



## Yhteinen tarinamme

Koti ja maaseutu kertoo meille kaikille yhteistä tarinaa. Elämä, ilot, surut. Rakas koti, ruoka maaseudulta. Haluan kutsua sinut mukaamme kuulemaan aitoja, meille kaikille tärkeitä tarinoita samanlaisista ihmisistä kuin sinä olet. Tämän lehden sivut ovat täynnä maaseudulla asuvia ihmisiä, reseptejä, puutarhaa ja käsillä tekemistä.

Koti ja maaseutu on ilmestynyt 84 vuotta. Teemme lehteä edelleen samalla intohimolla, kuin sitä tehtiin ensimmäisen numeron parissa. Moni asia on muuttunut, mutta yllättävän moni asia on pysynyt samana: Maaseudulla halutaan asua. Kaupunkilaiset haluavat elämyksiä maaseudulta. Kätet tahdotaan laittaa multa.

Laitetaan kätet multa jatkossakin ja luetaan Koti ja maaseutua jatkossakin! Tutustu lehteen ja tilaa!

**Tuula Lehtonen**  
Toimituspäällikkö

**Koti** ja maaseutu

 MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET

Lukemalle ja  
tekeväälle

Tunnetta ja  
tietoa



Maaseudun yrittäjät  
Ihmiset ja ilmiöt  
Piha ja maisema  
Ruoka ja ravitsemus  
Hyvinvointi  
Sujuva arki  
Käsityöt

LUE NÄYTELEHTI:  
[kotijamaaseutu.fi](http://kotijamaaseutu.fi)  
näkösilehti



Toimituspäällikkö

EDULLINEN KESTO-  
TILAUS sisältää  
8 numeroa Koti ja  
maaseutu -lehteä  
vuodessa.  
(Kesän numero on  
kaksoisnumero.)

## TILAA LEHTI ja osallistut arvontaan

Kaikki **KEVÄT2023** koodilla tehdyt lehtitilaukset osallistuvat MKN-järjestötuotteiden arvontaan. Arvomme uusien tilauksen tehneiden kesken 5 kpl Maa- ja kotitalousnaisten järjestötuotteita.

Olet automaattisesti mukana arvonnassa tilaamalla lehden koodilla **KEVÄT2023**. Arvonta suoritetaan viikolla 22.



## Tilaa lehti jäsenhintaan!

### Hyvä Maa- ja kotitalousnaisten jäsen,

Tarjoamme sinulle Koti ja maaseutu -lehden nyt jäsenhinnalla. Saat uuden lehtitilauksen hintaan **45 €**/ensimmäinen vuosi, kun tilaat sen koodilla **KEVÄT2023**. Tarjous on voimassa **2.6.2023** saakka. Ensimmäisen tilausvuoden jälkeen kestitilaushinta on **55 €**/vuosi.

Tilaa lehti helposti sivulla [kotijamaaseutu.fi](http://kotijamaaseutu.fi), sähköpostitse [kotijamaaseutu@atex.com](mailto:kotijamaaseutu@atex.com) tai puhelimitse **03 4246 5385**. Muista mainita koodi **KEVÄT 2023** tilauksen yhteydessä.

*Jos sinulle tulee jo  
oma lehti, käy läpi etusi  
lahjatilaukseen!*

## Kestävä lahja

Lehtilahja on ekologinen ja pitkäkestoinen lahja ihmiselle, jolla on jo kaikkea. Vuoden jokainen Koti ja maaseutu tuo iloa ja fiksua vinkkejä mukanaan. Nyt onkin hyvä aika ilahduttaa lähimmäistäsi lehtilahjalla. Tilaa Koti ja maaseutu nuorelle tai vanhemmalle valmistuvalle, äidille tai vaikka rakkaalle ystävälle.

## Hyvää äitienpäivää, Rakas äiti!

Tilaa Koti ja maaseutu lahjaksi äidille. Lehti sopii lahjaksi myös äidille, jolla on jo kaikkea. Tee tilaus heti, viimeistään **11.12.**, niin lahjan saaja saa ensimmäisen lehden jo toukokuun lopussa.

**Valmistuvalle nuorelle** lehti tarjoaa hyviä esimerkkejä ja vinkkejä erilaisista elämän poluista. **Tilaa heti!**

TILAA JA LATAA  
LAHJAKORTTI  
OSOITTEESSA  
[kotijamaaseutu.fi](http://kotijamaaseutu.fi)

*Koti* ja maaseutu

- lehdestä sanottua:

*"Koti ja maaseutu on ihanan värikäs ja houkuttelee lukemaan!"*

*"Ei mitään naistenlehtihömppää, vaan oikeaa asiaa."*

*"Raikas ilme ja houkuttelevat jutut tempaisevat lukemaan!"*

*"Hyvä lehti, jossa paljon luettavaa kaupunkilaisellekin."*

Seuraa meitä myös instagramissa

@kotijamaaseutu



MAASEUDUN  
ÄÄNI  
KUULUVIIN

## TUTUSTU MYÖS NETTISIVUIHIN!

Lue uusimmat artikkelit, maukkaimmat reseptit ja kätevät pihavinkit osoitteesta **kotijamaaseutu.fi**



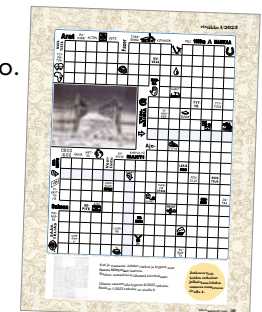
## Lehti täynnä toteutuneita unelmia



Järjestö toimii myös lehden sivuilla. Lue Maa- ja kotitalousnaisten ajankohtaiset asiat järjestösivulta.



Jokaisessa numerossa on Hannu Niittymäen laatima krypto tai ristikko.



ihmiset ja ilmiöt



KOTI- JA MAASEUTU -LEHTI 3/2023  
SYÖ VOIMAA JA VIRKEYTTÄ  
ELÄKEVUOSIIN

NAUTITAAN  
RUOASTA,  
VOIDAAN  
HYVIN!

## Fiksua syömistä

Miten ruokavaliota kannattaa muuttaa, kun vanhenen? Kuinka paljon kalaa uskallan syödä? Sallisinko itselleni sittenkin herkkuja? Lehden laadukkaita Ravitsemus-sivuja kirjoittaa toimittaja ja elintarviketieteiden maisteri Krista Korpela-Kosonen.

Ravitsemus- ja ruokajutut ovat aina täyttä faktaa, ei höpödiettejä eikä laihdutuslupauksia. Haluamme antaa vastauksia ja avartaa näkökulmia omaan ruokailuun, emme lisätä epävarmuutta ravitsemusta kohtaan. Lehdestä löydät ravitsemusvinkkejä koko perheelle!



## RAIKKAIMPIA RUOKAOHJEITA!

Nauti Koti ja maaseutu -lehden ajankohtaisista ruoka-ohjeista koko vuoden. Ruoka-asiantuntijamme ovat tehneet reseptit juuri sinulle.

### PIKKELOITY SIPULI

8 sipulia (esim. punasipulia)

#### Pikkeliliemi

- 1 dl etikkaa
- 2 dl sokeria
- 3 dl vettä

1. Valmista ensin liemi. Laita kaikki ainekset kattilaan ja kuumenna kunnes sokeri on sulanut. Huom! Lientä ei tarvitse kiehua tai keittää.
2. Kuori ja viipaloi sipulit. Laita sipulit puhtaaseen kannelliseen astiaan ja kaada pikkeliliemi päälle. Hölskyttele sipuleita astiassa ja anna marinoitua vähintään puoli tuntia ennen tarjoilua.



### KOTI- JA MAASEUTU -LEHTI 2/2023: TEEMAKASVIKSENA SIPULI



ruoka ja ravitsemus



KOTI- JA MAASEUTU -LEHTI 1/2023: HYVÄKSI ILMASTOLLE

# Kukkaloistoa läpi vuoden

Puutarha ja piha ovat iso osa Koti ja maaseutua. Jokaisessa numerossa on ajankohtaiset vinikit vihreän ja vehreän hoitoon luontoystävällisellä otteella. Puutarhajutuista oppivat kaikki, vaikka viherpeukalo olisi keskellä kämmentä.



KOTI- JA MAASEUTU -LEHTI 2/2023: PUUTARHA PÖRISEMÄÄN

# SUOMALAISEN MAISEMAN AARTEET kaikkien ulottuville



# LUONTOHELMI-SIVUT avaavat suomalaisia luonnonilmiöitä uusilla näkökulmilla



piha ja luontokohde



KOTI- JA MAASEUTU -LEHTI 2/2023:  
KIITOS KUTSUSTA



# KOLUMNIT pitävät mielen virkeänä

Lehden uutena ruokakolumnistina toimii valovoimainen näyttelijä **Satu Silvo**. Tutustu aivan uusiin, ennakkoluulottomiin makumaailmoihin Sadun johdattamana.

**Mari Mörö** kirjoittaa Koti ja maaseutuun puutarhan ja elämänmakuista kolumniaan, pilke silmäkulmassa. Kymmeniä kirjoja kirjoittanut palkittu kirjailija hoitaa puutarhaa Mörönperällä Mikkelissä.

### Konventirasian uusi elämä

**MARI MÖRÖ**

Konventirasia on ollut Suomessa suosittu ja arvostettu ruokakokkeita ja reseptejä tarjoava lehti. Uusi elämä alkaa nyt, kun lehti on uudelleen julkaisussa. Uusi elämä alkaa nyt, kun lehti on uudelleen julkaisussa. Uusi elämä alkaa nyt, kun lehti on uudelleen julkaisussa.

### Burgundinpata

**Satu Silvo**

Tuohi lemmikkien hengessä ja viittä ja kymmentä pilkua ja valokuvaa. Arvostettu kirjailija ja ruokakolumnisti Satu Silvo on jälleen palannut lehtiin. Uusi elämä alkaa nyt, kun lehti on uudelleen julkaisussa.



# KODIN IKKUNA ja MURUSET päivittävät ajan tasalle

### Kodinkäyttö

**KAKKALAT KERTUON**

4x energia-  
taloutta

60 vuotta  
LEMMIKKIJÄRJESTÖN VÄRIT  
TUUMASTA

Tiesitkö verppelipöytä?

Vihka vihannien vie lupen  
villanleivän maailman

### Keskittymiskyky takaisin

**Liian raskas taakka**

60 vuotta  
LEMMIKKIJÄRJESTÖN VÄRIT  
TUUMASTA

Tiesitkö verppelipöytä?

Vihka vihannien vie lupen  
villanleivän maailman

# Terveys ja hyvä olo kaikille

### Liian raskas taakka

**Keskittymiskyky takaisin**

60 vuotta  
LEMMIKKIJÄRJESTÖN VÄRIT  
TUUMASTA

Tiesitkö verppelipöytä?

Vihka vihannien vie lupen  
villanleivän maailman

### Keskittymiskyky takaisin

**Liian raskas taakka**

60 vuotta  
LEMMIKKIJÄRJESTÖN VÄRIT  
TUUMASTA

Tiesitkö verppelipöytä?

Vihka vihannien vie lupen  
villanleivän maailman

terveys. ajankäyttö



Yrittäjä, osta mainostilaa  
Koti ja maaseutu -lehdestä!

**Koti**  
ja maaseutu

## Laadukasta ja luotettavaa näkyvyyttä mainoksille

Liittyykö yrityksesi ruokaan, matkailuun, maataloihin, terveyteen, puutarhaan? Haluatko mainostaa nettikauppaasi tai majoituspalveluja? Lehdessämme voit mainostaa räätälöidysti sinulle sopivassa mainostilassa.

Lukijatutkimus kertoo, että Koti ja maaseutu -lehden mainokset luetaan tarkkaan ja niihin palataan useamman kerran. Jokaista lehteä lukee noin 20 000 ihmistä, joten näkyvyys on taattua. Lehdessämme mainoksesi ei jää huomaamatta. Nostamme mainoksia esiin myös lehden somessa ja uusituilla kotisivuillamme.

**Kysy lisää:** tuula.lehtonen@maajakotalousnaiset.fi  
puh. 043 827 3404

YRITYKSET  
ESIIN



ilmattajalle