

Kiravo - kirjasto avoimena oppimisympäristönä

Biblär - biblioteket som ett öppet lärcentrum



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

## Tiedonlähteitä martoille

Valikoima tiedonlähteitä, viranomaistiedosta sosiaalisen median lähteisiin.

Sisältöalueina kuluttaja- ja ympäristötietoisuus, ravitsemus, terveys ja kädentaidot.

### Tietoa ruuasta ja elintarvikkeista

#### Evira – Elintarviketurvallisuusvirasto

[www.evira.fi](http://www.evira.fi)

- Evira tutkii ja valvoo elintarvikkeiden turvallisuutta, eläinten terveyttä ja hyvinvointia sekä kasvien tuotantoa.
- Sivustolta löytää tietoa esimerkiksi
  - lisäaineista, elintarvikkeiden pakkausmerkinnöistä, ravintolisistä ja ruoka-allergeeneista
  - eläintaudeista, lemmikki- ja kotieläinten pitoon liittyvistä asioista
  - kasvien viljelystä, lannoitteista, tuonnista ja viennistä

#### Fineli

<http://www.fineli.fi/>

- *Elintarvikkeiden koostumustietopankki*, josta löytyy tietoa elintarvikkeiden ravintoaineista ja -arvoista. Sivustoa ylläpitää *Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ravitsemusyksikkö*.

#### THL:n Ravitsemus-tietopaketit

[http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/aiheet/ravitsemus](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/aiheet/ravitsemus)

- Terveyden ja hyvinvoinnin (THL) tutkii terveyden ja ravinnon välisiä yhteyksiä. Sivustolta löytyy mm. ravitsemusaiheisia tietopaketteja.

#### Ravitsemussuositukset

<http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi>

- Tietoa ruuasta ja ravintoaineista. Suomalaiset ja pohjoismaiset ravitsemussuositukset sekä ohjeita ja vinkkejä arjen valintoihin.

#### Ruokatieto

<http://www.ruokatieto.fi/>

- *Ruokatieto Yhdistys ry:n* ylläpitämä sivusto, jossa on mukana koko elintarvikeketju viljelijöistä kuluttajiin. Tietoa ruokaketjusta ja syömisestä Suomessa. Sekä oppimateriaalia että tietoa kuluttajalle, tuoteturvallisuudesta, raaka-aineista ja ruuan

alkuperästä ravitsemukseen ja kestävään kehitykseen.

### **Leipätiedotus**

<http://www.leipätiedotus.fi>

- Aiheita ovat viljan ja leivän tuotanto, vilja ja leipä ravitsemuksessa, ravintosisältö, erityisruokavaliot, leivän säilytys, käyttö ja historiaa.

### **Tietoa kuluttajalle**

#### **Kilpailu- ja kuluttajavirasto**

- [www.kkv.fi](http://www.kkv.fi) Kuluttajille suunnatuissa neuvoissa ja ohjeissa on tietoa muun muassa etämyynnistä, huijauksista, sopimusasioista ja palautusoikeudesta.
- viraston toimialaan kuuluvat kilpailu- ja kuluttaja-asiat. Sivustolta löytyy tietoa esimerkiksi kilpailunvalvonnasta ja vireillä olevista yrityskaupoista.
- KKV julkaisee Kuluttaja-lehteä, jossa on esimerkiksi vertailevia tuotetestejä kodin laitteista. [www.kuluttaja.fi/fi-FI/](http://www.kuluttaja.fi/fi-FI/)

#### **Eko-ostaja / Kilpailu- ja kuluttajavirasto**

<http://www.kuluttajavirasto.fi/fi-FI/eko-ostaja/>

- Kilpailu- ja kuluttajaviraston sivuilla oleva Eko-ostaja ekologiseen kuluttamiseen liittyviä tietopaketteja ympäristöystävälliseen kuluttamiseen. Aiheina on esimerkiksi kestävä kulutus, ympäristömerkit, jätehuolto, kodinkoneiden hankinta, puutarhanhoito pesuaineet ja rakentaminen.

#### **Kuluttajaliitto**

[www.kuluttajaliitto.fi](http://www.kuluttajaliitto.fi)

- Riippumaton ja kaikille avoin kuluttajien etujärjestö, joka neuvoo ja jakaa kuluttajien oikeuksiin, ravitsemukseen, talouteen ja eettiseen kuluttamiseen liittyvää tietoa.

[www.nicehouse.fi](http://www.nicehouse.fi)

- Kuluttajille suunnatuissa neuvoissa ja ohjeissa on tietoa muun muassa etämyynnistä, huijauksista, sopimusasioista ja palautusoikeudesta.

#### **Suomi.fi – kansalaisen palvelut yhdestä osoitteesta**

[www.suomi.fi](http://www.suomi.fi)

- Suomi.fi -infopankki on *Valtion IT-palvelukeskuksen* ylläpitämä valtakunnallinen verkkopalvelu, joka tarjoaa kattavasti tietoa palveluista suomalaisesta yhteiskunnasta. Sivuston kautta voi seurata eri alojen palveluita, säädöksiä ja uutta tietoa eri aloilta., esim. kuluttamiseen, ravintoon ja ravitsemukseen liittyen. Uutisia voi seurata tilaamalla esim.

- RSS-syötteen.
- Palvelussa on mukana kaikki keskeiset viranomaisten asiointipalvelut ja sieltä löytää myös asiakirjamalleja ja lomakkeita eri tilanteisiin.
- Palvelu on monikielinen, informaatiota löytää suomen, ruotsin ja englannin lisäksi useilla muilla kielillä.

## Jokakodin talouden hallintaa

- <http://www.rahatieto.fi>  
Rahankäyttöön liittyvää tietoa myös Kotitalouksien näkökulmasta. \Kodin Rahat\ -väylän kautta löydät myös runsaasti alueen linkkejä. Sivuston tiedontuottajana on Suomen Rahatieto SRT.
- Mint. com
- <https://www.mint.com/>  
Englanninkielinen sivusto ohjaa oman talouden hallintaan.

## Tiedon ja kokemusten vaihtaminen sosiaalisessa mediassa

### Blogoja vastuullisesta kuluttamisesta

#### Mari Koo –blogi: kulutusta, nettiä, viestintää

<http://www.marikoistinen.fi/>

- Kirjoitusten aiheina on muun muassa kulutuskäyttäytyminen, vastuullinen kuluttaminen ja kestävä elämäntapa.

#### Arkipäivän aktivisti -blogi

<http://arkipaivanaktivisti.blogspot.fi/>

- Blogin aiheita ovat mm. eläinystävällinen kosmetiikka, vaatteet, kierrätys ja vastuulliset hankinnat.

### Ruokablogeja:

Pastanjauhantaa <http://pastanjauhantaa.blogspot.com/>

Kinuskikissa [www.kinuskikissa.fi](http://www.kinuskikissa.fi)

Hellapoliisi [www.hellapoliisi.fi](http://www.hellapoliisi.fi)

Chocochili <http://chocochili.net/>

Sillä Sipuli <http://sillasipuli.blogspot.com/>

### Ruokablogit Twitterissa:

<http://twitter.com/#!/Ruokablogit>

Lisää blogoja: [www.blogilista.fi](http://www.blogilista.fi)

### Käsitöihin liittyviä blogoja ja verkostoja verkossa:

**Virkkausrinki**

<http://virkkausrinki.blogspot.com/>

- Yhteisvirkkuuta verkossa.

**Käspakka – käsityö verkossa**

[www.kaspaikka.fi](http://www.kaspaikka.fi)

- Ohjeita askartelun, tekstiili- ja teknisen työn opetukseen, linkkejä ja tutkimustietoa.

**Ravelry**

<https://www.ravelry.com/>

- Kutojien ja virkkaajien englanninkielinen verkkoyhteisö, jossa voi jakaa tietoa ja kokemuksia kuvin ja sanoin. Vaatii rekisteröitymisen

**Etsy**

<http://www.etsy.com/>

- Englanninkielinen käsityöläisten, taiteilijoiden ja keräilijöiden verkkoyhteisö, jossa voi käydä kauppaa, jakaa ideoita ja tietoa.

**50 villapeikkaa** <http://50villapeikkaa.blogspot.com/>

**Neulova narttu** <http://neulovanarttu.blogspot.com/>

**Andra design** <http://andra-design.blogspot.com/>

**Tuin kutomo** <http://tuinkutomo.blogspot.com/>

**Sisäinen villapaita** <http://vilman.blogspot.com/>

Lisää blogeja osoitteesta: [www.blogilista.fi](http://www.blogilista.fi)

**Tietoa puutarhakasveista ja puutarhanhoidosta****Luonnonmukaista puutarhanhoitoa**

<http://www.ymparisto.fi/default.asp?contentid=356922&lan=FI>

**Perinnekasvit**

<http://oppimateriaalit.internetix.fi/fi/avoimet/projektit/kasvit/etusivu>

- Tietoja ja kuvia perinteisistä mauste-, rohdos-, lääke- ja koristekasveista. Tietoa myös perinnekasvien suojelusta ja yhteystietoja alan yhdistyksiin.

**Kasvinsuojeluseura**

<http://www.kasvinsuojeluseura.fi>

- Tietoa ja ohjeita erilaisten hyötykasvien viljelijälle.

### **Yrttitarha-info**

<http://www.yrttitarha.fi>

- Kotimaisten yrttien viljely, niiden käyttötavat, niihin liittyvä kansanperinne sekä siementen keruu. Sivustolle on koottua sekä uutta tietoa että perinnetietoa yrteistä ja niiden käytöstä.

### **Puutarha.net**

<http://puutarha.net/>

- Puutarha.net tarjoaa verkkolehden, tietoa, vinkkejä ja ajankohtaisia uutisia, kasvikortiston, neuvontaa ja keskustelupalstan. Jäsenet voivat myös pitää päiväkirjaa ja lukea ja kommentoida toistensa kirjoituksia.

Puutarha-aiheisia blogeja osoitteesta:

<http://www.blogilista.fi>