225 följare

1 182 följare

VI SÄNDE UT

Medlemsbrev per e-post	14
Utskick till kretsaktiva	8
Brev till medlemmar utan e-post	2

93 % av våra följare är kvinnor

PROJEKT

MÅL 2023

"Kvalitativt och inspirerande program."

BOKSTIPENDIER

12 böcker

Boken "Marthas vardagstips" delades ut till alla grundskolor och andrastadiets svenskspråkiga skolor i Helsingfors."

INFOKVÄLL OCH AFTER WORK FÖR NYA MEDLEMMAR

+50 deltagare

Det var fullt hus när vi sparkade igång hösten med en After work. Vi bjöd på bubbel och plockmat från Sofia Helsinki. Vi berättade om höstens program och om våra kretsar. Under våren kategoriserades kretsarna på hemsidan enligt intresseområden och ålder. På plats under kvällen var också representanter från några av kretsarna, som man kunde bekanta sig med.

MARTHABRUNCH MED MARTHATORG

155 deltagare

Den traditionella Helsingforsmarthabrunchen gick av stapeln på på Restaurang Sofia. Nytt för i år var Marthatipstorget som inledde brunchen. Närproducerad mat, bubbel, mingel och inspirerande taltur om hållbart välmående av Marthaförbundets ordförande Mia Hafrén.

ÅR 2023 UTDELADE UTMÄRKELSER

Lilla Guldmärket

Camilla Komonen
PRIMA

Lilla Guldmärket

Gunilla Nykopp
DRUMSÖKRETSEN

Lilla Guldmärket

Agneta von Wetter-Rosenthal
PANGBRUDARNA

Stora Silvermärket

Annika Knekt
HAVSFRUARNA

UNDER 2023 BEVILJADE STIPENDIER

Labbnäs, 20 st stipendier
Marthaförbundet, 26 stipendier
Nasta, 1 stipendium
Nordiska Marthadagar, 5 stipendier

UNDER 2023 HAR FÖRENINGEN UNDERSTÖTT FÖLJANDE ORGANISATIONER

Centrs Marta
Folkhälsans Luciainsamling
Plan Finland, Insamling för Ukraina
Project Liv
Helsingfors skyddshemsförening rf

ÅR 2023 AVLIDNA MEDLEMMAR

Anita Forsström
Christina Fraser
Ulla Gyllenberg
Christina Hinnenberg
Ann-Marie Karsten
Brita Rannetmaa
Mary Renberg
Dorrit Slöör

FOTO:

Anna Betlehem
Sara Forsius
Frida Lönnroos
Maria Rajalin
Malin Öhman
samt kretsaktiva

Annika Knekt, Annika Linder Airava, Annika Lindman, Bernadette Fougstedt, Carita Jansson, Carita Tuokila, Elisabeth Stenman-Haltia, Katja Salojärvi, Lotta Perander, Mariann Holmberg, Monica Wikberg, Nina Fabricius, Nina Lindeman och Nina Tallberg.

Varmt tack

till alla dem som understött vår verksamhet och gjort det möjligt för oss att genomföra ett gott arbetsår. Ett stort tack för fina samarbeten under året och till alla er som jobbar för att vår förening hålls relevant och levande. Ett stort tack vill vi också rikta till alla medlemmar som bidragit och delat med sig av sin tid och vardagskunskap!

Styrelsen

Bokslut 1.1.2023 - 31.12.2023

Helsingfors svenska Marthaförening r.f.

Resultaträkning

	1.1.2023-31.12.2023	1.1.2022-31.12.2022
ORDINARIE VERKSAMHET		
Intäkter	224 068,77	208 258,47
Kostnader		
Personalkostnader	-98 248,38	-93 202,44
Avskrivningar	-2 652,09	-3 536,11
Övriga kostnader	-165 323,19	-148 194,51
ÖVERSKOTT/UNDERSKOTT	-42 154,89	-36 674,59
MEDELANSKAFFNING		
Intäkter	30 383,32	41 520,01
ÖVERSKOTT/UNDERSKOTT	30 383,32	41 520,01
PLACERINGS- OCH FINANSIERINGSVERKSAMHET		
Intäkter	261 864,87	171 978,15
Kostnader	-102 422,28	-285 084,26
ÖVERSKOTT/UNDERSKOTT	159 442,59	-113 106,11
ÖVERFÖRING AV MEDEL		
Bundna fonder		
Självtäckande fonder ökning (minskning)	-31 711,92	131 022,59
Räkenskapsperiodens resultat	115 959,10	22 761,90
Räkenskapsperiodens överskott/underskott	115 959,10	22 761,90

Balansräkning

	31.12.2023	31.12.2022
AKTIVA		
BESTÅENDE AKTIVA		
Materiella tillgångar		
Maskiner och inventarier	7 956,25	10 608,34
Materiella tillgångar totalt	7 956,25	10 608,34
Placeringar		
Aktier och andelar	1 581 325,60	1 456 553,31
BESTÅENDE AKTIVA TOTALT	1 589 281,85	1 467 161,65
MEDEL I SJÄLVTÄCKANDE FONDER		
Placeringar	1 540 452,12	1 527 914,02
Fordringar	597,45	866,31
RÖRLIGA AKTIVA		
Omsättningstillgångar		
Varor	0,00	409,50
Omsättningstillgångar totalt	0,00	409,50
Kortfristiga fordringar		
Kundfordringar	995,00	905,00
Interna fordringar	35 230,68	54 479,27
Övriga kortfristiga fordringar	918,80	748,80
Aktiva resultatregleringar	1 339,37	0,00
Kortfrisitga fordringar totalt	38 483,85	56 133,07
Kassa och bank	88 383,00	70 743,66
RÖRLIGA AKTIVA TOTALT	126 866,85	127 286,23
Aktiva totalt	3 257 198,27	3 123 228,21
PASSIVA		
EGET KAPITAL		
Fonder	669 603,80	669 603,80
Bundna fonder		
Självtäckande fonder	1 541 243,64	1 528 780,31
Övriga bundna fonder	6 102,89	6 102,89
Överskott från tidigare räkenskapsperioder	881 918,79	859 156,89
Räkenskapsperiodens överskott	115 959,10	22 761,90
EGET KAPITAL TOTALT	3 214 828,22	3 860 405,79
FRÄMMANDE KAPITAL		
Kortfristigt främmande kapital		
Erhållna förskott	1 317,83	0,00
Leverantörsskulder	10 506,08	8 733,01
Övriga kortfristiga skulder	18 769,45	16 851,98
Passiva resultatregleringar	11 776,69	11 237,43
Kortfr.främmande kapital totalt	42 370,05	36 822,42
FRÄMMANDE KAPITAL TOTALT	42 370,05	36 822,42
Passiva totalt	3 257 198,27	3 123 228,21

HELSINGFORS SVENSKA MARTHAFÖRENING R.F.

Undervisningskök, Kokvrån
Stora Robertsgatan 43, 00120 Helsingfors

Kansli och möteslokal, Hemvrån
Simonsgatan 12 A 5, 00100 Helsingfors

Tfn 040 731 2791
E-post kansliet@helsingforsmartha.fi

Vi jobbar måndag-torsdag
- ta gärna kontakt!

www.helsingforsmartha.fi

HelsingforsSvenskaMarthaforening

helsingforsmartha

HELSINGFORS SVENSKA
MARTHAFÖRENING