



Keliakiaviikko
4.-10.9.2023

Keliakiaviikko 4.-10.9.2023
Toteutus yhdistyksessä

Vapaaehtoisten webinaari
16.3.2023

Vapaaehtoistoiminnan asiantuntijat
Marjo Aspegren ja Minnaleena Ollanketo

Tavoitteet



- ✓ Viikon tavoitteena on **auttaa** gluteenitonta ruokavaliota noudattavia **kutistamaan ruokavalion kuluja**.
Keinoina mm. **itse tekeminen, satokauden hyödyntäminen ja hävikin vähentäminen**.
- ✓ Yleisenä tavoitteena on **lisätä tietoa** gluteenittomuudesta, keliakiayhdistyksen toiminnasta ja jäsenyydestä



Toteutusideat yhdistyksille

1. Ruoanlaitto-/leivontatapahtumien järjestäminen
2. Webinaarikatsomo-tapahtuma ke 6.9. "Syksyn satoa gluteenittomasti"
3. Kauppakierros-tapahtumat
4. Sadonkorjuuretken (sieni-/marjaretki) järjestäminen (ennen leivontaa/ruoanlaittoa)



Yhteistyö



Keliakiaviikon **tapahtumayhteistyön** kumppaneiksi on lupautuneet seuraavat **Maa- ja kotitalousnaisten** piirit:

- ✓ Etelä-Suomen maa- ja kotitalousnaiset
- ✓ Keski-Suomen maa- ja kotitalousnaiset
- ✓ Keski- ja Etelä-Pohjanmaan maa- ja kotitalousnaiset
- ✓ Itä-Suomen maa- ja kotitalousnaiset (Pohjois-Savo)
- ✓ Oulun maa- ja kotitalousnaiset



Yhteistyö



Yhteistyömuotoja Maa- ja kotitalousyhdistysten kanssa esim:

- ✓ Leivonta-/ruoanlaittokurssit
- ✓ Sieni-/marjaretket (yhteiskuljetus)
- ✓ Muut tapahtumat, viestinnällinen yhteistyö

Lähetämme em. viiden piirin alueilla oleville yhdistyksille yhteystiedot, minne voi ottaa yhteyttä yhteistyöstä sopimiseksi.

Mikäli yhdistyksenne ei kuulu näihin alueisiin, voitte kysyä alueellanne muita yhteistyökumppaneita, esim. Martat, sieniseurakunnat

1. Ruoanlaitto-/leivontatapahtuma



Leivonta-/ruoanlaittotapahtumaan voitte kysyä vetäjäksi myös **Gluteenitonta arkiruokaa -hankkeessa** koulutettuja vapaaehtoisia **vertaisohjaajia (28)** sekä G-festillä koulutettuja **leivontatilaisuuden vertaisohjaajia (15)**.



Toimintamallit tueksi: [Leivotaan yhdessä gluteenitonta -toimintamalli](#)
[Ruoanvalmistus- ja leivontatapahtuman järjestäminen](#)

Toimintamallit löytyvät Tietolaarista

2. Webinaarikatsomo-tapahtuma



- ✓ **Ke 6.9. klo 18** Syksyn satoa gluteenittomasti-**yleisöwebinaari**, vetäjinä Keliakialiiton HoReCa-asiantuntija Eija Lindberg ja ravitsemusasiantuntija Miika Wynne-Ellis
- ✓ Järjestäkää yleisötilaisuus, jossa katsotaan keliakiaviikon webinaari. Sen jälkeen keskustelua aiheesta, mahdollisesti esim. lempireseptien vaihtoa
- ✓ Tilaisuuden tarjoiluna voi olla keliakiaviikon reseptillä leivottua leivonnaista

Toimintamalli tueksi: [Ohjeita webinaarin paikalliskatsomon järjestämiseen](#)

Toimintamalli löytyy Tietolaarista

3. Kauppakierroksen järjestäminen



Myös kauppakierrokselle voitte kysyä vetäjäksi
Gluteenitonta arkiruokaa -hankkeessa koulutettuja
vapaaehtoisia **vertaisohjaajia**

Toimintamalli Tietolaarissa: [Kauppakierroksen järjestäminen](#)

4. Marja-/sieniretki

- ✓ Järjestäkää ennen leivonta-/ruoanlaittotahtumaanne marja-/sieniretki, missä kerätään yhdessä satoa kurssia varten ja/tai kotiin vietäväksi
- ✓ Kysykää yhteistyökumppaniksi/asiiantuntijaksi jotain toista järjestöä – tai voisiko retken vetäjä löytyä jäsenistöstänne?



Muita vinkkejä



Muistakaa **jäsenhankinta** viikon aikana ja kaikissa tapahtumissa!

- esim. arvonta tmv. syyskuun aikana liittyneiden uusien jäsenten kesken

Keliakiaviikon tapahtumiin voi anoa [jäsenjärjestöavustusta](#).
Hakuaika päättyy 14.5.

Aineistot

1. **Seitsemän reseptiä**, yksi kullekin viikonpäivälle, tiedostoina
2. Keliakiaviikon logo (suomeksi ja ruotsiksi), some-kuvat
3. Gluteenitonta arkiruokaa –**reseptivihkonen**, ruoanlaittokurssien osallistujille jaettavaksi
4. **GE-lehti 3/2023**
5. Perusesitteet, mm. Kiinnostaako sinua gluteenittomuus?

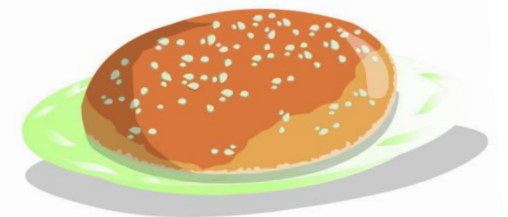
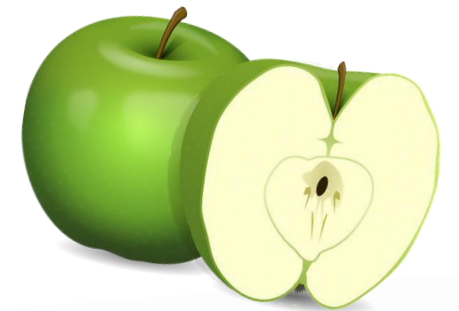


Aineistot, seitsemän reseptiä

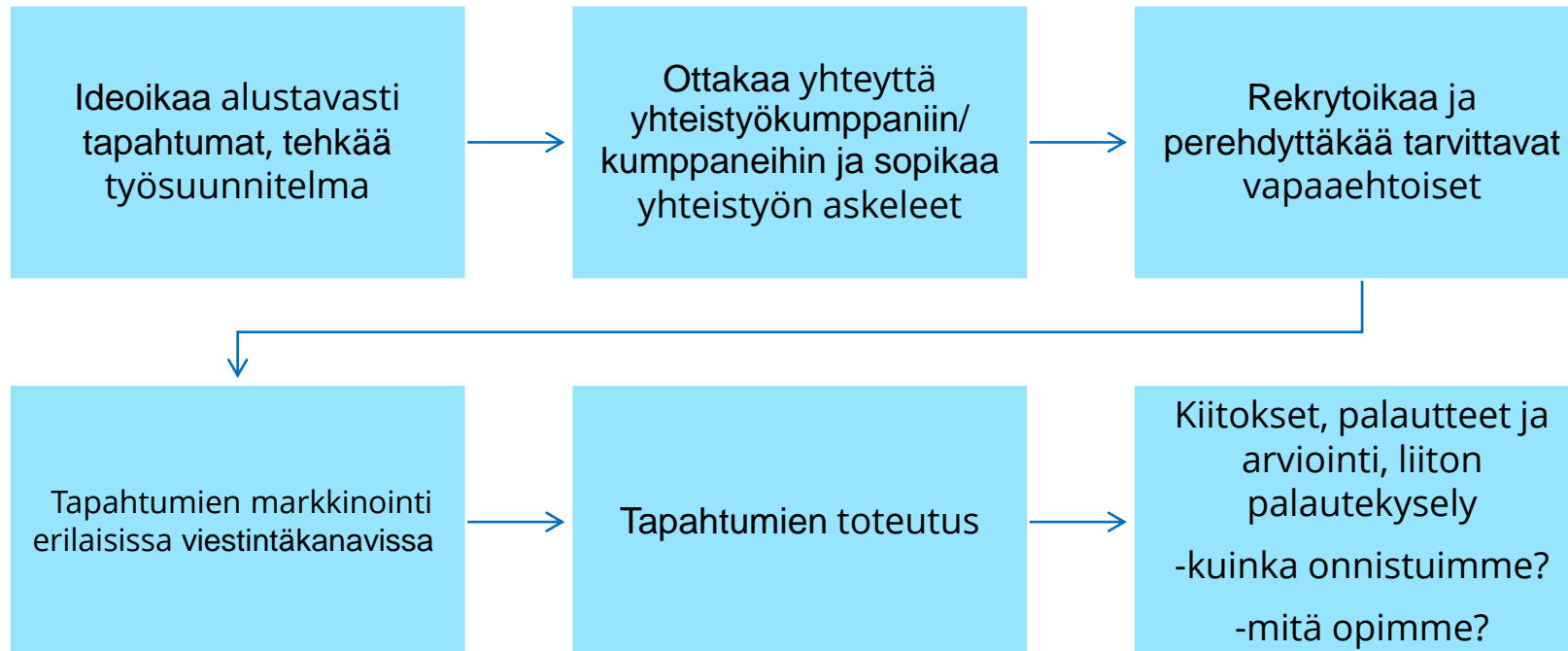


Keliakiaviikko
4.–10.9.2023

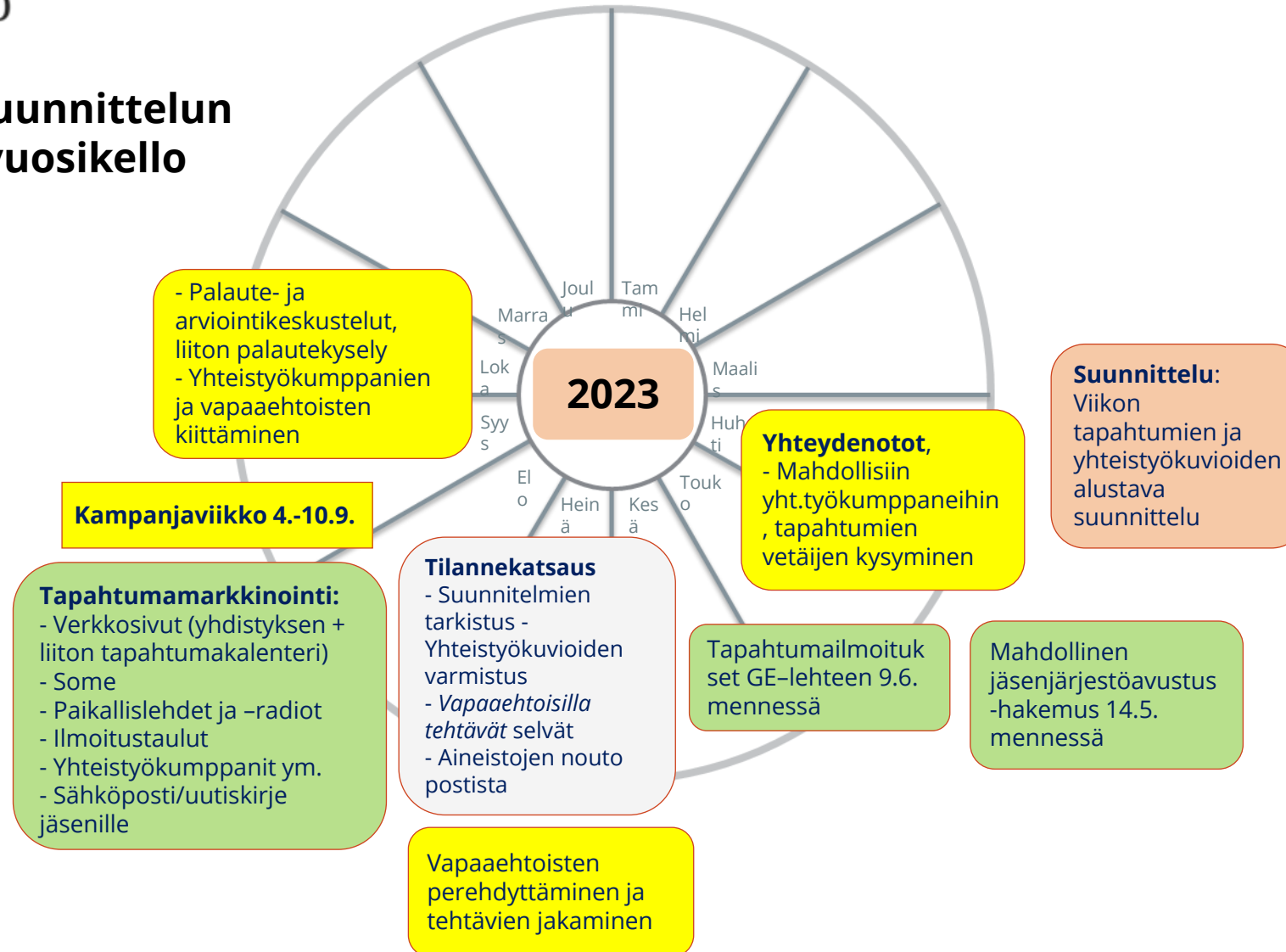
- Ma** Täytetyt kesäkurpitsat
- Ti** Omenasose ja Ahvenanmaan pannukakku
- Ke** Kaalilaatikko ja puolukkahillo
- To** Puolukkakukko ja vaniljakastike
- Pe** Sämpylät (palsternakka)
- La** Täytetty kasvissämpylä, mummonkurkut
- Su** Kakku, jonka nesteenä käytetty kahvi



Keliakiaviikon suunnittelun ja toteutuksen eteneminen



Keliakiaviikon suunnittelun ja toteutuksen vuosikello



Vuosikellopohjan lähde:



Kiitos ja mukavaa keliakiaviikon tapahtumien suunnittelua!

Jatketaan keskustelua
[Facebookin Juttutuvassa](#)

Esitysmateriaali viedään Tietolaariin ja
webinaaritallenteeseen toimitetaan linkki