

Jarla & Lehtopelto

**SÄÄSTÄVÄISEN
ELÄMÄN
FINGERPORI**

LIKE



+ Takuusäätiö

Yhteistyössä Marttaliiton ja Kestävät talouspolut -hankkeen kanssa.
Hankkeen toteuttavat Marttaliitto ja Takuusäätiö.

© Pertti Jarla, Jarkko Lehtopelto & Like Kustannus /
Kustannusosakeyhtiö Otava 2023

LIKE

Like Kustannus
Helsinki
www.like.fi

978-951-1-46921-6

OTAVA
KIRJAPAINO
Keuruu 2023



4041 0037
Painotuote

Sisällys

Arjessa	8
Lainaaajan, vuokraajan ja vaihtajan elämää	11
Säästäväisen liikuntaharrastajan muistilista	13
Energiapihin kodin lämmitys	15
Näillä vinkeillä kodin siivous on helpompaa ja nopeampaa	17
Kunnon siivousvälineillä säästät aikaa ja ympäristöä	19
Käytä puhdistusaineita ekologisesti	21
Vaatekaapissa	22
Vaatekaapin teesit	25
Poistettavien vaatteiden uusi elämä	27
Saunassa ja kylpyhuoneessa	28
Energiaa säästävä sähkösaunailta	31
Fiksu pyykinpesu	33
Keittiössä	34
Kestävän ruokavalion ydin	37
Suuri tähteiden käyttötaulu	38
Opettele elintarvikkeiden säilyvyysmerkinnät	41
Suuri keittiökoneiden säästöopas	43
Säästäväinen kylmälaitteiden käyttö	43
Säästäväinen liedien käyttö	43
Säästäväinen uunin käyttö	45
Säästäväinen astianpesu	45
Opas säilönnän maailmaan	47
Voit säilöä melkein mitä vaan	47
Säilöä voi monella tavalla	47
Pakastajan muistilista	49
Keskimääräisiä säilyvyysaikoja pakastimessa	49
Muista hygienia säilönnässä	51
Viljelmällä	52
Pieni opas laatikkoviljelyyn	55
Näin perustat viljelylaatikon	55
Viljelylaatikon paikka	55
Vinkkejä kasvatukseen	57
Esimerkkikokonaisuus vähän ravinteita vaativien kasvien viljelylaatikosta	59

Juhlissa	60
Juhlien järjestäjän muistilista	63
Kuinka loihdit juhlille lisätilaa	65
Arvioi tarjoilujen määrä oikein	67
Säästäväiset treffit	69
Anna lahjaksi yhteistä aikaa	71
Ostoksilla	72
Suunnitteleamalla säästäväinen ruokakauppareissu	75
Älä haksahda viherpesuun	77
Mietitkö kuntosalin jäsenyyttä?	79
Selvitä puhelinliittymää sopiessa	79
Kirpputorivaatteiden puhdistus- ja käyttöönottovinkkejä	81
Muutama vinkki asunnon valintaan	83
Varautumassa	84
Puhukaa rahasta	87
Parisuhteessa	87
Kavereiden kesken	89
Laadi oma budjetti	91
Välttämätön, tarpeellinen vai turha?	93
Kotivara	95
Matkalla	96
Liikennemenot kuriin	99
Säästäväisiä tapoja liikkua vesillä	99
Nyrkkisäännöt kestävään lomamatkaan	101
Mitä marja- ja sieniretkille mukaan?	103
Vaikuttamassa	104
Akivistikoulu	107
Arjen valinnat	107
Vaikuta vaaleissa	107
Ota kantaa	109
Opi ja ole kriittinen	109

Martat ja Fingerpori – älä laske torttuja tiskiinkin, vaan opettele talouden perustaidot

Koronan jälkeinen aika, energiakriisi ja hintojen nousu ovat tehneet säästämisestä kuuman perunan ja ajankohtaisen kuluttajavalinnan. Lisäksi meitä haastavat ilmastonmuutos ja luontokato, joiden juuret ovat pitkään jatkuneessa ylikulutuksessa, siis tolkkuttomassa törsäämisessä.

On aika palata juurille ja hakea innoitusta Marttojen varhaisista vaiheista, *Pula-ajan keittokirjan* hengessä. Nyt nostamme kotitalouksien pöydille menneiden sukupolvien säästäväisen elämäntavan ja kovissa oloissa kirkastuneet oivallukset. Marttojen vinkeistä huokuu 124 vuoden aikana karttunut kokemus. Me teemme itse, kierrätämme kekseliäästi, vältämme hävikkiä ja ylistämme yhteisöllisyyttä. Me rakennamme merkityksellistä arkea kohtuullisen kuluttamisen perustalle. Vinkkien avulla sinäkin säästät rahaa, luontoa ja parhaimmillaan myös vaivaa.

Ekologinen ja sosiaalinen kestävyys on ytimessä myös silloin, kun puhumme rahasta ja säästämisestä. Kestävän arjen pitää olla jokaisen ulottuvilla, olitpa sitten rikas tai pelkästään rakas. Siihen tarvitaan vankkaa tietopohjaa ja yhteistä tahtoa. Jo 1910-luvulla marttaneuvojat perehdyttivät maaseudun naisia omavaraistalouteen ja kanankasvatukseen. Naiset myivät kananmunia, hankkivat omia tuloja ja totuttelivat käyttämään rahaa itsenäisesti. Maa-aisemännille tahkottiin päähän kirjanpitoa sekä raha- ja ravintoainelaskelmia. Tarkan markan martat miettivät, miten saisivat rahoilleen parhaan vastineen. Tänä päivänä Martat ja Takuusäätiö kehittävät

ekososiaalista talousneuvontaa Kestävät talouspolut -hankkeessa.

Martta-hahmot ovat seikkailleet Fingerporin kaupungissa jo ennen tätä yhteistyötä, eikä ihme – marttoja on kaikkialla! Tämä kirja aukaisee marttamaista latua kestäväan elämäntapaan fingeriläisellä twistillä.

Parasta yhteistyötä syntyy yllättävistä yhdistelmistä. Ensilukaisilla toisistaan kaukana sijaitsevat Fingerporin asukkaat ja martat ovat loppujen lopuksi samalla puolella: sydämessä on aina pieni ihminen arjen huolineen, murheineen ja sattumuksineen. Kuten marttojen myös Jarlan näkökulma on hykertelevän humaani ja autuaallisen auttava.

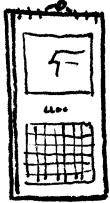
Mikä elämässä ylipäänsä on välttämätöntä, tarpeellista tai turhaa? Taloudellisilla valinnoillamme haluamme lopulta rakentaa itsellemme ja läheisillemme kelvollista arkea. Marttojen motto kuuluu: Hyvästä arjesta parempi maailma. Ja paremmassa maailmassa Fingerporikin jatkuu.

Vaikka martat neuvovat koko heimoa, myös vesoja, yhdenkään irman ei tarvitse olla huolissaan. Neuvoja riittää kaikille, ja ne menevät syvälle säästäväisyyden ytimeen. ”Minä teille syvälle ytimeen menevät näytän”, kuittaa Riitta.

Näitä neuvoja noudattamalla joka talouden pullat ovat paremmin uunissa. Siihen Riittakaan ei enää keksi mitään lisättävää.

Marianne Heikkilä
Pää & sihteeri, Martta & liitto



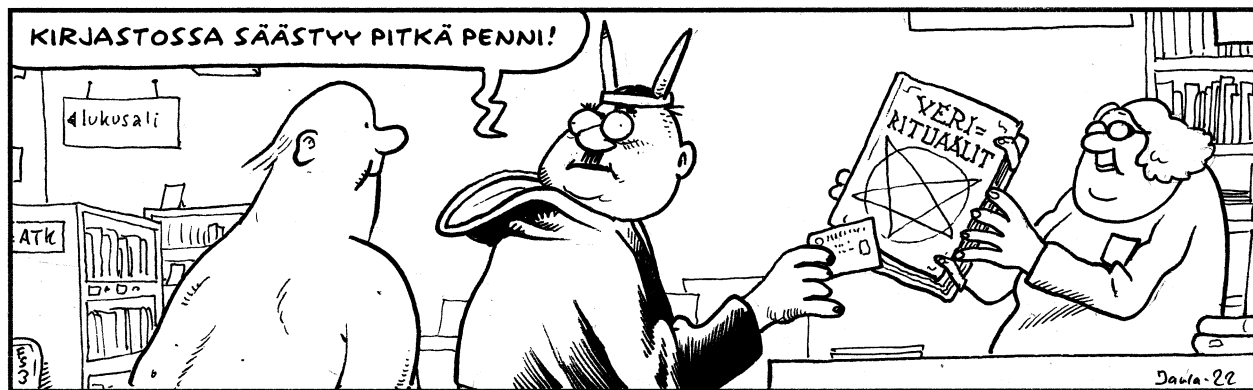


Arjessa





KIELTÄYDY HOUKUTUKSISTA.
LAITA POSTILUUKKUUN
EI MAINOKSIA -TARRA JA
POISTU MAINOSSÄHKÖPOSTILISTOILTA.



Lainajan, vuokraajan ja vaihtajan elämää

Nykyään voi lainata tai vuokrata vaikka mitä.

- Kysy ensin kavereilta, naapurilta tai oman kaupunginosan sosiaalisen median ryhmästä.
- Tutki mummolan vintti.
- Lainaa kirjat ja pelit kirjastosta.
- Mekko mekkolainaamosta ja puku pukuvuokraamosta.
- Auto yhteiskäyttöpalvelusta tai vuokraamosta.
- Työkalut vuokraamoista tai vaikka porakone kirjastosta.
- Harrastusvälineet vuokraamoista tai kirjastoista.
- Asunto loma-ajaksi asunnonvaihtopalvelusta.
- Taidetta taidelainaamosta.
- Pyörä kaupunkipyöräpalvelusta.
- Viherkasvit vuokraamosta.
- Kalusteet valmiiksi kalustetussa vuokra-asunnossa.



