

# WASA DAGBLAD

Nr 48

Söndagen den 22 december, 2024

ISSN 2954-2448



HÄR FINNS VI:

[vpress.ovh](http://vpress.ovh)

## En oväntad händelse

Det var en kall vinterkväll i Betlehem. Stjärnorna glittrade som diamanter mot den mörka himlen, och en lätt snöförelåg låg över staden. Maria, en ung kvinna med stora, mörka ögon, var på väg till en värdshus med sin man Josef. De hade rest långt, från Nasaret, för att registrera sig i en folkräkning.

Värdshuset var fullt. Alla rum var upptagna, och Josef var trött efter resan. Han kände sig besviken och orolig, men Maria var lugn. Hon visste att allt skulle bli bra. Hon var ju gravid, och det var inte långt kvar till att hon skulle föda.

Josef hittade till slut ett litet stall, där djuren hölls. Han frågade om de kunde få sova där för natten, och stallägaren, en vänlig man, gick med på det.

Maria kände att det var dags. Hon födde en liten pojke, och lade honom försiktigt i en krubba, en trätråg för djurens foder. Josef



var överlycklig. Han hade aldrig sett något så vackert.

Samtidigt, långt borta i öster, såg några vise män en stark stjärna på himlen. De hade studerat stjärnorna i många år, och de visste att den här stjärnan var något alldeles speciellt. De tolkade den som ett tecken på att en ny kung hade fötts.

De tre vise männen, Melchior, Caspar och Balthazar, samlade sina gåvor - guld, rökelse och

myrra - och begav sig på en lång resa för att hitta den nyfödda kungen. De följde stjärnan, som ledde dem till Betlehem.

När de kom till stallet, där Maria och Josef låg med sin nyfödda son, blev de överväldigade av glädje. De böjde sig ner och dyrkade barnet, och gav honom sina gåvor.

Den här natten, i ett litet stall i Betlehem, föddes en pojke som skulle förändra världen. Han var inte bara en vanlig bebis, utan Guds

son, Jesus Kristus. Han kom för att visa människor vägen till kärlek och förlåtelse, och för att ge dem hopp om en bättre framtid.

Den här berättelsen, om en oväntad händelse i ett litet stall, har berört människor i generationer. Den påminner oss om att även i de mörkaste tiderna kan ljuset alltid komma fram. Den visar att kärleken kan vinna över hat, och att hopp alltid finns.

## Photo Supplement



**Pärbild:** Jul

**Fotobilaga - vpress.ovh**

## NYHETER

# Sally Salminens "Katrina" kommer till Vasa, som musikal



Sally Salminen skördar råg i Sibbo 1941. Bild: B. Soldan / SA  
Creative Commons Attribution 4.0

Den 14 januari 2025 får en av de mest ikoniska finlandssvenska romanerna, Sally Salminens "Katrina", nytt liv som musikal på Wasa Teater.

Denna nytolkning av klassikern sker i samproduktion mellan tre betydande teatrar – Lilla Teatern, Åbo Svenska Teater och Wasa Teater – och är ett resultat av ett långvarigt samarbete. Musikalen kommer att spelas på alla tre scener under 2024 och 2025 och är en unik händelse i den finlandssvenska kulturvärlden.

### En tidlös berättelse

"Katrina" är Sally Salminens debutroman, utgiven 1936. Romanen, som skrevs medan Salminen arbetade som hembiträde i New York, blev en omedelbar succé och är idag översatt till över tjugo språk. Berättelsen följer den unga Katrina, som lämnar sitt hem i Österbotten för att flytta till Åland med sin nyblivne make, sjömannen Johan. Men drömmarna om ett gott liv slås snabbt i spillror när Katrina upptäcker att Johan har överdrivit sin samhällsställning, och hon finner sig snart boende i en torftig stuga, omgärdad av fat-

tigdom och fördomar.

Trots de svåra förhållandena visar Katrina en otrolig styrka och envishet. Hon utmanar både yttre motgångar och samhällets normer, och hennes historia är en hyllning till kvinnors kampförmåga och rättvisa. Dramatiseringen av Kaisa Lundán och Aili Järveläs nykomponerade musik ger nu denna tidlösa berättelse en ny dimension.

### En hyllning till Salminens arv

Sally Salminen (1906–1976) växte upp i Vårdö på Åland som det åttonde barnet i en familj med tolv syskon. Trots att hon drömde om att bli författare från ung ålder, såg hon sig själv som för fattig och okunnig för att lyckas. Hennes genombrott med "Katrina" var dock så kraftfullt att det överskuggade hela hennes senare produktion, även om hon fortsatte skriva flitigt.

Salminen nominerades tre gånger till Nobelpriset i litteratur och har en unik plats i finlandssvensk litteratur. Hon lyckades kombinera en lokal skildring av åländsk och österbottnisk vardag med universella teman som kärlek, kamp och självrespekt. Att "Katrina" nu blir musikal på svenska i Finland är en passande hyllning till hennes verk och dess relevans än idag.

I Yles läsecirkelprogram diskuterades boken nyligen: "För mig är Katrina boken framför alla andra – nostalgi och starka känslor" sade Seppo Puttonen i sin läsecirkel. På Åland möter den unga Katriina en fattigdom och misär som hon aldrig tidigare upplevt. Som hustru till en torpare tvingas



Sally Salminen vid sitt skrivbord 1940. Bild: Osvald Hedenström / Lehtikuva. Public Domain



Sally Salminen-Dührkop 1968. Bild: Lisbeth Medeland, Public domain

hon arbeta för rika skeppsredare under slaveriliknande förhållanden. Dessutom är hennes man till sjöss och Katriina lämnas helt ensam. I byalaget har hon blivit en outsider från annat håll. Hur är det möjligt att Katriina inte går sönder? Ibland när jag läste var jag rädd att detta skulle hända. Kanske var det Katrinas starka längtan efter rättvisa som höll henne vid liv som kämpe, tänker Seppo. När Katriina får barn får hon kraft att klara sig för barnens skull. Katrina håller fast vid sin stolthet. Jag förundrades över att Katriina inte kompromissade med sina principer ens när barnen var hungriga. Han vägrade ta emot bybornas allmosor för att köpa en ko, säger Seppo. Katrinas barns öden berörde läsarna. Ett av barnen dör ung. "Jag gråter fortfarande över den lilla flickans sjukdom och utmattning av den."

### Musik och dramatik i fokus

Den nyskrivna musikalen "Katrina" bjuder på dramatik, musik och visuella upplevelser i en föreställning som utmanar och berör. Kompositören Aili Järvelä debuterar som musikal-kompositör och beskriver processen

som en kreativ resa, där en av melodierna till och med kom till henne i en dröm. Scenograf Heini Maaranen och kostymdesigner Samu-Jussi Koski bidrar till att skapa en värld som är både poetisk och tidlös.

Musikalen regisseras av Jakob Höglund, som lyfter fram Katrina som en symbol för styrka och motståndskraft. Höglund, själv österbottning med starka band till Åland, beskriver projektet som en hyllning till kvinnors styrka och uthållighet. Skådespelaren Emma Klingenberg, tillsammans med musikerna Aili Järvelä, Ulriikka Heikinheimo och Senni Valtonen, gestaltar Katrinas hjärtskärande historia genom en kombination av sång och skådespeleri.

### Ett efterlängtat samarbete

Projektet är ett resultat av långvariga planer på samarbete mellan de tre teatrarna. "Ett samarbete av detta slag förlänger inte bara föreställningens livslängd utan berikar också teatermiljön genom utbyte av kunskap och perspektiv", säger Ann-Luise Bertell, teaterchef på Wasa Teater.

Föreställningen textas till både svenska och finska, vilket gör den tillgänglig för en bred publik. Med

totalt 18 föreställningar planerade, börjar resan på Wasa Teater innan den fortsätter till Åbo Svenska Teater och Lilla Teatern i Helsingfors.

### En kulturell höjdpunkt

Att "Katrina" nu får nytt liv som musikal är en kulturell händelse som knyter samman det förflutna med nutiden. Sally Salminens berättelse om Katrina berör oss ännu idag genom sina teman om kärlek, kamp och självrespekt. Genom musik och scenkonst förs ännu fler in i denna gripande historia, som nu får möjlighet att inspirera nya generationer.

Premiären på Wasa Teater den 14 januari 2025 lovar en oförglömlig upplevelse. Det är dags att fira Sally Salminens arv och välkomna Katrina tillbaka till scenen, där hon förtjänar att vara.

Här kan Du läsa de 40 första sidorna av Katrina-boken: <https://www.google.fi/books/edition/Katrina/pqWjDwAAQ-BAJ?hl=sv&gbpv=1&pg=PT3&printsec=frontcover>

## DENNA TIDNING KAN MAN LÄSA VAR SOM HELST:



Som här i Tammerfors

### \* NY DAGSTIDNING

## Ny finskspråkig dagstidning för Vasaregionen: "Vaasa Pohjanmaa" startar i februari

Vasaregionen får en ny finskspråkig tidning när Vaasa Pohjanmaa inleder sin verksamhet i februari.



*Chefredaktör Peter Stolpe*

Tidningen kommer att ge en omfattande översikt över regionens viktigaste nyheter, politik, kultur, sport och ekonomi.

Tidskriftens huvudsakliga publiceringskanal är webben och den finansieras genom pre-numerationer och annonsförsäljning. Pappersversionen planeras att ges ut fyra gånger per år och distribueras gratis i en upplaga på 30 000 exemplar i Vasa och kranskommunerna. Papperstidningen fungerar som ett skyltfönster för innehållet i nättidningen.

Organisationen Vaasa Insider, som står bakom tidningen, har inlett en rekryteringsprocess för att anställa ny personal. Över 90 ansökningar har kommit in till tre lediga tjänster. Finansieringen av projektet har säkrats med egen finansiering och ytterligare lån, och lokala aktörer har visat intresse för eventuell ytterligare finansiering, säger VD och chefredaktör Peter Stolpe.

**De, som vet litet mera  
är  
De, som läser Wasa Dagblad**

### \* SKOLOR OCH KULTUR

## Skolklasser reser gratis till kulturobjekt i Vasa år 2025

I Vasa har grundskoleelever möjlighet att resa gratis med buss till kultur- och idrottsplatser under skoldagen.



Syftet med det nya försöket är att främja barns och ungas delaktighet och att göra kollektivtrafiken mer barnvänlig.

Gratis bussresor kan användas av skolklasser under ledning av en lärare, till exempel för besök på museer, bibliotek, konserter eller idrottsanläggningar. I synnerhet kommer projektet att underlätta situationen för skolor som ligger längre bort från centrum.

#### Stöd för mångsidigt lärande

Päivi Kaarniemi, rektor för Variska peruskoulu, är glad över den nya möjligheten.

På så sätt kommer kultur- och idrottsutbudet närmare oss. Hittills har vi varit tvungna att noga överväga vilka överföringar vi har tillräckligt med pengar för. Nu kan vi utnyttja museer, utställningar, musikevenemang och idrottsanläggningar i ännu större utsträckning, även med en snäv tidtabell", säger Kaarniemi.

Enligt honom ger det nya experimentet eleverna möjlighet att lära sig mer och mer i olika ämnen. Till exempel kan museibesök berika historie- eller bildkonstlektionerna, medan konserter och teaterföreläsningar öppnar nya perspektiv på kulturförstran.

#### Som en del av hållbarhetsstrategin

Vasa stad hoppas att försöket ska öka skolelevernas intresse för att använda kollektivtrafik och minska behovet av privatbilar under skoldagen. Försöket är en del av en bredare strategi för hållbar utveckling som syftar till att göra stadens trafiksystem mer miljövänligt.

Resultaten av försöket följs upp under året och på basis av dem avgörs om de avgiftsfria bussresorna ska fortsätta även i fortsättningen.

(Källa: STTInfo/Vasa)

### \* REPLOTBRON

## Fotografera Replotbron och ät gott på Berny's

Har du ett öga för fotografi och en kärlek för vackra vyer? Korsholms kommun bjuder in alla – från amatörer till proffs – att delta i en inspirerande fototävling med temat Replotbron.



Tävlingen uppmanar deltagarna att utforska nya och oväntade perspektiv på den ikoniska bron. Var kreativ, lek med vinklar och ljus! De inskickade bidragen kommer att bedömas av en expertjury bestående av meriterade fotografer, och de tre bästa bilderna belönas med ett presentkort på 50 euro till Restaurang Berny's.

#### Specialbelysning för unika bilder

Replotbron kommer att vara extra spektakulär under tävlingsperioden. På självständighetsdagen (6 december), nyårsafton (31 december, med en särskild ljusshow) och Alla hjärtans dag (14 februari) är bron specialbelyst, vilket ger deltagarna möjlighet att fånga magiska ögonblick.

#### Praktisk information

Tävlingen pågår från den

5 december 2024 till den 16 februari 2025. För detaljerade instruktioner om hur du deltar, besök Korsholms kommuns hemsida.

**\* ALMA**

## Almas vårtermin börjar i januari

Vasa samläroanstalt Alma öppnar sin vårtermin den 7 januari 2025. Det finns cirka 200 kurser tillgängliga, och det finns fortfarande lediga platser till några av de helårskurser som startade i höstas.

Rektor Sannasirkku Autio berättar att vårens kursutbud än en gång är mångsidigt och livligt uppdaterat: "Utbudet av språkkurser har utvidgats genom att särskilt lägga till kurser i finska, eftersom efterfrågan på dem har ökat betydligt. Kurser i dans och idrott har också traditionellt varit mycket populära efter årsskiftet.

Förutom kurser som pågår under hela våren erbjuder Alma gott om kortkurser och veckoslutsevenemang. Särskilt korta kurser i hantverk inbjuder dig att bekanta dig med olika tekniker och material. Dessutom kommer flera öppna föreläsningar och nya kurser att ordnas under våren för att komplettera utbudet.

Anmälan pågår! Kursutbudet och tidtabellerna finns i Almas webbutik på [uusi.opistopalvelut.fi/vaasa](https://uusi.opistopalvelut.fi/vaasa). Anmälan är öppen online, personligen och via telefon

**\* HASTIGHETSÖVERVAKNING**

## Nya fartkameror övervakar trafiken på Vasaesplanaden

I Vasaesplanaden tas polisens nya fartkameror i bruk som installeras i ändan av stranden vid restaurangfartyget Faros. Kamerorna kommer att placeras på båda sidor av vägen för att förbättra trafiksäkerheten i ett livligt trafikerat område.



Installationen av fartkameror är en del av ett större projekt som syftar till att minska fortkörningen och förebygga olyckor på viktiga stadsvägar. Enligt polisen har det tidvis observerats för höga hastigheter vid Vasaesplanaden, vilket har lett till ett behov av att effektivisera övervakningen.

Kamerorna är i drift så snart installationen är klar och övervakar både körhastigheter och eventuella överträdelse av trafikreglerna. Valet av plats påverkades av områdets centrala läge och den livliga trafiken, som omfattar både pendlare och fritidsresenärer.

## Veckans konstupplevelse:



### Hjalmar Munsterhjelm

19.10.1840, Toivoniemi, Tuulos

2.4.1905, Helsinki

Vinterlandskap med tavastländsk bondstuga, 1866

Polisen påminner förarna om att följa hastighetsbegränsningar och trafikregler, särskilt i tätorter där trafiksäkerheten är allas ansvar. "Syftet med kamerorna är inte att straffa, utan att se till att alla i trafiken kommer fram till sin destination på ett säkert sätt", skriver polisen i ett uttalande.

I framtiden kan stadsbor och bilister förvänta sig en ännu säkrare trafikmiljö i Vasaesplanaden med hjälp av de nya fartkamerorna.

(Källa: STTinfo, pressmeddelande)

**De, som vet litet  
mera  
är  
De, som läser  
Wasa Dagblad**

**\* UTSTÄLLNING**

## Fotoutställning om månfärder öppnar på Terranova

Terranova på Österbot-



**tens museum öppnar sina dörrar för den nya fotoutställningen Apollo 12 & 13, som fortsätter den tidigare utställda utställningen Man on the Moon 55.**

Den nya utställningen är öppen för allmänheten från 18.12.2024 till mitten av februari.

Utställningen ger en djupdykning i Apollo-programmets etapper före det historiska Apollo 11-månuppdraget, med särskilt fokus på de dramatiska händelserna under Apollo 12- och Apollo 13-uppdragen.

Apollo 12 och 13: dramatiska flygningar Apollo 12-uppdraget var fullt av spänning när två blixtnedslag nästan avbröt resan. Ockupationen lyckades dock med sin uppgift att landa exakt på må-

nen, i området för Stormarnas hav. Flygningen kännetecknades av ett kännetecken med ett amerikanskt segelfartyg. Symboliken i skeppet anspelade på sambandet mellan eran med segelfartyg och rymdfärder, liksom mänsklighetens framsteg till nya gränser. Apollo 13 är känd som den legendariska flygningen som aldrig nådde sin destination. En explosion i syrgastanken i servicemodulen avbröt flygningen till månen, men besättningen överlevde tack vare skicklig krishantering och samarbete. Emblemets som används på flygningen, Apollo, solguden i den grekiska mytologin, symboliserar ljuset av vetenskap och kunskap som rymdforskning ger mänskligheten.

Utställningen tar dig med på en tidsresa till Apolloprogrammet. Fotografierna och berättelserna som visas i utställningen öppnar dörrar till rymdresandets historia och mänsklighetens strävan att överskrida sina gränser. Med hjälp av fotografierna kan besökarna till exempel se den legendariska bilden som togs under Apollo 8-uppdraget, där jorden stiger över månens horisont. Bilden togs på julafton 1968 och är ett av de mest ikoniska verken inom rymdfotografi.

Utställningen har producerats i samarbete mellan VB Fotocentrum och Vasa museer/Österbottens museum.

Utställningen erbjuder en unik möjlighet att med hjälp av bildkonst uppleva Apollo-uppdragets anda och historia. Terranova välkomnar besökare att utforska dessa unika berättelser och bilder som berättar historien om mänsklighetens största äventyr.

Källa: STTinfo/Vasa stad  
Bild: Apollo 12-astro-nauten Alan Bean klättrar ner för LM Intrepids steg. NASA/GSFC/Arizona State University Public Domain

## \* MUSEER

### Fritt inträde till stadens museer i dag

I dag erbjuder Vasas museer invånare och besökare en unik julgåva: fritt inträde till alla utställningar. Söndagens specialerbjudande tar kulturen nära alla intresserade.

Museernas utställningsutbud är brett och attraktivt. På Kuntsi museum för modern konst kan du bekanta dig med utställningen Filosofen på Meta Isæus-Berlin, i Tikanojas konsthem visas Ero Järnefelts mästerverk och på Österbottens museum kan man se fram emot utställningarna

Pohjoistuulin metsä och de permanenta samlingarna, såsom Terranova och Skatter från oss och bortom.

Julens specialprogram och öppettider Vasa museer bjuder också på musikupplevelser. Tikanojas konsthem ordnar konserter i Musiksalongen i slutet av året på jullovet 27.-28.12. Konsertseriens artister, violinisten Maano Männi och harpisten Lily-Marlene Puusepp, tar med lyssnarna in i det tidiga 1900-talets atmosfär med musik som kompletterar utställningens konst. Biljetter till konserter finns till salu på Netticket.fi och Museikortet ger 20 % rabatt.

I museibutikerna kan du hitta unika gåvor, till exempel produkter med anknytning till lokalhistoria, finsk design och hantverk. Den som älskar immateriella gåvor rekommenderas att använda Museikortet eller presentkortet, som garanterar tillgång till kulturupplevelser året runt. Museerna är öppna i dag enligt normala öppettider, men under julhelgen 23-26.12 är museerna stängda. Efter årsskiftet är Österbottens museum öppet på söndagar, medan Kuntsi museum för modern konst och Tikanojas konsthem håller stängt på söndagar.

Nu är den perfekta tiden att bekanta sig med det mångsidiga utbudet på Vasas museer och uppleva kulturglädje utan kostnad!

Källa: STTinfo/Vasa stad

## \* JULGRANAR

### Här kan du köpa julgranar fram till julafton

I år har Vasaborna en god chans att få den perfekta julgranen i närheten.

Julgranar kommer att säljas över hela staden från den 12 till den 23 december från 9 till 21 och på julafton den 24 december

från 9 till 12. Granar kan köpas på följande försäljningsställen:  
\* Brändö torg  
\* Sunnanvik salutorg  
\* Parkeringsplats i korsningen av Västra Långgatan och Torggatan  
\* Bangatan parkeringsplats intill biblioteket  
\* Karleplanens parkeringsplats på Strandvägens sida



Granförsäljning är ett utmärkt tillfälle att stödja lokala företagare och samtidigt se till att julstämningen skapas med en riktig, doftande julgran. Boka din gran tidigt och gör din jul extra varm och traditionell!

## \* KORSHOLM

### Färggrann ljusshow på Replotbron firar in det nya året

Nyårsafton 2024 bjuder på en spektakulär upplevelse när Replotbron lyses upp av en färgsprakande ljusshow.

Korsholms kommun står bakom firandet och välkomnar alla att ta del av detta unika sätt att fira in det nya året.

Den tio minuter långa ljusshowen kommer att hållas vid flera tillfällen under kvällen: kl. 18, 19, 20, 22 och vid midnatt kl. 00. Showen lovar en festlig stämning för hela familjen och erbjuder en chans att njuta av Replotbrons vackra silhuett i ett helt nytt ljus.

Ta med familj, vänner och varma kläder för en minnesvärd nyårsafton

under den gnistrande himlen vid Replotbron. Varmt välkomna att fira in det nya året hälsar Korsholms kommun.

**De, som vet litet  
mera  
är  
De, som läser  
Wasa Dagblad**

## \* VÄLFÄRDSOMRÅDET

### Höjda klientavgifter i Österbottens välfärdsområde från 2025



Från och med den 1 januari 2025 höjs klientavgifterna i Österbottens välfärdsområde, enligt beslut från välfärdsområdesstyrelsen den 16 december.

Höjningarna baseras på den nationella förordningen om klientavgifter och följer de riktlinjer som fastställts på riksnivå.

Ett läkarbesök inom primärvården kommer att kosta 28,20 euro, medan ett specialistbesök landar på 66,70 euro. För sjukskötar- och hälsovårdarmottagningar kvarstår dock avgiftsfriheten. Däremot införs en no-showavgift på 56,70 euro för uteblivna, ej avbokade besök.

Klientavgifterna är en del av finansieringen för välfärdsområdets tjänster. Om vi skulle sänka avgifterna under den nationellt fastställda nivån skulle vi behöva täcka det med andra medel, förklarar välfärdsområ-

desdirektör Marina Kinnunen. Socialtjänsterna får lindrigare höjningar. När det gäller socialtjänster, såsom hem- och boendeservice eller funktionshinderservice, har välfärdsområdet större flexibilitet i prissättningen. För dessa tjänster höjs avgifterna med endast en procent för att skydda ekonomiskt utsatta grupper.

Många som använder dessa tjänster befinner sig i en sårbar situation och har begränsade ekonomiska resurser. Därför valde vi att hålla höjningarna så låga som möjligt, säger Kinnunen.

Klienter med begränsad ekonomi har möjlighet att ansöka om avgiftslättnader, vilket ska underlätta för dem som

påverkas mest av förändringarna.

De nya avgifterna träder i kraft vid årsskiftet och gäller för hela välfärdsområdet.

## \* MALAX

### Konstcafé på Malakta bjuder in till mellandagsbio för ungdomar

På lördag den 28 december förvandlas Malaktas konstcafé till en biograf för ungdomar som vill njuta av film, julmust och trevligt sällskap.

Mellandagsbion, som pågår mellan kl. 17 och 21.30, erbjuder en unik chans att kombinera konst och julstämning under en kväll fylld av kreativitet och gemenskap.

Kvällens program- Biokvällen inleds kl. 17.30

med den klassiska dokumentären Style Wars (ca 1 timme), en tidsskildring från 1980-talets New York där graffiti och breakdance tog plats som konstformer. Filmen ger en inblick i graffitins genombrott i Europa och belyser den konflikt som uppstod mellan tonåriga konstnärer och stadens myndigheter.

Efter en kort paus fortsätter kvällen kl. 19.00 med julklassikern Ensam hemma 2 – Vilse i New York (ca 2 timmar). Filmen följer Kevin, som av misstag hamnar i New York istället för att fira jul med sin familj i Florida. Beväpnad med sin pappas kreditkort njuter han av lyxlivet på ett hotell, men tvingas samtidigt överlista de välbekanta inbrottsstjuvarna Harry och Marv för att rädda en leksaksaffär från att bli rånad.

För ungdomar – och för gemenskapens skull Mellandagsbion är ett initiativ för ungdomar som söker en rolig och inspirerande aktivitet under juledigheten. Förutom filmerna bjuds det på julmust, godis och trevligt sällskap i en avslappnad miljö. Evenemanget passar perfekt för dig som vill komma ut ur huset en stund och njuta av en gemytlig filmkväll i Malaktas kreativa anda.

Praktisk information  
Datum och tid: Lördag 28 december kl. 17–21.30  
Plats: Malakta konstcafé  
Pris: Fri entré

### \* JULGÅVA

## En anonym välgörarens julgåva var rörande:

**En kläddonation på 50 000 euro till mindre bemedlade barnfamiljer.**

Personalen på PaaPii Design Oy i Karleby upplevde ett oförglömligt ögonblick när de fick ett samtal från en anonym filantrop som ville göra en betydande julklapp till familjer med låga in-

komster. En privatperson donerade upp till 50 000 euro i finländska barnkläder som levererades via Hope rf till familjer på 18 orter runt om i Finland.

PaaPii Designs anställda kunde inte hålla tillbaka tårarna när de började packa 1100 plagg. Donationen bestod bland annat av högklassiga barnkläder designade och tillverkade i Finland, som nu har skickats med hjälp av en välgörenhetsorganisation för att vänta på julafton.

Enligt filantropen grundade sig donationen på hans personliga erfarenhet av en minnesvärd julafton, då han som barn fick hjälp och värme i en svår situation. Han hoppades att samma julmagi i år skulle kunna beröra andra som behöver det mest.

Hope rf:s verksamhetsledare tackade varmt för donationen och påminde om hur stor inverkan sådana åtgärder har på de behövande familjernas liv. "Julen är en tuff tid för många barnfamiljer, och den här gåvan ger inte bara praktisk hjälp utan också glädje och hopp. Gesten av en anonym välgörare kommer säkert att finnas kvar i hjärtat under lång tid", kommenterade han.

Den här julklappen är ett exempel på hur man med en och samma gärning kan sprida glädje och omtanke i hela Finland. Donerade familjer får uppleva en touch av julmagi och en påminnelse om att hjälp och godhet finns att hitta, ofta i överraskande riktningar. (Källa: STTinfo, pressmeddelande)

### \* HÄLSA

## Så här får du en frisk jul

**Luftvägsinfektionerna har åter ökat i Finland. Influensaepidemin har börjat, antalet coronavirusinfektioner ökar något och**

**antalet fall av RS-virus, mykoplasma och kikhosta är också stort.**

Inför julen är det viktigt att komma ihåg hur man bekämpar luftvägsinfektioner och få en hälsosam jul.

Fem tips för att minska infektioner

Ta de rekommenderade vaccinationerna. Vaccinationer ger det bästa skyddet mot allvarliga sjukdomar.

Sjuk hemma. Besök inte när du är sjuk för att undvika smittspridning.

Ta hand om hygien. Tvätta händerna, använd handsprit och hosta eller nys i armvecket.

Använd munskydd och håll avstånd. Bedöm din egen risk och dina skyddsbehov beroende på situationen.

Ta hand om ventilationen. God ventilation minskar spridningen av virus inomhus.

- Det är särskilt viktigt att skydda riskgrupper och äldre under julen genom att undvika onödig smitta. Små handlingar kan göra stor skillnad", säger Leif Lakoma, överläkare vid THL.

Behandling och återhämtning av infektioner

Orsaken till symtomen på en luftvägsinfektion kan sällan utredas utan laboratorieprover. Oftast räcker det med symtomatisk behandling och vila. Vid allvarligare symtom eller försämring av det allmänna välbefinnandet är det viktigt att söka vård. Antivirala läkemedel kan användas för att behandla influensa och coronavirus enligt en läkares bedömning, så länge behandlingen påbörjas i tid. För bakteriella infektioner som mykoplasma och kikhosta anses antibiotikabehandling vara nödvändig, men oftast går dessa infektioner över av sig själva.

Du kan återvända till arbetet, skolan eller daghemmet när symtomen har avtagit och febern är borta. En snuva eller hosta hindrar dig inte från

att återgå till vardagen.

Vaccination fortfarande aktuellt  
Influensavaccinet kan fortfarande tas under epidemin, eftersom skyddet bildas inom cirka två veckor. Vaccinationen är särskilt viktig för riskgrupper vars vaccinationstäckning mot influensa är lägre än i fjol.

Vaccinationstäckningen mot coronaviruset är god i riskgrupperna, och särskilt äldre och gravida kvinnor har haft nytta av vaccinationerna. Dessutom rekommenderas att nyfödda och barn under 1 år skyddas mot allvarliga infektioner orsakade av RSV-viruset.

Genom att ta hand om vaccinationer, hygien och infektionsförebyggande kan du skydda dig själv och dina nära och kära och få en friskare jul. Källa: THL.fi

### \* NÄTMOBBNING

## Oro för säkerhet på nätet för låginkomsttagares barn: Skadligt innehåll och nätmobbing blir vanligare

**Barn från låginkomstfamiljer utsätts för fler hot på nätet än sina jämnåriga, enligt Rädda Barnens rapport Voice of the Child 2024.**

Skadligt innehåll, nätmobbing och föräldrarnas bristande intresse för sina barns användning på nätet lyfts särskilt fram i dessa barns svar. Rapporten lyfter fram att låg inkomst inte bara påverkar familjernas vardag, utan också sträcker sig till den digitala världen.

**Skadligt innehåll och nätmobbing är vanligt**

Enligt rapporten hade 26 procent av låginkomstbarnen stött på frekvent eller ihållande våldsamt eller oroväckande innehåll, såsom bilder eller

videor. Motsvarande siffror för samtliga barn var 16 procent. Nätmobbing, såsom hot, elaka kommentarer och utanförskap, hade upplevts av 32 procent av barnen i låginkomstfamiljer, jämfört med 22 procent av alla barn.

Dessutom var det vanligare bland barn med låga inkomster att stöta på innehåll som får dem att känna sig underlägsna andra. Detta belyser hur starkt digitala miljöer kan påverka ett barns självkänsla och välbefinnande.

**Bristen på föräldrastöd accentueras**

Rapporten visar att barn från familjer med låga inkomster upplever att deras föräldrars intresse för deras nätanvändning är lågt. Nästan hälften (48 %) av barnen i låginkomstfamiljer upplevde att deras föräldrar inte är intresserade av att de använder nätet. För alla svarande var denna andel 33 %.

Aino Sarkia, Rädda Barnens specialsakkunnig inom fattigdom bland barnfamiljer, bedömer att detta speglar den totala påfrestningen för familjerna. "Låga inkomster påverkar både föräldrarnas och barnens ork och välbefinnande. Stressade föräldrar kan inte nödvändigtvis stödja sina barn lika starkt, vilket också återspeglas i barnens upplevelser i den digitala världen, säger Sarkia.

**Skolorna har en nyckelroll**

Rädda Barnens expert på digitalt välmående och säkerhet, Inka Kiuru, påpekar att skolorna har en nyckelroll när det gäller att utveckla barnens säkerhetsfärdigheter. "Ojämligheten syns också i den digitala världen. Det är viktigt att lärare och skolor har tillräcklig kompetens för att minska dessa ojämlikheter. Vuxna har ett ansvar att ge barnen kunskap, färdigheter och säkerhet på nätet, betonar Kiuru.

Ett exempel på detta är



Rädda Barnens Huip-pula-tjänst, som lär ut digitala säkerhets-färdigheter till femteklassare. Hittills har tjänsten nått 10 000 studenter.

### Låg inkomst – ett hot mot barns säkerhet på nätet

Rapporten visar att det blir allt vanligare i barnfamiljer att utsättas för ekonomisk ut-satthet. År 2024 upplevde 17 procent av de svarande att deras familj riskerar att drabbas av fattigdom, jämfört med 14 procent året innan. I Finland lever cirka 120 000 barn i familjer med låga inkomster, vilket motsvarar 12 procent av alla barn.

Barnfamiljernas låga inkomster syns också konkret i den digitala världen, där dess effek-ter är mångfacetterade. Förkomsten av negativa upplevelser och bristen på föräldrastöd visar att säkerheten på nätet för barn med låga inkomster kräver särskild uppmärksamhet.

Tid för lösningar  
Rapporten Barnets röst 2024 lyfter fram att digital säkerhet och jämlikhet inte är en självklarhet. Det behövs konkreta åtgärder för att se till att alla barn får tillräckligt stöd, både online och offline.

Skolor och föräldrar behöver mer resurser och information för att kunna hantera de utmaningar som ojämlikhet innebär. Samtidigt är det viktigt att barns digitala rättigheter

### \* FÖRSVAR

## Statsrådets nya försvarsredogörelse drar upp riktlinjerna för Finlands roll i Nato

Statsrådet godkände den 19 december 2024 den försvarsredogörelse som försvarsminister Antti Häkkinen lagt fram för överlämnande till riksdagen.

gen.



Det är fråga om den tredje försvarsredogörelsen, men den första politiken som utarbetats under Natomedlemskapet och som sträcker sig ända fram till 2030-talet.

”Vi står inför en tid av stark beredskap. Vårt försvar ska stärkas ytterligare. Detta kan sammanfattas i fyra pelare: nationell försvarsförmåga, Natos avskräckningsförmåga och försvar, försvarssamarbete och totalförsvar, sade försvarsminister Häkkinen i samband med att redogörelsen publicerades.

Det säkerhetshot som Ryssland utgör lyfts fram Enligt rapporten kommer Rysslands övergång till en öppnare och mer oförutsägbar konfrontation med väst att skapa ett långsiktigt säkerhetshot mot både Europa och Finland. I och med medlemskapet i Nato har Finland ett särskilt ansvar på grund av sin ställning som stat vid de yttre gränserna. Finland måste både ta hand om sin egen försvarsförmåga som en del av alliansen och se till att Natos avskräcknings- och försvarsförmåga motsvarar de krav som den föränderliga hotmiljön ställer.

Reformer av försvarskapaciteten

- Vi stärker Finlands förmåga att svara på omfattande påverkan, långvariga militära påtryckningar och årtal av omfattande krigföring, sade Häkkinen. Landförsvaret reformeras och flygvapnets och marinens stora projekt slutförs. Samtidigt skapas förutsättningar för

genomförandet av Natos kollektiva försvar i Finland. I rapporten betonas att värnplikten, den omfattande reserven och den höga försvarsviljan fortfarande är hörnstenarna i Finlands försvar. I enlighet med principen om ett totalförsvar är försvaret beroende av ett starkt stöd från samhället. ”Finland upprätthåller och utvecklar sin egen försvarsförmåga i alla situationer. Det är kärnan i allt, och vi kommer inte att kompromissa med det”, betonade Häkkinen.

Effekterna av medlemskapet i Nato betonas

Enligt utredningen har medlemskapet i Nato stärkt Finlands säkerhet genom att ge militärt stöd till hela alliansen och i sista hand kärnvapenavskräckning. Finlands försvar är en integrerad del av Natos kollektiva försvar. Finland planerar, övar och förbereder sig för att försvara sig tillsammans med sina allierade.

Försvarsredogörelsen är ett strategiskt dokument som styr Finlands säkerhets- och försvarspolitik under de kommande årtiondena. Det understryker Finlands engagemang både för att stärka det nationella försvaret och för alliansens ansvar i Nato.

Källa: <https://www.defmin.fi/>

### \* RYSSLAND

## Putin föreslår ett ”intressant experiment”

Några bekymmer för att ukrainare kommer att dö på grund av denna ”intressanta” duell har han inte. Inte ens fast julen är på kommande.

Putins uttalande under presskonferensen i torsdags:

”Om de västerländska experterna som du sa tycker det om, låt dem erbjuda oss och låt dem

erbjuda dem i väst och USA som betalar dem för deras analys att utföra något slags tekniskt experiment, säg, en högteknologisk duell av 2000-talet. Låt dem identifiera något mål för förstörelse, säg i Kiev, koncentrera alla sina luftförsvars- och missilförsvarsstyrkor där, så kommer vi att slå till där med Oreshnik och se vad som händer. Vi är redo för ett sådant experiment. Är den andra sidan redo? Vi utesluter det i alla fall inte. Jag menar att alla missilförsvar och luftvärnssystem fortfarande är i drift. Det kommer att bli intressant för oss. Det jag sa till dig är vad ingenjörer, vetenskapsmän och militärspecialister säger till mig. På nivån för politiskt ledarskap i staterna säger de också något. Låt oss genomföra ett sådant experiment, en sådan teknologisk duell, och se vad som händer. Intressant. Jag tror att det kommer att vara användbart både för oss och för den amerikanska sidan.”

### \* RYSSLAND

## Räntan på bostadslånen kan bli 50% nästa år – i Ryssland



I Ryssland står bostadslåntagare inför en osäker framtid med kraftigt stigande räntor.

Efter att centralbanken den 25 oktober 2024 höjde styrräntan från 19 till 21 procent, har räntorna på bostadslån redan klättrat till över 25 procent. Enligt experter kan

situationen förvärras ytterligare under kommande år.

Vid sitt möte den 20 december väntas centralbanken höja styrräntan ytterligare, troligtvis till 22-23 procent, enligt Igor Balynin, docent vid finansuniversitetet under Ryska federationens regering. Balynin uppskattar att detta skulle pressa upp bostadslåneräntorna till 28-30 procent redan vid årsskiftet.

### Möjlighet till extrema räntor

Oleg Kalmanovich, chefsanalytiker på Neomarkets, varnar dock för att bostadslåneräntorna kan nå så högt som 50 procent under 2025 om den ryska ekonomin drabbas av en djupare kris. Detta scenario skulle förvandla den ekonomiska verkligheten för miljontals hushåll i Ryssland och skapa omfattande ekonomiska svårigheter.

### Motstridiga signaler från regeringen

Samtidigt försäkrar den ryska regeringen att inflationen är under kontroll och ligger kring 8 procent, med prognoser om en nedgång till 4 procent under nästa år. Denna optimistiska bild står i skarp kontrast till de dramatiska ränteökningarna och expertprognoserna, vilket väcker frågor om landets ekonomiska stabilitet och transparens.

### Liv med 50 procents ränta – en omöjlig ekvation

Föreställningen om bostadslåneräntor på 50 procent är svår att greppa. Det skulle innebära enorma kostnader för låntagare och potentiellt leda till en våg av betalningsproblem och exekutiva auktioner. Den ryska ekonomins framtid är oviss, och hur hushållen ska kunna hantera denna press återstår att se.

Det som nu framstår som klart är att Ryssland står inför betydande ekonomiska utmaningar, och att effekterna av centralbankens beslut kommer att bli kännbara för både individer och samhälle i stort.

# EVENEMANG

## Opera och balett, HeIB singfors

Leevi Madetojas Opera Österbottningarna  
22.11.2024 – 4.1.2025  
<https://opperabaletti.fi/>



## TIKANOJA: ÅRETS KONSTHÄNDELSE I VASA

Eero Järnefelts konstutställning öppnar 23.11.2024

## ATENEUM

### Gothic Modern – Från mörker till ljus

4 oktober 2024 till 26 januari 2025.

Medeltidens och renessanskonst försåg 1900-talets konstnärer med emotionellt material och sätt att hantera grundläggande mänskliga känslor, liksom födelse, död, lidande och sexualitet. På utställningen visas bl.a. Arnold Böcklin, Lucas Cranach d.ä., Akseli Gallen-Kallela, Vincent van Gogh, Theodor Kittelsen, Käthe Kollwitz, Edvard Munch, Hugo Simberg, Helene Schjerfbeck, Marianne Stokes och Gustave Van de Woestyne.

Efter premiären på Ateneum fortsätter utställningen till Nationalmuseet i Norge och ALBERTINA-museet i Wien, där kuratorerna är Vibeke Waallann Hansen och Cynthia Osiecki (intendent, Nationalmuseum, Norge)

respektive Ralph Gleis (direktör, Alte Nationalgalerie).

Utställningen kompletteras med en omfattande utställningskatalog

## KORSHOLMS KYRKA

De vackraste julsångerna

sön 15.12 kl. 19.00

Korall-kören, Ungdomskören Germivox, kompband, Korsholms kammarorkester, Erica Nygård, A-C Nordqvist-Källström, Michael Wargh och Mats Björklund.

Korsholms svenska församling

## DRAGNÄSBÄCK KYRKA

Konsert med Frank Isaksson

sön 15.12 kl. 18.00

Vasa svenska församling

## SUNDOMIN KIRKKO

Kauneimmat joululaulut

ke 18.12. klo 18.00

Canticum Maris Ensemble, Tarja Viitanen, pastori Oula Vornanen  
Kolehti Suomen Lähetysseuralle.

Vaasan Suomalainen Seurakunta

## MALAX KYRKA

Julkonsert kl 19 med Hans Martin i Malax kyrka

tors 19.12 kl. 19.00

## PALOSAAREN KIRKKO

Tulkoon joulu -konsertti

pe 20.12. klo 19.00

Laura Luoto (laulu) ja Sini Koivisto (piano) esittävät monipuolisen kattauksen kauniita joululauluja.

Vapaa pääsy.  
Vaasan suomalainen seurakunta

## VASA SÄNGARGILLES JULKONSERT

I Trefaldighetskyrkan

Fredag 20.12 kl 20.00

och lör 21.12 kl 18.00

våra mest älskade julsånger och tre nyskrivna arrangemang av moderna julsånger av Mikael Svarvar. Gästartist är stjärntenoren Markus Nykänen. I konserten medverkar också organisten Jimi Järvinen.

## PALOSAAREN KIRKKO

Loistava joulu

Joulukonsertti

la 21.12. klo 18.00

Jonna Pirttijoen (haitari ja laulu) ja Aleksi Yli-Sissalan (kitara ja laulu)

Vapaa pääsy

Vaasan suomalainen seurakunta

## PALOSAAREN KIRKKO

Kansainvälinen kauneimmat joululaulut -messu

su 22.12. klo 13.00 – 15.00

Verkkokirkko ja Sundom TV

Osallistu paikan päällä tai verkossa

International Mass with Christmas Carols

Monikielinen.

Vaasan suomalainen seurakunta

## SUNDOM KYRKA

De vackraste julsångerna

sön 22.12 kl. 18.00

Vasa svenska församling

## TREFALDIGHETSKYRKAN I VASA

Jultablån Den Gud vi väntat på

mån 23.12 kl. 17.00 och 19.00

Jultablån "Den Gud vi väntat på" är en timmeslång föreställning som riktar sig till ung och gammal från alla sammanhang som vill inleda julfirandet med julens budskap. Jul-tablån hålls på svenska men

textas till flera språk. Fritt inträde.

Medverkande: Wasa Gospel, barnkören Gerby-Mickarna, musiker, skådespelare, dan-sare.

Arr. Slef Vasa, Vasa svenska församling.

## KORSHOLMS KYRKA

Juldagskonsert

ons 25.12 kl. 21.00

Kammarkören Psallite. Dirigent: Erica Nygård

Fritt inträde.

Korsholms svenska församling

## PETALAX UF

25.12 Juldans med Tomas Fantz i Petalax UF

Kl. 20-01. K-18. Arr. Petalax UF

## MALAKTA, Malax

8.12 Konstcafé med mellandagsbio

Kl. 17-21.30 för ungdomar 13 år och äldre på Malakta..

Arr. Malax kommun och Malakta.

## LUX HELSINGFORS

### 8.-12.1.2025

Finlands mest lysande ljusfestival, Lux Helsingfors, är en årlig ljusfestival som sprider sig runt om i Helsingfors i början av januari runt trettondagen. Evenemanget presenterar ett brett spektrum av olika former av ljuskonst. Katedralen brukar vara en mycket speciell attraktion på festivalen. Så om du ska åka till Helsingfors i början av januari, kolla in det. [www.luxhelsinki.fi](http://www.luxhelsinki.fi)

## VETENSKAPENS NATT

9 januari 2025 i Helsingfors

Science Night är vetenskapens eget stadsevenemang i Helsingfors. Evenemanget, som arrangeras årligen i januari, kommer

att firas nästa gång torsdagen den 9 januari 2025. En brokig grupp av programarrangörer garanterar att du under kvällen och natten kommer att kunna njuta av såväl engagerande föreläsningar som insikter genom att göra det själv. Inträde till alla Science Night-evenemang är gratis!

<https://www.tieteidenyo.fi/>

## MEDIESPRÅK 2025: seminarium XX

Vasa 22-23 januari 2025.

Mediespråk 2025 arrangeras av Svensk presstjänst och Centret för livslångt lärande vid Åbo Akademi i samarbete med Svenska Yle, Hufvudstadsbladet Ab, HSS Media, ÅU Media, Svenska folkskolans vänner, Stiftelsen för Åbo Akademi, Svenska kulturfonden, Harry Schaumans stiftelse och Konstsamfundet.

<https://www.mediesprak.fi/seminariet/>

## KOKKOLAN SYYSKAMARI

21.-24.8.2024

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

## KARLEBY VINTERACCORDEON

Karleby vinteraccordeo 8.-15.2.2025

<https://talviharmonikka.com/>



## VASA STADSTEATER

### TOSCA-operan

Premiär 12.1.2025  
<https://www.vaasa.fi/koeja-nae/kulttuuria-vaasasa-ja-seudulla/vaasan-kaupunginteatteri/tosca/>

# Modärn version av Julevangeliet



Det var en kväll i december. Gatorna i staden glittrade av ljusslingor och juldekorationer. Människor skyndade fram och tillbaka med paket i händerna, medan bilarnas bromsljus bildade en röd flod på vägarna.

Maria satt vid köksbordet i den lilla lägenheten hon delade med Josef. Hon smekte sin växande mage och såg ut genom fönstret, där snön började falla i tunga flingor. Josef kom in genom dörren med andan i halsen. Han hade varit ute hela dagen och letat efter en plats närmare sjukhuset där de kunde sova när det var dags.

– Maria, jag har försökt allt, sa han och tog av sig mössan. – Jag har ringt runt och pratat med alla jag känner. Hotellen är fullbokade, och de som hyr ut lägenheter vill ha en galen summa pengar.

Maria log lugnt mot honom, trots hans bekymrade uttryck. – Det löser sig, Josef. Det gör det alltid. Vi är tillsammans, och det är det som räknas.

Josef satte sig ner mitt emot henne, strök handen över hennes och suckade. – Jag vet, men jag vill att du och barnet ska ha det bra. Det är inte vilken natt som helst som väntar.

Just då hördes ett pling från Marias telefon. Hon läste meddelandet och

började skratta. – Vad är det? undrade Josef. – Det är en gammal vän till mig, sa Maria. – Hon har ett förråd som står tomt just nu. Det är inte mycket, men hon säger att vi får låna det om vi behöver.

– Ett förråd? Josef såg skeptisk ut. – Är det ens varmt där?

– Hon skrev att det finns en värmevläkt och filter, sa Maria. – Det är bättre än ingenting, eller hur?

Josef tvekade, men han kunde se beslutsamheten i hennes ögon. – Okej. Jag packar bilen, sa han till slut. – Vi åker dit.

De körde genom staden som nu låg tyst under ett vitt täcke av snö. Förrådet låg i utkanten, bakom ett gammalt lagerhus. Det var enkelt inrett, med bara en madrass på golvet och några lådor staplade längs väggarna. Men det var varmt och skyddat från vädret.

Maria sjönk ner på madrassen med en lättadens suck. – Det här blir perfekt, sa hon.

Natten föll, och stjärnorna tändes på himlen. Josef satt bredvid Maria och höll hennes hand när hon plötsligt grep tag i hans arm.

– Det är dags, Josef. Jag känner det.

Josef blev blek i ansiktet, men han reste sig snabbt. Han hade inte gjort något sådant här förut, men Maria höll sig lugn och guidade honom genom det. Efter några timmar fylldes det lilla förrådet av ett nytt ljud – ett spädbarns första skrik.

Maria höll barnet i sina armar och log, trots tröttheten. Josef såg på dem

med tårar i ögonen.

– Han är här, sa Maria mjukt. – Vår son.

Plötsligt hörde de steg utanför dörren. Josef öppnade försiktigt och möttes av tre män som stod där med paket i händerna. De såg oväntade ut – en av dem hade en kostym, en annan en orange jacka från ett budföretag, och den tredje såg ut som en långväga resenär med en sliten ryggsäck.

– Ursäkta att vi stör, sa mannen i kostymen. – Men vi såg ljuset från fönstret och hörde om er situation. Vi ville bara ge er något.

De klev in och överlämnade sina gåvor. Den första mannen gav ett guldhalsband till barnet. – Det här är symboliskt, sa han. – För att påminna er om hans värde.

Den andra mannen räckte över en låda med rökelse. – En doft som lugnar, sa han.

Den tredje mannen lade ner en burk med kräm. – Den här är bra för känslig hud, sa han. – Jag använder den själv.

Maria och Josef tackade dem, överväldigade av gesten. När männen gått satt de kvar i tystnad, med barnet som nu sov i Marias famn.

– Världen är märklig, sa Josef och såg på Maria. – Men ibland visar den sin allra bästa sida.

Maria nickade och drog filten tätare omkring sig och barnet. – Han har redan fört oss närmare andra människor. Tänk bara vad han kommer att betyda för världen.

Josef lade armen om dem båda, och de satt så tillsammans, medan en stjärna lyste extra starkt över deras tillflykt.

JUL



**Jenny Nyström 1854-1946**

**Julkort**



## Jenny Nyström

En gång i tiden, i den pittoreska staden Kalmar, Sverige, föddes en kreativ anda vid namn Jenny Nyström den 13 juni 1854. Hennes familj, ledd av den begåvade kyrkkantorn Daniel Nyström och den hängivna skolläraren Anette Nyström, försåg henne med en glad barndom. Men när Jenny bara var åtta år gammal bestämde sig familjen Nyström för att ta sig an ett nytt kapitel och flyttade till den livliga staden Göteborg, där hennes pappa fick en bättre betald lärartjänst.

1865 började Jenny sin konstnärliga resa på en konstskola i Göteborg och lade grunden för hennes framtid som känd konstnär. Kunskapssträvan ledde henne till

Stockholm 1873 för vidare studier, och hon fortsatte sitt konstnärliga utforskande i Paris 1882 till 1886, specialiserat på porträttmåleri. Med tiden utvecklades Jenny Nyström till en av Sveriges mest älskade konstnärer, ett bevis på hennes mångsidiga konstnärliga utbildning.

En viktig milstolpe i Jennys liv var förverkligandet av hennes ungdomsdröm – en separatkonstutställning i Paris. Utställningen blev verklighet och markerade en höjdpunkt i hennes konstnärliga resa.

Under tiden, 1871, skapade den uppskattade författaren Viktor Rydberg en hjärtevärmande julsaga med titeln "Lille Viggs äventyr på julafton" eller "Lilla Viggs äventyr på julafton". Översatt till finska som "Pikku Simon seikkailut jouluiltana", utspelade sig historien när Lille Vigg befann sig ensam i stugan på julafton. Till hans förvåning dök en magisk jultomte upp som tog med honom på en slädtur för att sprida julglädje från hus till hus.

Fyra år senare vaknade denna förtrollande berättelse till liv genom illustrationer skapade av den 18-åriga Jenny Nyström.

Hennes konstnärliga prägel blåste liv i Rydbergs berättelse och satte scenen för en produktiv karriär. Jenny blev senare känd för sina bidrag till jultidningar och skapandet av många julkort, som blandar folklöre med festliga firanden. Hennes inflytande ökade i verk av de finska konstnärerna Wendelin och Koivu.

År 1887, vid 33 års ålder, inledde Jenny ytterligare ett betydelsefullt kapitel genom att gifta sig med Daniel Stoopendaal, och tillsammans fostrade de en son, Curt Nyström Stoopendaal, som också skulle bli en respekterad konstnär

i sin egen rätt.

Jenny Nyström fortsatte att dela sin kreativa anda med världen fram till 92 års ålder, då hon fridfullt gick bort i Stockholm 1946. Intressant att samma år bevittnade Rudolf Koivus avgång i Finland, som hade slagit ut sin egen väg för att skapa älskade Julkaraktärer inspirerade av Nyströms förtrollande arv. Och så, arvet från dessa två konstnärer flätades samman och lämnade en outplånlig prägel på konstentusiasters hjärtan i generationer framöver.



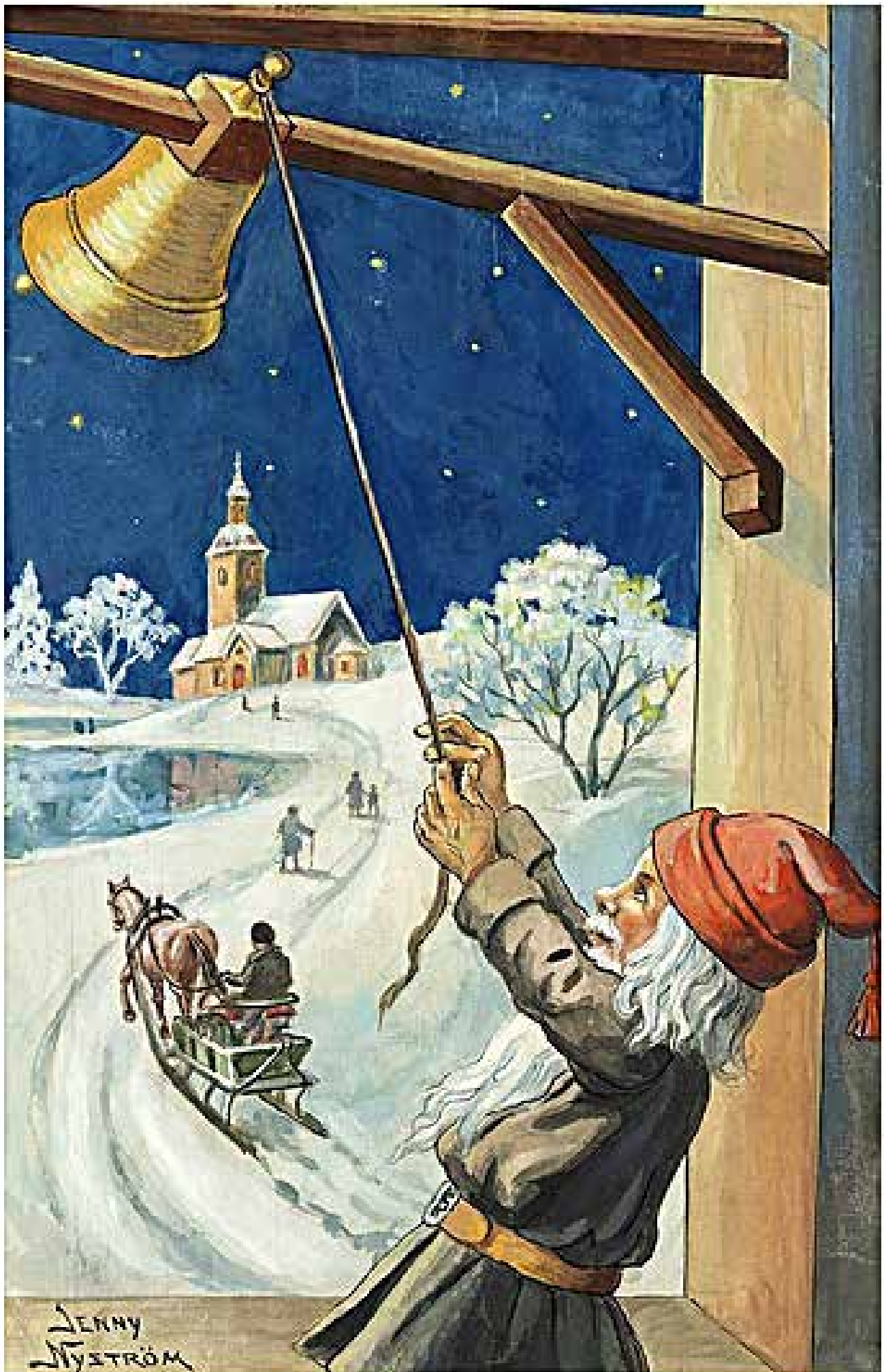


ENHET J. P.

Jenny Nyström









Cinderella.



Merry Christmas Greetings



## Joulumusiikki kirkoissamme - Julmusik i våra kyrkor - Christmas Music in our Churches

### **Kauneimmat joululaulut - messu**

su 22.12. klo 10.00

Kirkkosali (Mustasaari, Sepänkylä)  
Sepänkylän seurakuntakeskuksessa  
Niilontie 3, klo 10.

4. adventti.

Kauneimmat joululaulut - messu.

Miika Kallio ja Kaisa Launonen

### **Kansainvälinen kauneimmat**

#### **joululaulut -messu**

su 22.12. klo 13

Palosaaren kirkko, Verkkokirkko ja  
Sundom TV

Osallistu paikan päällä tai verkossa

International Mass with Christmas  
Carols

### **Jouluconsertti: Tähti syttyy pimeään**

su 22.12. klo 15.00

Laihian kirkko

Jouluconsertti Tähti syttyy pimeään  
klo 15

Tiina Ahola laulaa rakkaita

joululauluja kanteleen säestyksellä.

### **De vackraste julsångerna**

sön 22.12 kl. 18.00

Sundom kyrka

Kom och sjung de vackraste julsångerna och gör gott genom att delta i Finska Missionssällskapets insamling som går till att hjälpa utsatta barn och deras familjer.

### **Kauneimmat joululaulut**

su 22.12. klo 18.00

Huutoniemen kirkko

Tervetuloa laulamaan kanssamme!  
Laulattamassa Huutoniemen kirkkokokuoro, Valtteri Tuomisto, Marja-Riitta Ylikangas-Annola.

### **Paimenten kumarrus - Jouluyön konsertti**

ti 24.12. klo 22.00

Vaasan kirkko

Lämpimästi tervetuloa kuuntele-

maan joulun kauneimpia lauluja ja urkumusiikkia sekä laulamaan yhdessä.

### **Juldagskonsert**

ons 25.12 kl. 21.00

Korsholms kyrka

Kammarkören Psallite. Dirigent: Erica Nygård

### **Kauneimmat joululaulut vielä kerran to 26.12. klo 18.00**

Vaasan kirkko

Tule laulamaan Kauneimpia joululauluja vielä kerran! Laulattamassa Valtteri Tuomisto ja Sini Usmi. Pappina Monica Metsäranta.

### **Än är det jul - Välgörenhetskonsert för Ukraina**

mån 6.1 kl. 16.00

Trefaldighetskyrkan

Välgörenhetskonsert för Ukraina.

Källa: Församlingarnas hemsidor

# HÄLSA

## Åtta goda vanor för att hålla din hjärna ung



Åldrande är en naturlig process, men de val vi gör varje dag kan avsevärt påverka hur våra kroppar och sinnen åldras.

Vår hjärna, kontrollcentret för alla kroppsfunktioner och tankar, är särskilt känslig för åldrande. Lyckligtvis har forskning visat att vissa hälsosamma livsstilsvanor kan bromsa hjärnans åldrande och minska risken för minnesrelaterade sjukdomar som demens. Dessa vanor, som härrör från American Heart Associations riktlinjer "Life's Essential 8", främjar inte bara hjärthälsan utan också hjärnans vitalitet.

En ny studie utförd av forskare vid University of Maryland belyser vikten av dessa vanor. Genom att analysera livsstilar och MRI-skanningar av nästan 19 000 deltagare i åldrarna 40 till 69 fann studien att individer som följde dessa vanor hade hjärnor som verkade yngre än deras kronologiska ålder. Varje 10-poängs ökning av deras livsstils-poäng motsvarade en hjärna som i genomsnitt var 113 dagar yngre när det gäller vit substans. Vit substans, som bär meddelanden i hjärnan, är avgörande för effektiv informationsbehandling och krymper när vi åldras.





Låt oss utforska dessa åtta viktiga vanor som kan hålla din hjärna ungdomlig och motståndskraftig.

## Och den 1 januari är en bra dag för att förbättra en vana.

### 1. Ät en hälsosam kost

En näringsrik kost utgör hörnstenen i en hälsosam kropp och själ. Fokusera på livsmedel som är rika på näringsämnen, till exempel:

Frukt och grönsaker: Ger viktiga vitaminer, antioxidanter och fibrer.

Fullkorn: Stödjer hållbar energi och kognitiv hälsa.

Baljväxter och bönor: Utmärkta källor till växtbaserade proteiner och fibrer.

Nötter och frön: Rik på hälsosamma fetter och hjärnstärkande näringsämnen som omega-3.

Magra proteiner: Inkludera fjäderfä, fisk och växtbaserade alternativ för att stödja hjärnans funktion. Undvik bearbetade livsmedel, sockerhaltiga mellanmål och för mycket mättade fetter, som kan skada både hjärt- och hjärnhälsan.

### 2. Få regelbunden motion

Fysisk aktivitet är ett kraftfullt verktyg för hjärnans hälsa. Att ägna sig åt minst 150 minuters måttlig träning (t.ex. rask promenad eller simning) eller 75 minuters intensiv aktivitet (t.ex. löpning) per vecka ökar blodflödet till hjärnan och främjar tillväxten av nya neurala kopplingar. Träning minskar också stress och förbättrar minnet och hu-

möret, vilket är avgörande för det kognitiva välbefinnandet.

### 3. Undvik tobak

Rökning och användning av e-cigarett skadar blodkärlen, minskar syreflödet till hjärnan och påskyndar kognitiv försämring. Att sluta röka i alla skeden av livet kan leda till betydande förbättringar av hjärnans hälsa och den totala livslängden.

### 4. Prioritera sömn

Sömn är viktigt för hjärnans reparation och konsolidering av minnet. Sikta på 7-9 timmars kvalitetssömn varje natt. Dålig sömn eller sömnbrist kan leda till problem som försämrat minne, humörstörningar och en ökad risk för demens. Att etablera en konsekvent sömnrutin och skapa en avkopplande miljö vid sänggåendet kan bidra till att förbättra sömnkvaliteten.

### 5. Håll en hälsosam vikt

Att hålla ditt kroppsmasseindex (BMI) under 25 minskar risken för fetmarelaterade tillstånd som kan skada hjärnan, såsom diabetes och högt blodtryck. En hälsosam vikt stöder också bättre rörlighet och energinivåer, vilket möjliggör en aktiv livsstil som gynnar kognitiv funktion.

### 6. Kontrollera kolesterolnivåerna

Höga nivåer av "dåligt" LDL-kolesterol kan leda till plackuppyggnad i artärer, vilket begränsar blodflödet till hjärnan. Regelbundna kontroller och kostförändringar - som att minska mättade fetter och öka fiberintaget - kan bidra till att upprätthålla hälsosamma kolesterolnivåer och skydda hjärnans hälsa.

### 7. Hantera blodsockernivåerna

Förhöjda blodsockernivåer kan skada

blodkärl och nerver, vilket ökar risken för tillstånd som diabetes och kognitiv försämring. Att övervaka ditt blodsocker och äta en balanserad kost med livsmedel med lågt glykemiskt index kan hjälpa till att förebygga dessa problem.

### 8. Övervaka blodtrycket

Högt blodtryck, som ofta kallas den "tysta mördaren", kan leda till stroke och andra tillstånd som påverkar hjärnans funktion negativt. Att hålla ditt blodtryck under 120/80 mmHg genom livsstilsförändringar och, vid behov, medicinering, kan skydda din hjärna från skador.

Varför dessa vanor är viktiga

Att följa dessa åtta vanor stöder inte bara hjärnans hälsa utan bidrar också till det allmänna välbefinnandet. Den kumulativa effekten av att äta bra, hålla sig aktiv och hantera viktiga hälsomått säkerställer att hjärnan får de näringsämnen, syre och stimulans den behöver för att hålla sig skarp.

Genom att införliva dessa vanor i din dagliga rutin kan du vidta proaktiva åtgärder för att skydda din hjärna mot för tidigt åldrande och minnesrelaterade sjukdomar. Börja smått - fokusera på en eller två vanor och bygg gradvis vidare därifrån. Med tiden kan dessa förändringar leda till djupgående fördelar, vilket håller din hjärna ungdomlig och ditt sinne smidigt långt upp i åren.

**Din hjärna är din mest värdefulla tillgång. Vårda den med omsorg, och den kommer att tjäna dig väl under hela ditt liv.**

# SPÅRVAGNAR



## Tatra KT4-spårvagnar i Tallinn

Tallinn, Estlands huvudstad, är känd för sin pittoreska medeltida arkitektur, sitt vibrerande kulturliv och sitt effektiva kollektivtrafiksystem. Bland de spårvagnar som pryder denna historiska stads gator har Tatra KT4 en särskild plats. Dessa spårvagnar, med sin distinkta design och anrika historia, har blivit en integrerad del av Tallinns kollektivtrafiknät.

### Historisk bakgrund

Tatra KT4-spårvagnarna tillverkades av ČKD Tatra i Tjeckoslovakien, främst under 1970- och 1980-talen. KT4-modellen designades som ledade spårvagnar för att kunna navigera de skarpa hörnen och smala gatorna som är vanliga i många östeuropeiska städer. KT4-spårvagnarna har en unik tvådelad design, sammanlänkad med en flexibel led, vilket ger dem bättre manövrerbarhet.

Tallinn fick sina första KT4-spårvagnar i slutet av 1970-talet. Dessa spårvagnar blev snabbt en vanlig syn på stadens gator och uppskattades för sin robusta konstruktion och pålitliga prestanda. Under årtiondena har de genomgått olika uppgraderingar och renoveringar för att hålla jämna steg





med moderna standarder och säkerställa passagerarnas komfort.

#### Design och funktioner

Tatra KT4-spårvagnen kännetecknas av sin ledbusskropp, uppdelad i två sektioner. Denna design förbättrar inte bara spårvagnens förmåga att hantera komplexa stadstrutter utan ökar även dess passagerarkapacitet. Varje sektion av spårvagnen har en uppsättning dörrar, vilket underlättar enkel in- och utstigning för passagerarna. Spårvagnarna är utrustade med bekväma sittplatser och gott om ståplats, vilket gör dem lämpliga för både korta stadsresor och längre resor genom Tallinn.

Ursprungligen hade KT4-spårvagnarna ett traditionellt styrsystem med manuell acceleration och bromsning. Många enheter har dock moderniserats med mer avancerade elektroniska styrsystem, vilket förbättrar energieffektiviteten och driftsäkerheten. Moderniseringsinsatserna har också inkluderat uppgraderingar av interiören med bättre belysning, nya sittarrangemang och förbättrade tillgänghetsfunktioner för att tillgodose passagerare med nedsatt rörlighet.

#### Roll i Tallinns kollektivtrafik

Tatra KT4-spårvagnarna har spelat en viktig roll i utvecklingen av Tallinns kollektivtrafiksystem. De trafikerar flera viktiga linjer

över hela staden, vilket förbinder bostadsområden med kommersiella och historiska centra. Spårvagnarna är en väsentlig del av Tallinns integrerade kollektivtrafiknät, som inkluderar bussar, trådbussar och moderna låggolvsspårvagnar.

Trots införandet av nyare spårvagnsmodeller förblir KT4-spårvagnarna populära bland både lokalbefolkningen och turister. Deras distinkta utseende och historiska betydelse tillför en nostalgisk charm till Tallinns gator. Många invånare har kära minnen av att åka dessa spårvagnar, vilket gör dem till en bestående symbol för stadens urbana landskap.

#### Bevarande och framtid

När Tallinn fortsätter att modernisera sitt kollektivtrafiksystem görs ansträngningar för att bevara Tatra KT4-spårvagnarna som en del av stadens kulturarv. Vissa enheter har restaurerats och hålls i ursprungligt skick, tjänande som historiska utställningar eller körs på särskilda kulturarvslinjer. Dessa insatser säkerställer att framtida generationer kan uppskatta den ingenjörskonst och design som definierade en era av urban transport.

Tatra KT4-spårvagnarna är också ett bevis på motståndskraften och anpassningsförmågan hos Tallinns kollektivtrafiksystem. De har framgångsrikt navigerat övergån-

gen från sovjetisk infrastruktur till moderna europeiska standarder, vilket visar deras hållbarhet och praktiska värde.

#### **Tekniska specifikationer för KT4 spårvagnen**

Längd 18,1 meter

Bredd 2,2 meter

Höjd 3,1 meter

Dörrar 4

Hastighet (max) 65 km/h (40 mph)

Vikt 19.900 kg

Motorer 4 x 40 kW

#### Sammanfattning

Tatra KT4-spårvagnarna i Tallinn är mer än bara ett transportmedel; de är en rörlig del av historien. Deras fortsatta närvaro på Tallinns gator är en hyllning till deras robusta design och stadens engagemang för att bevara sitt rika kulturella och teknologiska arv. Oavsett om du är en daglig pendlare eller en besökare som utforskar Tallinn, erbjuder en tur med en Tatra KT4-spårvagn en unik inblick i stadens förflutna och nutid, som sömlöst blandar tradition med framsteg.







## Stadsträdgårdsskötsel inomhus förbättrar immunförsvar och hudhälsa

En nyligen publicerad studie har avslöjat att stadsträdgårdsskötsel inomhus kan stärka immunregleringen och diversifiera hudens mikrobiom. Denna studie, ledd av Mika Saarenpää och hans kollegor, undersöker hur odling inomhus i mikrobrik jord kan påverka hälsan positivt, särskilt under vintermånaderna när naturlig exponering för miljöbakterier är låg.

### Bakgrund till studien

Studien involverade friska vuxna stadsbor som deltog i inomhusodling. Deltagarna delades in i två grupper: en grupp använde mikrobrik jord medan den andra använde visuellt liknande men mikrobfattig jord. Deltagarna uppmanades att dagligen övervaka, skörda och konsumera de odlade produkterna under en månad.

### Viktiga fynd

Ökad mångfald i hudens mikrobiom: Deltagarna som odlade i mikrobrik jord visade en signifikant ökning i mångfalden av hudens mikrobiom. Detta omfattade fem bakteriefyla och en bakterieklass som är viktiga för hudhälsan och immunförsvaret.

### Förbättrad immunrespons:

Studien visade en ökning av antiinflammatoriska cytokinen interleukin 10 (IL-10) i blodet hos deltagarna som använde mikrobrik jord. Denna cytokin är viktig för att reglera immunförsvaret och förebygga inflammatoriska sjukdomar.

### Inga förändringar i kontrollgruppen:

Deltagarna som använde mikrobfattig jord visade inga signifikanta förändringar i hudens mikrobiom eller cytokinnivåer, vilket betonar betydelsen av mikrobiell mångfald i odlingsjord.

### Hög tillfredsställelse och engagemang:

Båda grupperna rapporterade hög tillfredsställelse med odlingsupplevelsen och uttryckte en önskan att fortsätta odla i framtiden. Detta tyder på att inomhusodling är både fördelaktig och njutbar och lätt att integrera i dagliga rutiner.

### Hälsoeffekter

Studien stödjer hygien- och biodiversitetshypoteserna, som föreslår att regelbunden exponering för miljöbakterier kan förbättra immunregleringen och minska risken för immunsjukdomar, som allergier. Genom att diversifiera hudens mikrobiom och förbättra immunresponsen kan inomhusodling i stadsmiljöer erbjuda ett förebyggande tillvägagångssätt för dessa hälsoproblem.

### Rekommendationer

Baserat på studiens resultat rekommenderar forskarna följande:

#### Främja inomhusodling:

Uppmuntra odling inomhus året runt i stadsmiljöer för att öka exponeringen för fördelaktiga mikrober och stödja immunhälsan. Detta kan vara särskilt fördelaktigt i förskolor, skolor, kontor och äldreboenden.

Använd mikrobrik jord:

Se till att jorden som används för odling är rik på fördelaktiga mikrober för att maximera hälsoeffekterna. Detta kan uppnås genom att använda komposterad jord eller tillsätta mikrobiella tillskott.

Utbilda om mikrobernas fördelar: Öka medvetenheten om mikrobernas roll i immunreglering och allmän hälsa. Genom att tillhandahålla information och resurser kan fler motiveras att delta i inomhusodling.

#### Fortsätt forskning:

Fortsätt att undersöka långsiktiga effekter av inomhusodling på immunhälsan och undersök dess potentiella fördelar för olika befolkningsgrupper, inklusive de med nedsatt immunförsvar.

#### Slutsatser

Studien visar att stadsträdgårdsskötsel inomhus kan vara ett praktiskt och effektivt sätt att förbättra hälsan genom att diversifiera hudens mikrobiom och stärka immunförsvaret. När fler människor blir medvetna om dessa fördelar kan inomhusodling bli en populär och hälsofrämjande aktivitet i stadsområden.

Original article: Urban indoor gardening enhances immune regulation and diversifies skin microbiota — A placebo-controlled double-blinded intervention study

Mika Saarenpää a b, Marja I. Roslund b, Noora Nurminen c, Riikka Puhakka a, Laura Kummola c, Olli H. Laitinen c, Heikki Hyöty c, Aki Sinkkonen b  
<https://doi.org/10.1016/j.envint.2024.108705>



## KONST

# Eero Järnefelts Sveden har rest runt i världen Och nu är den i Vasa



Eero Järnefelts målning *Kaski/Sveden* från 1893 har blivit ett av de mest kända verken från den finländska konstens guldålder. Verket som skildrar svedjebruk är dock mycket mer än bara en skicklig skildring av den finska landsbygden. Den har också gjort en anmärkningsvärd resa runt om i

världen och besökt många utställningar runt om i världen.

När Järnefelt målade *Kaski* kunde han knappast ha föreställt sig att verket skulle bli så populärt och att det skulle presenteras för en så bred publik. På den tiden var svedjebruk fortfarande en väsentlig del av det finländska jordbruket, men samtidigt var det i förändring. Skogsbruket utvecklades så småningom och ersatte det traditionella svedjebruket, och Järnefelt ville föreviga denna försvinnande fas i

livet.

*Kaski* har ställts ut på ett flertal utställningar både i Finland och utomlands. Verket har rest till Japan, de nordiska länderna, stora europeiska städer som London, Madrid, Barcelona och Rom. År 1900 sågs *Kaski* på världsutställningen i Paris, där den belönades med en guldmedalj.

Utställningsresorna har varit en betydande del av tavlans historia. Med hjälp av dem har verket nått en bred publik och presenterat den finländska konsten för världen. Samtidigt

har mässresorna också varit utmanande, eftersom arbetets säkerhet måste tas om hand noggrant. *Kaski* är skyddad med plexiglas för att hålla den i bästa möjliga skick för kommande generationer.

*Kaski*'s resor runt om i världen berättar mycket om hur konsten kan överskrida kulturella gränser och förena människor. Verket har fungerat som en ambassadör för kulturen och presenterat den finländska identiteten och landskapet runt om i världen. Samtidigt har den också väckt diskussion

om hur det finländska samhället har förändrats och hur traditioner har försvunnit.

Järnefelts *Sveden* är mycket mer än bara en målning. Det är ett konstverk som har levt ett eget liv och rest runt i världen. Den är också en viktig del av Finlands kulturhistoria, den påminner oss om vårt förflutna och får oss att fundera över vår framtid. Målningen har sitt hem på Ateneum i Helsingfors. Men nu finns den här målningen i Vasa, Tikanojas konsthem.

# ASTRONOMI

## Jordens tillfälliga måne: En himmelsk underlighet



I en överraskande kosmisk händelse fick jorden en kort tid en andra måne i höstas. Den 29 september 2024 fångades en liten asteroid, med beteckningen 2024 PT5, in av vår planets gravitation och blev en tillfällig naturlig satellit.

Fastän denna himmelska besökare var liten, var den en betydande astronomisk händelse. Även om den inte var synlig för blotta ögat kunde astronomer spåra och studera den med hjälp av kraftfulla teleskop.

Den exakta storleken på 2024 PT5 håller fortfarande på att fastställas, men den var troligen några meter i diameter. Att asteroider fångas in är en ovanlig händelse, men inte helt ovanligt. Att

ha en tillfällig måne i flera veckor är dock ett unikt fenomen. Den tillfälliga månen undkom så småningom jordens gravitationskraft och återvände till sin ursprungliga omloppsbanan runt solen.

Denna himmelska händelse ger forskare en värdefull möjlighet att studera jordnära objekt och förstå deras potentiella inverkan på vår planet. Genom att observera 2024 PT5 kan forskare få insikter om sammansättningen, omloppsbanan och beteendet hos dessa rymdstenar.

Och vilken underbar "Trivial Pursuit"-fråga! "Hur många månar hade vår jord i oktober 2024?"

Nu vet du svaret. Två

*Bild:* Ett konstnärligt intryck av örnen och dess två månar. Och till höger en asteroid av samma storlek som PT5.



## HISTORISK KONST

# Bopparder Pietà: En spegel av den kristna frälsningshistorien

Bopparder Pietà, ett mästerverk inom sen gotisk skulptur från slutet av 1300-talet, är mer än bara en avbildning av Marias smärtsamma möte med sin döde sons kropp. Det är en komplex symbol som är djupt rotad i den kristna tron och tar betraktaren med på en mångfacetterad andlig resa.

Denna skulptur av trä kan nu beundras på Ateneums utställning "Gothic Modern" fram till den 26 januari 2025.

Skulpturen, som i vanliga fall kan beundras på Liebieghaus skulptursamling i Frankfurt am Main, visar Maria som håller Kristi livlösa kropp i sitt knä. De två figurerna är förenade i en innerlig omfamning, ett uttryck för oändlig sorg och kärlek. Men Bopparder Pietà går utöver denna ytliga framställning. Bristen på hänvisningar till korsfästelsens plats – Golgota – och de reducerade attributen leder betraktarens blick bort från den konkreta historiska händelsen till de universella teman lidande, död och uppståndelse.

Beteckningen "Vesperbild" hänvisar till den kristna kvällsmässan, där Kristi korsväg återskapas. Bopparder Pietà speglar denna



tradition genom att ge troende möjlighet att identifiera sig med Kristi lidande och dela hans smärta. Den starka avbildningen av den döde Kristus uppmanar betraktaren att reflektera över sin egen död och acceptera det jordiska livets förgänglighet.

Men Bopparder Pietà är inte bara en avbildning av döden utan också en symbol för hopp. Den förmin-

skade avbildningen av Kristus riktar blicken mot hans barndom och påminner om hans födelse. Denna motsättning mellan död och födelse understryker kristendomens centrala budskap: att övervinna döden genom uppståndelsen. Den döde Kristus blir en symbol för befrielse från synd och ett löfte om evigt liv.

Bopparder Pietà är ett konstverk som

tilltalar sinnena och utmanar intellektet. Figurernas detaljrika utformning, de intensiva färgerna och det omsorgsfulla utförandet inbjuder betraktaren att fördjupa sig i scenen och uppleva figurernas känslor. Samtidigt öppnar skulpturen upp för en mängd tolkningsnivåer och stimulerar till teologisk reflektion.

Bopparder Pietà är ett vittnesbörd om

människors djupa tro under medeltiden. Det är ett konstverk som inte har förlorat sin relevans än idag och fortsätter att röra människor från hela världen. Skulpturen inbjuder oss att reflektera över livets stora frågor och finna tröst i det kristna hoppets budskap.





## Botar kvinnliga läkare patienter bättre?

I en banbrytande studie som publicerats i *Annals of Internal Medicine* har forskare belyst en fascinerande trend inom sjukvården: patienter som behandlas av kvinnliga läkare tenderar att ha bättre resultat jämfört med de som behandlas av manliga läkare. Denna upptäckt är betydelsefull, särskilt eftersom den lyfter fram de nyanserade sätt på vilka kön kan påverka medicinsk vård och patienthälsa.

### Översikt av studien

Studien, genomförd av ett team av ansedda forskare inklusive Atsushi Miyawaki, MD, PhD, Anupam B. Jena, MD, PhD, Lisa S. Rotenstein, MD, MBA, MSc och Yusuke Tsugawa, MD, MPH, PhD, analyserade Medicare-anspråk från 2016 till 2019. Denna storskaliga retrospektiva observationsstudie inkluderade ett 20% slumpmässigt urval av avgiftsfinansierade förmånstagare som var inlagda på sjukhus med olika medicinska tillstånd, med fokus på resultat som 30-dagars dödlighet och återinlägningsfrekvenser.

### Huvudresultat

Studien undersökte 458 108 kvinnliga och 318 819 manliga patienter, där 31,1% av de kvinnliga och 30,6% av de manliga patienterna behandlades av kvinnliga läkare. De primära resultaten visade att både kvinnliga och manliga patienter hade lägre dödlighet när de behandlades av kvinnliga läkare. Fördelen var dock märkbart större för kvinnliga patienter.

Kvinnliga patienter: De justerade

dödlighetstalen för kvinnliga patienter som behandlades av kvinnliga läkare var 8,15%, jämfört med 8,38% för de som behandlades av manliga läkare. Detta motsvarar en genomsnittlig margineffekt (AME) på -0,24 procentenheter, vilket är statistiskt signifikant.

Manliga patienter: För manliga patienter var de justerade dödlighetstalen 10,15% för de som behandlades av kvinnliga läkare jämfört med 10,23% för de som behandlades av manliga läkare, med en AME på -0,08 procentenheter. Även om detta indikerar en liten förbättring, är det inte statistiskt signifikant.

Mönstren var liknande för återinlägningsfrekvenser, vilket ytterligare understryker de potentiella fördelarna med vård som ges av kvinnliga läkare.

### Betydelsen av resultaten

Dessa fynd leder till en djupare undersökning av varför kvinnliga läkare kan uppnå bättre patientresultat. Potentiella faktorer kan inkludera skillnader i kommunikationsstilar, följsamhet till kliniska riktlinjer eller till och med en mer patientcentrerad vårdmetod som kvinnliga läkare kan använda.

Kommunikation och empati: Studier har visat att kvinnliga läkare ofta spenderar mer tid på att lyssna på sina patienter och är mer empatiska. Detta kan leda till en bättre förståelse för patienternas behov och mer skraddarsydda behandlingar.

Följsamhet till riktlinjer: Kvinnliga läkare visar sig ofta vara noggrannare med att följa kliniska riktlinjer, vilket kan förbättra patientresultat genom att säkerställa att bästa praxis konsekvent tillämpas.

Patientcentrerad vård: Kvinnliga läkare kan vara mer benägna att engagera sig i gemensamt beslutsfattande med sina patienter, vilket främjar en arbetsmiljö som kan leda till bättre hälsoutfall.

### Bredare implikationer

Implikationerna av dessa fynd är långtgående. För vårdinstitutioner antyder denna forskning att främja en mångsidig arbetsstyrka och stödja kvinnliga läkare kan ha en påtaglig positiv inverkan på patientvård. Det belyser också vikten av att överväga könsdynamik i medicinsk utbildning och professionell utveckling.

### Begränsningar

Det är viktigt att notera att studiens fynd kanske inte kan generaliseras till yngre befolkningar, eftersom data hämtades från Medicare-förmånstagare, som vanligtvis är äldre. Ytterligare forskning behövs för att avgöra om dessa trender gäller över olika åldersgrupper och vårdmiljöer.

### Slutsats

Studien drar en tydlig slutsats: patienter, särskilt kvinnor, upplever lägre dödlighet och återinlägningsfrekvenser när de behandlas av kvinnliga läkare. Även om de exakta orsakerna bakom dessa förbättrade resultat kräver ytterligare undersökning, understryker denna forskning den kritiska roll som kvinnliga läkare spelar för att förbättra patientvård. När vårdindustrin fortsätter att utvecklas bör dessa insikter inspirera till ansträngningar att stödja och stärka kvinnliga läkare, vilket i slutändan gynnar patienter över hela landet.



# LJUSFESTIVAL

## Lux Helsinki 8-12-1-2025 lyser upp de mörkaste dagarna



När vintern tar ett allt hårdare grepp om Helsingfors framträder en strålande kontrapunkt: Lux Helsinki. Denna årliga ljusfestival, som äger rum mellan den 8 och 12 januari 2025, förvandlar stadens välbekanta landskap till en hisnande duk av ljuskonst.

Lux Helsinki är mer än bara ett spektakel; Det är en hyllning till kreativitet och gemenskap. Under fem magiska nätter badar hjärtat av Helsingfors i ett kalejdoskop av färger och förtrollande installationer. Offentliga byggnader blir lysande skulpturer, parker förvandlas till eteriska underländer och gatubilder genomsyras av ett utomjordiskt

sken.

Festivalens styrka ligger i dess mångfald. Från uppslukande, interaktiva upplevelser till häpnadsväckande storskaliga projektioner – Lux Helsinki passar alla konstnärliga smaker. Lokala och internationella konstnärer samlas för att visa upp sina innovativa visioner och tänja på gränserna för ljus som medium. Att vandra genom den upplysta staden blir ett äventyr, där varje hörn avslöjar ett nytt underverk.

Lux Helsinki har en genomslagskraft som sträcker sig längre än till estetiken. Det främjar en känsla av samhörighet och delad glädje under

en tid på året som ofta förknippas med mörker och ensamhet. Festivalen uppmuntrar till utforskning och bjuder in både invånare och besökare att återupptäcka staden i ett nytt ljus. Det är en påminnelse om att även mitt i vintern kan man hitta skönhet och förundran.

Oavsett om du är en erfaren konstentusiast eller bara söker en magisk flykt från kylan är Lux Helsinki en upplevelse som du inte får missa. Så klä på dig, omfamna den krispiga vinterluften och fördjupa dig i Helsingfors ljusa hjärta. Låt Lux Helsinki lysa upp januari och väck din känsla av förundran.





# ALKOHOLPROBLEM

## Semaglutid (Ozempic): Ett lovande verktyg i kampen mot alkoholmissbruk



Alkoholberoende (AUD) är en komplex hälsotillstånd som kännetecknas av ihållande och problematisk alkoholanvändning. Trots att det finns många behandlingsalternativ kämpar många människor med att upprätthålla nykterhet. Ny forskning har dock belyst en möjlig ny terapeutisk väg: semaglutid.

Semaglutid, som ursprungligen utvecklades för behandling av typ 2-diabetes och fetma, har visat lovande resultat för att

minska alkoholkonsumtion och beteenden kopplade till överdrivet drickande. Detta läkemedel tillhör en grupp substanser som kallas glukagonliknande peptid-1 (GLP-1)-receptoragonister. GLP-1 är ett tarmhormon som reglerar aptit och blodsockernivåer. Genom att efterlikna GLP-1:s effekter kan semaglutid hjälpa till att minska suget efter alkohol, främja mättnadskänsla och dämpa impulsiva beteenden kopplade till alkoholmissbruk.

Prekliniska studier har visat att semaglutid är effektivt i djurmodeller för alkoholberoende. Forskare har observerat betydande minskningar i alkoholkon-

sumtion och alkoholens belönande effekter hos gnagare som behandlats med semaglutid. Dessa resultat tyder på att semaglutid kan ha en liknande påverkan på mänskligt beteende.

Även om de exakta mekanismerna bakom semaglutids effekter på alkoholmissbruk fortfarande undersöks har flera teorier föreslagits. En möjlighet är att semaglutid kan förändra hjärnans belöningsbanor och minska alkoholens förstärkande effekter. Dessutom kan semaglutid förbättra humöret och minska stress, två faktorer som kan bidra till alkoholanvändning.

Semaglutids potential som behandling för AUD är betydande. I en stor studie minskade sjukhusinläggningar på grund av alkoholmissbruk med en tredjedel. Läkemedlet erbjuder ett nytt angreppssätt för att hantera alkoholberoende genom att rikta in sig på de underliggande biologiska mekanismer som driver tvångsmässig alkoholkonsumtion. Det är dock viktigt att notera att ytterligare forskning krävs för att fullt ut förstå semaglutids effektivitet och säkerhet vid behandling av AUD.

Som med alla läkemedel kan semaglutid ha biverkningar, inklusive mag-tarmproblem som illamående,

kräkningar och diarré. Det är viktigt att rådgöra med en vårdgivare för att avgöra om semaglutid är ett lämpligt behandlingsalternativ och för att övervaka eventuella biverkningar.

Sammanfattningsvis representerar semaglutid en lovande utveckling inom behandlingen av alkoholberoende. Även om mer forskning krävs för att fullt ut klargöra dess verkningsmekanismer och långtidseffekter har detta läkemedel potential att revolutionera vårt sätt att närma oss alkoholmissbruk.

# KÅSERI

## Intelligens och visdom är inte samma sak



Intelligens och visdom – två ord som ofta används nästan synonymt, men som i själva verket är som två helt olika hundar i samma bur. Intelligence är en fartfylld border collie som vet hur man löser en Rubiks kub, medan Wisdom är en lugn gammal golden retriever som vet att kuben kan bära upp även ett instabilt bord. Båda har sina fördelar, men om du väljer fel hund för rätt situation kan du hamna mitt i en röra.

### Smart tänker, klok vet

Intelligens är förmågan att lära sig, analysera och lösa problem. En smart person kan till exempel ta reda på hur man gör en fallskärm av en duk och gardiner om han faller från ett flygplan. En klok person, å andra sidan, skulle ha kontrollerat i förväg att han inte skulle gå ombord på ett plan med bara en motor, och piloten hade en dålig dag.

Häri ligger den största skillnaden mellan intelligens och visdom: en intelligent person kan hantera svåra situationer som en vis person aldrig befinner sig i. Detta förklarar varför så många smarta uppfinnare, forskare och entreprenörer skriver sina memoarer om fängelse eller konkurs – de är smarta, men ibland förvånansvärt lite kloka.

### Historiens storer – men vilka?

Ta till exempel Aristoteles och Einstein. Aristoteles, som betraktade den antika världen, var utan tvekan vis. Han förstod livets stora principer, som att för mycket energi inte är bra, vilket är anledningen till att han mest hamnade och undervisade andra. Han missade dumma experiment som att testa om en person kunde hoppa från en klippa i Parnassus utan konsekvenser.

Albert Einstein, å andra sidan, var intelli-

gent. Han utvecklade relativitetsteorin och revolutionerade vår världsbild, men var kanske inte den klokaste personen i det praktiska livet. Han ska ha glömt sin adress och ofta varit tvungen att be om råd för att hitta ett hem. Sådana situationer skulle inte ha hänt Aristoteles – han skulle inte ens ha lämnat hemmet utan en pålitlig guide.

### Smarta misstag och smarta undvikanden



I vardagen fattar smarta och kloka människor ofta olika beslut. En smart person kan köpa en mycket komplex och snygg kaffemaskin, vilket kräver en ingenjörsexamen för att förstå bruksanvisningen. Den vise mannen förbereder återigen kannakaffe, med vetskapen om att slutresultatet kommer att bli detsamma: koffein i blodet och ett glatt humör.

En smart person försöker lösa en äktenskaplig kris genom att köpa sin partners favoritbil. En klok person tar med sin partner på en promenad och lyssnar på vad den andra har att säga. Vid det här laget är det bra att komma ihåg att visdom och intelligens ibland också kan komma samman – det är då din partner får både en bil och en promenad, och förhållandet blomstrar.

### Dumt geni och genial dåre

Det finns exempel i historien på människor som var intelligenta men inte särskilt visa. Napoleon Bonaparte, erövringens mästare i Europa, bestämde sig på vintern för att invadera Ryssland. Ett militärt geni, men samtidigt en vansinnig risktagare. En klok person skulle kanske ha funderat två gånger på om det är värt att marschera mitt i den sibiriska vintern, när det redan finns ett fint rike bakom honom.

Å andra sidan finns det historier om människor

som inte är särskilt intelligenta, men som ändå är extremt kloka. Många folkliga visdomar och ordspråk kommer från vanliga människor som aldrig gick i skolan, men som visste hur de skulle leva sina liv rationellt. Frasen ”skjut inte en fluga med en kanon” kan till exempel mycket väl komma från någon som insett att det inte alltid lönar sig att försöka för mycket.

### Smart och klok på samma gång – den bästa kombinationen?

Naturligtvis skulle det vara idealiskt att vara både intelligent och klok, men eftersom ingen kan vara perfekt på alla sätt bör man nöja sig med att utveckla sina styrkor. En intelligent person bör lära sig att stanna upp och fråga sig om problemet överhuvudtaget är värt att lösa. En klok person, å andra sidan, skulle göra klokt i att prova nya saker ibland – som lösningen av en Rubiks kub – bara för övningens skull.

När allt kommer omkring är det balansen mellan visdom och intelligens som gör livet intressant. En intelligent person kan räkna ut hur man tar sig till månen, men en vis person undrar varför i hela friden de ska åka till månen, deras egen bakgård är faktiskt en tillräckligt bra plats.

# KONSTUTSTÄLLNING

## Tikanoja: Eero Järnefelts konstutställning öppnades i Vasa den 23.11.2024



På Tikanojas konsthem i Vasa öppnas den 23 november en utställning som täcker hela karriären för den mästerliga natur- och porträttkonstnären Eero Järnefelt (1863–1937), som sökte känslor och sanning. Utställningen presenterar en kosmopolitisk kulturfamiljs omfattande arbete och konstnärens betydelse för den finländska konsten och finländskheten. Olika naturskildringar får en att undra om den natur som konstnären avbildade på 1800- och 1900-talen fortfarande existerar.

Järnefelt strävade efter att fånga de väsentliga elementen i sina verk. Eero Järnefelts konst har sitt ursprung i familjens intressanta kulturella bakgrund och kännetecknas av ett sökande efter väsentliga drag från både naturen och människan. Konstnären kunde avbilda sina motiv med detaljerad precision, finstämd atmosfär och festlig monumentalitet.

Utställningen belyser olika aspekter av Järnefelts uppfattning om landskap och människor. Den innehåller ock-

så information om familjen Järnefelt, hans familj, studieresor, hemförhållandena i Suviranna vid Tusby träsk och hans konsts koppling till den finländska tidens finländska tänkande.

Järnefelts målningar av natur och landskap från Koli får en att undra om den natur som konstnären avbildade på 1800- och 1900-talen fortfarande finns kvar – och vad vårt förhållande är till naturen och landskapet idag. I konstnärens verk behandlas de storslagna farolandskapen samt de känsliga detaljerna i smörblomman och grytan på ett likvärdigt sätt.

Järnefelt är också känd för sina porträtt av sin tids förgrundsgestalter. Här finns intressanta porträtt av journalisten, läkaren och riksdagsledamoten Tekla Hultin och Mathilda Wrede, som ägnade sitt liv åt att hjälpa fångar och underprivilegerade.

På utställningen finns också en rutt som planerats för besökare med barn, där man får bekanta sig med verken och diskutera dem ur barnens synvinkel.

Utställningens kurator är Ateneums intendent Timo Huusko. Största delen av verken kommer från Nationalgalleriets samlingar, men det finns också rikligt med lån från andra museer och privata samlingar. Över 200 verk visas.

Familjens inflytande på det finländska kulturlivet var enormt

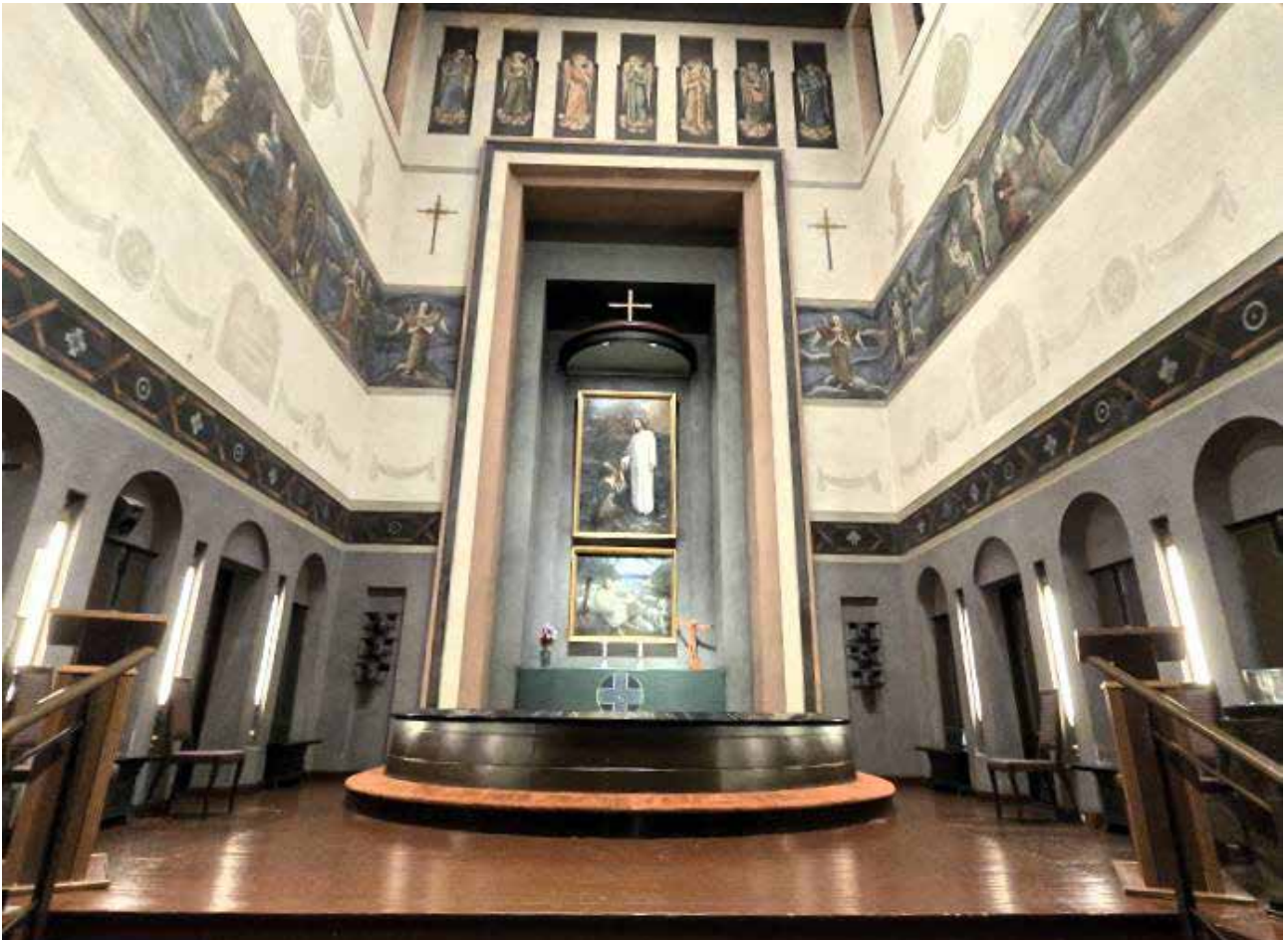
I utställningen kan du också bekanta dig med familjen Järnefelt och hans närmaste familj, vars inflytande på konsten och kulturen vid sekelskiftet 1800- och 1900-talen var enormt. Syskonen Järnefelt, kritikern Kasper, författaren Arvid, musikern Armas och senare Jean Sibelius maka Aino, är ihågkomna inte bara som bildkonst-, litteratur- och musikkörfattare, utan också som en del av ett större nätverk av kulturaktörer.

Eero Järnefelts far, Alexander Järnefelt, gjorde utvecklingen av den finska nationalrörelsen till sin livsuppgift. Moder Elisabeth Järnefelt är särskilt ihågkommen för sin litterära salong, där Juhani Aho var den mest kända deltagaren.



# EERO JÄRNEFELTS ALTARTAVLOR

## Eero Järnefelts utställning öppnades i Tikanoja – altartavlorna finns kvar i kyrkorna



*Jyväskylän Taulumäen kirkon alttari*

Den 23 november öppnar Tikanoja konsthem en imponerande utställning med verk av Eero Järnefelt (1863–1937). Utställningen ger en omfattande översikt över den finländske mästarens konst, men den här gången saknas en grupp verk av Järnefelt: altartavlorna.

Det är förståeligt att altartavlor inte kan flyttas till utställningen, eftersom de är stora och ofta permanent fästa vid kyrkornas inredning. Detta minskar dock inte deras konstnärliga och historiska värde, och besökarna på utställningen kan beundra bilder som tagits från altartavlorna.

### **Sex altartavlor på fyra decennier**

Under sin livstid målade Eero Järnefelt sex altartavlor som pryder kyrkor runt om i Finland. Hans altart-

avlor kan beundras bland annat i den nya kyrkan i Keuruu, Taulumäki kyrka i Jyväskylä, Littois kyrka, Brahestads kyrka och Johanneskyrkan i Helsingfors. Den mest kända av dessa är troligen altartavlan i Taulumäki kyrka i Jyväskylä, som är en exceptionell helhet av två konstverk. Högst upp finns Järnefelts verk "Kristus går på vattnet" (1892–1893), som mirakulöst överlevde branden i den första kyrkan i Taulumäki. Nedan kompletteras helheten av målningen "Jesus – den gode herden" (1929) av Jonas Heiska från Jyväskylä.

Även om Järnefelts altartavlor inte längre kan ses fysiskt i Tikanojas utställning, kan man se den andäktiga atmosfären och den mästertliga handstilen som de förmedlar i bilderna. Att

bekanta sig med utställningen är en unik möjlighet att fördjupa sig i Järnefelts omfattande produktion och den mångdimensionella karaktären i hans konst.

Utställningen är öppen i Tikanojas konsthem från och med 23.11.2024.

*Erik Nikolaj Järnefelt, född 8 november 1863 i Viborg, död 15 november 1937 i Helsingfors, var en finländsk målare och professor (1912). Till Järnefelts mest kända verk hör målningar av Kolis landskap och porträtt av framstående personer från hans tid.*

*Till vänster hans självporträtt.*







*Ovanfinns altaret i Lundo kyrka, nedan finns S:t Johannes kyrkas altare i Helsingfors*



## SAMHÄLLE

# Klicka dig till förändring? Om clicktivism och slacktivism



### Vad är clicktivism och slacktivism?

Har du någonsin delat en upprörande nyhetsartikel på sociala medier, signerat en online-petition eller deltagit i en digital protest? Om så är fallet, har du kanske omedvetet tagit del i fenomenen clicktivism och slacktivism.

Dessa termer, som myntades av forskarna Evgeny Morozov och Alice Marwick 2017, beskriver en form av aktivism som utförs online. Det handlar om att visa sitt stöd för en sak genom att klicka på en knapp, dela en bild eller skriva en kommentar. Det är enkelt, snabbt och kräver minimalt engagemang.

Clicktivism fokuserar

på de enskilda klick som utgör grunden för digital aktivism, som att signera en petition eller dela en länk.

Slacktivism är ett mer övergripande begrepp som syftar på den uppfattning att digital aktivism ofta är ytlig och inte leder till verklig förändring.

### Varför är det problematiskt?

Även om det kan kännas bra att göra något, oavsett hur litet, för en sak man bryr sig om, så finns det kritik mot clicktivism och slacktivism. Kritiker menar att:

Det ersätter inte verklig handling: Att klicka på en knapp eller dela en bild är inte detsamma som att delta i en demonstration, donera

pengar eller engagera sig i politiska processer. Det kan skapa en illusion av förändring: Det kan ge en falsk känsla av att man har gjort något för att förändra världen, även om ens handlingar inte har någon större påverkan.

Det kan underminera mer djupgående engagemang: Genom att göra det så enkelt att vara "aktivist" kan clicktivism göra det mindre troligt att människor engagerar sig i mer krävande former av aktivism.

Det kan manipuleras: Stora mängder klick och likes kan användas för att påverka beslutsprocesser och skapa en falsk bild av allmän opinion.

### Deliberation och demokrati

Ett annat problem med clicktivism är att det kan undergräva den demokratiska processen. En sund demokrati kräver en välgrundad och nyanserad debatt om viktiga frågor. När vi förlitar oss på enkla "gilla"-knappar och snabba reaktioner på sociala medier, riskerar vi att förlora förmågan att föra djupare samtal och att ta till oss olika perspektiv.

### Så vad kan vi göra?

Det är viktigt att komma ihåg att digital aktivism inte är helt värdelös. Den kan vara ett sätt att öka medvetenheten om viktiga frågor och mobilisera människor. Men för att skapa verklig förändring krävs det mer än bara några klick.

För att bidra till en mer

meningsfull och demokratisk debatt kan vi:

Engagera oss i lokala frågor: Delta i lokala möten, skriva till våra politiker och engagera oss i frivilligarbete. Stötta organisationer som arbetar för förändring: Donera pengar, bli medlem eller sprida information om deras arbete.

Fördjupa våra kunskaper: Läs om de frågor som är viktiga för dig och försök förstå olika perspektiv.

Ha kritiska samtal med andra: Diskutera viktiga frågor med vänner, familj och kollegor. Genom att kombinera digital aktivism med mer traditionella former av engagemang kan vi skapa en mer hållbar och rättvis värld.

# Allt om hudceliaki

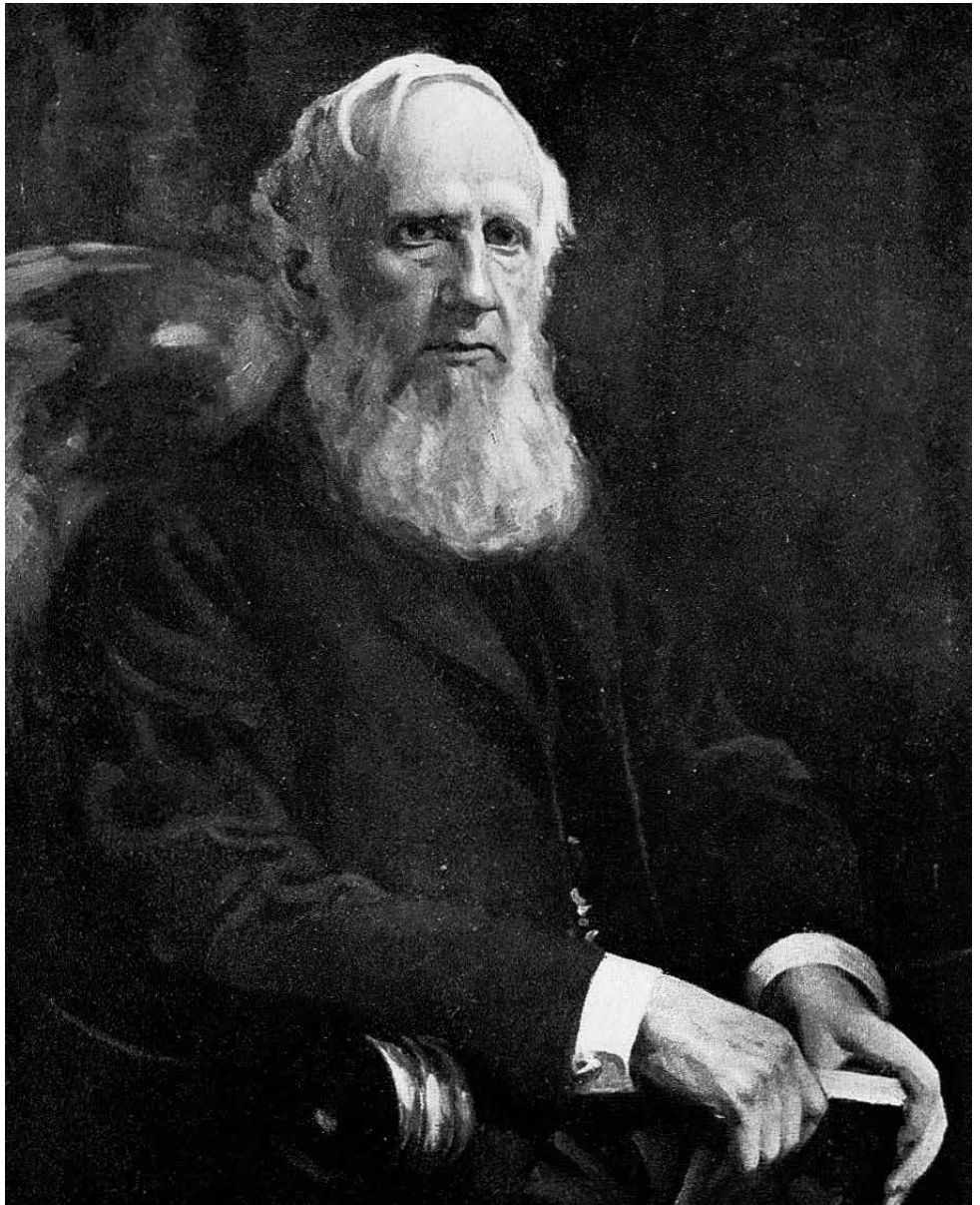
Hudceliaki, den form av celiaki som angriper huden, beskrevs år 1884 för första gången av den amerikanska professorn i hudsjukdomar Louis Adolphus Duhring. Han gav sjukdomen namnet "Dermatitis herpetiformis" som nog används ännu i dag. Men länge kallades sjukdomen för Duhrings sjukdom.

1884 publicerade Louis Duhring sjukdomen i en bok på 20 sidor. Här är inledningen till hans beskrivning: "Under namnet Dermatitis Herpetiformis föreslår jag att placera ett antal fall av en hudsjukdom som jag har stött på då och då. Dessa fall är för närvarande till största delen namnlösa, efter att ha betraktats och diagnostiserats antingen som märkliga manifestationer av en eller annan av de vanligaste kända sjukdomarna, såsom eksem, herpes eller pemfigus, eller, i vissa fall, som obeskrivna sjukdomar. Av dessa anmärkningar kommer man att dra slutsatsen att sjukdomen är sällsynt, och sådan är i viss mån faktum. Samtidigt har jag mött ett tillräckligt antal fall under de senaste femton åren, för att motivera uppfattningen att sjukdomen är värd en särskild beskrivning och ett namn. Jag insåg först att denna hudsjukdom var säregen så långt tillbaka som 1871, men med de få fall som observerades vid den tiden var det svårt att klassificera eller behandla dem på ett tillfredsställande sätt. Sedan detta datum har jag stött på ett antal andra fall som illustrerar samma och andra varianter av sjukdomen."

Så här beskrev Louis Duhring klådan vid denna sjukdom, år 1884: "Det mest slående symtomet är klådan. Brinner inte sällan klagas också på. Klåda dominerar dock och är i alla fall våldsam eller till och med intensiv. Patienter uppger att det är helt oproportionerligt över mängden utbrott. Det är dessutom en ihållande klåda som gör att den drabbade kliar sig konstant. Det föregår vanligtvis utbrottet och avtar inte förrän lesionerna har brutit. Gamla patienter, som är bekanta med processens naturliga förlopp, har informerat mig om att de inte kan få någon lindring förrän lesionerna har brutit. Från min observation bör jag säga att klådan var både svårare och mer bestående än vid vesikulärt eksem. Vesiklerna visar sig långsamt, så att det kan krävas flera dagar eller en vecka för deras fullständiga utveckling."

Under åren därefter publicerade Louis Duhring ett flertal skrifter om denna sjukdom.

Så sent som år 1967 blev sambandet



*Louis Adolphus Duhring (1845-1913), en amerikansk läkare som på 1860-talet studerade hudsjukdomar i Paris, London och Wien, för att sedan öppna en klinik för hudsjukdomar i Philadelphia, USA. Wikimedia Commons, Creative Commons Erkännande 4.0 Internationell*

mellan celiaki och hudceliaki fastslaget, och efter detta har glutenfri kost blev den primära behandlingen också vid denna sjukdom.

## Symtom

Hudceliaki och celiaki är alltså samma sjukdom. Hudceliaki manifesterar sig i huden medan den typiska celiakin affekterar tarmen. Men båda formerna av celiaki orsakar förändringar också utanför tarmen och huden.

Symptom på hudceliaki inkluderar små, röda blåsor som vanligtvis visas utanpå armbåge och knän och på rygg och skinkor. Utslaget är oftast symmetrisk. Utslag kan

förekomma också annorstädes, i nacken och till och med i ansiktet. Klådan är obehaglig, svår, intensiv och inverkar klart negativt på livskvaliteten. Dessa blåsor kan varmycket kliande och obehagliga. Ofta kan personer med hudceliaki ha svårt att sova på grund av klåda och obehag, och de kan också ha problem med ärrbildning på grund av intensivt skrapande.

Det finns många färggranna beskrivningar av klådan i den medicinska litteraturen.

I boken "Celiac Disease: The Hidden Epidemic" berättar Rory Jones om sin klåda: "Jag hänvisar nu till det som min "sjuåriga klåda". Klådan var så illa att jag ville klla mig in i benen. Det höll mig vaken



*Utslaget på armbågarna kan vara obetydligt i ett lungt skede av hudceliakin. Trots detta kan klådan vara besvärande.*

på natten. Jag bar långärmade skjortor och byxor i nittiofem graders värme för att täcka utbrotten. Många krämer och lotioner stoppade inte klådan som i allt högre grad förbrukade mina vakna timmar. Det fanns en viss ironi när jag använde både vänster och höger hand för att repa de spegelliknande utbrotten i tandem.

Den slutliga slutsatsen om orsaken till min "oförklarliga dermatit" var "stress". Eftersom vår hud är ett levande, andningsorgan som påverkas av både vår fysiska och mentala hälsa, började det ge mening för min vresiga, sömnfattiga hjärna. Efter sju år av klåda, ledvärk och konstant trötthet, om inte annat, var jag definitivt stressad."

*" Jag hänvisar nu till det som min "sjuåriga klåda". Klådan var så illa att jag ville klia mig in i benen. Det höll mig vaken på natten. Jag bar långärmade skjortor och byxor i nittiofem graders värme för att täcka utbrotten. Det fanns en viss ironi när jag använde både vänster och höger hand för att repa de spegelliknande utbrotten i tandem."*

### **Epidemiologi**

Hudceliakin är ytterst sällsynt hos barn och unga. Medelåldern vid insjuknande är omkring 50 år. Män och kvinnor drabbas ungefär lika ofta, med en liten övervikt för män. Den äldsta patienten som diagnostiserats med denna sjukdom var över 80 år gammal.

I en 40-årig uppföljning i Finland visade det sig att genomsnittsåldern vid diagnos

var omkring 35 år på 70-talet, för att gradvis sedan stiga till närmare 50 år. Samtidigt har sjukdomen blivit allt mera sällsynt. Orsaken till detta kan vara att födointaget av gluten halverats under denna tid.

Av alla celiakipatienter är det litet över var tionde som har hudceliakin.

Personer med hudceliakin har sällan svåra symtom tydande på vanlig celiaki. Du sjukdomen affekterar huden tycks den affektera tunntarmen i ringa grad. Men om man gör gastroskopi för att få tunntarmsprovbitar kommer man att se typisk villusatrofi hos de flesta hudceliakipatienterna, medan en mindre del har alldeles subtila förändringar.

### **Diagnostik**

Diagnos av hudceliakin kan vara svårt eftersom symtomen kan liknar andra hudsjukdomar, som till exempel eksem eller psoriasis. Hudförändringarnas lokalisering är ändå väldigt typisk- De värsta förändringarna finns oftast utanpå armbågarna, knäna och skinkorna.

En säker diagnos fås genom att tga en provbit från frisk hud som sedan undersöks med en immunofluorescensmetod,

Om man gör gastroskopi för att få tunntarmsprovbitar kommer man att se typisk villusatrofi hos de flesta hudceliakipatienterna, medan en mindre del har subtila förändringar. Men eftersom diagnosen är säker redan med hudbiopsi är det inte nödvändigt att undersöka tunntarmsbiopsier vid hudceliakin.

### **Behandling**

Glutenfri kost är behandlingen också för denna form av celiaki. Och dieten är livslång. Havre är tillåtet, men det skall vara ren have som inte innehåller några

föreningar av andra sädeslag.

Men den glutenfria kosten måste följas alldeles enormt strikt. Och fast dieten följs så kan det ta ganska länge innan utslagen och klådan försvinner. Det kan ta veckor eller månader, men efter två år med glutenfri kost brukar klådan och utslagen nog vara borta.

Men det är inte lätt att kämpa med klådan i veckor eller månader, trots att man håller en noggrann diet. Därför behövs rätt ofta medicinering som komplement till dieten, åtminstone för en tid.

Den medicin som används heter dapson. Detta är ett sulfonpreparat med antibiotiska egenskaper. Dapson har en värdefull roll vid behandling av lepra (spetälska) och malaria.

Det är oklart varför dapson hjälper mot klådan vid hudceliakin. Men effekten är iögonfallande. Efter några dagars behandling lindras klådan. Den vanliga dosen för vuxna är 25 - 50 milligram per dag, ibland kan dosen höjas till 100 milligram. Men vartefter den glutenfria kosten har effekt kan dapsondosen minskas, för att oftast avslutas efter ett par år.

Dapson har en hel del biverkningar varför medicinen absolut inte skall användas i onödan. Den allvarligaste biverkningen är methemoglobinemi, det vill säga en förändring i blodets hemoglobin som försämrar blodets förmåga att transportera syre och sör färger blodet blått, vilket kan orsaka en förändrad hudfärg och blåa läppar och naglar. Också andra mediciner kan orsaka methemoglobin, till exempel trimetoprim, metoklopramid och flera bedövningsmedel.

Dapson har andra biverkningar som leverinflammation.

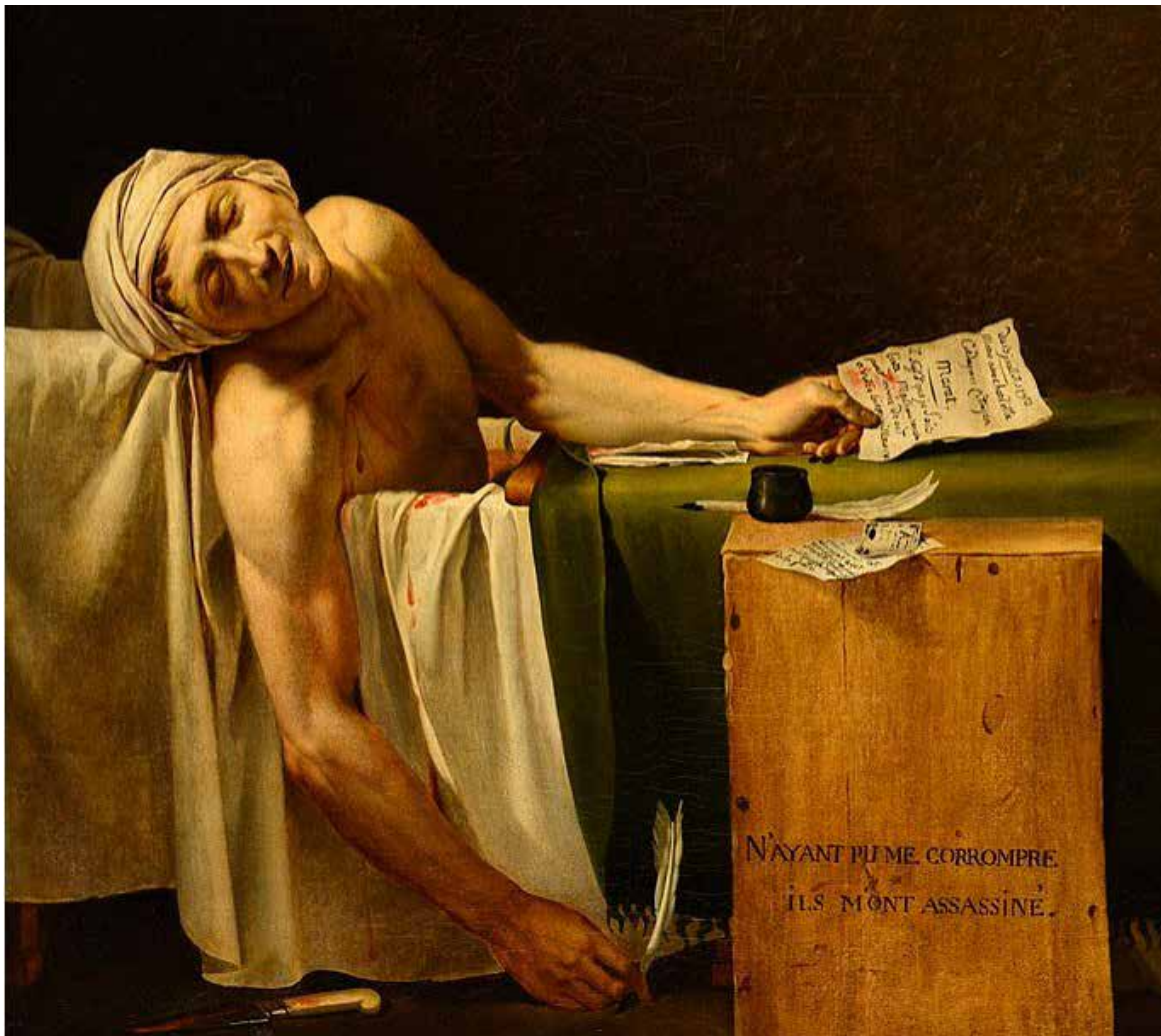
Dapsonbehandlingar genomförs i Finland av hudläkare. Regelbundna laboratorieprover är nödvändiga på grund av risken för biverkningar.

Slutligen är det skäl att poängtera: Trots att dapson är effektivt mot symtom orsakade av hudceliakin är medicinen definitivt inte något alternativ till glutenfri kost.

### **Prognos**

Så länge hudceliakin är odiagnostiserad och obehandlad har den stor inverkan på personens livskvalitet. Den intensiva klådan håller patienten vaken vilket har många menliga följder.

Men då hudceliakid diagnosen är gjord och en strikt glutenfri kost inlett är prognosen god på lång sikt. Patienten kan leva ett normalt liv, sjukdomen inverkar inte på livslängden och risken för följdsjukdomar är minimal. En finländsk studie tydde i själva verket på att personer med behandlad hudceliakin lever aningen längre än friska människor. En sjukdom som förlänger



*Marats död, en tavla av Jacques-Louis David. Public Domain*

## Jean-Paul Marat och huceliaki

Jean-Paul Marat (1743-1793) var en fransk läkare, vetenskapsman och revolutionär, en av de ledande gestalterna i franska revolutionen.

Under de sista fem åren av sitt liv besvärades han av ett våldsamt kliande utslag. Den enda lindring han kunde få fick han i ett badkar, där han tillbringade sina sista år dagarna i ända. Där tog han emot sina gäster, och där skrev han sina revolutionära tidningsartiklar, som publicerades i hans egen tidning "L'ami du peuple.". Han hade skaffat sig många politiska fiender, och en av dem var Marie-Anne Charlotte de Corday d'Armont.

Och i badkaret läste han en tidning i det ögonblick då hans liv tog ett plötsligt och våldsamt slut. Liggande i sitt badkar blev han mördad av Charlotte Corday. Hon stack en kökskniv in i hans bröst. Charlotte Corday blev omedelbart arresterad, dödsdömd och avrättades sedan offentligt med giljotin. Mordet orsakade en tid av terror i Frankrike, omkring 1400 avrättades, bland dem drottning Marie Antoinette.

Den tidning, hans egen "L'ami du peuple", han läste finns bevarad på Bibliothèque Nationale de France i Paris. Och på tidningen fanns blodfläckar som man lyckades göra DNA-tester. Det sägs att många infektiösa sjukdomar kunde uteslutas, om än inte med full säkerhet. Tyvärr gjordes inte HLA-tester med tanke på celiaki.

livslängden, det kan ju vara en tröst och uppmuntran att hålla en noggrann diet.

Risken för följsjukdomar är minimal, men den finns. Under de första åren efter diagnos (då den skyddande effekten av glutenfri kost inte ännu fått effekt) finns en ökad risk för elakartade sjukdomar, som lymfom.

Lymfom, lymfkörtelcancer, en malign sjukdom utgående från lymfoid vävnad. Lymfom kan vara en allvarlig men lyckligtvis sällsynt komplikation till obehandlad celiaki och hudceliaki. De två huvudtyperna är Hodgkins lymfom och Non-Hodgkin lymfom, vilken är den typ som kan förekomma vid celiaki och

hudceliaki.

Celiaki inklusive hudceliaki är en autoimmun sjukdom, vilket innebär att personer med celiaki har en förhöjd risk att få andra autoimmuna sjukdomar. Sådana sjukdomar är till exempel typ I diabetes, sköldkörtelsjukdomar och hudsjukdomar som alopecia areata.

# Mirakelmedicinen Ozempic hjälper för allt? Nej, det gör den inte, men ...

**Ozempic – ett läkemedel som har tagit världen med storm och snabbt blivit ett samtalsämne både i medicinska kretsar och bland allmänheten. Används främst för att hantera typ 2-diabetes, men förknippas också med viktminskning, förbättrad hjärthälsa och nu senast med en förhoppning om att det till och med kan ha en bromsande effekt på Alzheimers sjukdom.**

Detta läkemedel har väckt många frågor om dess potential och även en del farhågor kring dess biverkningar och etiska implikationer. Är Ozempic verkligen mirakelmedicinen som kan lösa allt – eller finns det skäl att ta det med en viss skepsis?

## Vad är Ozempic egentligen?

Ozempic är inte bara en ny modedrog för viktminskning. I grund och botten är det ett läkemedel för att behandla typ 2-diabetes, och dess aktiva substans, semaglutid, är en så kallad GLP-1-receptoragonist. Denna substans härmar ett naturligt hormon i kroppen som hjälper till att reglera blodsockernivåerna. Genom att stimulera insulinutsöndringen när blodsockret är förhöjt och minska produktionen av socker från levern hjälper Ozempic diabetiker att hantera sin sjukdom. Att hålla blodsockret under kontroll är avgörande för att undvika långsiktiga komplikationer som nervskador, njurproblem och hjärtsjukdomar. I den bemärkelsen är Ozempic en klar framgång.

Men vad som verkligen gjorde Ozempic till ett samtalsämne var dess oväntade effekt på kroppsvikten. En

hel del studier har visat att patienter som tar Ozempic kan uppleva en betydande viktmedgång. För personer som kämpar med fetma – ett problem som ofta går hand i hand med typ 2-diabetes – är detta en lockande bieffekt. Och kanske är det här som mirakelmedicin-stämpelein kom till.

## Fördelarna med Ozempic – Inte bara en fråga om vikt

Ozempics viktminskande effekt har visat sig vara en extra bonus, men det finns fler aspekter att beakta. Högt blodtryck och kranskärslsjukdom kan påverkas positivt av läkemedlet, eftersom Ozempic förbättrar insulinkänsligheten och minskar inflammation i kroppen – faktorer som direkt kan påverka hjärt- och kärlhälsan. Detta innebär en betydande förbättring av livskvaliteten för många, och det är ingen överdrift att säga att Ozempic verkligen kan ha en stor inverkan på hälsan hos människor med typ 2-diabetes eller fetma.

En viktminskning på 5 kg är hälsosam för de flesta av oss, och med Ozempic är en sådan lätt att åstadkomma. Men för att viktminskningen skall vara varaktig – detta kan vara värre och kan betyda att man måste använda Ozempic hela tiden.

En mer överraskande upptäckt är Ozempics potentiella effekt på Alzheimers sjukdom. Forskning tyder på att semaglutid kan ha en neuroprotektiv verkan, vilket betyder att den kan hjälpa till att skydda hjärnceller och eventuellt bromsa Alzheimers progression. Tanken på att ett diabetesläkemedel även kan ha fördelar för hjärnhälsan väcker förstas förhoppningar – och en del skepticism.

Liksom med alla mediciner har Ozempic sina egna biverkningar. En av de vanligaste klagomålen är



illamående och andra magproblem, särskilt i början av behandlingen. Mer allvarliga risker inkluderar inflammation i bukspottkörteln, en sällsynt men allvarlig biverkning. Den kanske mest iögonfallande biverkningen som har uppmärksammats är dock "Ozempic-ansiktet". Denna term syftar på de förändringar i ansiktsstrukturen som vissa användare har upplevt efter att ha gått ner i vikt med hjälp av läkemedlet.

När kroppsfettet minskar snabbt – vilket ofta händer när man går ner mycket i vikt på kort tid – kan det leda till en förlust av volym i ansiktet. Detta gör att huden blir slapp och ansiktet får ett mer åldrat utseende. För en medicin som ska förbättra hälsan kan denna biverkning tyckas paradoxal: man kanske känner sig friskare, men spegelbilden visar något annat.

Och det är viktigt att veta att kunskapen om Ozempics

biverkningar vid mycket långvarig användning är okända. Vad händer om man använder Ozempic i decennier. Det kan ingen veta ännu i detta skede.

Ozempic väcker en hel del frågor, inte bara kring hälsa utan också kring etik och samhälle. En viktig aspekt är kostnaden och tillgången till läkemedlet. Ozempic är dyrt, och för många människor kan priset vara en avgörande faktor för om de kan få tillgång till medicinen. Detta skapar en potentiell ojämlikhet i vården, där en behandling som skulle kunna gynna många människor kan vara otillgänglig för de med lägre inkomster.

Dessutom finns en risk att Ozempic används av personer utan diabetes enbart i syfte att gå ner i vikt. Ett läkemedel som är avsett för en sjukdom blir i vissa kretsar en genväg till ett smalar utseende, vilket kan leda till missbruk och till biverk-

ningar hos friska personer. Frågan är om detta är ett problem för samhället eller om det är upp till individen att bestämma. I vilket fall påminner det oss om hur komplex medicinsk etik kan vara, och hur svårt det är att dra en linje mellan vad som är nödvändigt och vad som bara är önskvärt.

Ozempic har onekligen revolutionerat behandlingen av typ 2-diabetes och visat sig ha betydande fördelar för viktminskning och hjärthälsa. Det är svårt att blunda för potentialen i detta läkemedel – inte bara för individer utan för hälsovården som helhet. Men mirakelmedicin är kanske en överdrift.

Ozempic löser inte allt, och det är viktigt att förstå att medicinen kommer med risker och etiska frågetecken. Ozempic-ansiktet är en påminnelse om att alla förändringar har en baksida, och kostnaden och tillgången till läkemedlet påminner oss om de ojämlikheter som fortfarande finns inom vården.

Kanske är Ozempic mer en symbol för vår tids medicinska strävan: ett kraftfullt verktyg som med rätt hantering kan hjälpa många, men som också påminner oss om vikten av att ta ett steg tillbaka och se helheten. Framtiden kommer att visa om Ozempic var en medicinsk fluga eller en långsiktig lösning för våra största hälsoproblem – tills dess bör vi ta emot detta "mirakel" med öppna ögon och ett sunt mått av försiktighet.

Ozempic är en receptbelagd medicin. Den finns i Finland men har blivit så populär att den ibland kan vara svårt att få. En månads behandling kostar över 100 €.



# **RUSSIAS WAR AGAINST UKRAINE**

## **President Presented State Awards on the Eve of Energy Workers' Day**



## INFLATIONEN I RYSSLAND

# Rubeln, hyperinflationen och den heliga interventionen: Ett mirakel på ryska?

När ekonomin är i fritt fall, sedelpressarna glöder, och rubeln är på väg mot kollaps, vad gör man? I Ryssland har svaret visat sig vara lika kreativt som desperat: man vänder sig till Gud. Den ortodoxa kyrkan, ledd av patriark Kirill, har tagit på sig uppdraget att lösa landets ekonomiska kris – inte genom ekonomiska reformer eller finanspolitiska åtgärder, utan genom att be. Ja, böner mot inflation, för rubelns förstärkning och mot dollarns övermakt är nu en del av landets krishantering.

### **Ekonomin på glid – en lägesrapport**

För att förstå detta himmelska ingripande behöver vi först titta på den jordiska verkligheten. Officiellt hävdar Kreml att inflationen i Ryssland ligger på 8 %, vilket redan det är ett bekymmer för den genomsnittliga medborgaren. Men bakom de officiella siffrorna döljer sig en annan verklighet: vissa uppskattar att den verkliga inflationen ligger närmare 50 %, och hyperinflationen knacker på dörren.

Vad är orsaken? En stor del av svaret finns i sedelpressarna. Finansieringen av kriget i Ukraina har krävt enorma summor, och för att täcka kostnaderna har staten helt enkelt tryckt mer pen-

gar. Samtidigt har det rapporterats om stora bonusar – på upp till tre miljoner rubel – för de som frivilligt ansluter sig till armén. Denna kombination har drivit upp priserna, försvagat rubeln och skapat en ond spiral av stigande räntor och ökande misstro mot landets valuta.

Som en följd av detta har den ryska centralbanken höjt styrräntan till 21 %, med hot om att den kan stiga till 25 % före årsskiftet. Rubeln har förlorat 20 % av sitt värde mot dollarn på bara några veckor, och landets ekonomi verkar stå på kanten av ett stup.

### **Gud som ekonomisk rådgivare**

När ekonomisk politik och pragmatiska lösningar inte längre verkar räcka till, är det kanske inte så förvånande att Ryssland vänder sig till en högre makt. Patriark Kirill, alltid redo att följa Kremles agenda, har beordrat särskilda böner mot inflationen. Dessa böner ska enligt uppgift hållas i kloster och utan närvaro av lekmän – kanske för att undvika att sprida panik.

Men detta är bara början. Om de initiala bönerna inte ger resultat, kommer alla kyrkor i Ryssland att mobiliseras i denna kamp mot stigande priser. Samtidigt



planeras böner för att „besegra dollarn“ och stärka rubeln. Som om valutamarknaderna skulle påverkas av heligt vatten och kors-tecken.

Och om allt detta misslyckas? Då väntar något ännu mer spektakulärt: en storskalig religiös procession genom Moskvas eller Sankt Petersburgs gator för att skydda Ryssland och dess folk från ekonomiska svårigheter.

### **En skarp kontrast till verkligheten**

Det är svårt att inte höja på ögonbrynen åt dessa åtgärder. I en tid då resten av världen brottas med inflation genom räntehöjnin-

gar, finanspolitiska reformer och internationella samarbeten, satsar Ryssland på andliga lösningar. Medan ekonomer analyserar flöden av varor, tjänster och kapital, analyserar patriark Kirill sannolikt Psalm 23 för vägledning.

Vad säger detta om den ryska ekonomins tillstånd? I bästa fall är det en symbolisk gest, ett försök att inge hopp hos en befolkning som alltmer känner av krisens effekter. I värsta fall är det en tragikomisk påminnelse om att de styrande saknar verkliga verktyg för att hantera situationen.

### **Inflationens nya fiende: Processioner och böner**

Tanken på att en religiös procession ska stärka rubeln och sänka priserna framstår som absurd för de flesta, men det speglar en bredare problematik i Ryssland. Landets ekonomi är så intrasslad i krigets kostnader, korruption och politisk oförutsägbarhet att traditionella metoder inte längre verkar fungera.

Om böner och processioner verkligen kan lösa dessa problem återstår att se. Men om inte ens Gud kan rädda rubeln från dess fall, vem kan då göra det?

## RYSK EKONOMI

# Kommer Ryssland att drabbas av hyperinflation?

En analys av Rysslands ekonomiska kris

Rysslands ekonomi står inför en av sina största utmaningar i modern tid. De ekonomiska sanktionerna som följde av invasionen av Ukraina, kombinerat med en alltmer isolerad position på den globala marknaden, har skapat en perfekt storm för den ryska rubeln. Den drastiska höjningen av styrräntan till 21%, med utsikter om ytterligare ökning, är ett tydligt tecken på att den ryska centralbanken försöker bekämpa en inflation som hotar att spirala ur kontroll.

Officiell statistik kontra verkligheten

Den ryska regeringen rapporterar en inflation på omkring 8%. Men ekonomer och experter är eniga om att denna siffra inte speglar den verkliga situationen. Den stigande efterfrågan på varor, särskilt livsmedel och andra basvaror, i kombination med störningar i försörjningskedjorna, har lett till en betydande prishöjning. Många ryssar vittnar om att priserna på mat och andra nödvändigheter har mer än fördubblats under det senaste året.

### Sedelpressarna går varma

För att finansiera kriget i Ukraina och kompensera för de minskade intäkterna från olje- och gasexport, har den ryska regeringen varit tvungen att trycka stora mängder pengar. Detta har lett till en kraftig ökning av penningmängden i omlopp, vilket i sin tur driver

upp inflationen. Den fria valutahandeln har avskaffats, och rubeln har kraftigt deprecierats mot andra valutor. Även om den officiella växelkursen ligger på 100 rubel per dollar, är det i praktiken omöjligt för ryssar att köpa dollar till denna kurs.

### En befolkning i panik

Den ekonomiska osäkerheten har lett till en ökad oro bland den ryska befolkningen. Många ryssar försöker skydda sina besparingar genom att köpa fysiska tillgångar, såsom bostäder och livsmedel. Fenomenet med att hamstra bovete, en basvara i den ryska kosten, har blivit allt vanligare.

### Risken för hyperinflation

Risken för hyperinflation i Ryssland är hög. Historiskt sett har länder som drabbats av liknande ekonomiska kriser ofta upplevt hyperinflation. Hyperinflation är en extremt hög inflationstakt, som kan leda till en total kollaps av ett lands ekonomi. För att undvika hyperinflation måste den ryska regeringen vidta drastiska åtgärder för att stabilisera ekonomin och återfå förtroendet hos investerare och befolkning.

Hyperinflation kan uppstå väldigt snabbt, i ett skede då befolkningen drabbas av någonting som kunde kallas masspsykos och alla samtidigt rusar till butikerna för att bli av med sina nästan värdelösa sedlar.

Något nytt är detta inte i Ryssland. I början



av 90-talet hade Ryssland en period med över 1000% inflation. På en kort tid förlorade rubeln över 90 % av sitt värde.

Den höga inflationen, den minskade tillgången på utländsk valuta och den ökade osäkerheten utgör ett stort hot mot levnadsstandarden för den ryska befolkningen. Om inte den ryska regeringen lyckas vända utvecklingen riskerar landet att hamna i en djup ekonomisk kris med långvariga konsekvenser. Den värsta möjliga konsekvensen är hyperinflation.

### Konsekvenser av en möjlig hyperinflation för den ryska befolkningen

Hyperinflation, en extremt hög inflationstakt, skulle få förödande konsekvenser för den ryska befolkningen. Här är några av de mest sannolika utfallen:

Kraftigt minskad köpkraft: Pengar förlorar snabbt sitt värde, vilket innebär att löner och besparingar blir värdelösa. Panikartat köpande accelererar, människor köper allt de kan så länge man får något för rublarna och till slut är alla hylor tomma. Människor kommer inte längre att kunna köpa de varor och tjänster de behöver för att överleva.

- Social oro och instabilitet: Ekonomisk kris leder ofta till social oro och politisk instabilitet. Missnöje med regeringen kan öka, vilket kan leda till protester och demonstrationer.

- Svält och undernäring: Höga matpriser gör det svårt för människor att få tillräckligt med mat. Detta kan leda till svält och undernäring, särskilt bland barn och äldre.

- Förlust av livs-

långa besparingar: Pensioner, sparkonton och andra besparingar kommer att uttraderas. Många människor kommer att förlora allt de har arbetat för under hela sitt liv.

- Flykt från landet: Många kommer att försöka lämna landet för att hitta bättre levnadsvillkor. Detta kan leda till en massflykt och skapa ytterligare problem för grannländerna.

- Sönderfall av samhället: Hyperinflation kan leda till ett sammanbrott av samhället, med ökad kriminalitet och våld.

- Förlust av förtroende för det ekonomiska systemet: Människor kommer att förlora förtroendet för det ekonomiska systemet och den ryska rubeln. Detta kan leda till en ökad användning av alternativa valutor eller byteshandel.

# UM SERGEY LAVROV OM FINLAND

## Utrikesminister Sergey Lavrov har fel

### Kommentar:

Rysslands utrikesminister Sergej Lavrovs senaste kommentarer om Finland i en intervju med Tucker Carlson visar på en djupt felaktig förståelse av historia, internationella relationer och den föränderliga dynamiken i globala allianser. Hans påståenden, där han anklagar Finland för att ha återgått till det tidiga 1900-talets lojalitet till nazismen, är lika felaktiga som de är provocerande.

Lavrovs uttalande tyder på att Finlands beslut att gå med i Nato 2023 berodde på latent fiendtlighet mot Ryssland, vilket är en parallell till Finlands moderna politik med dess agerande under andra världskriget, då landet tillfälligt samarbetade med Nazityskland. Denna jämförelse förvränger inte bara den historiska verkligheten, utan bortser också från sammanhanget och motiven bakom Finlands senaste val.

### Sammanhanget för Natomedlemskapet

I årtionden var Finland förkroppsligandet av neutralitet. Efter andra världskriget gick Finland på en svår balansgång och upprätthöll vänskapliga relationer med Sovjetunionen och senare Ryssland samtidigt som det integrerades i de västerländska ekonomiska och kulturella strukturerna. Lavrovs nostalgiska beskrivning av bastudiplomati och hockeymatcher speg-

lar denna tid av pragmatisk samexistens.

Världen förändrades dock dramatiskt under 2022 när Ryssland inledde sin provocerande invasion av Ukraina. Attacken skakade Europa i grunden och fick nationerna att omvärdera sina säkerhetsstrategier.

För Finland, som delar en lång gräns med Ryssland, var attacken en skarp påminnelse om landets sårbarhet. Minnena från vinterkriget (1939–1940), då Finland hjältemodigt stod emot den sovjetiska invasionen, dök åter upp. Denna historiska erfarenhet, i kombination med den chockerande brutaliteten i konflikten i Ukraina, förändrade den allmänna opinionen i Finland i grunden.

Före 2022 motsatte sig en betydande majoritet av finländarna ett Natomedlemskap. Veckor efter att Ryssland invaderade Ukraina förvandlades motståndet till ett överväldigande stöd för att gå med i alliansen. Lavrovs narrativ ignorerar bekvämt nog denna förändring och antyder att Finlands beslut drevs av fiendtlighet snarare än nödvändighet.

### Jämförelse med Hitler: en falsk och stötande analogi

Den kanske mest flagranta aspekten av Lavrovs uttalande är hans antydning om att Finlands Natomedlemskap är i linje med Adolf Hitlers ideolo-

gi. Detta påstående är både historiskt felaktigt och djupt stötande.

Under andra världskriget var Finlands tillfälliga samarbete med Nazityskland en fråga om överlevnad, inte en ideologi. Efter Sovjetunionens anfall i vinterkriget sökte Finland hjälp överallt, även hos Tyskland, för att skydda sin suveränitet. Partnerskapet var ett bekvämlighetspartnerskap och begränsat i omfattning. Till skillnad från axelmakterna anammade Finland inte fascismen eller Hitlers bredare agenda.

Jämförelsen bryts ner ännu mer när den tillämpas på dagens geopolitiska landskap. Nato är en försvarsallians som har sina rötter i demokratiska värderingar och ömsesidigt skydd, inte på erövring eller dominans.

Hitlers regim, däremot, definierades av imperialism, folkmord och totalitarism. Att dra paralleller mellan Finlands Natomedlemskap och Finlands krigstida agerande är inte bara vilseledande, utan förminskar också allvaret i de grymheter som begicks under andra världskriget.

### Vad Lavrov har fel om neutralitet

Lavrovs antydning om att Finland skulle ha övergett neutraliteten på grund av latent fiendtlighet eller otålighet är lika missriktad. Neutraliteten tjänade Finland väl i årtionden, men neutraliteten är livskraftig endast

om båda parter respekterar den. Genom att invadera Ukraina visade Ryssland att man inte hedrar sina grannars suveränitet.



W Commons. Public Domain

Invasionen var inte en isolerad händelse utan en del av ett bredare mönster av rysk aggression, inklusive annekteringen av Krim 2014 och interventionerna i Georgien och Moldavien. Ställd inför dessa prejudikat fattade Finland det rationella beslutet att söka den kollektiva säkerhet som Nato erbjuder.

Det var inte ett val mot Ryssland, utan ett val för Finlands säkerhet och självständighet.

### Ignorera den verkliga katalysatorn: Rysslands agerande

Lavrov utelämnar bekvämt nog den centrala roll som Rysslands egna handlingar har spelat för att omforma Europas säkerhetsmiljö. Invasionen av Ukraina bröt mot internationell rätt, undergrävde förtroendet och destabiliserade regionen.

I stället för självrannsakan eller erkännande av dessa fakta avleder Lavrovs

kommentarer skulden på Finland och andra västländer.

Ironin är slående. Rysslands aggression har tvingat länder som Finland och Sverige att överge sin långvariga neutralitetspolitik. Lavrovs vägran att erkänna detta orsaksamband understryker en bredare ovilja inom Kreml att konfrontera konsekvenserna av sina egna beslut.

### En väg framåt kräver ärlighet

Lavrovs kommentarer om Finland är inte bara felaktiga – de är ett missat tillfälle. I stället för att underblåsa förbittring med grundlösa anklagelser skulle det ryska ledarskapet kunna reflektera över varför dess grannar känner ett behov av att alliera sig mot dem. Finlands medlemskap i Nato är inte en fiendlig förklaring mot Ryssland, utan ett pragmatiskt svar på en allt mer oförutsägbart och aggressiv granne.

Om Ryssland verkligen vill återuppbygga förtroendet hos sina grannar måste man börja med att ta itu med de grundläggande orsakerna till denna misstro. Det börjar med att avsluta kriget i Ukraina, respektera alla nationers suveränitet och engagera sig i genuin diplomati snarare än propagandistisk retorik. Fram till dess kommer kommentarer som Lavrovs bara att bidra till att fördjupa klyftan mellan Ryssland och resten av Europa.

Ansvar för Rysslands isolering ligger i slutändan inte hos Finland, Nato eller väst, utan helt och hållet hos Kreml självt.

## **Sergey Lavrov 6.12.2024**

"Katso, olemme olleet hyvin ystävällisiä esimerkiksi Suomen kanssa. Yhdessä yössä suomalaiset palasivat toisen maailmansodan valmistelun alkuvuosiin, kun he olivat Hitlerin parhaita liittolaisia. Ja kaikki tämä puolueettomuus, kaikki tämä ystävyys, saunassa käyminen, yhdessä pelaamalla jääkiekkoa, tämä kaikki katosi yhdessä yössä. Joten ehkä tämä oli syvällä heidän sydämissään, ja puolueettomuus ja höveliäisyys rasittivat heitä, en tiedä."

"Titta, vi har varit väldigt vänskapliga med Finland, till exempel. Över en natt kom finnarna tillbaka till de första åren av förberedelserna för andra världskriget när de var Hitlers bästa allierade. Och all denna neutralitet, all denna vänskap, att bada bastu tillsammans, spelade hockey tillsammans, allt detta försvann över en natt, så det här var kanske djupt i deras hjärtan, och neutraliteten belastade dem, och hövligheten belastade dem, jag vet inte."

"Look, we have been very friendly with Finland, for example. Overnight, the Finns came back to the early years of preparation for World War II when they were best allies of Hitler. And all this neutrality, all this friendship, going to sauna together, playing hockey together, all this disappeared overnight. So maybe this was deep in their hearts, and the neutrality was burdening them, and niceties were burdening for them. I don't know."

«Слушайте, наприклад, ми були дуже дружні з Фінляндією. За одну ніч фіни повернулися до перших років підготовки до Другої світової війни, коли вони були найкращими союзниками Гітлера. І весь цей нейтралітет, вся ця дружба, відвідування сауни разом, разом граючи в хокей, усе це зникло за одну ніч, тож, можливо, це було глибоко в їхніх серцях, і нейтралітет обтяжував їх, і ніжності обтяжували їх».

# AI

## AI-genererade poddar: En ny era för ljudinnehåll med NotebookLM

## 20 vardagliga förkortningar du behöver känna till (och kanske några du knappast behöver)



**Podcast in English:  
Russian disinformation**  
<https://vpress.ovh/podcasts.htm>

I den snabbt föränderliga världen av digitala medier fortsätter artificiell intelligens (AI) att tänja på gränserna och omforma branscher samt omdefiniera kreativa processer. En av de mest banbrytande utvecklingarna är Googles NotebookLM, en avancerad språkteknologi med potential att revolutionera podstavärlden.

Med sin förmåga att skapa ljudinnehåll av mänsklig kvalitet öppnar NotebookLM upp nya och spännande möjligheter inom AI-drivna berättelser, utbildning och underhållning.

### Framväxten av AI-genererade poddar

Podcastbranschen växer i en rasande takt, och innehållsskapare samt medie företag letar ständigt efter innovativa verktyg för att effektivisera produktionen och stärka kreativiteten. NotebookLM, som först fick uppmärksamhet för sin förmåga att generera hög-

kvalitativa texter, har nu tagit steget in i ljudinnehållet. Denna banbrytande teknik kan producera poddar som är nästan omöjliga att skilja från de som skapats av mänskliga programledare, vilket skapar nya möjligheter för framtiden.

Det som gör NotebookLM-genererade poddar så attraktiva är flera unika funktioner som skiljer dem från traditionella poddar:

**Naturligt ljudande röst:** NotebookLM kan generera ljudinnehåll med en röst som efterliknar den naturliga rytmen och tonen i mänskligt tal. Detta gör att lyssnaren får en smidig upplevelse där det är svårt att avgöra om podden är AI-genererad.

**Mångsidiga ämnen:** Oavsett om det handlar om nyheter, aktuella händelser eller lättsamma berättelser, kan NotebookLM hantera en mängd olika ämnen. Dess flexibilitet gör det till ett idealiskt verktyg för innehållsskapare som vill utforska olika genrer utan tidskrävande produktion.



Förkortningar finns överallt nuförtiden. Från sms-akronymer till teknisk jargong, de praktiska kombinationerna på 3 bokstäver (och ibland längre) kan vara förvirrande om du inte är insatt. Men frukta inte, andra förkortningsäventyrare! Den här artikeln kommer att utrusta dig med kunskapen att dechiffrera 20 av de vanligaste förkortningarna du kommer att stöta på i vardagen.

**LOL:** Laughing Out Loud, Lots of Laugh, ljudligt skarr, mycket skratt (Den här kan redan vara en klassiker för många!)

**BRB:** Be Right Back (Perfekt för en snabb toalettpaus under en pratstund)

**OMG:** Oh My God, »Herre Gud!« (Uttrycker förvåning eller starka känslor)

**IMHO:** In my humble opinion, I min ödmjuka åsikt (Ett sätt att inleda din åsikt artig)

**\*\* ASAP:\*\*** Så snart som möjligt (Tänder en eld under någon... snyggt)

**FYI:** For Your Information, För din information (En heads-up för någon)

**ETA:** Estimated time of arrival, Beräknad an-

komstid (Låter dig veta när du kan förvänta dig någon)

**OSA:** Vänligen svara (formell begäran om svar på en inbjudan)

**PDF:** Portable Document Format (Ett vanligt filformat för dokument)

**JPG:** Joint Photographic Experts Group (Ett populärt bildfilformat)

**GIF:** Graphics Interchange Format (Ett annat bildformat, känt för animationer)

**TIFF:** Tagged Image File Format (används för bilder av hög kvalitet)

**WWW:** World Wide Web (Grunden till det internet vi känner till)

**HTTP:** Hypertext Transfer Protocol (Språket som webbsidor använder för att prata)

**GPS:** Global Positioning System (Hjälper dig att navigera i världen)

**Bankomat:** Uttagsautomat (din vänliga lokala bankomat)

**DIY:** Gör det själv (för de händigade människorna där ute)

**VIP:** Mycket viktig person (Någon som får specialbehandling)

**TBA:** Kommer att meddelas (Håll ögonen öppna för mer information)

**TBD:** Att vara bestämd (Vi håller fortfarande på att ta reda på saker)

Det här är bara ett

smakprov på förkortningsvärlden, men med dessa 20 under bältet är du på god väg att dechiffrera det vardagliga språket, från avslappnade texter till tekniska dokument. Så nästa gång du ser en förkortning som får dig att klia dig i huvudet, kom ihåg den här listan och fortsätt att utforska den underbara världen av stenografisk kommunikation!

### Wasa Dagblad

En modern tidning med en layout med drag av 1870-talets press. På den tiden hade tidningar bara 4-8 sidor. Mycket text, men inga bilder alls, så det är mycket att läsa på några sidor.

Tidningen innehåller citat från gamla dagstidningar hämtade från Riksarkivet ([digi.kansalliskirjasto.fi](http://digi.kansalliskirjasto.fi)). GPT3, Gemini, Aria och Monica gör en del av det rutinmässiga redigeringsarbetet, t.ex. översättning, korrekturläsning och skrivande av korta notiser. Alla texter har granskats av journalister och redaktionen ansvarar för texternas innehåll.

Wasa Dagblad är en publikation av dagstidningstyp som än så länge utkommer på söndagsmorgnar. Men vårt mål är att den ska komma ut varje morgon i framtiden.

Tidningen finns tillgänglig gratis på nätet.

Läsarnas texter är välkomna!

Tidningen är lokalt ägd och kommer att fortsätta att vara det.

Chefredaktör är Hans Björknäs.

Redaktion: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Wasa, tel. +358-40-5462455.

Redaktionen i Helsingfors: Wasa Dagblad, Andra linjen 9 B 36, 00530 Helsingfors. Telefon +358-40-5462455. Annonser kan sändas via e-post i jpg-format, ta gärna kontakt med redaktionen. .

E-post: [wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)

# De som vet litet mera är de som läser Wasa Dagblad

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

Republiken president Alexander Stubb i Vaasa 27.4.2024

**Kärlfestival denna vecka!**

Kalevaspelelen i Vaasa 27-30.6.2024

Kremlin gör narr av sina motståndare - 1939 liksom nu

HERE WE ARE vpress.se

En ny press: Grunden för lycka och demokrati

Republiken president Alexander Stubb i Vaasa 27.4.2024

**KÖR-FESTIVALEN**

Sinebrychhoff Konstmuseum

Kremlin gör narr av sina motståndare - 1939 liksom nu

HERE WE ARE vpress.se

En ny press: Grunden för lycka och demokrati

Republiken president Alexander Stubb i Vaasa 27.4.2024

**PUCCINI'S "TOSCA" KOMMER TILL VASA I JANUARI**

Sinebrychhoff Konstmuseum

Kremlin gör narr av sina motståndare - 1939 liksom nu

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Photo Supplement

**Sinebrychhoffin taidemuseo**

**Sinebrychhoffin konstmuseum**

**Sinebrychhoffin Art Museum**

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**Pörtöm kyrka**  
Pirttikylän kirkko  
The Church in Pörtöm

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**ihana kuofestivaali tulossa!**

Tasavallan presidenti Alexander Stubb Vaasassa 27.4.2024

Jeff Goodell: The Heat will kill you first

Kaleva kilpailut Vaasassa 27-30.6

**Hylkeenpyynti Raippaluodossa 1895**

Jussi Adler-Olsen

Venäjän omittainen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**Hylkeenpyynti Raippaluodossa 1895**

Jussi Adler-Olsen

Venäjän omittainen diplomaattinen kieli

**WASA LEHDISTÖ: Ummellisuuden ja demokratian perusta**

**KUORO-FESTIVAALI**

Sinebrychhoffin taidemuseo

Venäjän omittainen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**Funne "Tosca" Näin löydät tieoppaan on tulos kirkkoon!**

**NAISTEN ÄÄNI-**  
elämäkertakirjasto

**KUORO-FESTIVAALI**

Sinebrychhoffin taidemuseo

Venäjän omittainen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

Mysterious green giants in the Laasi-palatsi square, Helsinki

Mystical East in Ika-noja  
All EU-candidates

**Funne "Tosca" is coming to Vaasa**

**ROAD CHURCHES**  
The Kremlin mocks its opponents

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

What a wonderful start week we have ahead of us!

**Funne "Tosca" is coming to Vaasa**

**ROAD CHURCHES**  
The Kremlin mocks its opponents

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**CHOIR FESTIVAL**

**A Free Place: The Bedrock of Happiness and Democracy**

**ROAD CHURCHES**  
The Kremlin mocks its opponents

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

Mysterious green giants in the Laasi-palatsi square, Helsinki

Mystical East in Ika-noja  
All EU-candidates

**Funne "Tosca" is coming to Vaasa**

**ROAD CHURCHES**  
The Kremlin mocks its opponents

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**Fero Järnefelt (1863-1937)**

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

**I K Inha (1865-1930)**

**I Replot 1895**

Raippaluodossa 1895

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

Tasavallan presidenti Alexander Stubb Vaasassa 27.4.2024

Jeff Goodell: The Heat will kill you first

Kaleva kilpailut Vaasassa 27-30.6

Jussi Adler-Olsen

Vaasan istutetaan 70 000 puita

**Hylkeenpyynti Raippaluodossa 1895**

HERE WE ARE vpress.se

Wasa Dagblad  
Wasa Daily  
Photo Supplement

Finland's president Alexander Stubb in Vaasa 27.4.2024

Jeff Goodell: The Heat will kill you first

Kaleva Games in Vaasa 27-30.6

Jussi Adler-Olsen

A tree for everyone in Vaasa

**ROAD CHURCHES**

HERE WE ARE vpress.se

## HOROSKOP FÖR DECEMBER 2024

### Decemberhoroskop: Vad stjärnorna har på gång för dig

Väduren (21 mars–19 april)

Tomten vet om du varit snäll eller stygg, Väduren. Men med ditt tempo håller du förmodligen redan på att organisera hans presentlista och föreslå en uppgradering av slädteknologin. Ta det lugnt – december handlar om att njuta, inte kontrollera.

Oxen (20 april–20 maj)  
Din kärlek till mys når nya höjder i december. Förvänta dig massor av fluffiga strumpor, glögg och intensiva diskussioner om julgransdekorationernas symmetri. Spoiler: Granen är aldrig helt perfekt, men det är okej.

Tvillingarna (21 maj–20 juni)

Du är stjärnan på alla julfester... eller skulle vara det, om du inte försökte gå på tre samtidigt. Kom ihåg att du inte kan säga "ja" till allt – om du inte har en hemlig klon.

Kräftan (21 juni–22 juli)  
Kräftor, december är er tid att glänsa – i köket, med presentinslagningen och genom att skapa hjärtevärmade traditioner. Men akta dig: Alla upp-

skattar inte handstickade tomtkostymer till sina husdjur.

Lejonet (23 juli–22 augusti)

Du är stjärnan i toppen av granen denna månad, Lejonet. Men försök att inte ta över hela showen; låt någon annan tända en adventsljusstake då och då. Att dela är faktiskt den bästa gåvan, även om det är den sista pepparkakan.

Jungfrun (23 augusti–22 september)

Din decemberchecklista innehåller allt från att organisera julklappslekar till att färgkoordinera pynt. Men försök att slappna av lite. Världen går inte under om rosetterna inte är helt perfekta.

Vågen (23 september–22 oktober)

Du velar mellan att maratontitta på julfilmer eller klippa snöflingor till varje fönster. Tips: Gör båda. Balans är din superkraft – bara du inte försöker baka och slå in paket samtidigt.

Skorpionen (23 oktober–21 november)

Du har starka åsikter om äggtoddy och ännu starkare om vem som får välja julmusik. Använd din passion till att sprida glädje, inte bara försvara Mariah

Careys julmonopol.

Skytten (22 november–21 december)

Skytten, du är som en levande snöglob fylld med glädje denna månad. Resor, äventyr och misteltokigheter väntar. Men glöm inte att svara på familjens sms mellan skidbackarna och glöggpauserna.

Stenbocken (22 december–19 januari)

Du har säkert redan planerat dina nyårslöften, Stenbocken. Men ta en paus och lev i nuet. Livet handlar inte bara om produktivitet – ibland handlar det om att äta lite för mycket julgodis.

Vattumannen (20 januari–18 februari)

Din kreativa anda gör julfirandet annorlunda i år. En discokula istället för en stjärna i toppen av granen? Genialt. Bara räkna inte med att mormor genast älskar din "fultröja- och dansfest"-idé.

Fiskarna (19 februari–20 mars)

Fiskarna, du är ett mjukt hjärta i december. Omfamna din drömmiga sida, men bli inte så sentimental att du glömmar var du gömt presenterna. Tips: Kolla frysen.





# NYHETER FÖR 100 ÅR SEDAN



## Kvälls- Kuriren

Söndagen den 22 december 1924

Detta är en fiktiv dagstidning som innehåller helt autentiska nyheter för precis 100 år sedan med målet att ge läsaren en uppfattning om hur vardagen såg ut på den tiden.

### EN HEMSK BLODIG SCEN I KAUAJOKI I MORSE

Pappa slår dottern med en yxa  
Ett skrämmande blodbad ägde rum i morse i byn Valkama i Kauhajoki. Utan uppenbar anledning slog Kaappo Vaaranmaa, som bor i huset där, sin dotter i huvudet med en yxa, vilket orsakade ett gapande sår och bröt hennes skalle. Offret för misshandeln fördes medvetlös till Kauhajoki kommunsjukhus där hon fick första hjälpen. Dottern hade nyss gift sig. Vaaranmaa är redan en äldre man. Senare rapporterades att dottern är i mycket dåligt skick. Hon har återupplivats, men hon faller hela tiden medvetlös igen.

#### KASKÖ TIDNING

Var och en vet ju att julen är vår största högtid. Då samlas alla i hemmen, om man är så nära att man kan göra det. Och är man inte det, så visst tänker envar på de sina och med gåvor o:h gengåvor uppmuntrar dem. I vår tidnings spalter ingår i dag annonser från affärer, vilka tänkt på sin nästa för juluppköpen. För övrigt hänvisar jag till annonsörerna.

**Oscar Ricksén** säger, att varje omtänksam husmor gör alltid sina uppköp, där hon får goda varor till billiga priser, och han tillägger: „Gör därför Edra juluppköp” hos mig i Pjelas.

Vilhelm Forsén i Gottböle är ortens byggmästare och uppgör han ritningar och räknar ut kostnadsförslag för nybyggnader. Juldagarna sro många, och finns det

alltid någon, som till nästa jul beslutat sig för ett nytt hem med egen stuga. Vänd Eder sedan till honom, ty han är driftigt, villig och hjälpsam.

**Ateljér Bengts.** 17 trappor opp kan man väl gärna gå för att få en billig och väl utförd förstoring. Bengts tograferar alla dagar och han gör det bra, men retuscherar ännu bättre. Har dessutom många andra värdefulla julgåvor, lämpliga för envar. Närpes Östra och Västra Handelslag behärskar med sina huvudaffärer och filialer, så gott som hela Närpesbygden. Redan har julbrådskan begynt, av vad vi erfarit och fortsätter det lika alla dagar, bli resultatet goda. Oskar Hagas affär erbjuder ett fördelaktigt inköpsställe av kolonialer, manufaktur och korta varor. Haga är vänlig och tillmötesgående och har ett utmärkt välsorterat varulager, passande för juluppköp.

Otto Strandberg har också ett välsorterat varulager av många slag. Dessutom erhålles jordbruksmaskiner och byggnadsmaterialer i stort urval. Handlanden Strandberg är gammal, beprövad affärsman och tillgodoser envar köpstark person, som är i behov av hans varor.

**Närpes Cykel- & motor A B.** är ungt och begynte i våras. Bolaget tillgodoser, Närpesbygden med en fullständig remontverkstad. Automobilägare kunna därifrån för sin vintertrafik erhålla snökedjor ävensom strålkästare och mycket annat. En pass-

lig julklapp kan där erhållas i sportväg och ett par skidor är ju alltid välkommet eller någon annan sportartikel, ty sporten har med stormsteg gått framåt i bygden. Bruno Rönnqvist rekommenderar sina goda brödsorter, och är han villig, att sälja så mycket som möjligt.

**J. O. Rönnqvist** köper och säljer alla slags skinn och betalar dessutom dagens högsta priser. Närpes Frukt- och bärsaftfabrik innehavare E. A. Erkas, är tidigare bekant för sina goda läskedrycker, och alla äro ju vi förfjusade över att fl läska oss Partiorder upp tagas även. Bäst gör detta genom att ringa upp telefon nummer 12.

**Yttermark andelshandel** är så att säga Yttermark varuhus. Detta stora kooperativa företag är säkert det främsta i vår landsdel. Kooperationen är bästa bevis på där den omhuldas och enighet råder att den är en

samlade styrka, och kan en sådan affär tillgodose sina medlemmars i vår tid stora anspråk. Yttermark Andelsmejeri rekommenderar sina förstklassiga och välkända produkter. Varje vaken medlem bör därför leverera sin mjölk till mejeriet, ty då understöder medlemmen sitt eget företag.

**Valter Nissfolk i Kalaks** förser allmänheten med ett välsortett varulager och utlävas för köparen både praktiska saker och passliga julgåvor.

**Hj. Grönlunds** skoaffär kommer ända in i det sista julaftonen att sälja bort hela skolagret. Där finns från bussiga stövlar åt Erik, och varma kängor åt Lotta, och de äro icke dåliga julgåvor. Fin och varm om foten är ju ett livsvillkor för oss här i Kaskö. Även landsbon är välkommen. **Edit Erkas** har en välsorterad tygaffär. Den samma har ett gott namn om sig. Lagret är välsorterat, och fin smak har hon.

Vad siden och saramestyger

**Läkare.**

**G. Wahlström.**

Mottagning, kl. 12—3 (ej söndag och helgdagar). Rådhusg. 39.

**Ch. Rasmussen.**

Mottagning i läkarbostaden i Näsby alla vardagar från kl. 11—1 p. d. i Norrmäs 1:sta och 3:de torsdagen och Rangby 1:sta torsdagen i månaden.

**Lars-Olof Törnwall.**

Mottagningar i Övermark varje helgfri måndag, tisdag, torsdag och fredag kl. 10—2. i Korsnäs 1:sta och 3:de lördagen i varje månad kl. 10—1, i Pörtom 1:sta, 2:dra och 3:de onsdagen i varje månad kl. 10—1. Utför tandplomberingar.

**Tandläkare.**

Mottagning i Kaskö tisdag, onsdag och lördag från kl. 12—2. i Näsby torsdag och fredag från kl. 12—3.

Ester Björkqvist.

**Djurläkare.**

Emottagning i Näsby vardagar kl. 9—11 f. m.

U. A. Remahl.

**Apoteket i Kaskö.**

Öppenhålles vardagar kl. 9 f. m.—7 e. m. Sön- och helgdagar kl. 10 f. m.—6 e. m.

DEN INHEMSKA  
SUOMIKONSTFILMEN

**fiskaren på Stormskär**

går varje dag kl 5, **KINO-PALATS** och **KALEVA** Tillåten  
1/2 7, 8 och 1/2 10 a för barn

<p style="text-align: center;">★ S C A L A ★</p> <p style="text-align: center;"><b>„Galopperande fisken“</b></p> <p style="text-align: center;">En verkligt föryngrande film.</p>	<p style="text-align: center;">★ T H A L I A ★</p> <p style="text-align: center;"><b>„Mannens farliga ålder“</b></p> <p style="text-align: center;">En fint spelad familjekomedi. Förbjuden f. barn.</p>
---	--

# HUMOR FÖR ETTHUNDRA ÅR SEDAN

## BRÖLLOP

Gamle finurlige magister Grundman var bjuden på bröllop och ombedd såsom gammal vän i familjen att säga några ord till bruden, ung, skön och rodnande:

— Mig, som följt Lisa och hennes föräldrars öden under de sista 19 åren, förefaller det som om hon ärft sina behag, sitt förstånd och sin vishet från sin pappa

— — kom förskräckt av sig, fick en blixtrande blick från mamman, återvann fattningen och talförmågan och sade:

— För se hennes mamma har ju sina kvar.

Hovnarren 16/23

## SVÅRT ATT VÄLJA TJÄNARINNA

— Kära vän, du talar om den svåra tjänarinnefrågan, ja, jag är alldeles olycklig. Om jag tar en gammal och ful är min man aldrig hemma och om jag tar en ung och vacker, törs jag inte själv gå ut

## ATT KLAGA PÅ EN TIDNING

Redaktören: — Och den här vitsen säger ni skall vara ny? Den har min mormor redan berättat för mig, då hon var en liten flicka.

## PÅ TORGET

- Men kan ni nu, min bästa gumma, skilja mellan giftiga och ätliga stampar?

- Nä.

- Men då kan ni ju förgifta både er och er familj.

- Nä... Vi säljer dom på torget.

## BARNJUNGFRU

— Min fröken, hur kan ni läsa er roman då barnet skriker så förskräckligt. Barnjungfru-

run:

— Dåligt, min herre, och då ni därtill stör mig går det inte alls.

## I RÄTTEN

— Herr domare, min man har kallat mig „du gamla ko“, och så har han kastat ut mig. Jag anhåller att han blir bestraffad.

— Gott, fru H. Vi döma honom att han åter skall taga er till sig.

## I TULLEN

Bandhandlare Pettersson kommer från utlandet och ondgör sig över tullmannens noggrannhet vid visitationen. På frågan:

— Har ni nu visat allt, svarar bandhandlare Pettersson ilsket.

— Nej, stämbandena har ni ännu inte fått se.

## INGEN FANTASI.

Lärarinnan: Du var frånvarande i går, varför har du inte intyg med dig? Eleven; Min mamma var inte hemma.

Lärarinnan: Men din pappa då?

Eleven: Han duger inte.

Han har ingen fantasi,

## NÄR KUNGEN ÄR BORTA

Läraren: Vem regerar när kungen är bortre?

Eleven: Kronprinsen!

Och om kronprinsen inte är myndig?

Då regerar hans äldsta son!

## SVÅRT ATT HINDRA,

— Jag kan inte med att främmande människor kysser mina barn.

J— ag tycker inte om det heller, men. det är ju omöjligt att göra något åt den saken.

— Varför det?

— Båda mina döttrar har fyllt 18 år.

## IN OCH UT.

Han: — Min fröken, jag saknar uttryck för det intryck ni gjort på mig. Hon: — Tyvärr saknar ni också insikt om. att ni ej har några utsikter.

## RYMLIGT NOG.

Den fetlagda damen:

— Kan jag genom den här porten komma ner till sjön? Gatpojken:

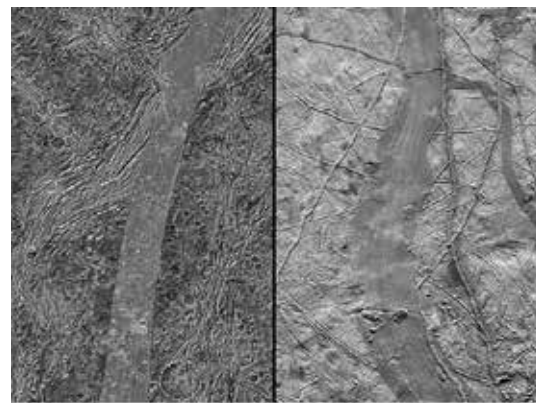
— Javars. det gick ett hölass genom den nyss!

## DÖVSTUM

Doktors fru: — Har du berättat för fru Halfors, att hennes lilla flicka är dövstum?

Doktorn: — Nej inte rent ut; men jag sade henne, att om flickan en gång blir gift, kommer hon aldrig att raunhuggas med sin

## Veckans astronomiska bild:



Comparison of Ganymede and Europa features.jpg

This image, taken by NASA's Galileo spacecraft, shows a same-scale comparison between Arbelia Sulcus on Jupiter's moon Ganymede (left) and an unnamed band on another Jovian moon, Europa (right). Arbelia Sulcus is one of the smoothest lanes of bright terrain identified on Ganymede, and shows very subtle striations along its length. Arbelia contrasts markedly from the surrounding heavily cratered dark terrain.

NASA/JPL/Brown University

Public domain

man.

## EXERCIS.

— Stå nu inte där å tappa huvudet, som om ni var Kolumbus då han såg Newyork första gången.

## Nästa vecka:



## Från läsarna

Vi tar väldigt gärna emot inlägg från våra läsare. Kommentarer, historier, minnen, debatt, nyheter från hemorten. Sannolikt koimmer detta att vara den viktigaste delen i denna vår tidning. Men utrymnmet är ju begränsat, så skriv gärna rätt så kort! Så sänd gärna inlägg till: wasadagblad@gmail-com

## Annonsera i WD

Det kan ha ett visst PR-värde att vara bland de första som annonserar i denna historiska och hypermodärna dagstidning. Sänd annonser till wasadagblad@gmail.com som jpg, tiff eller png,

WASA DAGBLAD  
wasadagblad@gmail.com