

Marthaförbundets föreläsningar 2025



Kontakta oss
för att boka
en föreläsning,
workshop eller
temadag!



Marina Nygård

Ekonomirådgivare
marina.nygard@martha.fi
044 493 5537



Maria Österåker

Ekonomirådgivare i Österbotten
marina.nygard@martha.fi
044 493 5537



Sandra Mellberg

Hushållsrådgivare
sandra.mellberg@martha.fi
050 517 2958



Linda Riska

Projektledare Flytta hem
linda.riska@martha.fi
044 3443 327



Marika Danielsson

Sakkunnig i beredskap
marika.danielsson@martha.fi
044 735 4971

EKONOMI OCH MEDVETEN KONSUMTION

En euro i taget – föreläsning om ekonomi och sparande

Vad betyder pengar för individen? Hur planerar man sin ekonomi? Vi diskuterar budgetering, sparande, investeringar och hållbar konsumtion.

Fördjupade ekonomiföreläsningar

Du väljer bland teman som digital trygghet, cirkulär ekonomi, budgetering och sparande.

MAT- OCH VARDAGSFÄRDIGHETER

Workshops om fiskhantering och inhemsk smartfisk

Lär dig om närproducerad, klimatsmart fisk och laga fiskrätter tillsammans. Perfekt för huslig ekonomi-lektioner!

Flytta hem – för unga på väg mot självständighet

Praktiska tips om allt från matlagning och budgetering till städning och hyresavtal. Passar som temadagar eller lektioner!

BEREDSKAP OCH TRYGGHET

72-timmarsberedskap – så klarar du vardagens störningar

Tillsammans med eleverna tittar vi på hemmets grundläggande beredskap. Vi funderar på exempelvis strömavbrott eller extremväder. Vi erbjuder praktiska övningar och material om hemförråd och kunskap för krissituationer.

För en bättre värld, en vardag i taget.

Martha
FÖRBUNDET

Undervisningsmaterial & lektionsunderlag

FÄRDIGA LEKTIONSPAKET

Om räntor, konsumtion, cirkulär ekonomi och kriser i ekonomin.



En euro i taget erbjuder färdiga lektionsunderlag med lärarhandledning, poddar och video, samt arbetsblad och facit kring vardagsekonomi.

Om den nya vardagen när man bor i ett eget hem.



Flytta hem erbjuder färdiga lektionsunderlag kring att flytta till sitt första egna hem. I en tredelad serie får studerande lyssna på podd och fylla i arbetsblad kring att hitta sin första bostad och om att ta hand om sitt nya hem.

HANDBÖCKER OCH LÄROMEDEL



Handboken: En euro i taget

Boken vill ge unga i Svenskfinland kunskap om ekonomi. Målet är att stärka unga i att ta kontroll över sin ekonomi och bygga en trygg framtid. Delas ut i samband med föreläsningar och finns att läsas digitalt på Issuu.



Handboken: Flytta hem

Att flytta hemifrån är mer än att hitta en egen bostad. Boken ger dig konkret stöd och praktiska tips vad som är bra att tänka på när du ska bygga upp vardagen i ditt nya hem. Finns också digitalt på Issuu.



Broschyren: Ekonomi i vardagen

Broschyren En euro i taget finns till som stöd för att ta kontroll över din vardag. Utformad speciellt för unga vuxna. Delas ut i samband med föreläsningar och finns att läsas digitalt på Issuu.



Lyssna på Marthapodden!



Marthas sparplan

När vi byggde upp Marthas sparplan utgick vi från det roliga och positiva i livet – våra mål och drömmar.

Här kan du ladda ner Marthas sparplan.



Vi delar kunskap varje dag!

Följ oss på Instagram och Facebook!

@marthaforbundet



Hör av dig så leder vi dig rätt!

På martha.fi och på Issuu har Marthaförbundet lektionsmaterial, handböcker och innehåll kring ekonomi, hushåll och vardagskunskap som passar de flesta barn och unga.

Martha
FÖRBUNDET