

# MASSAN PÄÄMÄÄLLE

Nr 48 Sunnuntaina, 22 joulukuuta 2024

ISSN 2954-243X



TÄÄLLÄ OLEMME:

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

# Odottamaton tapahtuma

Betlehemissä oli kylmä talvi-ilta. Tähdet kimaltelivat kuin timantit tummaa taivasta vasten, ja kevyt lumisade makasi kaupungin yllä. Maria nuori nainen, jolla oli suuret, tummat silmät, oli matkalla majataloon miehensä Josephin kanssa. He olivat matkustaneet pitkän matkan Nasaretista ilmoittautuakseen väestönlaskentaan.

Majatalo oli täynnä. Kaikki huoneet olivat täynnä, ja Josef oli väsynyt matkan jälkeen. Hän oli pettynyt ja huolissaan, mutta Maria oli rauhallinen. Hän tiesi, että kaikki olisi hyvin. Hän oli rasakaana, eikä mennyt kauaa, kun hän aikoi synnyttää.

Josef löysi lopulta pienen tallin, jossa eläimiä pidettiin. Hän kysyi, voisivatko he nukkua siellä yön, ja tallin omistaja, ystävällinen mies,



suostui.

Mariasta tuntui, että oli aika. Hän synnytti pienen pojan ja pani hänet varovasti seimeen, puiseen kaukaloon jossa oli olkia eläinten rehuksi. Josef oli ikionnellinen. Hän ei ollut koskaan nähnyt mitään niin kaunista.

Samaan aikaan, kaukana idässä, jotkut viisaat miehet näkivät kirkkaan tähden taivaalla. He olivat tutkineet tähtiä monta vuotta ja he tiesivät, että tämä tähti oli jotain hyvin erityistä. He tulkitsivat sen merkiksi siitä, että uusi kuningas

as oli syntynyt.

Kolme viisasta miestä, Melchior, Caspar ja Balthazar, keräsivät lahjansa - kullan, suitsukkeen ja mirhan - ja lähtivät pitkälle matkalle etsimään vastasyntyntä kuningasta. He seurasivat tähteä, joka johti heidät Betleheemiin.

Kun he saapuivat tallille, jossa Maria ja Joosef makasivat vastasyntyneen poikansa kanssa, he olivat pakahtua ilosta. He kumartuivat ja palvoivat lasta ja antoivat hänelle lahjansa.

Sinä yönä pienessä tallissa Betlehemissä

Hän ei ollut vain tavallinen vauva, vaan Jumalan Poika, Jeesus Kristus. Hän tulisi näyttämään ihmisille tien rakkauteen ja anteeksi-antoon ja antamaan heille toivoa paremmasta tulevaisuudesta.

Tämä tarina, joka kertoo odottamattomasta tapahtumasta pienessä tallissa, on koskettanut ihmisiä sukupolvien ajan. Se muistuttaa meitä siitä, että jopa pimeimpinä aikoina valo voi aina tulla näkyviin. Se osoittaa, että rakkaus voi voittaa vihan ja että aina on toivoa.

syntyi poika, joka muuttaisi maailman.



# UUTISET

## Sally Salmisen ”Katriina” saapuu Vaasaan, musikaalina



Sally Salminen sadonkorjuussa Sipoossa 1941. Kuva: B. Soldan / Suomen Armeija Creative Commons Attribution 4.0

Tammikuun 14. päivä 2025 yksi tunnetuimmista suomenruotsalaisista romaaneista, Sally Salmisen ”Katriina”, saa uuden elämän musikaalina Wasa Teaterissa.

Tämä klassikon uusi tulkinta on kolmen merkittävän teatterin – Lilla Teaternin, Åbo Svenska Teaterin ja Wasa Teaterin – yhteistuotanto, ja se on pitkäaikaisen yhteistyön tulos. Musikaali esitetään kaikilla kolmella näyttämöllä vuosina 2024 ja 2025, ja se on ainutlaatuinen tapahtuma suomenruotsalaisessa kulttuurielämässä.

### Ajaton tarina

”Katriina” on Sally Salmisen esikoisromaani, joka julkaistiin vuonna 1936. Romaani, jonka Salminen kirjoitti työskennellessään kotiapulaisena New Yorkissa, saavutti heti suuren suosion ja on nykyään käännetty yli 20 kielelle. Tarina seuraa nuorta Katrinoa, joka jättää kotinsa Pohjanmaalla ja muuttaa Ahvenanmaalle vastaviihityn miehensä, me-rimies Johanin, kanssa. Unelmat hyvästä elämästä kuitenkin murenevat nopeasti, kun Katrina huomaa, että Johan on liioitellut asemaansa yhteiskunnassa, ja hän löytää itsensä pian vaatimattomasta mökistä köyhyyden ja ennakkoluulojen keskeltä.

Vaikeista olosuhteista huolimatta Katrina osoittaa uskomatonta voimaa ja peräänanta-mattomuutta. Hän haastaa niin ulkoiset vastoinkäymiset kuin yhteiskunnan normit, ja hänen tarinansa on kunnianosoitus naisten taistelutahdolle ja oikeudenmukaisuudelle. Kaisa Lundánin dramatisointi ja Aili Järvelän säveltämä uusi musiikki tuovat tähän ajat-tomaan tarinaan uuden ulottuvuuden.

### Kunnianosoitus Salmisen perinnölle

Sally Salminen (1906–1976) kasvoi Vårdössä Ahvenanmaalla kahden-toista lapsen perheen kahdeksantena lapsena. Vaikka hän haaveili jo nuorena kirjailijanurasta, hän piti itseään liian köyhänä ja tietämättömänä menestyäkseen. Hänen läpimurtonsa ”Katrinan” kanssa oli kuitenkin niin voimakas, että se varjosti hänen myöhempää tuotantoaan, vaikka hän jatkoi ahkeraa kirjoittamista.

Salminen oli ehdolla kirjallisuuden Nobel-palkinnon saajaksi kolmesti ja hänellä on ainut-laatuinen asema suomenruotsalaisessa kirjallisuudessa. Hän onnistui yhdistämään paikalliset kuvaukset ahvenanmaalaisesta ja pohjalaisesta arjesta universaaleihin teemoihin, kuten rakkauteen, taisteluun ja itsekunnioitukseen. Se, että ”Katrina” nyt esitetään mu-sikaalina ruotsiksi Suomessa, on osuva kunnianosoitus hänen teokselleen ja sen ajankoh-taisuudelle vielä tänäkin päivänä.

Ylen lukupiiriohjelmasta keskusteltiin tästä kirjasta: ”Minulle Katriina on The Kirja” - nostalgiaa ja suuria tunteita sanoi Seppo Puttonen verkkolukupiirissä. Ahvenanmaalla nuori Katriina kohtaa köyhyyden ja kurjuuden, jollaista hän ei ole aiemmin kokenut. Torpparin vaimona hän joutuu tekemään töitä



Sally Salminen kirjoituspöytänsä ääressä 1940. Kuva: Osvald Hedenström / Lehtikuva. Public Domain



Sally Salminen-Dührkop 968. Kuva: Lisbeth Medeland, Public domain

rikkaille laivanvarustajille orjuuden kaltaisissa oloissa. Lisäksi mies on merillä ja Katriina jää täysin yksin. Kyläyhteisössä hän on muualta tullut ulkopuolinen. Miten on mahdollista, ettei Katriina murru?

Välillä lukiessa pelkäsin, että niin kävisi. Ehkäpä Katriinan voimakas halu oikeudenmukaisuuteen piti hänen taistelijana hengissä, miettii Seppo.

Kun Katriina saa lapsia, on pakko pärjätä heidän takiaan. Silti Katriina pitää kiinni yl-peydestään.

Ihmettelin, ettei Katriina tinkinyt periaatteistaan edes lasten nälän edessä. Hän ei suostunut ottamaan kyläläisten almuja lehmän ostoa varten, Seppo sanoo.

Katriinan lasten kohtalot liikuttivat lukupiiriläisiä. Yksi lapsista kuolee pienenä.

”Itken vieläkin pikkutytön sairautta ja siihen uupumista,”

Katriinan keskimmaisista pojista toinen kuolee kesken nuoruutensa kukoistuksen, toinen katoaa traagisissa olosuhteissa Australiaan. Katriinan vanhin poika sen sijaan saavuttaa kovalla työllä sosiaalisen nousun: hänestä tulee merikapteeni ja hän vaurastuu. Katriinan lapsenlapset kaupunkilaistuvat ja opiskelevat koulussa vieraita kieliä - heidän Suomensa on aivan erilainen kuin Katriinan nuoruudessa.

### Musiikki ja draama keskiössä

Uusi ”Katrina”-musikaali tarjoaa draamaa, musiikkia ja visuaalisia elämyksiä esityksessä, joka haastaa ja koskettaa. Säveltäjä Aili Järvelä debytoi musikaalisäveltäjänä ja ku-vaa prosessia luovana matkana, jossa yksi melodioista syntyi jopa unessa. Lavastaja Heini Maaranen ja pukusuunnittelija Samu-Jussi Koski luovat maailman, joka on sekä runollinen että ajaton.

Musikaalin ohjaa Jakob Höglund, joka korostaa Katrinoa vahvuuden ja periksiantamat-tomuuden symbolina. Höglund, itse pohjalainen ja tiiviisti Ahvenanmaahan liittyvä, ku-vailee projektia kunnianosoituksena naisten vahvuudelle ja sinnikkyydelle. Näyttelijä Emma Klingenberg, yhdessä muusikoiden Aili Järvelän, Ulriikka Heikinheimon ja Senni Valtosen kanssa, tuo Katrinan sydäntäsärkevän tarinan esiin laulun ja näyttelemisen keinoin.

### Kauan odotettu yhteistyö

Hanke on kolmen teatterin pitkäaikaisten yhteistyösuunnitelmien tulos. ”Tällainen yhteis-työ ei ainoastaan pidennä esityksen elinkaarta, vaan rikastuttaa myös teatterin kenttää tiedon ja näkökulmien vaihdon kautta”, sanoo Wasa Teatterin johtaja Ann-Luise Bertell.

Esitys tekstitetään sekä suomeksi että ruotsiksi, mikä tekee siitä laa-

jalle yleisölle saavutet-tavan. Yhteensä 18 esitystä on suunniteltu, ja matka alkaa Wasa Teaterista ennen kuin se jatkuu Åbo Svenska Teaterin ja Helsingin Lilla Teaterniin.

### Kulttuurinen kohokohta

Se, että ”Katrina” herää uudelleen henkiin musikaalina, on kulttuuritapahtuma, joka yhdistää menneisyyden ja nykyisyyden. Sally Salmisen kertomus Katrinasta koskettaa meitä edelleen rakkauden, taistelun ja itsekunnioituksen teemoillaan. Musiikin ja näyttämötaiteen kautta yhä useammat pääsevät osaksi tätä koskettavaa tarinaa, joka nyt inspi-roi uusia sukupolvia.

Ensi-ilta Wasa Teaterissa 14. tammikuuta 2025 lupaa unohtumattoman elämyksen. On aika juhlistaa Sally Salmisen perintöä ja toivottaa Katrina tervetulleeksi takaisin näyttämölle, sinne minne hän kuuluu.

Tässä voit lukea Katri-na-kirjan ensimmäiset 40 kiehtovaa sivua (ruotsiksi): <https://www.google.fi/books/edition/Katrina/pqWjDwAAQ-BAJ?hl=sv&gbpv=1&pg=PT3&printsec=frontcover>

**TABLETILLA TÄTÄ LEHTEÄ VOIDAAN  
LUKEA MISSÄ TAHANSA:**



Kuten tässä Tampereella

**\* SANOMALEHTI**

**Uusi suomenkielinen sanomalehti Vaasan seudulle: "Vaasa Pohjanmaa" aloittaa helmikuussa**

Vaasan seutu saa uuden suomenkielisen sanomalehden, kun Vaasa Pohjanmaa -lehti aloittaa toimintansa helmikuussa. Lehti tarjoaa kattavan katsauksen alueen tärkeimpiin uutisiin, politiikkaan, kulttuuriin, urheiluun ja talouteen.



Päätoimittaja Peter Stolpe

Lehden pääasiallinen julkaisukanava on verkko, ja se rahoitetaan tilauksilla sekä ilmoitusmyynnillä. Paperiversio ilmestyy neljä kertaa vuodessa ja jaetaan ilmaiseksi 30 000 kappaleen painoksena Vaasassa ja ympäristökunnissa. Paperilehti toimii näyteikkunana verkkolehden sisällölle.

Vaasa Insider -organisaatio, lehden takana oleva taho, on aloittanut rekrytointiprosessin uuden henkilöstön palkkaamiseksi. Yli 90 hakemusta on saatu kolmeen avoimeen työ-paikkaan. Hankkeen rahoitus on turvattu omalla rahoituksella ja lisälainalla, ja paikalliset

toimijat ovat osoittaneet kiinnostusta mahdolliseen lisärahoitukseen, kertoo toimitus-johtaja ja päätoimittaja Peter Stolpe.

Uuden lehden nimeksi on valittu Vaasa Pohjanmaa, joka viestii alueen keskeisyydestä. Verkko-uutisia aiotaan toimittaa 5-7 päivänä viikossa.

**He, jotka tietävät hiukan enemmän ovat He, jotka lukevat Vaasan Päivälehteä**

**\* RAIPPALUODON SILTA**

**Värikäs valoshow Replot Bridgellä juhlistaa uutta vuotta**

**Uudenvuodenaatto 2024 tarjoaa upean kokemuksen, kun Raippaluodon silta valaistaan värikkäällä valoshow'lla. Mustasaaren kunta on juhlan takana ja toivottaa kaikki tervetulleiksi osallistumaan tähän ainutlaatuiseen tapaan juhlistaa uutta vuotta.**

Kymmenen minuutin valoshow järjestetään useaan otteeseen illan aikana: klo 18, 19, 20, 22 ja keskiyöllä klo 00. Esitys lupaa juhlatunnelmaa koko perheelle ja tarjoaa mahdollisuuden nauttia Replot-sillan kauniista silueteista aivan uudessa valossa. Ota perhe, ystävät ja lämpimät vaatteet mukaan ikimuistosiin uudenvuodenaaton juhliin kimaltelevan taitaavan alla Raippaluodon sillalla. Lämpimästi tervetuloa juhlistamaan uutta vuotta tervehtii Mustasaaren kunta.

**\* NÄYTTELY**

**Kuulentoista kertova valokuvanäyttely avautuu Terranovassa**



Pohjanmaan museon Terranova avaa ovensa uudelle valokuvanäyttelylle Apollo 12 & 13, joka jatkaa aikaisemmin esillä ollutta Man on the Moon 55 -näyttelyä. Uusi näyttely on avoinna yleisölle 18.12.2024 alkaen aina helmikuun puoliväliin asti.

Näyttely tarjoaa syväasukelluksen Apollo-ohjelman vaiheisiin ennen historiallista Apollo 11 -kuulentoa ja paneutuu erityisesti Apollo 12- ja Apollo 13 -lentojen dramaattisiin ta-pahtumiin.

**Apollo 12 ja 13: dramaattiset lennot**

Apollo 12 -lento oli täynnä jännitystä, kun kaksi salamaiskua lähes keskeytti matkan. Miehitys kuitenkin onnistui tehtävässään laskeutua tarkasti Kuuhun, Myrskyjen valta-meren alueelle. Lentoa kuvasi tunnusmerkki, jossa esiintyy amerikkalainen purjealus. Aluksen symboliikka viittasi purjelaivojen aikakauden ja avaruuslentojen väliseen yhteyteen sekä ihmiskunnan etenemiseen uusille rajoille.

Apollo 13 tunnetaan legendaarisena lennosta, joka ei koskaan päässyt määränpäähensä. Huoltomodulin happisäiliön räjähdys keskeytti lennon Kuuhun, mutta miehistö selvisi hengissä taitavan kriisinhallinnan ja yhteistyön ansiosta. Lennolla käytetty tunnus, kreikkalaisen mytologian auringonjumala Apollo, symboloi tieteen ja tiedon valoa, jota avaruustutkimus tuo ihmiskunnalle.

**Näyttely vie aikamatkalle Apollo-ohjelmaan**

Näyttelyssä esillä olevat valokuvat ja tarinat avaavat ovia avaruusmatkailun historiaan ja ihmiskunnan pyrkimykseen ylittää rajansa. Valokuvien kautta kävijät pääsevät tutustu-maan esimerkiksi Apollo 8 -lennolla ikuistettuun legendaariseen kuvaan, jossa Maa nou-see Kuun horisontin yläpuolelle. Kuva otettiin jouluaattona 1968 ja on yksi avaruusvalo-kuvauksen ikonisimmista teoksista.

Näyttelyn ovat tuottaneet yhteistyössä VB-valokuvakeskus sekä Vaasan museot/Pohjanmaan museo. Tämä näyttely tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden kokea Apollo-lentojen henki ja historia visuaalisen taiteen kautta. Terranova odottaa kävijöitä tutustumaan näihin ainut-laatuisiin tarinoihin ja kuviin, jotka kertovat ihmiskunnan suurimmista seikkailuista.

Lähde: STTinfo/Vaasan kaupunki

Kuva: Apollo 12:n astronautti Alan Bean laskeutuu LM Intrepidin tikkaita. NA-SA/GSFC/ Arizonan osavaltion yliopisto Public Domain

\* MUSEOT

## Tänään Vaasan museoissa ilmaispäivä



**Vaasan museot tarjoavat tänään kaupunkilaisille ja vierailijoille ainutlaatuisen joululahjan: ilmaisen sisäänkäynnin kaikkiin näyttelyihin. Tänä sunnuntaina voimassa oleva eri-koistarjous tuo kulttuurin lähelle kaikille kiinnostuneille.**

Museoiden näyttelytarjonta on laaja ja houkutteleva. Kuntsin modernin taiteen museossa voi tutustua Meta Isäus-Berliniin näyttelyyn Filosofi, Tikanojan taidekodissa on esillä Eero Järnefeltin mestariteoksia, ja Pohjanmaan museossa kävijöitä odottavat näyttelyt Pohjoistuulen metsä sekä pysyvät kokoelmat, kuten Terranova ja Aarteita meiltä ja merten takaa.

### Joulun ajan erikoisohjelmaa ja aukioloajat

Vaasan museot tarjoavat myös musiikkielämyksiä. Tikanojan taidekodissa järjestetään Vuodenlopun musiikkisaloni -konsertteja joulun välipäivinä 27.–28.12. Konserttisarjan esiintyjät, viulisti Maano Männi ja harpisti Lily-Marlene Puusepp, vievät kuulijat 1900-luvun alun tunnelmiin musiikilla, joka täydentää näyttelyn taidetta. Liput konsertteihin ovat myynnissä osoitteessa Netticket.fi, ja Museokortilla saa 20 % alennuksen.

Museokaupat tarjoavat mahdollisuuden löytää uniikkeja lahjoja, kuten paikallishistoriaan liittyviä tuotteita, suomalaista designia ja käsityötä. Aineettomien lahjojen ystäville suositellaan Museokorttia tai lahjakortteja, jotka takaavat pääsyn kulttuurielämyksiin vuoden ympäri.

Museot ovat tänään avoinna normaalien aukioloaikojen mukaisesti, mutta joulun pyhinä 23.–26.12. museot ovat kiinni. Vuoden vaihtumisen jälkeen Pohjanmaan museo on avoinna sunnuntaisin, kun taas Kuntsin modernin taiteen museo ja Tikanojan taidekoti pysyvät sunnuntaisin suljettuina.

Nyt on täydellinen hetki tutustua Vaasan museoiden monipuoliseen tarjontaan ja kokea kulttuurin iloa ilman kustannuksia!

Lähde: STTinfo/Vaasan kaupunki

\* HYVINVOINTIALUE

## Korotetut asiakasmaksut Pohjanmaan hyvinvointialueella 1.1. 2025 alkaen

**Asiakasmaksuja korotetaan Pohjanmaan**

## Viikon taide-elämys:



### Hjalmar Munsterhjelm

19.10.1840, Toivoniemi, Tuulos

2.4.1905, Helsinki

Hämäläistalo talvella, 1866

## hyvinvointialueella 1.1.2025 alkaen maakuntahallituksen 16. joulukuuta tekemän päätöksen mukaisesti.

Korotukset perustuvat kansalliseen asiakasmaksuasetukseen ja noudattavat kansallisella tasolla vahvistettuja ohjeita.

Hyvinvointialue väittää että korotukset ovat mahdollisimman alhaisia. Eivät ne ole. Ei lainkaan. Jotkut korotukset ovat monikymmenprosenttisia.

Perusterveydenhuollon lääkärikäynti maksaa 28,20 euroa ja erikoislääkärikäynti 66,70 euroa. Hoitajan ja hoitajan vastaanotot säilyvät kuitenkin maksuttomina. Saapumatta jättämisestä, peruuttamattomista tapaamisista peritään kuitenkin 56,70 euron no-show-maksu.

”Asiakasmaksut ovat osa hyvinvointialueen palvelujen rahoitusta. Jos maksut laskettaisiin alle kansallisesti määritellyn tason, se olisi katettava muilla keinoilla, maakuntajohtaja Marina Kinnunen kertoo.

Sosiaalipalvelut saavat kevyempiä korotuksia Sosiaalipalveluissa,



kuten koti- ja asumispalveluissa tai vammaispalveluissa, hyvinvointialueella on enemmän joustavuutta hinnoittelussa. Näiden palvelujen maksuja korotetaan vain yhdellä prosentilla taloudellisesti heikossa asemassa olevien ryhmien suojelemiseksi.

”Monet näitä palveluja käyttävät ihmiset ovat haavoittuvassa asemassa ja heillä on rajalliset taloudelliset resurssit. Siksi päätimme pitää korotukset mahdollisimman alhaisina”, Kinnunen sanoo.

Vähävaraisilla asiakkailta on mahdollisuus hakea maksuhelpotuksia, mikä helpottaa niitä, joihin muutokset vaikuttavat eniten.

Uudet maksut tulevat voimaan vuodenvaihteessa ja koskevat koko hyvinvointialuetta.

**\* RAIPPALUODON SILTA****Ota valokuva Raippaluodon sillasta ja syö hyvin hyvin Berny'sissä**

**Onko sinulla silmää valokuvaukselle ja rakkautta kauniisiin näkyimiin? Mustasaaren kunta kutsuu kaikki harrastajista ammattilaisiin osallistumaan inspiroivaan valokuva-kilpailuun, jonka teemana on Raippaluodon silta.**

Kilpailu kannustaa osallistujia tutkimaan uusia ja odottamattomia näkökulmia ikoniseen siltaan. Ole luova, leiki kullilla ja valolla! Kilpailuun lähetetyt työt arvioi ansioituneista valokuvaajista koostuva asiantuntijaraati, ja kolme parasta kuvaa palkitaan 50 euron lahjakortilla Berny's-ravintolaan.

Erikoisvalaistus ainutlaatuisiin kuviin

Raippaluodon silta tulee olemaan erityisen näyttävä kilpailuaikana. Itsenäisyyspäivänä (6. joulukuuta), uudenvuodenaattona (31. joulukuuta, erityisellä valoesityksellä) ja ystävänpäivänä (14. helmikuuta) silta on erityisesti valaistu, mikä antaa osallistujille mahdollisuuden vangita maagisia hetkiä.

Käytännön tietoa

Kilpailu on käynnissä 5. joulukuuta 2024–16. helmikuuta 2025. Tarkemmat osallistumismisohjeet löytyvät Mustasaaren kunnan verkkosivuilta.

**\* NOPEUSVALVONTA****Uudet nopeusvalvontakamerat valvovat liikennettä Vaasanpuistikolla**

**Vaasanpuistikolla otetaan käyttöön uudet poliisin nopeusvalvontakamerat, jotka asennetaan rannan puoleiseen päätyyn ravintolalaiva Faroksen kohdalla**

Kamerat sijoitetaan molemmiin puolin tietä, ja niiden tarkoituksena on parantaa liikenneturvallisuutta vilkkaasti liikennöidyllä alueella.

Nopeusvalvontakameroiden asennukset ovat osa laajempaa hanketta, jossa pyritään vähentämään ylinopeuksia ja ennaltaehkäisemään onnettomuuksia kaupungin keskeisillä reiteillä. Poliisin mukaan Vaasanpuistikolla on ajoittain havaittu liian suuria ajo-nopeuksia, mikä on johtanut tarpeeseen tehostaa valvontaa.

Kamerat ovat toiminnassa heti asennuksen valmistuttua, ja ne tarkkailevat sekä ajoneuvoja että mahdollisia liikennesääntörikkomuksia. Paikan valintaan vaikutti alueen keskeinen sijainti ja vilkas liikenne, joka sisältää niin työmatkalaisia kuin vapaa-ajan liikkujia.

Poliisi muistuttaa kuljettajia noudattamaan nopeusrajoituksia ja liikennesääntöjä, erityisesti kaupunkialueilla, joissa liikenteen turvallisuus on kaikkien yhteinen vastuu. "Kameroiden tarkoitus ei ole rangaista, vaan varmistaa, että kaikki liikenteessä olevat pääsevät turvallisesti perille," poliisista kommentoidaan.

Kaupungin asukkaat ja autoilijat voivat jatkossa odottaa Vaasanpuistikolla entistä turvallisempaa liikenneympäristöä uusien nopeusvalvontakameroiden myötä.

(Lähde: STTinfo, lehdistötiedote)

**\* KOULUT****Koululuokat matkustavat maksutta kulttuurikohteisiin Vaasassa vuonna 2025**

**Vaasassa perusopetuksen oppilaat saavat vuonna 2025 mahdollisuuden matkustaa koulupäivän aikana maksutta bussilla kulttuuri- ja liikuntakohteisiin.**

Uuden kokeilun tarkoituksena on edistää lasten ja nuorten osallisuutta sekä tehdä joukkoliikenteestä entistä lapsiystävällisempiä.

Maksuttomia bussikyytejä voivat käyttää koululuokat opettajan johdolla esimerkiksi vierailuihin museoissa, kirjastoissa, konserteissa tai liikuntapaikoilla. Hanke helpottaa erityisesti niiden koulujen tilannetta, jotka sijaitsevat kauempana kaupungin keskustasta.

Tukea monipuoliselle oppimiselle

Variskan yhtenäiskoulun rehtori Päivi Kaarniemi on tyytyväinen uuteen mahdollisuuteen.

Tämä tuo kulttuuri- ja liikuntatarjonnan lähemmäksi meitä. Olemme tähän asti joutuneet pohtimaan tarkkaan, mihin siirtymisiin rahat riittävät. Nyt voimme nopeallakin aikataululla hyödyntää entistä enemmän museoita, näyttelyitä, musiikkitapahtumia ja liikuntapaikkoja, Kaarniemi kertoo.

Hänen mukaansa uusi kokeilu tarjoaa oppilaille mahdollisuuden saada laajempaa ja syvempää oppimista eri oppiaineissa. Esimerkiksi vierailut museoihin voivat rikastuttaa historian tai kuvataiteen oppi-

tunteja, kun taas konsertit ja teatteriesitykset avaavat uusia näkökulmia kulttuurikasvatukseen.

Osana kestävästä kehityksen strategiaa

Vaasan kaupunki tuo kokeilun lisäävän koululaisten kiinnostusta joukkoliikenteen käyttöön ja pienentävän yksityisautoilun tarvetta koulupäivän aikana. Kokeilu on osa laajempaa kestävästä kehityksen strategiaa, jolla pyritään tekemään kaupungin liikennejärjestelmästä ympäristöystävällisempiä.

Kokeilun tuloksia seurataan vuoden aikana, ja niiden perusteella päätetään, jatketaanko maksuttomia bussikyytejä myös tulevaisuudessa.

(Lähde: STTInfo/Vaasa)

**\* ALMA****Vaasan kansalaisopisto Almannan kevätlukukausi käynnistyy tammikuussa**

**Vaasan kansalaisopisto Alma avaa kevätlukukautensa 7. tammikuuta 2025.**

Tarjolla on noin 200 kurssia, ja myös osalle syksyllä alkaneista koko vuoden kursseista on edelleen vapaita paikkoja.

Rehtori Sannasirku Autio kertoo kevään kurssitarjonnan olevan jälleen monipuolinen ja elävästi päivittyvä: "Kielten kurssivalikoimaa on laajennettu lisäämällä erityisesti suomen kielen kursseja, sillä kysyntä niille on kasvanut merkittävästi. Myös tanssin ja liikunnan kurssit ovat vuodenvaihteen jälkeen perinteisesti erittäin suosittuja."

Koko kevään kestävien kurssien ohella Alma tarjoaa runsaasti lyhytkursseja ja viikonlopputapahtumia. Erityisesti kädentaitojen lyhytkurssit houkuttelevat tutustumaan erilaisiin tekniikoihin ja materiaaleihin.

Lisäksi kevään aikana tullaan järjestämään useita yleisluentoja ja uusia kursseja, jotka täydentävät valikoimaa.

Ilmoittautuminen käynnissä Kurssitarjontaan ja aikatauluihin voi tutustua Alman verkkokaupassa osoitteessa uusi.opistopalvelut.fi/vaasa. Ilmoittautuminen on käynnissä niin verkossa, paikan päällä kuin puhelimitsekin.

Alman palvelupisteet toimivat osoitteissa:

- Raastuvankatu 31 (puh. 0400 868 110, ma-pe klo 8-16)

- Kirkkopuistikko 15 (puh. 040 6299 133, ma-to klo 10-14).

Kevätlukukauden 2025 kurssitarjonta kutsuu kaikkia oppimaan uutta, harrastamaan ja inspiroitumaan yhdessä muiden kanssa.

(Lähde: STTinfo, Vaasa, lehdistötiedote)

### \* JOULUKUUSET

**Tässä voi ostaa joulukuusia jouluaattoon asti**



**Vaasan asukkailla on tänä vuonna hyvät mahdollisuudet hankkia täydellinen joulukuusi läheltä.**

Joulukuusia myydään eri puolilla kaupunkia 12.-23. joulukuuta klo 9-21 ja jouluaattona 24. joulukuuta vielä aamupäivällä klo 9-12.

Kuusia voi ostaa seuraavilta myyntipaikoilta:

- Palosaaren tori
- Suvilahden tori
- Läntisen Pitkädun ja Torikadun risteuksen pysäköintialue
- Ratakadun py-

säköintialue kirjaston kohdalla

- Kaarlenkentän Rantamaantien puoleinen pysäköintialue

Kuusenmyynti tarjoaa oivan tilaisuuden tukea paikallisia yrittäjiä ja samalla varmistaa joulun tunnelman syntyminen aidolla, tuoksuvalla joulukuusella. Varaa kuusesi ajoissa ja tee joulustasi erityisen lämmin ja perinteikäs!

**He, jotka tietävät hiukan enemmän ovat He, jotka lukevat Waasan Päivälehteä**

### \* RAIPPALUODON SILTA

**Ota valokuva Raippaluodon sillasta ja syö hyvin hyvin Berny'sissä**



**Onko sinulla silmää valokuvaukselle ja rakkautta kausiin näkyihin? Mustasaaren kunta kutsuu kaikki harrastajista ammattilaisiin osallistumaan inspiroivaan valokuva-kilpailuun, jonka teemana on Raippaluodon silta.**

Kilpailu kannustaa osallistujia tutkimaan uusia ja odottamattomia näkökulmia ikoniseen siltaan. Ole luova, leiki kulmil-la ja valolla! Kilpailuun lähetetyt työt arvioi ansioituneista valokuvaajista koostuva asiantuntijajärjestö, ja kolme parasta kuvaa palkitaan 50 euron lahjakortilla Berny's-ravintolaan.

Erikoisvalaistus ainutlaatuisiin kuviin Raippaluodon silta tulee olemaan erityisen näyttävä kilpailuaikana. Itsenäisyyspäivänä (6. joulukuuta), uudenvuodenaattona (31. joulukuuta, erityisellä valoesityksellä) ja ys-tävänäpäivänä (14. helmikuuta) silta on erityisesti valaistu, mikä antaa osallistujille mahdollisuuden vangita maagisia hetkiä. Käytännön tietoa

Kilpailu on käynnissä 5. joulukuuta 2024-16. helmikuuta 2025. Tarkemmat osallistumisosuudet löytyvät Mustasaaren kunnan verkkosivuilta.

### \* TERVEYS

**Näillä keinoilla vietät terveen joulun**

**Hengitystieinfektiot ovat jälleen lisääntyneet Suomessa. Influenssaepidemia on käynnistynyt, koronatartunnat ovat lievässä nousussa, ja myös RSV-tapauksia sekä mykoplasma- ja hinkuuskä- tartuntoja esiintyy runsaasti.**

Joulun alla on tärkeää muistaa, kuinka hengitystieinfektioita voidaan torjua ja viettää terve joulun.

**Viisi vinkkiä tartuntojen vähentämiseen**

Ota suositellut rokotukset. Rokotukset tarjoavat parhaan suojan vakavia sairauksia vastaan. Sairasta kotona. Älä lähde kyläilemään sairaana, jotta vältät tartuntojen leviämisen.

Huolehdi hygieniasta. Pese kädet, käytä käsidesiä, ja yski tai aivasta hihaan.

Käytä maskia ja pidä etäisyyttä. Arvioi oma riskisi ja suojautumistarpeesi tilanteen mukaan. Huolehdi ilmanvaihdosta. Hyvä ilmanvaihto vähentää virusten leviämistä sisätiloissa.

"On erityisen tärkeää suojata riskiryhmiin kuuluvia ja iäkkäitä joulun aikaan välttämällä turhia tartuntoja. Pienillä teoilla voi olla suuri merkitys", muistuttaa THL:n ylilääkäri Leif Lakoma.

Infektioiden hoito ja toipuminen Hengitystieinfektion oireiden syy on harvoin selvitetävissä ilman laboratoriotutkimusta. Useimmiten oireenmukainen hoito ja lepo riittävät. Vakavampien oireiden tai yleisvoimien heikkenemisen yhteydessä on tärkeää hakeutua terveydenhuollon piiriin. Influenssan ja koronaviruksen hoitoon voidaan käyttää viruslääkkeitä lääkärin arvioinnin mukaan, kunhan hoito aloitetaan ajoissa. Bak-

teeri-infektioiden, kuten mykoplasman ja hinkuuskäin, kohdalla antibioottihoitoa harkitaan tarpeen mukaan, mutta useimmiten nämä infektiot paranevat itsestään.

Töihin, kouluun tai päiväkotiin voi palata, kun oireet ovat lieventyneet ja kuume on poissa. Jälkinuha tai -yskä ei estä arkeen palaamista.

Rokottautuminen yhä ajankohtaista Influenssarokotteen voi ottaa vielä epidemian aikana, sillä suoja muodostuu noin kahdessa viikossa. Rokottaminen on erityisen tärkeää riskiryhmille, joiden influenssarokotuskattavuus on jäämässä viime vuotta matalammaksi.

Koronarokotuskattavuus on hyvä riskiryhmien keskuudessa, ja erityisesti iäkkäät sekä raskaana olevat ovat hyötynneet rokotuksista. Lisäksi vastasyntyneitä ja alle 1-vuotiaita suositellaan suojattavaksi RSV-viruksen aiheuttamilta vakavilta infektioidelta.

Huolehtimalla rokotuksista, hygieniasta ja tartuntojen ehkäisystä voit suojata itsesi ja läheisesi sekä viettää terveemmän joulun.

Lähde: THL.fi

### \* JOULUMIELI

**Nimettömän hyväntekijän joululahja liikuttii: 50 000 euron vaatelahjoitus vähävaraisille lapsiperheille**

**Kokkolalaisen PaaPii Design Oy:n henkilöstö koki unohtamattoman hetken, kun heille soitti nimettömänä pysyttelevä hyväntekijä, joka halusi tehdä merkittävän joululahjan vähävaraisten perheiden hyväksi.**

Yksityishenkilö lahjoitti peräti 50 000 euroa kotimaisia lastenvaatteita, jotka toimitettiin Hope ry:n kautta perheille 18 paikkakunnalla ympäri Suomea.



\* MAANPUOLUSTUS

## Valtioneuvoston uusi puolustusselonteko linjaa Suomen roolia Natossa



Valtioneuvosto on 19. joulukuuta 2024 hyväksynyt puolustusministeri Antti Häkkinen esittelemän puolustusselonteen annettavaksi eduskunnalle.

Kyseessä on kolmas puolustusselonteko, mutta ensimmäinen Nato-jäsenyyden aikana laadittu linjaus, joka ulottuu aina 2030-luvulle saakka.

”Edessämme on vahvan varautumisen aikakausi. Vahvistamme Suomen puolustusta entisestään. Tämä kiteytyy neljään pilariin: kansallinen puolustuskyky, Naton pelote ja puolustus, puolustusyhteistyö sekä kokonaisuun puolustus,” totesi puolustusministeri Häkkinen selonteen julkistuksen yhteydessä.

Venäjän muodostama turvallisuusuhka korostuu Selonteen mukaan Venäjän siirtyminen entistä avoimempaan ja vaikeasti ennakoitavaan vastakkainasetteluun lännen kanssa luo pitkäkestoisen turvallisuusuhkan niin Euroopalle kuin Suomelle. Nato-jäsenyyden myötä Suomella on erityinen vastuu ulkorajavaltioase-mansa vuoksi. Suomen tulee sekä huolehtia omasta puolustuskyvystään osana liittokuntaa että varmistaa, että Naton pelote ja puolustus vastaavat muuttuvan uhkaympäristön vaatimuksiin.

### Uudistuksia puolustuskykyyn

”Vahvistamme Suomen kykyä vastata laaja-alaiseen vaikuttamiseen, pitkäkestoiseen soti-laalliseen painostamiseen ja vuosia kestäväan laajamittaiseen sodankäyntiin,” Häkkinen sanoi. Maapuolustusta uudistetaan, ja ilmavoimien sekä merivoimien suurhankkeet vie-dään loppuun. Samalla luodaan edellytykset Naton yhteisen puolustuksen toimeenpanolle Suomessa. Selonteko korostaa, että asevelvollisuus, laaja reservi ja korkea maanpuolustus-tustahto pysyvät Suomen puolustuksen kulmakivinä.

Kokonaisuun puolustuksen periaatteen mukaisesti puolustus nojaa vahvaan yhteiskunnan tukeen. ”Suomi säilyttää ja kehittää omaa puolustuskykyään kaikissa tilanteissa. Se on kaiken ydin, ja siitä emme tingi,” Häkkinen painotti.

### Nato-jäsenyyden vaikutus korostuu

Selonteen mukaan Nato-jäsenyys on vahvistanut Suomen turvallisuutta tarjoamalla koko liittokunnan sotilaallisen tuen, viime kädessä ydinpelotteen. Suomen puolustus on erotta-maton osa Naton yhteistä puolustusta. Suomi suunnittelee, harjoittelee ja varautuu puolustautumaan liittolaistensa kanssa.

Puolustusselonteko toimii strategisena asiakirjana, joka ohjaa Suomen turvallisuus- ja puolustuspoliittikka tulevina vuosikymmeninä. Se alleviivaa Suomen sitoutumista sekä kansallisen puolustuksen vahvistamiseen että liittolaisvastuusiin Natossa.

Lähde: <https://www.defmin.fi/>

\* VENÄJÄ

## Putin ehdottaa ”mielenkiintoista kokeilua”

Hän ei ole huolissaan siitä, että ukrainalaisia kuolee tämän kaksintaistelun takia. Ei vaikka joulukuu on tulossa. On ”mielenkiintoista” tappaa Kiovan asukkaita. ”Uskon että siitä on hyötyä”.

Putinin lausunto lehdistötilaisuudessa torstaina:

”Jos länsimaiset asiantuntijat, kuten sanoit, tarjoavat meille ja antavat heidän tarjota niille lännessä ja Yhdysvalloissa, jotka maksavat heille analyysistään, jonkinlaisen teknologisen kokeen suorittamiseksi, esimerkiksi 21. vuosisadan korkean teknologian kaksintaistelu. Anna heidän tunnistaa jokin tuhon kohde, esimerkiksi Kiova, keskittää kaikki ilmapuolustus- ja ohjuspuolustusvoimansa sinne, ja me isemme sinne Oreshnikin kanssa ja katsomme, mitä tapahtuu.

Olemme valmiita tällaiseen kokeiluun. Onko toinen puoli valmis? Emme ainakaan sulje sitä pois. Uskon, että kaikki ohjuspuolustus- ja ilmansuojelujärjestelmät ovat edelleen toiminnassa.

Se on meille mielenkiintoista. Kerroin teille sen, mitä insinöörit, tiedemiehet ja sotilasasiantuntijat kertovat minulle. Valtioiden poliittisen johtajuuden tasolla he sanovat myös jotain.

Tehdään tällainen kokeilu, tällainen teknologinen kaksintaistelu ja katsotaan mitä tapahtuu. Mielenkiintoinen. Uskon, että siitä on hyötyä sekä meille että amerikkalaisille”, Venäjän presidentti sanoi.

\* VENÄJÄ

## Asuntolainojen korot voivat nousta ensi vuonna 50 prosenttiin – Venäjällä

Venäjällä asuntovelallisten tulevaisuus on epävarma ja korot nousevat jyrkästi.

Sen jälkeen kun keskuspankki nosti ohjauksen 25.10.2024 19 prosentista 21

prosenttiin, asuntolainojen korot ovat nousseet jo yli 25 prosenttiin. Asiantuntijoiden mukaan tilanne voi pahentua entisestään tulevina vuosina.

Joulukuun 20. päivän kokouksessaan keskuspankin odotetaan nostavan ohjaukorkoa edelleen, todennäköisesti 22-23 prosenttiin, Venäjän federaation hallituksen alaisen valtiovarainliiton apulaisprofessorin Igor Balyinin mukaan. Balyinin arvioi, että tämä nostaisi asuntolainojen korot 28-30 prosenttiin jo vuoden lopussa.



### Äärimmäisten korkojen mahdollisuus

Neomarketsin pääanalyytikko Oleg Kalmanovich varoittaa kuitenkin, että asuntolainojen korot voivat nousta jopa 50 prosenttiin vuonna 2025, jos Venäjän talous kärsii syvemmästä kriisistä. Tämä skenaario muuttaisi miljoonien kotitalouksien taloudellisen todellisuuden Venäjällä ja aiheuttaisi laajoja taloudellisia vaikeuksia.

### Ristiriitaisia signaaleja hallitukselta

Samaan aikaan Venäjän hallitus vakuuttaa, että inflaatio on hallinnassa ja on noin 8 prosenttia, ja ennusteiden mukaan se laskee 4 prosenttiin ensi vuonna. Tämä optimistinen kuva on jyrkässä ristiriidassa dramaattisten koronnostojen ja asiantuntijoiden ennusteiden kanssa, mikä herättää kysymyksiä maan taloudellisesta vakauudesta ja avoimuudesta.

### Elämä 50 prosentin korolla – mahdollon yhtälö

Asuntolainojen 50 prosentin korkoa on vaikea ymmärtää. Se merkitsisi valtavia kustannuksia lainanottajille ja saattaisi johtaa maksuongelmien aaltoon ja ulosmittaukseen. Venäjän talouden tulevaisuus on epävarma, ja nähtäväksi jää, miten kotitaloudet selviävät tästä paineesta.

Nyt näyttää selvältä, että Venäjällä on edessään merkittäviä taloudellisia haasteita ja että keskuspankin päätöksen vaikutukset tuntuvat

sekä yksilöissä että koko yhteiskunnassa.

\* YLEISÖLTÄ

## Kiitos Jurvan yrittäjille!

Eteläpohjanmaan hyvinvointialue teki päätöksen, joka sai monet sydämet murtumaan – säästötoimenpiteenä Jurvan vanhainkotien asukkaille tarjottaisiin jouluateriana nakkikeittoa.

Ajatus siitä, että rakkaiden vanhustemme joulupöytä täyttyisi niin vaatimattomilla herkuilla, herätti monen mielessä kysymyksen: entä heidän arvonsa, heidän kunnioituksensa?

Onneksi Jurvassa ei jäänyt katsomaan syrjästä, vaan paikalliset yrittäjät tarttuivat toimeen ja päättivät tehdä jotakin sydäntä lämmittävää.

Yhteistyössä hoitajien kanssa he loivat vanhainkotien asukkaille jouluaaterian, joka on täynnä rakkautta ja perinteitä – herkullisia laatikoita, joulutorttuja ja kaikkea sitä, mikä tuo joulun tunteen sydämeen. Kaikki tämä ei vain täytä vatsaa, vaan myös lämmittää mieltä ja tuo hymyjä vanhusten kasvoille.

Tämä ele on todellinen osoitus lähimmäisenrakkaudesta ja kunnioituksesta. Yrittäjät eivät vain anna ruokaa, he tuovat joulun tunnelman ja muistuttavat meitä siitä, kuinka tärkeää on nähdä toisiamme- erityisesti niitä, jotka elämän illassa kaipaavat erityistä huomiota ja rakkautta.

Kiitos yrittäjät, kiitos hoitajat – teidän teot ovat enemmän kuin pelkkää ruokaa ja jouluhenkeä. Te olette muistutus siitä, että jokaisella ihmisellä on arvo ja että yhteisö voi tehdä suuria asioita, kun se yhdessä päätetään huolehtia toisistamme.

Suomen Yrittäjien Uutiskirje kertoi tästä.

Hyvää joulua kaikille!  
M.B.

# TAPAHTUMAT



## TIKANOJA:

### UUDEEN TAIDETAHTUMAT VAASASSA

Eero Järnefeltin näyttely avautui 23.11.2024

## ATENEUM

### Gothic Modern - pimeydestä valoon

4. lokakuuta 2024–26. tammikuuta 2025.

Keskiajan ja renessanssin taide tarjosi 20-luvun taiteilijoille emotionaalista materiaalia ja tapoja käsitellä ihmisen perustunteita sekä syntymää, kuolemaa, kärsimystä ja seksuaalisuutta. Näyttelyn taiteilijoita ovat Arnold Böcklin, Lucas Cranach vanhempi, Akseli Gallen-Kallela, Vincent van Gogh, Theodor Kittelsen, Käthe Kollwitz, Edvard Munch, Hugo Simberg, Helene Schjerfbeck, Marianne Stokes ja Gustave Van de Woestyne.

Ateneumissa ensiesitelynsä jälkeen näyttely matkustaa Norjan kansallismuseoon ja Wienin ALBERTINA-museoon, jossa sen kuratoivat Vibeke Waallann Hansen ja Cynthia Osiecki (kuraattorit, kansallismuseo, Norja) ja Ralph Gleis (johtaja, Alte Nationalgalerie).

Näyttelyä täydennetään kattavalla näyttelyluettelolla

### Ooppera ja baletti, Helsinki

Leevi Madetojan oop-

pera Pohjalaiset  
22.11.2024 – 4.1.2025  
<https://oopperabaletti.fi/>

## SUNDOMIN KIRKKO

Kauneimmat joululaulut

ke 18.12. klo 18.00

Canticum Maris Ensemble, Tarja Viitanen, pastori Oula Vornanen

Kolehti Suomen Lähetyseuralle.

Vaasan Suomalainen Seurakunta

## VASA SÅNGARGILLE Joulukonsertti

Vaasan kirkossa  
Perjantai 20.12 klo 20.00 ja lauantai 21.12 klo 18.00

Rakkaimmat joululaulumme ja kolme uutta sovitusta Mikael Svarvarin moderneista joululauluista. Vieraileva taiteilija on tähtiteno-ri Markus Nykänen. Konsertissa on mukana myös urkuri Jimi Järvinen.

## 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

## PALOSAAREN KIRKKO

Loistava joulu Joulukonsertti

la 21.12. klo 18.00

Jonna Pirttijoen (haitari ja laulu) ja Aleks 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

## LUX HELSINKI

### 8.–12.1.2025

Suomen loistavin valofestivaali, Lux Helsinki, on vuosittain järjestettävä valofestivaali, joka levittäytyy ympäri Helsinkiä tammikuun alussa loppiaisen tienoilla.



Tapahtuma esittelee monipuolisesti valotaiteen eri muotoja. Tuomiokirkko on yleensä aivan erityinen nähtävyys festivaalilla. Eli jos tammikuun alussa olet menossa Helsinkiin, niin käy katsomassa.

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



## VAASAN KAUPUNGINTEATTERI

Tosca-ooppera  
Ensi-ilta 12.1.2025

<https://www.vaasa.fi/koe-ja-nae/kulttuurivaasassa-ja-seudulla/vaasan-kaupunginteatteri/tosca/>

atteri/tosca/

## TIETEIDEN YÖ

### 9.1.2025 Helsingissä

Tieteiden yö on tieteen oma kaupunkitapahtuma Helsingissä. Vuosittain tammikuussa järjestettävää tapahtumaa vietetään seuraavan kerran torstaina 9.1.2025. Kirjava ohjelmanjärjestäjien joukko takaa sen, että illan ja yön aikana päästään nauttimaan niin mukana olosta avoimista luennoista kuin oivaltamisesta itse tekemällä. Kaikkiin Tieteiden yön tapahtumiin on vapaa pääsy!

Meillä on kesäisin Tieteiden yö Vaasassa. Milloin me saamme Tieteiden yön talvella? <https://www.tieteidenyo.fi/>

## MEDIAKIELI (ruotsiksi)

### 2025: Seminaari

Vaasa 22.–23. tammikuuta 2025.

Mediespråk 2025 -tapahtuman järjestävät Ruotsalainen lehdistöpalvelu ja Åbo Akademin elinikäisen oppimisen keskus.

Hufvudstadsbladet Ab:n, HSS Median, ÅU Median, Ruotsin julkisten koulujen ystävien, Åbo Akademin säätiön, Ruotsin kulttuurirahaston, Harry Schaumanin säätiön ja Konstsfundamentin kanssa.

Mediespråkin kielijohdajat ovat Jennie Storgård, Minna Levälähti ja Leni Sundman Ruotsalaisessa lehdistöpalvelusta (SPT).

Tammikuussa 2024 seminaari järjestettiin Helsingin Hanasaressa.

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

## KOKOLAN TALVIHARMONIKKA 2025

Karleby vinteraccordeon

8.–15.2.2025

Kokkolan Talviharmoinikka on vuonna 1998 aloittanut musiikkifestivaali Kokkolassa

## ILMAJOEN MUSIIKKIFESTIVAALI

”Isoviha” 1713-1721”

6.-15.6.2025

”Tämä voimakas ja ajan-kohtainen ooppera tuo vihan vuodet ja esi-isiemme kohtalot takaisin Kyrönjoen rannoille. Big Wrath on järkyttävä ja ravitseva tarina perhesiteistä, äidinrakkautta, sinnikkyydestä ja yhteistyön voimasta tietyn ajan kuluessa, kun Venäjän julma hyökkäyssota Suomea vastaan poltti Pohjanmaan mustaksi maaksi.”

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

## KORSHOLMAN MUSIIKKIJUHLAT

23.7.–30.7.2025

”Korsholman Musiikkijuhlat 2024 ja Tove Teuvalla -ooppera ovat ohi ja syksy lähestyy.

Nyt työskentelemme jo kesän 2025 Musiikkijuhlien parissa. Haluamme kuitenkin palata vielä heinä-elokuun lämpimiin päiviin ja festivaalitunnelmiin.”

Korsholman Musiikkijuhlat järjestetään ensi vuonna 23.–30.7.2025.

<https://korsholmmusicfestival.fi/>

## WASA FUTURE -FESTIVAALI

11.-16.8.2025

Wasa Future Festival 2026 järjestetään 11.–16. elokuuta. Tapahtuma kokoaa osavia ja motivoituneita henkilöitä elinkeinoelämästä, yliopistoista, alueellisista päätöksentekokolmista ja ministerikunnasta keskittymään ongelmien ratkaisemiseen Vaasassa ja eri puolilla Suomea.

# JOULU

## Nykyaikainen versio jouluevankeliumista



Oli joulukuinen ilta. Kaupungin kadut kimaltelivat keinovaloilla ja joulukoris-teilla. Ihmiset kiiruhtivat edestakaisin paketit käsissään, kun taas autojen jarruvalot muodostivat punaisen joen teille.

Mary istui keittiön pöydän ääressä pienessä asunnossa, jonka hän jakoi Josephin kanssa. Hän hyväili kasvavaa vatsaansa ja katsoi ulos ikkunasta, jossa lunta alkoi sataa raskaina hiutaleina. Josef tuli ovesta sisään hengitys kurkussaan. Hän oli ollut ulkona koko päivän etsimässä paikkaa lähempänä sairaalaa, jossa he voisivat nukkua, kun aika tuli.

”Maria, olen kokeillut kaikkea”, hän sanoi ja otti hatun pois. ”Olen soitellut ympäriinsä ja puhunut kaikkien tuntemieni ihmisten kanssa. Hotellit ovat täyteen varattuja, ja asuntojen vuokraajat haluavat hullun määrän rahaa.

Maria hymyili hänelle rauhallisesti huolestuneesta ilmeestä huolimatta. ”Se onnistuu, Josef. Niin käy aina. Olemme yhdessä, ja se on tärkeintä.

Josef istuutui häntä vastapäätä, silitti kädellä hänen päätänsä ja huokaisi. ”Tiedän, mutta haluan, että sinulla ja vauvalla on hauskaa. Se ei ole mikä tahansa yö, joka odottaa.

Juuri silloin Marian puhelimesta kuului

piippaus. Hän luki viestin ja alkoi nauraa. ”Mikä se on? Josef ihmetteli. ”Se on vanha ystäväni”, Maria sanoi. ”Hänellä on varasto, joka on tällä hetkellä tyhjä. Se ei ole paljon, mutta hän sanoo, että voimme lainata sitä tarvittaessa.

”Varastohuone? Josef näytti epäilevältä. ”Onko siellä edes lämmintä?

”Hän kirjoitti, että siellä on tuulettimen lämmitin ja peitot”, Maria sanoi. ”Se on parempi kuin ei mitään, eikö olekin?

Josef epäröi, mutta hän näki päättävävyyden hänen silmissään. -Kaikki hyvin. Minä pakkaan auton”, hän sanoi lopulta. ”Me menemme sinne.”

He ajoivat kaupungin läpi, joka oli nyt hiljainen valkoisen lumipeitteen alla. Varasto oli laitamilla, vanhan varaston takana. Se oli yksinkertaisesti kalustettu, vain yksi patja lattialla ja muutama laatikko pinottu seinille. Mutta se oli lämmin ja suojassa säältä.

Maria vajosi patjalle helpotuksen huokauksella. ”Tästä tulee täydellinen”, hän sanoi.

Yö putosi ja tähdet syttyivät taivaalle. Josef istui Marian vieressä ja piteli häntä kädestä, kun tämä yhtäkkiä tarttui hänen käsivarteensa.

”On aika, Josef. Tunnen sen.

Josefin kasvot muuttuivat kalpeiksi, mutta hän nousi nopeasti ylös. Hän ei ollut tehnyt mitään tällaista aiemmin, mutta Maria pysyi rauhallisena ja opasti hänet sen läpi. Muutaman tunnin kuluttua pieni varastohuone täyttyi uudesta äänestä - vauvan ensimmäisestä huudosta.

Maria piteli vauvaa sylissään ja hymyili väsymyksestä huolimatta. Josef katsoi heitä

kyyneleet silmissään.

”Hän on täällä”, Maria sanoi hiljaa. ”Meidän poikamme.

Yhtäkkiä he kuulivat askeleita oven ulkopuolelta. Josef avasi oven varovasti, ja häntä vastassa oli kolme miestä, jotka seisovivat siinä paketit käsissään. He näyttivät odottamattomilta - yhdellä heistä oli puku, toisella oranssi takki kuriiryitykseltä ja kolmas näytti pitkän matkan matkustajalta, jolla oli kulunut reppu.

”Anteeksi, että häiritsemme meitä”, sanoi pukuun pukeutunut mies. ”Mutta näimme valon ikkunasta ja kuulumme tilanteestasi. Halusimme vain antaa sinulle jotain.

He astuivat sisään ja luovuttivat lahjansa. Ensimmäinen mies antoi lapselle kultaisen kaulakorun. ”Tämä on symbolista”, hän sanoi. ”Muistuttaa sinua hänen arvostaan.

Toinen mies ojensi suitsukelaatikon. ”Tuoksu, joka rauhoittaa”, hän sanoi.

Kolmas mies laski kermapurkin. ”Tämä on hyvä herkälle iholle”, hän sanoi. ”Käytän sitä itse.

Maria ja Josef kiittivät heitä eleestä häkeltyneinä. Kun miehet lähtivät, he istuivat hiljaa, ja lapsi nukkui nyt Marian sylissä.

”Maailma on outo”, Josef sanoi katsoen Mariaa. ”Mutta joskus se näyttää parhaat puolensa.

Maria nyökkäsi ja veti peiton tiukemmin itsensä ja vauvan ympärille. ”Hän on jo tunonut meidät lähemmäksi muita ihmisiä. Kuvittele vain, mitä hän merkitsee maailmalle.

Josef kietoi käteensä heidän molempien ympärille, ja he istuivat yhdessä, samalla kun tähti loisti erityisen kirkkaana heidän turvapaikkansa yllä.

# JOULU



**Jenny Nyström 1854-1946**

**Joulukortteja**



## Jenny Nyström

Syntyipä kerran kuvankauniissa Kalmarin kaupungissa Ruotsissa luova henki nimeltä Jenny Nyström 13. kesäkuuta 1854. Hänen perheensä, jota johtivat lahjakas kirkon kanttori Daniel Nyström ja omistautunut opettaja Anette Nyström, tarjosi hänelle onnellisen lapsuuden. Mutta kun Jenny oli vasta kahdeksanvuotias, Nyströmin perhe päätti aloittaa uuden luvun ja muutti vilkkaaseen Göteborgiin, jossa hänen isänsä sai paremmin palkatun opettajan paikan.

Vuonna 1865 Jenny aloitti taiteellisen matkansa göteborgilaisessa taidekoulussa ja loi perustan tulevaisuudelleen kuuluisana taiteilijana. Tiedonjano vei hä-

net vuonna 1873 Tukholmaan jatko-opintoihin, ja hän jatkoi taiteellista tutkimusmatkaansa Pariisissa vuosina 1882-1886 erikoistuen muotokuvamaalaukseen. Jenny Nyströmistä kehittyi ajan myötä yksi Ruotsin rakasteuimmista taiteilijoista, mikä on osoitus hänen monipuolisesta taiteellisesta koulutuksestaan.

Tärkeä virstanpylväs Jennyn elämässä oli lapsuuden unelman toteutuminen - yksityistaidenäyttely Pariisissa. Näyttelystä tuli totta ja se oli hänen taiteellisen matkansa kohokohta.

Samaan aikaan vuonna 1871 arvostettu kirjailija Viktor Rydberg loi sydäntä lämmittävän joulutarinan nimeltä "Pikku Viggin seikkailu jouluaattona" tai "Pikku Viggin seikkailu jouluaattona". "Pikku Simon seikkailut jouluiltaan" käännetty tarina tapahtui, kun Pikku Vigg oli yksin mökillä jouluaattona. Hänen yllätykseen maaginen joulupukki ilmestyi ja vei hänet rekiajelulle levittämään jouluiloa talosta taloon.

Neljä vuotta myöhemmin lumoava tarina heräsi eloon 18-vuotiaan Jenny Nyströmin kuvitusten kautta. Hänen taiteellinen kädenjälkensä puhalsi eloa

Rydbergin tarinaan ja loi pohjan tuotteliaalle uralle. Jenny tuli myöhemmin tunnetuksi panoksesta joululehtiin ja monien joulukorttien luomisesta, jotka sekoittavat kansanperinnettä juhallisuuksiin. Hänen vaikutuksensa heijastui suomalaisten taiteilijoiden Wendelinin ja Koivun teoksissa.

Vuonna 1887, 33 -vuotiaana, Jenny avasi toisen merkittävän luvun menemällä naimisiin Daniel Stoopendaalin kanssa, ja yhdessä he kasvattivat pojan, Curt Nyström Stoopendaalin, josta tuli myös arvostettu taiteilija.

Jenny Nyström jatkoi luovan henkensä jakamista maailmalle 92-vuotiaaksi asti, jolloin hän kuoli rauhallisesti Tukholmassa vuonna 1946.

Mielenkiintoista on, että samana vuonna Suomeen lähti Rudolf Koivus, joka oli raivannut oman tiensä luodakseen rakastettuja jouluhahmoja Nyströmin lumoavan perinnön innoittamana. Ja niin näiden kahden taiteilijan perintö kietoutui toisiinsa jättäen pysyvän jäljen taiteen harrastajien sydämiin tuleville sukupolville.



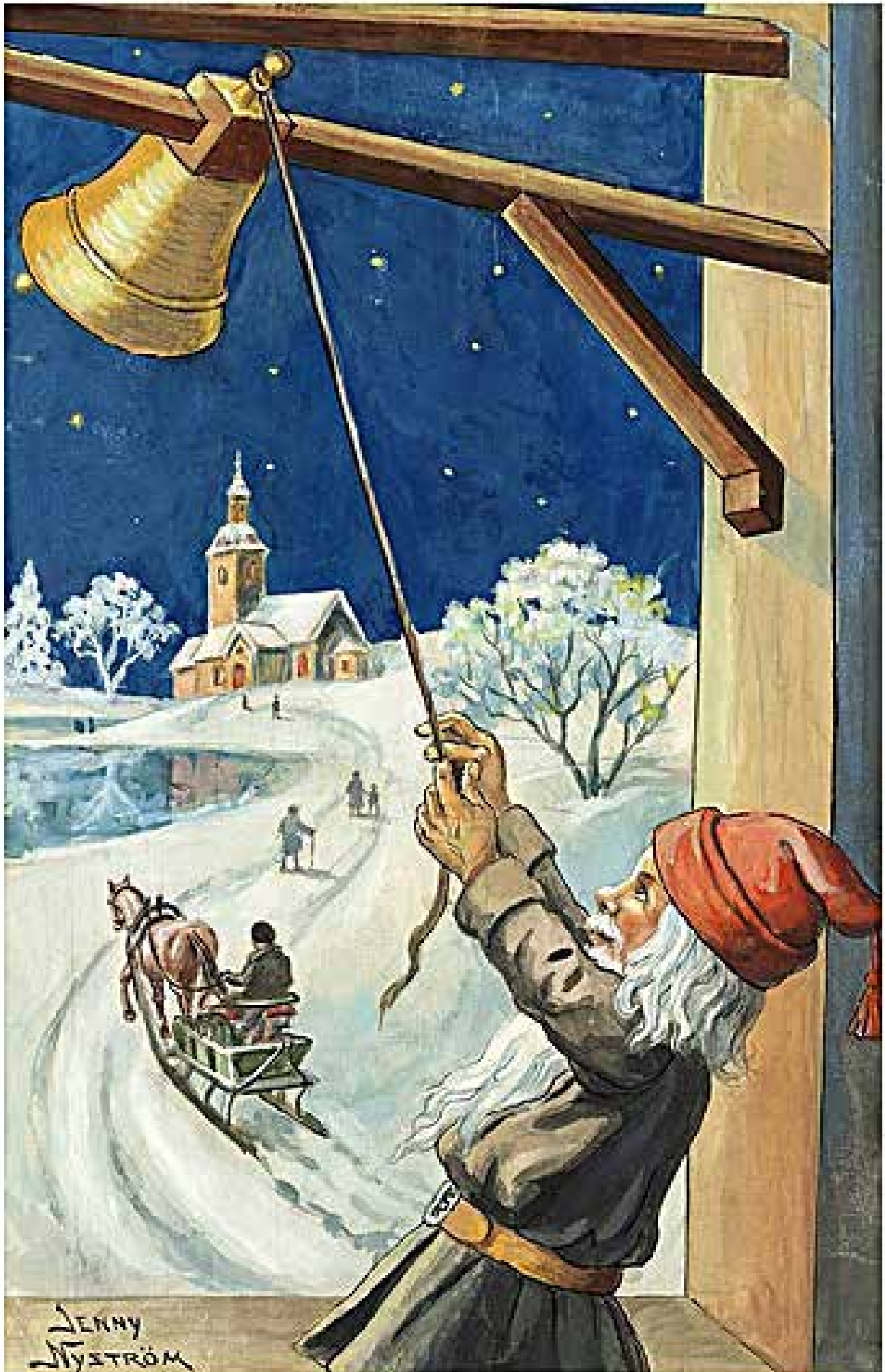


ENHRET J. P.

JENNY NYSTRÖM









Cinderella.



Merry Christmas  
Greetings

# JOULU



## 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.

(Lähde: Seurakuntien kotisiout)

# TERVEYS

## Kahdeksan hyvää tapaa pitää aivosi nuorina



Ikääntyminen on luonnollinen prosessi, mutta päivittäin tekemämme valinnat voivat vaikuttaa merkittävästi kehomme ja mieleemme ikääntymiseen. Aivomme, kaikkien kehon toimintojen ja ajatusten ohjauskeskus, ovat erityisen herkkiä ikääntymiselle. Onneksi tutkimukset ovat osoittaneet, että tietyt terveelliset elämäntavat voivat hidastaa aivojen ikääntymistä ja vähentää muistiin liittyvien sairauksien, kuten demencian, riskiä. Nämä tavat, jotka johtuvat American Heart Associationin "Life's Essential 8"-ohjeista, edistävät paitsi sydämen terveyttä myös aivojen elinvoimaa.

Marylandin yliopiston tutkijoiden tekemä uusi tutkimus korostaa näiden tapojen merkitystä. Analysoimalla lähes 19 000 40–69-vuotiaan osallistujan elämäntapoja ja MRI-skannauksia tutkimuksessa havaittiin, että näitä tapoja noudattavilla henkilöillä oli aivot, jotka näyttivät nuoremmilta kuin heidän kromologinen ikänsä. Jokainen 10 pisteen lisäys heidän elämäntapapisteissään vastasi aivoja, jotka olivat keskimäärin 113 päivää nuorempia valkean aineen suhteen. Valkea aine, joka kuljettaa viestejä aivoissa,



on välttämätöntä tehokkaalle tiedonkäsittelylle ja kutistuu ikääntyessämme.

Tutkitaan näitä kahdeksaa tärkeää tapaa, jotka voivat pitää aivosi nuorekkaina ja joustavina.

### **1. Syö terveellistä ruokavaliota**

Ravitseva ruokavalio on terveen kehon ja mielen kulmakivi. Keskity elintarvikkeisiin, joissa on runsaasti ravintoaineita, kuten:

Hedelmät ja vihannekset: Tarjoaa välttämättömiä vitamiineja, antioksidantteja ja kuituja.

Täysjyvävilja: Tukee kestäväää energiaa ja kognitiivista terveyttä.

## **Ja 1. tammikuuta on hyvä päivä parantaa tapoja.**

Palkokasvit ja pavut: Erinomaiset kasvipohjaisten proteiinien ja kuitujen lähteet.

Pähkinät ja siemenet: Runsaasti terveellisiä rasvoja ja aivoja vahvistavia ravintoaineita, kuten omega-3.

Vähärasvaiset proteiinit: Sisällytä siipikarjan, kalan ja kasvipohjaiset vaihtoehdot aivotuettavan tukemiseksi. Vältä jalostettuja ruokia, sokerisia välipaloja ja liikaa tyydyttyneitä rasvoja, jotka voivat vahingoittaa sekä sydämen että aivojen terveyttä.

### **2. Harrasta säännöllistä liikuntaa**

Fyysinen aktiivisuus on tehokas työkalu aivojen terveydelle. Vähintään 150 minuuttia kohtuullista liikuntaa (esim. reipas kävely tai uinti) tai 75 minuuttia reipasta toimintaa (esim. juoksu) viikossa lisää verenkiertoa aivoihin ja edistää uusien hermoyhteyksien kasvua. Liikunta vähentää myös stressiä ja parantaa muistia ja mielialaa,

mikä on välttämätöntä kognitiiviselle hyvinvoinnille.

### **3. Vältä tupakkaa**

Tupakointi ja e-savukkeiden käyttö vahingoittavat verisuonia, vähentävät hapen virtausta aivoihin ja nopeuttavat kognitiivista heikkenemistä. Tupakoinnin lopettaminen missä tahansa elämänvaiheessa voi johtaa merkittäviin parannuksiin aivojen terveydessä ja yleisessä elinajandotteessa.

### **4. Aseta uni etusijalle**

Uni on välttämätöntä aivojen korjaamiseksi ja muistin vahvistamiseksi. Tavoitteena on 7-9 tuntia laadukasta unta joka yö. Huono uni tai univaje voi johtaa ongelmiin, kuten muistin heikkenemiseen, mielialahäiriöihin ja lisääntyneeseen dementiaan riskiin. Johdonmukaisen unirutiinin luominen ja rentouttavan ympäristön luominen nukkumaan mennessä voi auttaa parantamaan unen laatua.

### **5. Säilytä terveellinen paino**

Painoindeksi (BMI) pitäminen alle 25::ssä vähentää liikalihavuuteen liittyvien sairauksien, kuten diabeteksen ja korkean verenpaineen, riskiä, jotka voivat vahingoittaa aivoja. Terve paino tukee myös parempaa liikkuvuutta ja energiaa, mikä mahdollistaa aktiivisen elämäntavan, joka hyödyttää kognitiivisia toimintoja.

### **6. Hallitse kolesterolitasoja**

Korkea "huonon" LDL-kolesterolin taso voi johtaa plakin kertymiseen valtimoihin, mikä rajoittaa verenkiertoa aivoihin. Säännölliset tarkastukset ja ruokavaliion muutokset - kuten tyydyttyneiden rasvojen vähentäminen ja kuitujen saannin lisääminen - voivat auttaa ylläpitämään terveellistä kolesterolitasoa ja suojelemaan aivojen terveyttä.

### **7. Hallitse verensokeritasoja**

Kohennut verensokeritaso voi vahingoittaa verisuonia ja hermoja, mikä lisää diabeteksen ja kognitiivisen heikkenemisen kaltaisten sairauksien riskiä. Verensokerin seuraaminen ja tasapainoisen ruokavaliion nauttiminen matalan glykeemisen indeksin elintarvikkeilla voi auttaa ehkäisemään näitä ongelmia.

### **8. Seuraa verenpainetta**

Korkea verenpaine, jota usein kutsutaan "hiljaiseksi tappajaksi", voi johtaa aivohalvauksiin ja muihin tiloihin, jotka vaikuttavat negatiivisesti aivojen toimintaan. Verenpaineen pitäminen alle 120/80 mmHg elämäntapamuutoksilla ja tarvittaessa lääkityksellä voi suojata aivojasi vaurioilta.

Miksi näillä tavoilla on merkitystä

Näiden kahdeksan tavan noudattaminen ei ainoastaan tue aivojen terveyttä, vaan edistää myös yleistä hyvinvointia. Hyvin syöminen, aktiivisena pysyminen ja tärkeimpien terveysmitareiden hallinnan kumulatiivinen vaikutus varmistaa, että aivot saavat ravintoaineita, happea ja stimulaatiota, joita ne tarvitsevat pysyäkseen terävinä.

Sisällyttämällä nämä tavat päivittäisiin rutiineihisi voit ryhtyä ennakoiviin toimiin suojellaksesi aivojasi ennenaikaiselta ikääntymiseltä ja muistiin liittyviltä sairauksilta. Aloita pienestä - keskity yhteen tai kahteen tapaan ja rakenna vähitellen siitä. Ajan myötä nämä muutokset voivat johtaa syväliisi hyötyihin, pitäen aivosi nuorekkaina ja mieleisi ketteränä pitkälle myöhempiin vuosiisi.

**Aivosi ovat arvokkain voimavarasi. Vaali sitä huolellisesti, ja se palvelee sinua hyvin koko elämäsi ajan.**

# RAITIOVAUNUT



## Tatra KT4 -raitiovaunut Tallinnassa

Historiaa ja nykyaikaa yhdistävä matka Tallinna, Viron pääkaupunki, on tunnettu viehättävästä keskiaikaisesta arkkitehtuuristaan, eloisasta kulttuuristaan ja tehokkaasta julkisesta liikenteestään. Kaupungin katukuvaa rikastuttavista raitiovaunuista Tatra KT4

ä on erityinen asema. Nämä raitiovaunut, omaleimaisella muotoilullaan ja pitkällä historiallaan, ovat muodostuneet erottamattomaksi osaksi Tallinnan joukkoliikenneverkostoa.

Historiallinen tausta

Tatra KT4 -raitiovaunut valmistettiin tšekkoslovakialaisen ČKD Tatran toimesta pääasiassa 1970- ja 1980-luvuilla. KT4-malli suunniteltiin nivelraitiovaunuksi, joka pystyy navigoimaan monien Itä-Euroopan kaupunkien tiukoilla mutkilla ja kapeilla kaduilla. KT4-raitiovaunuilla on ainutlaatuinen kaksiosainen rakenne, joka on yhdistetty joustavalla nivellyksellä, mikä parantaa niiden ohjattavuutta.

Tallinna sai ensimmäiset KT4-raitiovaunus 1970-luvun lopulla. Nämä raitiovaunut tulivat nopeasti tutuiksi kaupungin kaduilla, ja niitä arvostettiin niiden kestävän





rakenteen ja luotettavan suorituskyvyn vuoksi. Vuosikymmenten aikana ne ovat läpikäyneet useita päivityksiä ja kunnostuksia, jotta ne vastaisivat nykyaikaisia standardeja ja matkustajien mukavuustarpeita.

#### Muotoilu ja ominaisuudet

Tatra KT4 -raitiovaunut tunnetaan niveltetyistä koreistaan, jotka on jaettu kahteen osaan. Tämä muotoilu ei ainoastaan paranna raitiovaunun kykyä selviytyä monimutkaisista kaupunkireiteistä, vaan myös lisää sen matkustajakapasiteettia. Kummassakin raitiovaunun osassa on omat ovensa, mikä helpottaa matkustajien sisään- ja uloskäyntiä. Raitiovaunut on varustettu mukavilla istuimilla ja runsaalla seisomatilalla, mikä tekee niistä sopivia sekä lyhyille kaupunkimatkoille että pidemmille reiteille Tallinnassa.

Alun perin KT4-raitiovaunuissa oli perinteinen ohjausjärjestelmä, jossa kiihdytys ja jarrutus hoidettiin manuaalisesti. Monet yksiköt on kuitenkin modernisoitu edistyneemmillä elektronisilla ohjausjärjestelmillä, mikä parantaa energiatehokkuutta ja ajomukavuutta. Modernisointitoimenpiteisiin on sisällynyt myös sisätilojen päivitys paremmalla valaistuksella, uusilla istuinjärjestelyillä ja parannetuilla esteettömyysominaisuuksilla liikuntarajoitteisille matkustajille.

Rooli Tallinnan julkisessa liikenteessä Tatra KT4 -raitiovaunuilla on ollut keskeinen rooli Tallinnan julkisen liikenteen kehittämisessä. Ne liikennöivät useilla tärkeillä reiteillä ympäri kaupunkia, yhdistäen asuinalueet kaupallisiin ja historiallisiin keskuksiin. Raitiovaunut ovat olennainen osa Tallinnan integroitua joukkoliikenneverkostoa, johon kuuluvat myös bussit, johdinautot ja modernit matalalattiaraitiovaunut.

Uusien raitiovaunumallien käyttöönotosta huolimatta KT4-raitiovaunut ovat yhä suosittuja niin paikallisten kuin turistienkin keskuudessa. Niiden omaleimainen ulkonäkö ja historiallinen merkitys tuovat nostalgista viehätystä Tallinnan kaduille. Monilla asukkailla on lämpimiä muistoja näillä raitiovaunuilla matkustamisesta, mikä tekee niistä pysyvän symbolin kaupungin kaupunkimaisemassa.

#### Säilyttäminen ja tulevaisuus

Tallinnan jatkaessa julkisen liikenteen modernisointia pyritään Tatra KT4 -raitiovaunujen säilyttämiseen osana kaupungin kulttuuriperintöä. Joitakin yksiköitä on kunnostettu ja pidetty alkuperäisessä kunnossaan, toimien historiallisina näyttelyinä tai liikennöiden erityisillä perinnereiteillä. Näiden toimien ansiosta tulevat sukupolvet voivat arvostaa aikakauden määrittä-

vää insinööritaitoa ja muotoilua.

Tatra KT4 -raitiovaunut ovat myös osoitus Tallinnan julkisen liikenteen järjestelmän kestävydestä ja mukautumiskyvystä. Ne ovat onnistuneesti selviytyneet siirtymisestä neuvostoaikaisesta infrastruktuurista moderneihin eurooppalaisiin standardeihin, mikä todistaa niiden kestävyden ja käytännöllisyyden.

#### **KT4 raitiovaunun tekniset tiedot**

Pituus 18,1 metriä  
Leveys 2,2 metriä  
Korkeus 3,1 metriä  
Ovet 4  
Nopeus (enintään) 65 km/h (40 mph)  
Paino 19.900 kg  
Moottorit 4 x 40 kW

#### Yhteenveto

Tatra KT4 -raitiovaunut Tallinnassa ovat enemmän kuin pelkkä kulkuväline; ne ovat liikkuva osa historiaa. Niiden jatkuva läsnäolo Tallinnan kaduilla on kunnianosoitus niiden kestäväälle muotoilulle ja kaupungin sitoutumiselle rikkaan kulttuurisen ja teknologisen perinnön säilyttämiseen. Olitpa päivittäinen matkustaja tai vierailija, joka tutkii Tallinnaa, matka Tatra KT4 -raitiovaunulla tarjoaa ainutlaatuisen kurkistuksen kaupungin menneisyyteen ja nykyisyyteen, yhdistäen saumattomasti perinteet ja edistyksen.







## Kaupunkiviljely sisätiloissa vahvistaa immuunijärjestelmää ja parantaa ihon terveyttä

Äskettäin julkaistu tutkimus on paljastanut, että kaupunkiviljely sisätiloissa voi merkittävästi vahvistaa immuunijärjestelmän säätelyä ja monipuolistaa ihon mikrobiomia. Tämä Mika Saarenpään ja kollegoiden johtama tutkimus tarkastelee, miten sisätiloissa tapahtuva viljely mikrobirikkaassa kasvualustassa voi vaikuttaa terveyteen positiivisesti, erityisesti talvi-kuukausina, jolloin luonnollinen altistuminen ympäristön mikrobeille on vähäistä.

### Tutkimuksen tausta

Tutkimukseen osallistui terveitä kaupunkilaisia aikuisia, jotka osallistuivat sisätiloissa tapahtuvaan viljelyyn. Osallistujat jaettiin kahteen ryhmään: toinen ryhmä käytti mikrobirakasta kasvualustaa, kun taas toinen käytti visuaalisesti samanlaista mutta mikrobiköyhää kasvualustaa. Osallistujia kehoitettiin tarkkailemaan, korjaamaan ja nauttimaan viljelytuotteita päivittäin kuukauden ajan.

### Keskeiset löydökset

Ihon mikrobiomin monipuolistuminen: Osallistujilla, jotka viljelivät mikrobirikkaassa kasvualustassa, havaittiin merkittävä lisääntyminen ihon mikrobiomin monimuotoisuudessa. Tämä kattoi viiden bakteeriryhmän ja yhden bakteeriluokan monimuotoisuuden, jotka ovat olennaisia ihon terveyden ja immuunijärjestelmän toiminnan ylläpitämisessä.

### Parantunut immuunivaste:

Tutkimuksessa havaittiin lisääntynyt anti-inflammatorisen sytokiinin, erityisesti interleukiini 10

(IL-10), taso osallistujien veressä, jotka käyttivät mikrobirakasta kasvualustaa. Tämä sytokiini on tärkeä immuunivasteiden säätelyssä ja tulehdussairauksien ehkäisyssä.

### Ei muutoksia kontrolliryhmässä:

Osallistujilla, jotka käyttivät mikrobiköyhää kasvualustaa, ei havaittu merkittäviä muutoksia ihon mikrobiomissa tai sytokiiniipitoisuuksissa, mikä korostaa mikrobien monimuotoisuuden merkitystä viljelyssä.

### Korkea tyytyväisyys ja sitoutuminen:

Molemmat ryhmät ilmoittivat olevansa erittäin tyytyväisiä viljelykokemukseen ja haluavansa jatkaa viljelyä tulevaisuudessa. Tämä viittaa siihen, että sisätiloissa tapahtuva viljely on paitsi hyödyllistä myös nautinnollista ja helppo integroida päivittäisiin rutiineihin.

### Terveysvaikutukset

Tutkimus tukee hygienia- ja biodiversiteettihypoteeseja, joiden mukaan säännöllinen altistuminen ympäristön mikrobeille voi parantaa immuunijärjestelmän säätelyä ja vähentää immuunivälitteisten sairauksien, kuten allergioiden, riskiä. Monipuolistamalla ihon mikrobiomia ja parantamalla immuunivasteita kaupunkiviljely sisätiloissa voi tarjota ehkäisevän lähestymistavan näihin terveysongelmiin.

### Suositukses

Tutkimustulosten perusteella tutkijat suosittelevat seuraavaa:

Edistä sisätiloissa tapahtuvaa viljelyä: Kannusta viljelyä sisätiloissa ympäri vuoden kaupunkiympäristöissä mikrobiotistuksen lisäämiseksi ja immuuniterveyden tukemiseksi. Tämä voi olla erityisen hyödyllistä päiväkodeissa, kouluissa, toimistoissa ja hoitokodeissa.

Käytä mikrobirakasta kasvualustaa: Varmista, että viljelyyn käytettävä kasvualusta on rikasta hyödyllisistä mikrobeista terveysvaikutusten maksimoimiseksi. Tämä voidaan saavuttaa käyttämällä kompostoitua maata tai lisäämällä mikrobilisäaineita.

Kouluta mikrobien hyödyistä: Lisää tietoisuutta hyödyllisten mikrobien roolista immuunijärjestelmän säätelyssä ja yleisessä terveydessä. Tiedon ja resurssien tarjoaminen voi motivoida yhä useampia ihmisiä osallistumaan sisätiloissa tapahtuvaan viljelyyn.

### Jatka lisätutkimuksia:

Jatka tutkimuksia sisätiloissa tapahtuvan viljelyn pitkäaikaisista vaikutuksista immuuniterveyteen ja tutki sen mahdollisia hyötyjä eri väestöryhmille, mukaan lukien ne, joilla on heikentynyt immuunijärjestelmä.

### Johtopäätökset

Tutkimus osoittaa, että kaupunkiviljely sisätiloissa voi olla käytännöllinen ja tehokas tapa parantaa terveyttä monipuolistamalla ihon mikrobiomia ja vahvistamalla immuunijärjestelmää. Kun yhä useammat ihmiset tulevat tietoisiksi näistä hyödyistä, sisätiloissa tapahtuva viljely voi tulla suosituksi ja terveyttä edistäväksi toiminnaksi kaupunkialueilla.

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>



# TAIDE

## Eero Järnefeltin Kaski on matkustanut ympäri maailmaa Ja nyt se on Vaasassa



Eero Järnefeltin vuonna 1893 valmistunut maalaus Kaski on noussut yhdeksi Suomen taiteen kultakauden tunnetuimmista teoksista. Tämä kaskenpoltoa kuvaava työ on kuitenkin paljon muutakin kuin vain taidokas kuvaus suomalaisesta maaseudusta.

Taulu on myös tehnyt merkittävän maailmanmatkan, vieraillessaan lukuisissa näyttelyissä ympäri maailman.

Kun Järnefelt maalasi Kaskin, hän tuskin saattoi aavistaa, että teos tulisi saavuttamaan näin suuren suosion ja että sitä tulisi esittelemään niin laajalle yleisölle. Kaskenpolto oli tuolloin vielä olennainen osa suomalaista maanviljelystä, mutta samalla se oli muutoksen kourissa. Metsätalouden kehittyminen syrjäytti vähitellen perinteisen kaskiviljelyn, ja Järnefelt halusi ikuistaa tämän katoavan elämänvaiheen.

Kaski on ollut esillä lukuisissa näyttelyissä niin Suomessa kuin ulkomailla.

Teos on matkustanut muun muassa Japaniin, Pohjoismaihin, Euroopan suurimpiin kaupunkeihin kuten Lontooseen, Madridiin, Barcelonaan ja Roomaan. Vuonna 1900 Kaski nähtiin Pariisin maailmannäyttelyssä, jossa se palkittiin kultamitalilla.

Näyttelymatkat ovat olleet merkittävä osa Kaskin historiaa. Ne ovat mahdollistaneet sen, että teos on päässyt tavoittamaan laajan yleisön ja esittelemään suomalaista taidetta maailmalle. Samalla näyttelymatkat ovat myös olleet haasteellisia, sillä

teoksen turvallisuudesta on huolehdittava tarkasti. Kaski onkin suojattu pleksilasilla, jotta se säilyisi mahdollisimman hyvässä kunnossa tuleville sukupolville.

Kaskin maailmanmatkat kertovat paljon siitä, kuinka taide voi ylittää kulttuurilliset rajat ja yhdistää ihmisiä. Teos on toiminut ikään kuin kulttuurin lähettiläänä, esitellen suomalaista identiteettiä ja maisemia eri puolilla maailmaa. Samalla se on myös herättänyt keskustelua suomalaisen yhteiskunnan

muutoksesta ja perinteiden katoamisesta.

Järnefeltin Kaski on siis paljon muutakin kuin vain yksi maalaus. Se on taideteos, joka on elänyt oman elämänsä ja matkustanut ympäri maailmaa. Se on myös merkittävä osa suomalaista kulttuurihistoriaa, joka muistuttaa meitä menneisyydestämme ja samalla herättää pohtimaan tulevaisuuttamme.

Taulun koti on Helsingin Ateneumissa. Mutta nyt tämä taulu on Vaasassa, Tikanojan taidekodissa.

# ASTRONOMIA

## Maan väliaikainen kuu: taivaallinen outous



Yllättävässä kosmisessa tapahtumassa Maa sai hetkeksi toisen kuun viime syksynä. 29. syyskuuta 2024 planeettamme painovoima vangitsi pienen asteroidin, nimeltään 2024 PT5, ja siitä tuli väliaikainen luonnollinen satelliitti.

Tämä taivaallinen vierailija, vaikkakin pieni, oli merkittävä tähtitieteellinen tapahtuma. Vaikka se ei ollut näkyvässä paljaalla silmällä, tähtitieteilijät pystyivät seuraamaan ja tutkimaan sitä tehokkailla teleskoopeilla. Vuoden 2024 PT5:n tarkkaa kokoa selvitetään edelleen, mutta sen halkaisija oli todennäköisesti muutama metri.

Asteroidien kaappaus on harvinainen tapahtuma, mutta ei täysin ennennäkemätön. Väliaika-

inen kuu useita viikkoja on kuitenkin ainutlaatuinen ilmiö. Väliaikainen kuu pakeni lopulta Maan painovoiman vetoa ja palasi alkuperäiselle kiertoradalleen Auringon ympäri.

Tämä taivaallinen tapahtuma tarjoaa tutkijoille arvokkaan mahdollisuuden tutkia maapallon lähellä olevia esineitä ja ymmärtää niiden mahdollisia vaikutuksia planeettamme. Tarkkailemalla vuoden 2024 PT5: tä tutkijat voivat saada käsityksen näiden avaruuskivien koostumuksesta, kiertoradasta ja käyttäytymisestä.

Ja mikä ihana "Trivial Pursuit" -kysymys! "Kuinka monta kuuta maapallollamme oli lokakuussa 2024?"

Nyt tiedät vastauksen. Kaksi

Kuva: Taiteellinen vaikutelma earhtista ja sen kahdesta kuusta. Ja oikealla asteroidi, joka on samankoinen kuin PT5.



## HISTORIALLINEN TAIDE

# Boppardin Pietà: Kristillisen pelastushistorian peili

Boppardin Pietà, 1300-luvun lopulta peräisin oleva myöhäisgoottilainen veistos, on enemmän kuin vain kuvaus Marian tuskallisesta kohtamisesta poikansa ruumiin kanssa. Se on monimutkainen symboli, joka on syvällisesti ki-etoutunut kristilliseen uskoon ja vie katsojan monitasoiselle hengelliselle matkalle.

Tätä puuveistosta voi nyt ihailia Ate-neumin "Gothic Modern" -näytelyssä 26.1.2025 saakka.

Veistos, joka tavallisesti on nähtävissä Frankfurtissa Liebieghaus-skulptuurikokoelmassa, esittää Mariaa pitämässä Kristuksen elottoman ruumiin sylissä. Kaksi hahmoa on yhdistynyt intiimiin syyleilyyn, joka on äärettömän surun ja rakkauden ilmaus. Mutta Bopparder Pietà menee tätä pinnallista esitystä pidemmälle. Puuttuvat viittaukset ristiinnaulitsemispaikkaan - Golgatalle - ja vähentyneet attributit ohjaavat katsojan pois konkreettisesti historiallisesta tapahtumasta kohti yleismaailmallisia teemoja kuten kärsimystä, kuolemaa ja ylösnousemusta.

Nimitys "Vesperbild" viittaa kristilliseen iltahartauteen,



jossa Kristuksen kärsimystie jäljitetään. Bopparder Pietà heijastaa tätä perinnettä antamalla uskoville mahdollisuuden samaistua Kristuksen kärsimykseen ja jakaa hänen kipuaan. Kuolleen Kristuksen voimakas esitys kehottaa katsojaa pohtimaan omaa kuolemaansa ja hyväksymään maallisen elämän katoavaisuuden.

Mutta Bopparder Pietà ei ole pelkästään kuoleman kuvaus,

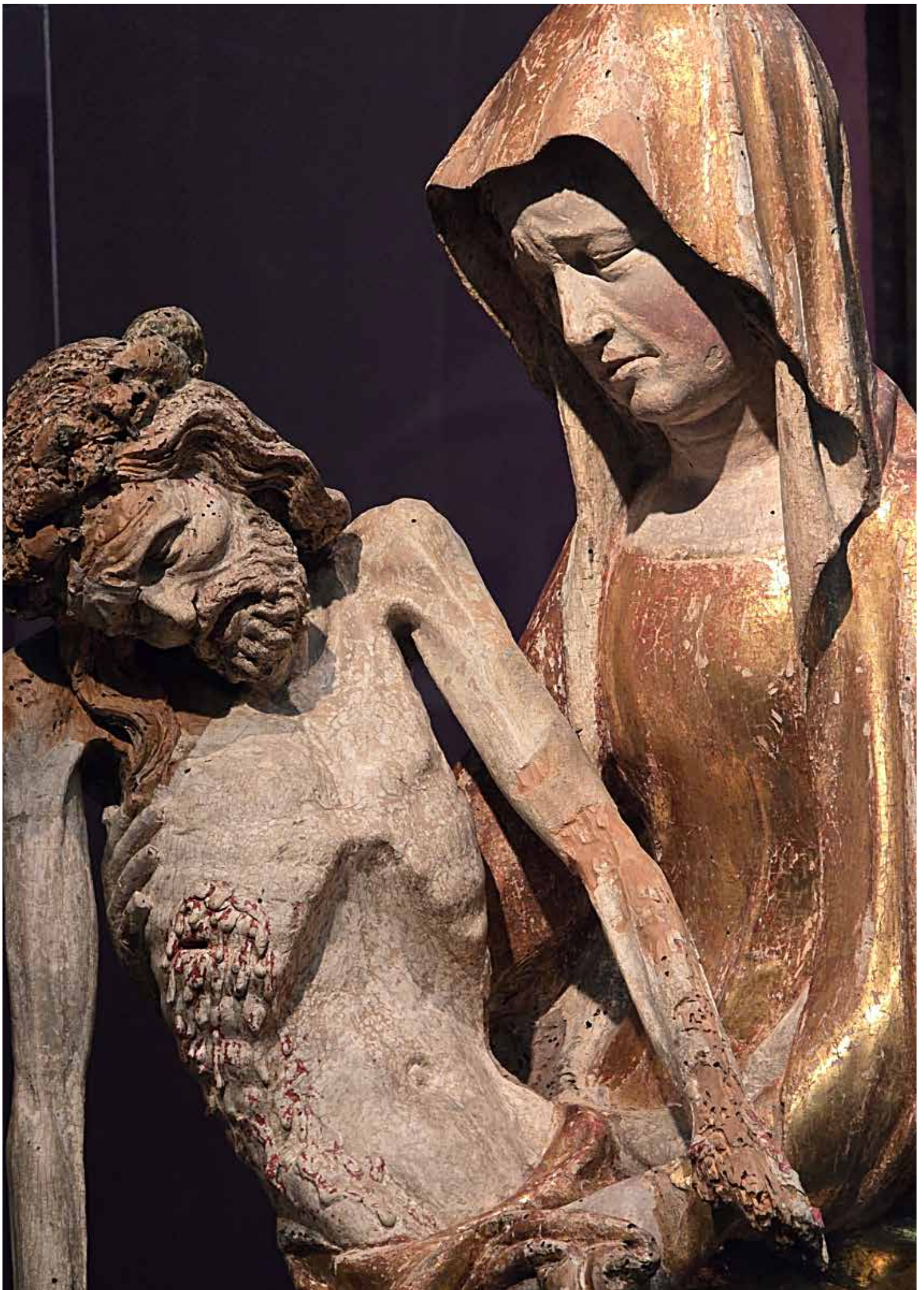
vaan myös toivon symboli. Kristuksen pienempi esitys ohjaa katseen hänen lapsuuteensa ja muistuttaa hänen syntymästään. Tämä kuoleman ja syntymän vastakkainasettelu korostaa kristinuskon keskeistä sanomaa: kuoleman voittaminen ylösnousemuksen kautta. Kuolleen Kristuksesta tulee synnistä vapautumisen ja iankaikkisen elämän lupauksen vertauskuva.

Bopparder Pietà

on taideteos, joka puhuttelee aisteja ja haastaa intellektiä. Hahmojen yksityiskohtainen muotoilu, voimakkaat värit ja huolellinen toteutus kutsuvat katsojaa syntyymään tapahtumaan ja eläytymään hahmojen tunteisiin. Samalla veistos avaa useita tulkinta-tasoja ja kannustaa teologiseen pohdintaan.

Bopparder Pietà on todistus keskiajan ihmisten syvästä uskosta. Se on taideteos,

joka ei ole menettänyt merkitystään nykypäivänä ja jatkaa edelleen ihmisten liikuttamista ympäri maailmaa. Veistos kutsuu meitä pohtimaan elämän suuria kysymyksiä ja löytämään lohtua kristillisen toivon sanomassa.





## Parantavatko naislääkärit potilaita paremmin?

Annals of Internal Medicine -lehdessä julkaistu uraauurtava tutkimus on tuonut esille mielenkiintoisen ilmiön terveydenhuollossa: potilaat, joita hoitavat naislääkärit, saavat usein parempia hoitotuloksia kuin mieslääkärien hoitamat potilaat. Tämä löytö on merkittävä, sillä se korostaa, kuinka sukupuoli voi vaikuttaa lääketieteelliseen hoitoon ja potilaiden terveyteen.

### Tutkimuksen yleiskatsaus

Tutkimuksen suoritti arvostettujen tutkijoiden tiimi, johon kuuluivat Atsushi Miyawaki, MD, PhD, Anupam B. Jena, MD, PhD, Lisa S. Rotenstein, MD, MBA, MSc ja Yusuke Tsugawa, MD, MPH, PhD. He analysoivat Medicare-rekisteristä vuosien 2016–2019 tietoja. Tämä laajamittainen retrospektiivinen havainnointitutkimus sisälsi 20% satunnaisotoksen maksullisista edunsaajista, jotka olivat sairaalahoidossa erilaisten lääketieteellisten tilojen vuoksi. Tutkimuksessa keskityttiin tuloksiin, kuten 30 päivän kuolleisuus ja uudelleensairaalahoitojen määrät.

### Pääasialliset tulokset

Tutkimuksessa tarkasteltiin 458 108 nais- ja 318 819 miespotilasta, joista 31,1% naisista ja 30,6% miehistä oli naislääkärien hoidossa. Tulokset osoittivat, että sekä nais- että miespotilailla kuolleisuus oli alhaisempi, kun heitä hoiti naislääkäri. Hyöty oli kuitenkin huomattavasti suurempi naispotilailla.

Naispotilaat: Naispotilaiden kuolleisuus naislääkärien hoidossa oli

8,15% verrattuna 8,38% mieslääkärien hoidossa. Tämä vastaa keskimääräistä marginaalivaikutusta (AME) -0,24 prosenttiyksikköä, mikä on tilastollisesti merkitsevä. Miespotilaat: Miespotilaiden kuolleisuus oli 10,15% naislääkärien hoidossa verrattuna 10,23% mieslääkärien hoidossa, keskimääräisellä marginaalivaikutuksella -0,08 prosenttiyksikköä. Vaikka tämä viittaa pieneen parannukseen, se ei ole tilastollisesti merkitsevä. Uudelleensairaalahoitojen määrät noudattivat samanlaista kaavaa, mikä vahvistaa entisestään naislääkärien hoidon mahdollisia etuja.

### Tulosten merkitys

Nämä tulokset herättävät kiinnostuksen siihen, miksi naislääkärit voivat saavuttaa parempia potilastuloksia. Mahdollisia tekijöitä voivat olla erot kommunikaatiotyyleissä, kliinisten ohjeiden noudattamisessa tai jopa potilaskeskeisemmässä hoitotavassa, jota naislääkärit saattavat käyttää.

Kommunikaatio ja empatia: Tutkimukset ovat osoittaneet, että naislääkärit viettävät usein enemmän aikaa kuunnellen potilaitaan ja ovat empaattisempia. Tämä voi johtaa parempaan ymmärrykseen potilaiden tarpeista ja yksilöllisempiin hoitoihin.

Ohjeiden noudattaminen: Naislääkärit noudattavat usein tarkemmin kliinisiä ohjeita, mikä voi parantaa potilastuloksia varmistamalla, että parhaat käytännöt otetaan jatkuvasti käyttöön.

Potilaskeskeinen hoito: Naislääkärit voivat olla taipuvaisempia osallistumaan yhteiseen päätöksentekoon potilaidensa kanssa, mikä edistää

yhteistyöympäristöä, joka voi johtaa parempiin terveyden tuloksiin.

Laajemmat vaikutukset

Näiden havaintojen vaikutukset ovat laaja-alaisia. Terveydenhuoltolaitoksille tämä tutkimus viittaa siihen, että monimuotoisen työvoiman edistäminen ja naislääkärien tukeminen voi vaikuttaa myönteisesti potilashuoltoon. Se korostaa myös sukupuolidynamiikan huomioon ottamisen tärkeyttä lääketieteellisessä koulutuksessa ja ammatillisessa kehityksessä.

### Rajoitukset

On tärkeää huomata, että tutkimuksen havainnot eivät välttämättä ole yleistettävissä nuorempiin väestöihin, koska tiedot kerättiin Medicare-edunsaajilta, jotka ovat yleensä iäkkäämpiä. Lisätutkimuksia tarvitaan, jotta voidaan määrittää, koskevatko nämä trendit eri ikäryhmiä ja hoitoympäristöjä.

### Johtopäätös

Tutkimus tekee selväksi johtopäätöksen: potilaat, erityisesti naiset, kokevat alhaisemman kuolleisuuden ja uudelleensairaalahoitojen määrän, kun heitä hoitavat naislääkärit. Vaikka näiden parantuneiden tulosten tarkat syyt vaativat lisätutkimuksia, tämä tutkimus korostaa naislääkärien kriittistä roolia potilashoidon parantamisessa. Terveydenhuoltoalan kehittyessä näiden oivallusten tulisi inspiroida pyrkimyksiä tukea ja vahvistaa naislääkäreitä, mikä lopulta hyödyttää potilaita kautta maan.



e  
r-  
e  
r-  
t,  
t,  
i-  
i-  
ä  
e  
li  
i-  
n  
  
n  
t-  
n  
,  
a,  
d-  
-  
n  
t-  
n  
a  
n  
t-  
,  
u-  
  
8  
s-  
ä  
et  
e-  
n-  
y  
n-  
  
l-  
li  
  
s-  
u-  
ä,  
l-

# VALOFESTIVAALI

## Lux Helsinki 8.-12.1.2025: Valaisee pimeimmät päivät



Talven kiristäessä otetaan Helsingistä syntyä säteilevä vastakohta: Lux Helsinki.

Tämä vuosittainen valofestivaali, joka järjestetään 8.-12. tammikuuta 2025, muuttaa kaupungin tutun maiseman henkeäsalpaavaksi valotaitteen kankaaksi.

Lux Helsinki on enemmän kuin pelkkä speктаakkeli; Se on luovuuden ja yhteisöllisyyden juhlaa. Viiden taianomaisen yön ajan Helsingin sydän kylpee värin ja lumoavien installaatioiden kaleidoskoopissa. Julkisista rakennuksista tulee valoisia veistoksia, puistot muuttuvat eeterisiksi ihmemaiksi ja katukuvat

ovat täynnä ylimaallista hehkua.

Festivaalin vahvuus on sen monipuolisuus. Mukaansatempaavista interaktiivisista kokemuksista kunnioitusta herättäviin suurikokoisiin projisoiteihin, Lux Helsinki palvelee kaikkia taiteellisia makuja. Paikalliset ja kansainväliset taiteilijat kokoontuvat esittelmään innovatiivisia visioita ja rikkovat valon rajoja välineenä. Valaistussa kaupungissa vaeltamisesta tulee seikkailu, jonka jokainen kulma paljastaa uuden ihmeen.

Lux Helsingin vaikutus ylittää estetiikan. Se edistää yhteyden tunnetta ja jaettua iloa vuodenaikana, joka usein

yhdistetään pimeyteen ja yksinäisyyteen. Festivaali kannustaa tutkimaan ja kutsuu sekä asukkaita että vierailijoita löytämään kaupungin uudelleen uudessa valossa. Se on muistutus siitä, että jopa talven syvyyksistä löytyy kauneutta ja ihmeitä.

Olitpa sitten kokenut taiteen harrastaja tai vain etsimässä taianomaisista pakoa kylmästä, Lux Helsinki on elämys, jota ei kannata jättää väliin. Joten niputtaudu, ota vastaan raikas talvi-ilma ja uppoudu Helsingin valoisaan sydämeen. Anna Lux Helsingin valaista tammikuu ja sytyttää ihmetyksen tunne.





# ALKOHOLIONGELMA

## Semaglutidi (Ozempic): Lupaava keino alkoholin väärinkäytön torjunnassa



Alkoholin käyttöhäiriö (AUD) on monimutkainen terveydentila, jolle on ominaista jatkuva ja ongelmallinen alkoholin käyttö. Vaikka hoitomuotoja on tarjolla useita, monet kamppailevat raittiuden säilyttämisen kanssa. Uusi tieteellinen tutkimus on kuitenkin tuonut esiin mahdollisen uuden hoitovaihtoehdon: semaglutidin.

Semaglutidi, joka alun perin kehitettiin tyyppin 2 diabeteksen ja lihavuuden hoitoon, on osoittanut lupaavia tuloksia alkoholin käytön ja juomapatkujen vähentämisessä. Tämä lääke kuuluu glukagonin kaltaisten peptidi-1 (GLP-1) -reseptoriagonistien

ryhmään. GLP-1 on suolistohormoni, joka säätelee ruokahalua ja verensokeritasoja. Matkimalla GLP-1:n vaikutuksia semaglutidi voi auttaa vähentämään alkoholinhimoa, edistämään kylläisyyttä ja hillitsemään alkoholin väärinkäyttöön liittyvää impulsiivista käyttäytymistä.

Esikliiniset tutkimukset ovat osoittaneet semaglutidin tehokkuuden eläinmalleissa, jotka kuvaavat alkoholiriippuvuutta. Tutkijat ovat havainneet merkittävää alkoholin kulutuksen ja alkoholin palkitsevien vaikutusten vähenemistä jyrksijöillä, jotka ovat saaneet semaglutidihoitoa. Nämä havainnot viittaavat siihen,

että semaglutidilla voi olla samanlaisia vaikutuksia ihmisten käyttäytymiseen.

Vaikka semaglutidin vaikutusmekanismit alkoholin väärinkäytön osalta ovat yhä tutkimuksen kohteena, useita teorioita on esitetty. Yksi mahdollisuus on, että semaglutidi muuttaa aivojen palkitsemisjärjestelmiä vähentäen alkoholin vahvistavia vaikutuksia. Lisäksi semaglutidi voi parantaa mielialaa ja vähentää stressiä, jotka molemmat voivat edistää alkoholin väärinkäyttöä.

Semaglutidin potentiaali AUD:n hoidossa on merkittävä. Yhdessä suuressa tutkimuksessa

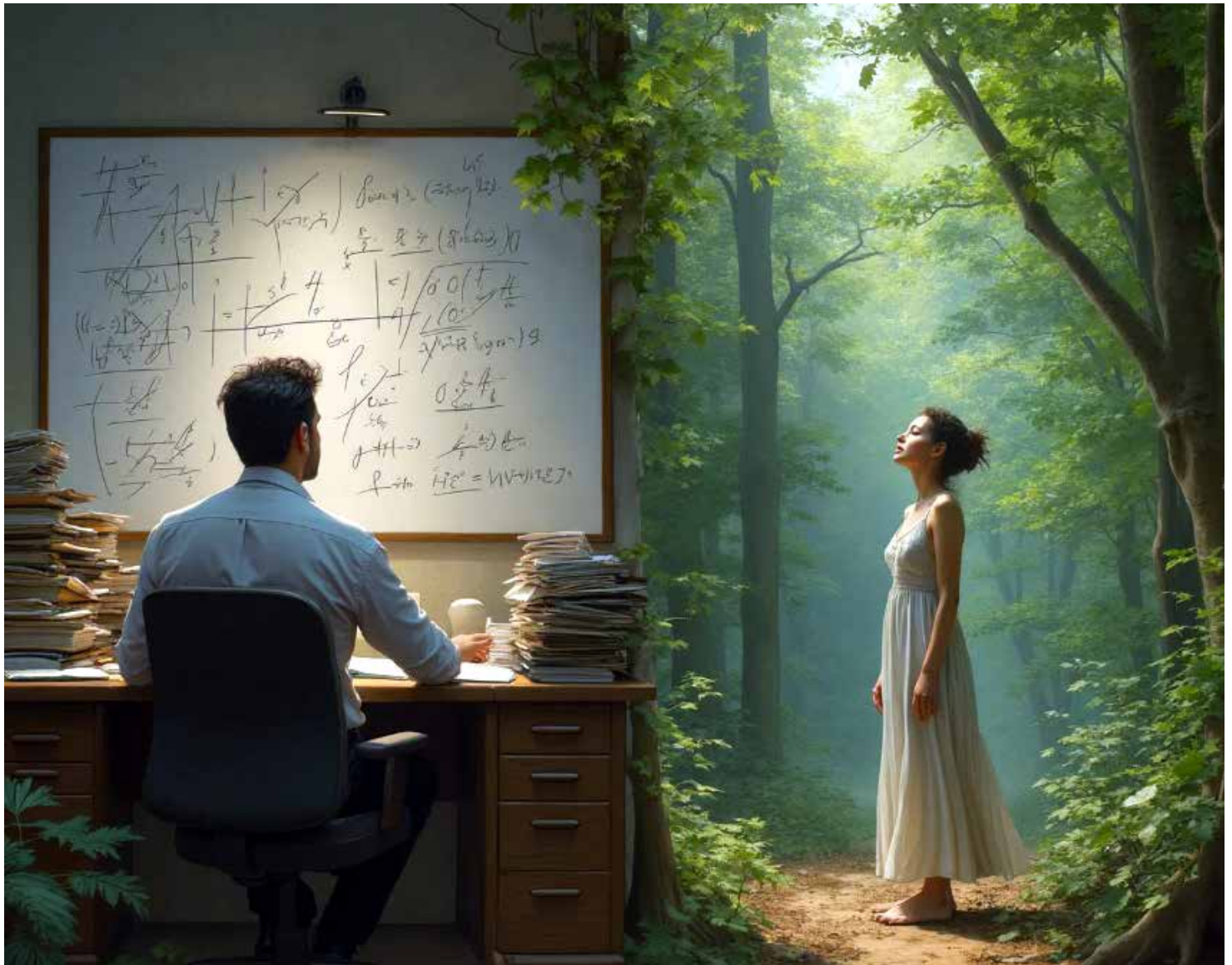
alkoholinkäytöstä johtuvat sairaalahoitajaksot vähenivät kolmanneksella. Lääke tarjoaa uudenlaisen lähestymistavan alkoholiriippuvuuden hoitoon kohdistamalla toimiansa painopisteen niihin biologisiin mekanismeihin, jotka ajavat pakonomaista alkoholin käyttöä. On kuitenkin tärkeää huomioda, että tarvitaan lisää tutkimusta semaglutidin tehokkuuden ja turvallisuuden ymmärtämiseksi AUD:n hoidossa.

Kuten kaikilla lääkkeillä, myös semaglutidilla voi olla sivuvaikutuksia, kuten ruoansulatuskanavan ongelmia, kuten pahoinvointia, oksentelua ja ripulia. On tärkeää neuvotella tervey-

denhuollon ammattilaisen kanssa sen arvioimiseksi, onko semaglutidi sopiva hoitovaihtoehto, ja seurata mahdollisia haittavaikutuksia.

Yhteenvetona voidaan todeta, että semaglutidi edustaa lupaavaa edistysaskelta alkoholiriippuvuuden hoidossa. Vaikka lisätutkimuksia tarvitaan sen vaikutusmekanismien ja pitkäaikaisvaikutusten täydiksi ymmärtämiseksi, tällä lääkkeellä on potentiaalia mullistaa tapamme lähestyä alkoholin käyttöhäiriöitä.

# Älykkyys ja viisaus eivät ole sama juttu



Älykkyys ja viisaus – kaksi sanaa, joita usein käytetään lähes synonyymeina, mutta jotka ovat itse asiassa kuin kaksi täysin erilaista koiraa samassa häkissä. Älykkyys on se vauhdikas bordercollie, joka osaa ratkoa rubikin kuution, kun taas viisaus on rauhallinen vanha kultainen noutaja, joka tietää, että kuutiolla voi myös tukea epävakaa pöytää. Kummassakin on puolensa, mutta jos valitset väärän koiran oikeaan tilanteeseen, saatat huomata olevasi

keskellä sotkua.

## Älykäs ajattelee, viisas tietää

Älykkyys on kyky oppia, analysoida ja ratkaista ongelmia. Älykäs ihminen voisi esimerkiksi keksiä, miten laskuvarjo tehdään pöytäliinasta ja verhoista, jos hän putoaa lentokoneesta. Viisas ihminen taas olisi tarkistanut etukäteen, ettei astu koneeseen, jossa on vain yksi moottori ja pilotilla huono päivä.

Tässä piileekin älykkyuden ja viisauden suurin ero: älykäs ihminen selviää vaikeista tilanteista, joihin viisas ei koskaan joudu. Tämä selittää, miksi niin monet fiksit keksijät, tutkijat ja yrittäjät päätyvät kirjoittamaan muistelmiaan vankilasta tai konkurssista – he ovat kyllä älykkäitä, mutta joskus yllättävän vähän viisaita.

## Historian huippuja – mutta kumpia?

Ajatellaanpa Aristoteleen ja Einsteinia. Aristoteles, tuo muinaisen maailman pohdiskelija, oli epäilemättä viisas. Hän ymmärsi elämän suuria periaatteita, kuten sen, että liika reippaus ei ole hyväksi, ja päätyi siksi enimmäkseen istumaan ja opettamaan muita. Häneltä jäi tekemättä typeriä kokeiluja, kuten testata, voiko ihminen hypätä Parnassoksen kalliolta ilman seurauksia.

Albert Einstein taas

oli älykäs. Hän kehitti suhteellisuusteorian ja mullisti maailman-kuvaamme, mutta ei ehkä ollut kaikkein viisain ihminen käytännön elämässä. Hänen kerrotaan unohtaneen osoitteensa ja joutuneen usein kysymään neuvoa, miten löytää kotiin. Tällaisia tilanteita ei Aristoteleelle olisi tapahtunut – hän ei olisi edes poistunut kotoaan ilman luotettavaa opasta.

## Älykkäät mokat



## ja viisaat välttämiset

Arjessa älykkäät ja viisaat tekevät usein erilaisia päätöksiä. Älykäs ihminen saattaa ostaa äärimmäisen monimutkaisen ja hienon kahvikoneen, joka vaatii käyttöohjeen ymmärtämiseen insinöörin tutkinnon. Viisas taas keittää pannukahvit, tietäen, että lopputulos on kuitenkin sama: kofeiinia veressä ja pirteä mieli.

Älykäs yrittää ratkaista aviokriisin ostamalla puolison lempiauton. Viisas vie puolisonsa kävelyille ja kuuntelee, mitä sanottavaa toisella on. Tässä kohtaa on hyvä muistaa, että joskus viisaus ja älykkyys voivat myös yhdistyä – silloin puoliso saa sekä auton että kävelylenkin, ja parisuhde kukoistaa.

## Typerä nero ja nerokas tyhmy

Historiasta löytyy esimerkkejä ihmisistä, jotka olivat älykkäitä mutta eivät kovin viisaita. Napoleon Bonaparte, Euroopan valloituksen mestari, päätti talvella hyökätä Venäjälle. Sotilaallinen nero, mutta samalla mielletön riskinottaja. Viisas ihminen olisi ehkä miettinyt kahdesti, kannattaako lähteä marssimaan keskelle Siperian keskele, kun takana

on jo mu-kava valtakunta.

Toisaalta on olemassa tarinoita ihmisistä, jotka eivät ole erityisen älykkäitä, mutta silti äärimmäisen viisaita. Monet kansanviisaudet ja sananlaskut ovat peräisin tavallisilta ihmisiltä, jotka eivät koskaan käyneet kouluja, mutta osasivat elää elämäänsä järkevästi. Esimerkiksi lausahdus ”ei kannata ampua kärpystä tykillä” saattaa hyvinkin olla peräisin henkilöltä, joka tajusi, että liiallinen yrittäminen ei aina kannata.

## Älykäs ja viisas samalla – paras yhdistelmä?

Tietenkin olisi ihanteellista olla sekä älykäs että viisas, mutta koska kukaan ei voi olla täydellinen kaikilla tavoilla, ihmisen kannattaa tyytyä kehittämään vahvuuksiaan. Älykkään kannattaa opetella pysähtymään ja kysymään, onko ongelma ylipäätään ratkaisemisen arvoinen. Viisaan taas olisi hyvä kokeilla joskus uusia asioita – kuten rubikin kuu-tion ratkaisua – ihan vain harjoituksen vuoksi.

Loppujen lopuksi viisauden ja älykyyden välinen tasapaino on se, joka tekee elämästä mielenkiintoista. Älykäs voi keksiä, miten mennä kuuhun, mutta viisas miettii minkä ihmeen takia kuuhun pitäisi mennä, oma kotipiha on oikeastaan ihan tarpeeksi hyvä paikka.

# TAIDENÄYTTELY

## Eero Järnefeltin näyttelyssä kiehtovat luonnon suuret ja pienet teemat. Näyttely avautui Tikanojan taidekodissa 23 marraskuuta



Tikanojan taidekodissa nähdään 23 marraskuuta lähtien mestarillisen luonto- ja henkilökuvaajan, tunnetta ja totuutta etsineen Eero Järnefeltin (1863–1937) koko uraa käsitävä näyttely. Kokonaisuus esittelee kosmopoliitin kulttuuriperheen kasvatin mittavaa tuotantoa sekä taiteilijan merkitystä Suomen taiteelle sekä suomalaisuudelle. Monipuoliset luontokuvaukset saavat pohtimaan, onko taiteilijan 1800- ja 1900-luvuilla kuvaamaa luontoa enää olemassa.

Järnefelt pyrki tavoittamaan teoksiinsa olennaisen

Eero Järnefeltin taide kumpuaa hänen sukunsa kiinnostavasta kulttuuri-taustasta, ja sitä leimaa olennaisten piirteiden tavoittaminen yhtä lailla luonnosta kuin ihmisistä. Taiteilija osasi kuvata aiheitaan yksityiskohtaisen tarkasti, herkän tunnelmallisesti ja juhlanan monumentaalisesti.

Näyttely valottaa Järnefeltin maisemaja ihmiskäsityksen eri puolia. Se tuo tietoa myös Järnefeltin suvusta, hänen perheestään, opintomatkoista, koti-oloista Tuusu-

lanjärven Suvirannassa ja hänen taiteensa liittymisestä aikaan-sa suomalaisuusajattelun.

Järnefeltin maalaukset luonnosta ja maisemat Koliilta saavat pohtimaan, onko taiteilijan 1800- ja 1900-luvuilla kuvaamaa luontoa enää olemassa – ja mikä on suhteemme luontoon ja maisemiin tänä päivänä. Taiteilijan teok-sissa samanarvoisen kohtelun saavat niin komeat vaaramaiset kuin vesi-leinikin ja rentukan herkätkä yksityiskohdat.

Järnefelt tunnetaan myös aikansa merkikihenkilöistä tekemistään muoto-kuvista. Mukana ovat esimerkiksi kiinnostavat muotokuvat toimittaja, toh-tori ja kansanedustaja Tekla Hultinista sekä vankien ja vähäosaisten aut-tamiseen elämänsä omistaneesta Mathilda Wredestä.

Näyttelyssä on myös lasten kanssa vieraileville suunniteltu reitti, joka herät-telee katsomaan teoksia ja keskustelemaan niistä lasten näkökulmasta.

Näyttelyn kuraattori on Ateneumin intendentti Timo Huusko. Suurin osa teok-sista on peräisin Kansallisgallerian kokoelmasta, mutta mukana on myös runsaasti lainoja muista museoista ja yksityiskokoelmista. Esillä on yli 200 teosta.

Näyttelyn yhteydessä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi julkaistava näytte-lyluetelo tuo esiin uutta tietoa ja tutkimusta Järnefeltin suvusta, perhees-tä, matkoista ja hänen kotioloistaan Suvirannassa. Kirjan on toimittanut Ateneumin amanuenssi Hanne Selkokari ja sen kirjoittajia ovat Timo Huusko, Anna-Maria von Bonsdorff, Julia Donner, Teemu Keskisarja, Minna Maijala, Tutta Palin ja Hanne Selkokari.

Suvun vaikutus suomalaiseen kulttuuri-elämään oli valtava

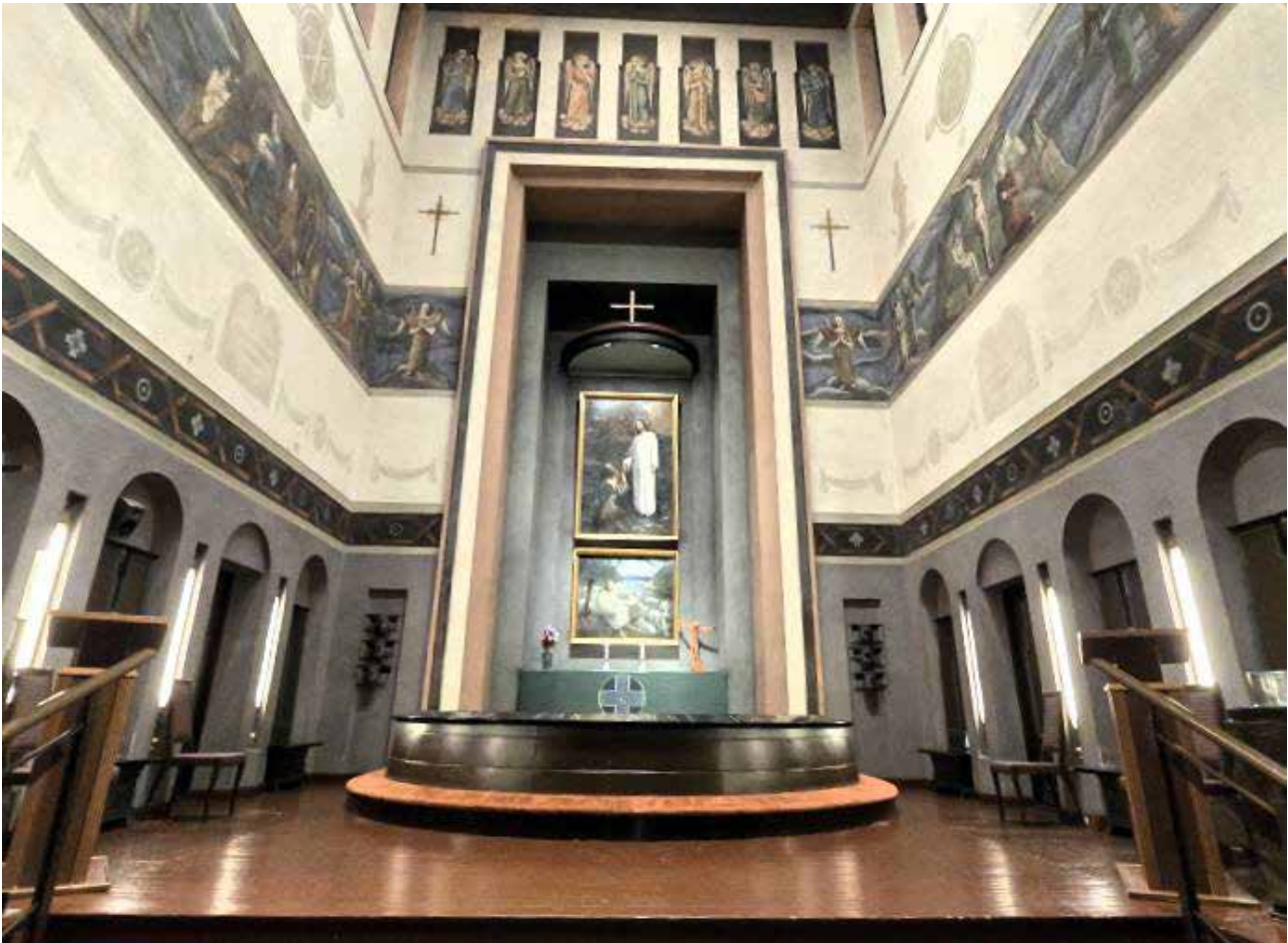
Näyttelyssä voi tutustua myös Järnefeltiin perheeseen ja lähisukuun, joiden vaikutus 1800- ja 1900-lukujen vaihteen taiteeseen ja kulttuuriin oli valtava. Järnefeltin sisarukset, kriitik-ko Kasper, kirjailija Arvid, muusikko Armas sekä myöhemmin Jean Sibe-liuksen puolisona tunnettu Aino muistetaan paitsi kuvataiteen, kirjallisuus-den ja musiikin tekijöinä, myös osana laajempaa kulttuuri-toimijoiden ver-kos-toa.

Eero Järnefeltin isä Alexander Järnefelt otti suomalaiskansallisen liikkeen kehittämisen elämäntehtäväkseen. Äiti Elisabeth Järnefelt muistetaan erityisesti kirjallisesta salongistaan, jonka tunnetuin osallistuja oli Juhani Aho. (Ateneum.fi)



# EERO JÄRNEFELTIN ALTTARITAUULUT

## Eero Järnefeltin näyttely avautuu Tikanojalla – alttaritaulut jäävät kirkkoihin



Jyväskylän Taulumäen kirkon alttari

Tikanojan taidekoti avaa 23. marraskuuta vaikuttavan näyttelyn, joka esittelee Eero Järnefeltin (1863–1937) tuotantoa. Näyttely tarjoaa kattavan katsauksen tämän suomalaisen mestarin taiteeseen, mutta yksi Järnefeltin teosryhmä jää tällä kertaa näkemättä: alttaritaulut.

On ymmärrettävää, että alttaritauluja ei voida siirtää näyttelyyn, sillä ne ovat suurikokoisia ja usein pysyvästi kiinnitetyjä osaksi kirkkojen sisustusta. Tämä ei kuitenkaan vähennä niiden taiteellista ja historiallista arvoa, ja näyttelyssä vierailijat pääsevät ihailemaan alttaritauluista otettuja kuvia.

### **Kuusi alttaritaulua neljällä vuosikymmenellä**

Eero Järnefelt maalasi elämänsä aikana kuusi alttaritaulua, jotka koristavat

kirkkoja eri puolilla Suomea. Hänen alttariteoksiaan voi ihailla muun muassa Keuruun uudessa kirkossa, Jyväskylän Taulumäen kirkossa, Littoisten kirkossa, Raahan kirkossa sekä Helsingin Johanneksenkirkossa.

Näistä tunnetuin lienee Jyväskylän Taulumäen kirkon alttaritaulu, joka on poikkeuksellinen kahden taideteoksen kokonaisuus. Yläosassa on Järnefeltin teos ”Kristus käy veden päällä” (1892–1893), joka säilyi ihmeellisesti Taulumäen ensimmäisen kirkon tulipalosta. Alempana kokonaisuutta täydentää jyvaskyläläisen Jonas Heiskan maalaus ”Jeesus – Hyvä Paimen” (1929).

Vaikka Järnefeltin alttaritauluja ei nyt pääse näkemään fyysisesti Tikanojan näyttelyssä, niistä välittyvä

harras tunnelma ja mestarillinen käsiala ovat nähtävissä näiden kuvien välityksellä.

Näyttely on avoinna Tikanojan taidekodissa 23.11.2024 alkaen.

*Erik (Eero) Nikolai Järnefelt (8. marraskuuta 1863 Viipuri – 15. marraskuuta 1937 Helsinki) oli suomalainen taidemaalari ja professori (1912). Järnefeltin tunnetuimpia töitä ovat maalaukset Kolm. maisemista ja muotokuvat aikansa merkikhenkilöistä.*

*Vasemmalla hänen omakuvansa.*







*Ylhäällä Liedon kirkon alttaritautu, alla Helsingin Johanneskirkon atttari*



## Klikkaa muutokseen? Clicktivismi ja slacktivismi



### Mikä on clicktivismi ja slacktivismi?

Oletko koskaan jakanut törkeää uutisartikkelia sosiaalisessa mediassa, allekirjoittanut online-vetoomuksen tai osallistunut digitaaliseen mielenosoitukseen?

Jos näin on, olet ehkä alitajuisesti osallistunut klikkivismin ja slacktivismin ilmiöihin.

Nämä tutkijoiden Jevgeni Morozovin ja Alice Marwickin vuonna 2017 keksimät termit kuvaavat aktivismin muotoa, jota toteutetaan verkossa. Kyse on tuen osoittamisesta aatteelle nap-

sauttamalla painiketta, jakamalla kuva tai kirjoittamalla kommentti. Se on yksinkertaista, nopeaa ja vaatii vain vähän sitoutumista.

Klikkivismi keskittyy yksittäisiin klikkauksiin, jotka muodostavat digitaalisen aktivismin perustan, kuten vetoomuksen allekirjoittamiseen tai linkin jakamiseen.

Slacktivismi on yleisempi termi, joka viittaa käsitykseen, että digitaalinen aktivismi on usein pinnallista eikä johda todelliseen muutokseen.

### Miksi se on ongelmallista?

Vaikka voi tuntua hyvältä tehdä jotain, vaikka kuinka pientä, sinulle tärkeän asian puolesta, kritisoidaan klikkivismisiä ja slacktivismisiä. Kriitikot uskovat, että:

Se ei korvaa todellista

toimintaa: napin painallus tai kuvan jakaminen ei ole sama asia kuin mielenosoitukseen osallistuminen, rahan lahjoittaminen tai poliittisiin prosesseihin osallistuminen.

Se voi luoda illuusion muutoksesta: Se voi antaa väärän tunteen siitä, että olet tehnyt jotain muuttaaksesi maailmaa, vaikka teoillasi ei olisi paljon vaikutusta.

Se voi heikentää syvällisempää sitoutumista: Tekemällä ”aktivistina” olemisesta niin helppoa, klikkivismi voi tehdä ihmisistä vähemmän todennäköisiä osallistumaan vaativampiin aktivismin muotoihin.

Sitä voidaan manipuloida: Suuria määriä napsautuksia ja tykkäyksiä voidaan käyttää päätöksentekoprosesseihin va-

ikuttamiseen ja väärän kuvan luomiseen yleisestä mielipiteestä.

Keskustelu ja demokratia Toinen klikkivismin ongelma on se, että se voi heikentää demokraattista prosessia. Terve demokratia edellyttää tietoon perustuvaa ja vivahteikasta keskustelua tärkeistä kysymyksistä. Kun luotamme yksinkertaisiin tykkäyspainikkeisiin ja nopeisiin reaktioihin sosiaalisessa mediassa, vaarana on, että menetämme kyvyn käydä syvempiä keskusteluja ja omaksua erilaisia näkökulmia.

### Mitä siis voimme tehdä?

On tärkeää muistaa, että digitaalinen aktivismi ei ole täysin hyödytöntä. Se voi olla tapa lisätä tietoisuutta tärkeistä asioista ja mobilisoida ih-

misiä. Mutta todellisen muutoksen luomiseen tarvitaan enemmän kuin vain muutama napsautus. Edistääksemme mielekkäämpää ja demokraattisempaa keskustelua voimme:

Osallistu paikallisiin asioihin: Osallistu paikallisiin kokouksiin, kirjoita poliitikoillemme ja osallistu vapaaehtoistyöhön.

Tue muutoksen puolesta toimivia organisaatioita: lahjoita rahaa, liity jäseneksi tai levitä sanaa työstään.

Syvennä osaamistamme: Lue sinulle tärkeistä asioista ja pyri ymmärtämään eri näkökulmia.

Käy kriittisiä keskusteluita muiden kanssa: Keskustele tärkeistä asioista ystävien, perheen ja työtovereiden kanssa.

# Kaikki ihokeliakiasta

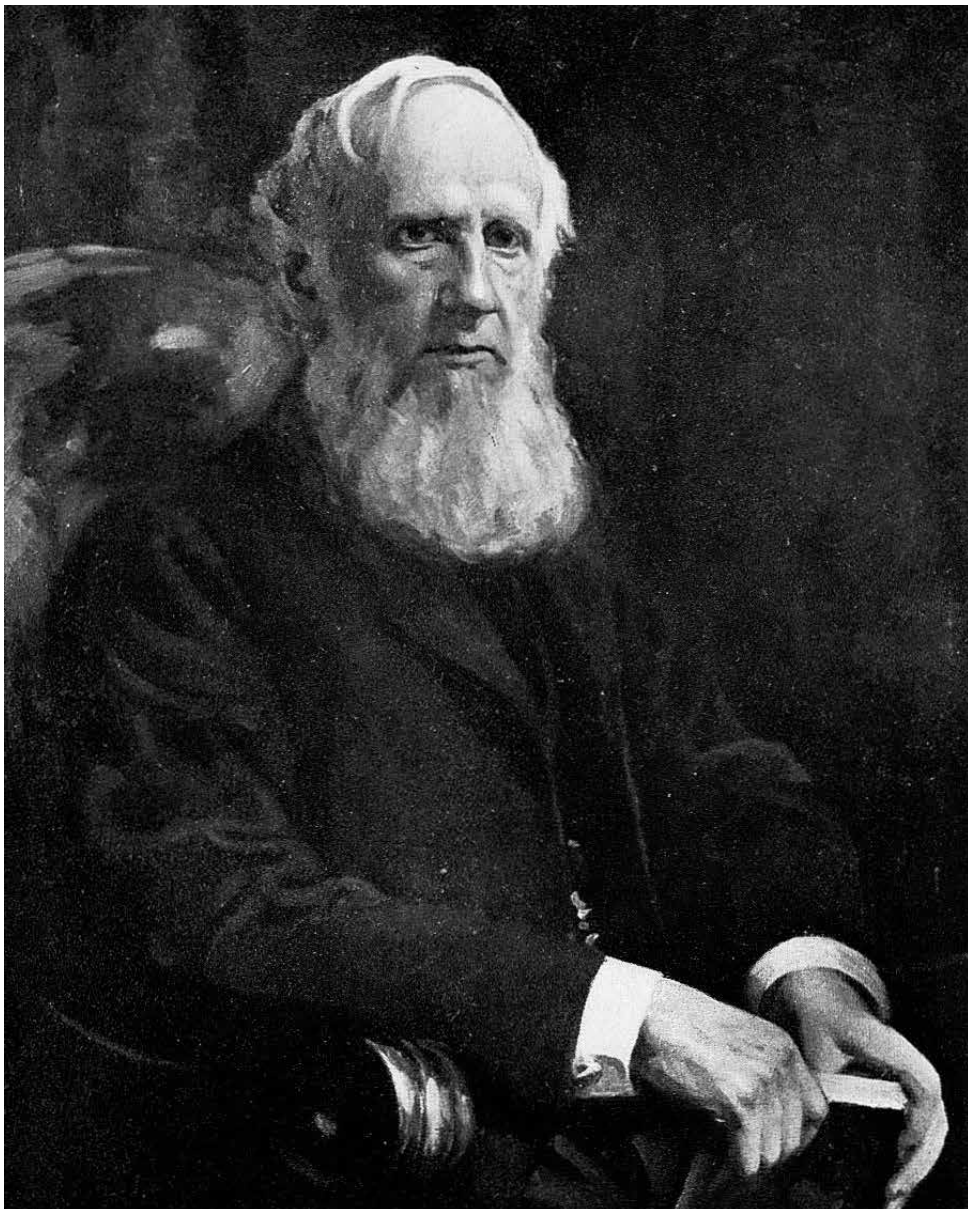
Ihokeliakia, ihossa oleva keliakian muoto, kuvattiin ensimmäistä kertaa vuonna 1884 amerikkalaisen ihosairauksien professorin Louis Adolphus Dühringin toimesta. Hän antoi taudille nimen ”Dermatitis herpetiformis”, jota maalimalla käytetään edelleen. Mutta pitkään tautia kutsuttiin myös Dühringin taudiksi.

Vuonna 1884 Louis Dühring julkaisi taudin 20-sivuisessa kirjassa. Tässä on johdanto hänen kuvaukseensa: ”Dermatitis Herpetiformis -nimellä ehdotan, että asetan useita ihosairauttapauksia, joita olen kohdannut ajoittain. Nämä tapaukset ovat tällä hetkellä enimmäkseen nimettömiä, ja niitä on pidetty ja diagnosoitu joko yhden tai toisen yleisimmän tunnetun sairauden, kuten ekseeman, herpesin tai pemfiguksen, outoina ilmenemismuotoina tai joissakin tapauksissa kuvaamattomina. taudit. Näistä huomautuksista voidaan päätellä, että tauti on harvinainen. Samaan aikaan olen kohdannut viimeisten viidentoista vuoden aikana riittävän määrän tapauksia, jotta on perusteltua katsoa, että tauti ansaitsee erityisen kuvauksen ja nimen. Tajusin ensimmäisen kerran, että tämä ihosairaus oli erikoinen jo vuonna 1871, mutta tuolloin havaittujen harvojen tapausten vuoksi oli vaikea luokitella tai hoitaa niitä tyydyttävästi. Sen jälkeen olen törmännyt useisiin muihin tapauksiin, jotka kuvaavat samaa ja muita taudin muunnoksia.”

Näin Louis Dühring kuvasi tämän taudin kutinaa vuonna 1884: ”Silmiinpistävin oire on kutina. Usein myös ihopoltosta valitetaan. Kutina on kuitenkin vallitseva ja on joka tapauksessa väkivaltainen tai jopa voimakas. Potilaat toteavat, että se on täysin suhteeton taudinpurkausten määrään nähden. Se on myös jatkuva kutina, joka saa sairastuneen henkilön naarmuuntumaan jatkuvasti. Se yleensä edeltää rakkuloiden puhkeamista eikä laannu ennen kuin leesiot ovat repeytyneet. Iäkkäät potilaat, jotka tuntevat taudin luonnollisen kulun, ovat ilmoittaneet minulle, että he eivät voi saada helpotusta ennen kuin vauriot ovat repeytyneet. Havainnostani minun pitäisi sanoa, että kutina oli sekä vakavampi että pysyvämpi kuin vesikulaarisessa ekseemassa. Vesikkelit ilmestyvät hitaasti, joten niiden täydellinen kehittyminen voi kestää useita päiviä tai viikon.”

Seuraavina vuosina Louis Dühring julkaisi useita kirjoituksia tästä taudista.

Vasta vuonna 1967 todettiin yhteys keliakian ja ihokeliakian välillä, ja siitä lähtien gluteenittomasta ruokavaliosta on



*Louis Adolphus Dühring (1845-1913), amerikkalainen lääkäri, joka 1860-luvulla tutki ihosairauksia Pariisissa, Lontoossa ja Wienissä ja avasi sitten ihosairauksien klinikan Philadelphiassa, Yhdysvalloissa.*

*Wikimedia Commons, Creative Commons Nimeä 4.0 Kansainvälinen*

tullut myös tämän sairauden ensisijainen hoitomuoto.

## Oireet

Ihokeliakia ja keliakia ovat siis sama sairaus. Ihokeliakia esiintyy ihossa, kun taas tyypillinen keliakia vaikuttaa suolistoon. Keliakian molemmat muodot aiheuttavat kuitenkin muutoksia myös suoliston ja ihon ulkopuolella.

Ihokeliakian oireita ovat pienet, vaaleanpunaiset rakkulat, joita esiintyy yleensä kyynärpään ja polvien ulkopuolella sekä selässä ja pakaroissa. Ihottuma on yleensä symmetrinen. Ihottumaa voi esiintyä myös muualla, kaulassa ja jopa kasvoissa.

Kutina on epämiellyttävä, vakava, voimakas ja sillä on selvästi kielteinen vaikutus elämänlaatuun. Nämä rakkulat voivat olla hyvin kutiavia ja epämukavia. Usein ihokeliakiaa sairastavilla ihmisillä voi olla univaikeuksia kutinan ja epämukavuuden vuoksi, ja heillä voi olla myös ongelmia ja arpia voimakkaan naarmuuntumisen vuoksi.

Lääketieteellisessä kirjallisuudessa on monia värikkäitä kuvauksia kutinaa.

Kirjassa ”Keliakia: piilotettu epidemia” Rory Jones puhuu kutinastaan: ”Kutsun sitä nyt ’seitsemänvuotiaaksi kutinakseni’. Kutina oli niin paha, että halusin naarmuttaa jalkojani. Se piti minut hereillä



*Kyynärpäiden ihottuma voi olla aika mitätön ihokeliakian rauhallisessa vaiheessa. Tästä huolimatta kutina voi olla kiusallista.*

öisin. Käytin pitkähihaisia paitoja ja housuja yhdeksänkymmenenviiden asteen kuumuudessa peittääkseni purkaukset. Monet voiteet ja voiteet eivät pysäyttäneet kutinaa, joka kulutti yhä enemmän valveillaoloaikaani. Oli tiettyä ironiaa, kun käytin sekä vasenta että oikeaa kättäni raapimaan peilimäisiä purkauksia yhdessä.

Lopullinen johtopäätös ”selittämättömän ihotulehdukseni” syystä oli ”stressi”. Koska ihomme on elävä hengityselin, johon vaikuttaa sekä fyysinen että henkinen terveytemme, se alkoi ymmärtää äreitä, univajeisia aivojani. Seitsemän vuoden kutinan, nivelkipujen ja jatkuvan väsymyksen jälkeen, jos ei muuta, olin ehdottomasti stressaantunut.

*Kutsun sitä nyt ”seitsemänvuotiaaksi kutinakseni”. Kutina oli niin paha, että halusin naarmuttaa jalkojani. Se piti minut hereillä öisin. Käytin pitkähihaisia paitoja ja housuja yhdeksänkymmenenviiden asteen kuumuudessa peittääkseni purkaukset. Siinä oli tiettyä ironiaa, kun raaputin sekä vasenta että oikeaa kättäni symmetrisiä purkauksia rinnakkain.”*

### **Epidemiologia**

Ihokeliakia on lapsilla ja nuorilla erittäin harvinainen. Keski-ikä alkaessa on noin 50 vuotta. Tauti on miehillä hiukan tavallisempu. Vanhin potilas, jolla oli diagnosoitu tämä tauti, oli yli 80-vuotias.

40 vuoden seuranta Suomessa osoitti, että keski-ikä diagnosoituhetkellä oli 70-luvulla

noin 35 vuotta ja nousi sitten vähitellen lähes 50 vuoteen. Samalla tauti on tullut yhä harvinaisemmaksi. Syynä tähän voi olla se, että gluteenin saanti on puolittunut tänä aikana.

Kaikista keliakikoista hieman yli joka kymmenennellä on ihokeliakia.

Ihokeliakiaa sairastavilla ihmisillä on harvoin vakavia oireita, jotka viittaavat yleiseen keliakiaan. Jos tauti vaikuttaa ihoon, se näyttää vaikuttavan ohutsuoleen pienessä määrin. Mutta jos teet gastroskopian saadaksesi ohutsuolen näytteitä, näet tyypillistä villus-atrofiaa useimmilla ihokeliakiapotilailla, kun taas pienemmällä osalla on hyvin hienovaraisia muutoksia.

### **Diagnostiikka**

Ihokeliakian diagnosointi voi olla vaikeaa, koska oireet voivat olla samanlaisia kuin muut ihosairaudet, kuten ekseema tai psoriaasi. Ihomuutosten sijainti on kuitenkin hyvin tyypillinen - pahimmat muutokset löytyvät yleensä kyynärpäiden, polvien ja pakaroiden ulkopuolelta.

Lopullinen diagnoosi saadaan ottamalla näyte terveestä ihosta, joka sitten tutkitaan immunofluoresenssimenetelmällä.

Jos tehdään gastroskopia ohutsuolen limakalvonäytteiden saamiseksi, nähdään tyypillistä villus-atrofiaa useimmilla ihokeliakiapotilailla, kun taas pienemmällä osalla on vain hyvin hienovaraisia muutoksia. Koska diagnoosi on kuitenkin varma jo ihobiopsialla, ohutsuolen koepaloja ei tarvitse tutkia ihokeliakiassa.

### **Hoito**

Gluteenin ruokavalio on myös tämän keliakian muodon hoito. Ja ruokavalio on elinikäinen. Kaura on sallittua, mutta sen on

oltava puhdas kaura, joka ei sisällä muiden jyvien epäpuhtauksia.

Mutta gluteenitonta ruokavaliota on noudatettava erittäin tiukasti. Ja vaikka ruokavaliota noudatettaisiin, voi kestää kauan, ennen kuin ihottuma ja kutina katoavat. Se voi kestää viikkoja tai kuukausia, mutta kahden vuoden gluteenittoman ruokavalion jälkeen kutina ja ihottumat ovat yleensä poissa.

Mutta ei ole helppoa taistella kutinaa vastaan viikkoja tai kuukausia tiukasta ruokavaliosta huolimatta. Siksi lääkitystä tarvitaan melko usein ruokavalion täydennyksenä, ainakin jonkin aikaa.

Käytettyä lääkettä kutsutaan dapsoniksi. Tämä on sulfonivalmiste, jolla on antibioottisia ominaisuuksia. Dapsonilla on arvokas rooli spitaalain ja malarian hoidossa.

On epäselvää, miksi dapsoni auttaa ihon keliakian kutinaa. Mutta vaikutus on silmiinpistävä. Muutaman päivän hoidon jälkeen kutina lievittyy. Tavallinen annos aikuisille on 25 - 50 milligrammaa päivässä, joskus annosta voidaan nostaa 100 milligrammaan. Koska gluteenittomalla ruokavaliolla on kuitenkin vaikutusta, dapsoniannosta voidaan pienentää ja yleensä lopettaa parin vuoden kuluttua.

Dapsonilla on paljon sivuvaikutuksia, minkä vuoksi lääkitystä ei ehdottomasti tule käyttää tarpeettomasti. Vakavin sivuvaikutus on methemoglobinemia, joka on veren hemoglobiinin muutos, joka heikentää veren kykyä kuljettaa happea ja kynnet värjäävät veren siniseksi, mikä voi aiheuttaa ihonvärin ja sinisten huulten ja kynsien muutoksen. Muut lääkkeet voivat myös aiheuttaa methemoglobiinia, kuten trimetopriimi, metoklopramidi ja useat anestesia-aineet.

Dapsonilla on muita sivuvaikutuksia, kuten maksatulehdus.

Dapsonihoitoja tekevät Suomessa ihotautilääkärit. Säännölliset laboratoriotokokeet ovat välttämättömiä sivuvaikutusten riskin vuoksi.

Lopuksi on syytä huomauttaa: Vaikka dapsoni on tehokas ihon keliakian aiheuttamia oireita vastaan, lääkitys ei todellakaan ole vaihtoehto gluteenittomalle ruokavaliolle.

### **Ennuste**

Niin kauan kuin ihokeliakia on diagnosoimaton ja hoitamaton, sillä on suuri vaikutus henkilön elämänlaatuun. Voimakas kutina pitää potilaan hereillä, millä on monia haitallisia seurauksia.

Mutta kun ihokeliakiadiagnoosi on tehty ja tiukka gluteeniton ruokavalio aloitettu, ennuste on pitkällä aikavälillä hyvä. Potilas voi elää normaalia elämää, tauti ei vaikuta elinajanodotteeseen, ja seurausten riski on minimaalinen. Itse asiassa suomalainen



*Maratin kuolema, Jacques-Louis Davidin maalaus. Public Domain*

### **Jean-Paul Marat ja ihokeliakia**

*Jean-Paul Marat (1743-1793) oli ranskalainen lääkäri, tiedemies ja vallankumouksellinen, yksi Ranskan vallankumouksen johtohahmoista.*

*Elämänsä viimeisten viiden vuoden aikana häntä vaivasi voimakkaasti kutiava ihottuma. Ainoa helpotus, jonka hän sai oli kylpyammeessa, jossa hän vietti viimeiset vuotensa koko päivän. Siellä hän otti vastaan vieraansa, ja siellä hän kirjoitti vallankumoukselliset sanomalehtiartikkelinsa, jotka julkaistiin omassa sanomalehdessään "L'ami du peuple". Hän oli saanut monia poliittisia vihollisia, ja yksi heistä oli Marie-Anne Charlotte de Corday d'Armont.*

*Ja kylpyammeessa hän luki sanomalehteä sillä hetkellä, kun hänen elämänsä päättyi äkillisesti ja väkivaltaisesti. Charlotte Corday murhasi hänet kylpyammeessa. Hän työnsi keittiöveitsen hänen rintaansa. Charlotte Corday pidätettiin välittömästi, tuomittiin kuolemaan ja teloitettiin sitten julkisesti giljotiinilla. Murha aiheutti terrorin ajan Ranskassa, noin 1400 ihmistä teloitettiin, muun muassa kuningatar Marie Antoinette.*

*Hänen lukemansa sanomalehti, hänen oma "L'ami du peuple", säilytetään Bibliothèque Nationale de Francessa Pariisissa. Ja sanomalehdessä oli veren tahroja, jotka DNA-testit suoritettiin. Sanotaan, että monet tartuntataudit voitaisiin sulkea pois, vaikkakaan ei täydellä varmuudella. Valitettavasti HLA-testejä ei tehty keliakian varalta.*

*Maratin ihosairaus on herättänyt paljon kiinnostusta ja asiantuntijalääkärit ovat viettäneet paljon aikaa diagnoosin määrittämiseen. On paljon viitteitä siitä, että diagnoosi oli ihokeliakia, mukaan lukien ihottuman ulkonäkö ja sijainti. Hän oli myös laihtunut huomattavasti, mikä viittaa keliakiaan liittyvään aliravitsemukseen.*

tutkimus osoitti, että hoidettua ihokeliakiaa sairastavat elävät hieman pidempään kuin terveet ihmiset. Sairaus, joka pidentää elämää, voi olla lohtu ja rohkaisee pitämään huolellista ruokavaliota.

Jälkitautilien riski on minimaalinen, mutta se on olemassa. Ensimmäisinä vuosina diagnoosin jälkeen (kun gluteenittoman ruokavalion suojaava vaikutus ei ole vielä vaikuttanut) pahanlaatuisten sairauksien,

kuten lymfooman, riski on hiukan lisääntynyt.

Lymfooma, musolmukeesyöpä, imukudoksesta peräisin oleva pahanlaatuinen sairaus. Lymfooma voi olla vakava, mutta onneksi harvinainen hoitamattoman keliakian ja ihokeliakian komplikaatio. Kaksi päätyyppiä ovat Hodgkinin lymfooma ja Non-Hodgkinin lymfooma, jota voi esiintyä keliakiassa ja ihokeliakiassa.

Keliakia, mukaan lukien ihokeliakia, on autoimmuunisairaus, mikä tarkoittaa, että keliakiaa sairastavilla ihmisillä on lisääntynyt riski saada muita autoimmuunisairauksia. Tällaisia sairauksia ovat tyypin I diabetes, kilpirauhasen sairaudet ja ihosairaudet, kuten alopecia areata.

# Ihmelääke Ozempic auttaa kaikkeen? Ei auta, mutta...

Ozempic – huume, joka on valloittanut maailman myrskyn ja josta on nopeasti tullut keskustelunaihe sekä lääketieteellisissä piireissä että suuren yleisön keskuudessa.

Käytetään ensisijaisesti tyyppin 2 diabeteksen hallintaan, mutta se liittyy myös laihtumiseen, parantuneeseen sydämen terveyteen ja viimeksi siinä toivossa, että sillä voi olla jopa hidastava vaikutus Alzheimerin tautiin. Tämä lääke on herättänyt monia kysymyksiä sen potentiaalista ja myös joitain huolenaiheita sen sivuvaikutuksista ja eettisistä vaikutuksista. Onko Ozempic todella ihmelääke, joka voi ratkaista kaiken – vai onko syytä suhtautua siihen tietyllä skeptisyydellä?

## Mitä Ozempic oikein on?

Ozempic ei ole vain uusi villityslääke laihtumiseen. Pohjimmiltaan se on lääke tyyppin 2 diabeteksen hoitoon, ja sen vaikuttava aine, semaglutidi, on niin kutsuttu GLP-1-reseptoriagonisti. Tämä aine jäljittelee kehon luonnollista hormonia, joka auttaa säätämään verensokeritasoa. Stimuloimalla insuliinin eritystä, kun verensokeri on koholla, ja vähentämällä sokerin tuotantoa maksasta, Ozempic auttaa diabeetikkoja hallitsemaan sairauttaan. Verensokerin pitäminen hallinnassa on ratkaisevan tärkeää pitkäaikaisten komplikaatioiden, kuten hermovaurioiden, munuaisongelmien ja sydänsairauksien, välttämiseksi. Siinä mielessä Ozempic on selkeä menestys.

Mutta mikä todella teki Ozempicista puheenaiheen, oli sen odottamaton vaikutus ruumiinpainoon. Monet tutkimukset ovat osoittaneet, että Ozempicia käyttävien potilaiden paino voi laskea merkittävästi.

Ihmisille, jotka kamppailevat liikalihavuuden kanssa - ongelma, joka usein kulkee käsi kädessä tyyppin 2 diabeteksen kanssa - tämä on houkutteleva sivuvaikutus. Ja ehkä tästä ihmelääkeistä syntyi.

## Ozempicin hyödyt - ei vain painosta

Ozempicin painoa vähentävä vaikutus on osoittautunut lisäbonukseksi, mutta on muitakin näkökohtia, jotka on otettava huomioon. Lääke voi vaikuttaa positiivisesti korkeaan verenpaineeseen ja sepelvaltimotautiin, koska Ozempic parantaa insuliiniherkkyyttä ja vähentää tulehdusta kehossa – tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa suoraan sydän- ja verisuoniterveyteen.

Tämä merkitsee merkittävää parannusta monien elämänlaatuun, eikä ole liioiteltua sanoa, että Ozempicilla voi todellakin olla suuri vaikutus tyyppin 2 diabetesta tai liikalihavuutta sairastavien ihmisten terveyteen.

5 kg: n painonpudotus on terveellistä useimmille meistä, ja Ozempicin avulla tällainen laihtuminen on helppo saavuttaa. Jotta painonpudotus olisi pysyvää, tämä voi kuitenkin olla pahempaa ja saattaa tarkoittaa, että sinun on käytettävä Ozempicia koko ajan.

Yllättävämpi löytö on Ozempicin mahdollinen vaikutus Alzheimerin tautiin. Tutkimukset viittaavat siihen, että semaglutidilla voi olla neuroprotektiivinen vaikutus, mikä tarkoittaa, että se voi auttaa suojaamaan aivosoluja ja mahdollisesti hidastamaan Alzheimerin taudin etenemistä. Tietenkin ajatus siitä, että diabeteslääkkeellä voi olla hyötyä myös aivojen terveydelle, herättää toiveita - ja skeptisyyttä.

Kuten kaikilla lääkkeillä, Ozempicilla on omat sivuvaikutuksensa. Yksi yleis-



simmistä valituksista on pahoinvointi ja muut vatsaongelmat, erityisesti hoidon alussa. Vakavampia riskejä ovat haimatulehdus, harvinaisen mutta vakava sivuvaikutus. Ehkä silmiinpistävin sivuvaikutus, joka on herättänyt huomiota, on kuitenkin ”Ozempic-kasvot”. Tämä termi viittaa kasvojen rakenteen muutoksiin, joita jotkut käyttäjät ovat kokeneet laihtuksen jälkeen lääkkeen avulla.

Kun kehon rasva vähenee nopeasti - mikä tapahtuu usein, kun laihdutetaan paljon lyhyessä ajassa - se voi johtaa kasvojen volyymin menetykseen. Tämän aiheuttaa ihon roikkumisen ja kasvojen ikääntymisen. Lääkkeelle, jonka on tarkoitus parantaa terveyttä, tämä sivuvaikutus voi tuntua paradoksaaliselta: saatat tuntea olosi terveemmäksi, mutta peilikuva osoittaa toisin.

Ja on tärkeää tietää, että

tietoa Ozempicin sivuvaikutuksista hyvin pitkäaikaisessa käytössä ei tunneta. Mitä tapahtuu, jos käytät Ozempicia vuosikymmeniä. Kukaan ei voi tietää sitä vielä tässä vaiheessa.

Ozempic herättää paljon kysymyksiä paitsi terveydestä myös etiikasta ja yhteiskunnasta. Tärkeä näkökohta on lääkkeen hinta ja saatavuus. Ozempic on kallis, ja monille ihmisille hinta voi olla ratkaiseva tekijä siinä, voivatko he saada lääkkeitä. Tämä luo potentiaalista eriarvoisuutta terveydenhuollossa, jossa hoito, joka voisi hyödyttää monia ihmisiä, ei välttämättä ole saatavilla pienituloisille.

Lisäksi on olemassa riski, että diabetesta sairastavat henkilöt käyttävät Ozempicia ainoastaan laihtuttamiseen. Sairauteen tarkoitettua lääkettä tulee joissakin piireissä oikotie ohuempaan ulkonäköön, mikä voi

johtaa riippuvuuteen ja sivuvaikutuksiin terveillä ihmisillä. Kysymys kuuluu, onko tämä yhteiskunnan ongelma vai onko se yksilön päätettävissä. Joka tapauksessa se muistuttaa meitä siitä, miten monimutkaista lääketieteen etiikka voi olla ja miten vaikeaa on vetää raja välttämättömän ja pelkästään toivottavan välille.

Ozempic on kiistatta mullistanut tyyppin 2 diabeteksen hoidon, ja sillä on osoitettu olevan merkittäviä etuja painonpudotuksessa ja sydämen terveydelle. On vaikea sulkea silmiä tämän lääkkeen potentiaalista - ei vain yksilöille vaan koko terveydenhuoltojärjestelmälle. Mutta ihmelääketiede on ehkä liioittelua.

Ozempic ei ratkaise kaikkea, ja on tärkeää ymmärtää, että lääkitykseen liittyy riskejä ja eettisiä kysymysmerkkejä. Ozempicin kasvot ovat muistutus siitä, että kaikella muutoksella on haittapuolensa, ja lääkkeen hinta ja saatavuus muistuttavat meitä terveydenhuollossa edelleen vallitsevasta eriarvoisuudesta.

Ehkä Ozempic on enemmän aikamme lääketieteellisten pyrkimysten symboli: tehokas työkalu, joka oikealla käsittelyllä voi auttaa monia, mutta joka myös muistuttaa meitä siitä, kuinka tärkeää on ottaa askel taaksepäin ja nähdä kokonaiskuva. Tulevaisuus näyttää, oliko Ozempic lääketieteellinen villitys vai pitkäaikainen ratkaisu suurimpiin terveysongelmiimme – siihen asti meidän pitäisi ottaa tämä ”ihme” vastaan silmät auki ja terveellä varovaisuudella.

Ozempic on reseptilääke. Sitä tavataan Suomessa, mutta siitä on tullut niin suosittu, että sitä voi joskus olla vaikeaa saada. Kuukauden hoito maksaa yli 100 €.



# **RUSSIAS WAR AGAINST UKRAINE**

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



# VENÄJÄN INFLAATIO

## Ruplan, hyperinflaation ja pyhän väliintulon ihme: Venäjän taivaallinen talouspolitiikka

Kun talous on syöksykierteessä, setelipainot käyvät kuumina ja rupla on romahtamisen partaalla, mitä tehdään? Venäjällä vastaus on osoittautunut yhtä luovaksi kuin epätoivoiseksi: turvaututaan Jumalaan. Ortodoksinen kirkko, patriarkka Kirillin johdolla, on ottanut tehtäväkseen ratkaista maan talouskriisin – ei talousuudistuksilla tai rahoituspoliittisilla toimilla, vaan rukouksilla. Kyllä, rukouksilla inflaatiota vastaan, ruplan vahvistumisen puolesta ja dollaria vastaan.

### Talous liukuu – mitä on tapahtunut?

Tämän taivaallisen intervention taustalla on maanpäällinen todellisuus. Kreml väittää virallisesti, että inflaatio Venäjällä on 8 %. Jo se on ongelmallista tavalliselle kansalaiselle, mutta virallisten lukujen takana piilee toinen todellisuus: joidenkin arvioiden mukaan todellinen inflaatio on jopa 50 %, ja hyperinflaatio kolkuttelee ovelta.

Mikä on syynä? Yksi merkittävä tekijä on setelipainojen ylikierrokset. Ukrainan sodan rahoittaminen on vaatinut valtavia summia, ja valtio on katsonut parhaaksi painaa lisää rahaa kustannusten kattamiseksi. Lisäksi armeijan värväytyneille on raportoitu maksettavan

valtavia bonuksia – jopa kolme miljoonaa ruplaa per sotilas. Tämä yhdistelmä on nostanut hintoja, heikentänyt ruplaa ja luonut noidankehän, jossa korot nousevat ja valuuttaan kohdistuva epäluottamus kasvaa.

Venäjän keskuspankki on vastannut nostamalla ohjauskorkoa 21 prosenttiin, ja vuoden loppuun mennessä se voi nousta jopa 25 prosenttiin. Rupla on menettänyt arvoaan dollariin nähden 20 % vain muutamassa viikossa, ja maan talous näyttää olevan syöksykierteessä.

### Jumala talousasiantuntijana

Kun talouspolitiikka ja pragmaattiset ratkaisut eivät enää tunnu riittävän, ei ehkä ole yllättävää, että Venäjä kääntyy korkeamman voiman puoleen. Patriarkka Kirill, joka tunnetusti on aina valmis seuraamaan Kremlistä tulevia ohjeita, on määrännyt erityisiä rukouksia inflaatiota vastaan. Näitä rukouksia pidetään alkuun luostareissa ilman maallikoiden läsnäoloa – ehkä siksi, ettei talouskriisin laajuus herättäisi lisää huolta.

Mutta tämä on vasta alkua. Jos alkuvaiheen rukoukset eivät tuota tulosta, kaikki Venäjän kirkot mobilisoidaan tässä hinnannousuja vastaan suunnatussa taistelussa. Samanaikaisesti rukoillaan myös „dollarin kukistamisen“ ja ruplan vahvistumisen puolesta. Ikään kuin valuuttamarkkinat reagoisivat



pyhään veteen ja ristinmerkkeihin.

Entä jos tämäkään ei auta? Silloin luovassa on jotain vielä näyttävämpää: massiivinen uskonnollinen kulkue Moskovan tai Pietarin kaduilla, jonka tarkoituksena on suojella Venäjää ja sen kansaa taloudellisilta vaikeuksilta.

### Karua kontrastia todellisuuteen

On vaikea olla kohtamatta kulkueita tällaisille toimenpiteille. Samaan aikaan kun muu maailma kamppailee inflaation kanssa korkojen nostolla, finanssipoliittisilla ja kansainvälisellä yhteistyöllä, Venäjä

luottaa hengellisiin ratkaisuihin. Taloustieteilijät analysoivat tavaroiden, palvelujen ja pääoman liikkeitä, kun taas patriarkka Kirill todennäköisesti etsii vastauksia psalmeista.

Mitä tämä kertoo Venäjän taloudellisesta tilasta? Parhaimmillaan kyseessä on symbolinen ele, yritys luoda toivoa väestölle, joka tuntee kriisin vaikutukset yhä pahemmin. Pahimmillaan tämä on tragikoominen osoitus siitä, että hallinnolla ei ole todellisia keinoja tilanteen ratkaisemiseksi.

### Inflaation uusi vihollinen: kulkueet ja

### rukoukset

Ajatus siitä, että uskonnollinen kulkue voisi vahvistaa ruplaa ja laskea hintoja, vaikuttaa useimmista absurdilta, mutta se kuvastaa Venäjän laajempia ongelmia. Maan talous on niin kietoutunut sodan kustannuksiin, korruption ja poliittiseen epävarmuuteen, ettei perinteisillä keinoilla enää näytä olevan vaikutusta.

Jos rukoukset ja kulkueet todella ratkaisivat nämä ongelmat, se jää nähtäväksi. Mutta jos edes Jumala ei kykene pelastamaan ruplaa sen vapaapudotukselta, kuka sitten pystyy?

# VENÄJÄN TALOUS

## Onko hyperinflaatio tulossa Venäjällä?

### Analyyysi Venäjän talouskriisistä

Venäjän taloudella on edessään yksi nykyajan suurimmista haasteista. Ukrainan hyökkäystä seuranneet talouspakotteet yhdistettynä yhä eristyneempään asemaan maailmanmarkkinoilla ovat luoneet täydellisen myrskyn Venäjän ruplalle.

Ohjauksen jyrkkä nosto 21 prosenttiin ja mahdolliset lisänostot ovat selvä merkki siitä, että Venäjän keskuspankki yrittää taistella hallitsematonta inflaatiota vastaan.

### Viralliset tilastot vs. todellisuus

Venäjän hallitus ilmoittaa inflaation olevan noin 8%. Taloustieteilijät ja asiantuntijat ovat kuitenkin yhtä mieltä siitä, että tämä luku ei vastaa todellista tilannetta. Tavaroiden, erityisesti elintarvikkeiden ja muiden perushyödykkeiden, kasvava kysyntä yhdistettynä toimitusketjujen häiriöihin on johtanut hintojen merkittävään nousuun. Monet venäläiset todistavat, että elintarvikkeiden ja muiden perushyödykkeiden hinnat ovat yli kaksinkertaistuneet viimeisen vuoden aikana.

### Setelipuristimet käyvät kuumina

Ukrainan sodan rahoittamiseksi ja öljyn ja kaa-

sun viennistä saatavien tulojen vähenemisen kompensoimiseksi Venäjän hallitus on joutunut painamaan suuria määriä rahaa. Tämä on johtanut liikkeessä olevan rahan tarjonnan jyrkkään kasvuun, mikä puolestaan kiihdyttää inflaatiota. Vapaa valuuttakauppa on poistettu, ja rupla on heikentynyt jyrkästi muihin valuuttoihin nähden. Vaikka virallinen valuuttakurssi on 100 ruplaa dollaria kohti, käytännössä venäläisten on mahdollista ostaa dollareita tällä kurssilla.

### Väestö paniikissa

Taloudellinen epävarmuus on lisännyt Venäjän väestön ahdistusta. Monet venäläiset yrittävät suojata säästöjään ostamalla fyysistä omaisuutta, kuten asuntoja ja elintarvikkeita. Tattarin hamstrausilmiö, joka on venäläisen ruokavaliion peruselintarvike, on yleistynyt.

### Hyperinflaation riski

Hyperinflaation riski Venäjällä on suuri. Historiallisesti maat, jotka ovat kärsineet vastaavista talouskriiseistä, ovat usein kokeneet hyperinflaatiota. Hyperinflaatio on erittäin korkea inflaatio, joka voi johtaa maan talouden täydelliseen romahkamiseen. Hyperinflaation välttämiseksi Venäjän hallituksen on ryhdyttävä voimakkaisiin toimenpiteisiin talouden vakauttamiseksi ja sijoittajien ja väestön luottamuksen palauttamiseksi.

Hyperinflaatio voi tapahtua hyvin nopeasti, jolloin väestö kärsii jostakin, jota voitaisiin kutsua massapsykoosiksi, ja



kaikki kiirehtivät kauppoihin samanaikaisesti päästäkseen eroon lähes arvottomista seteleistään.

Tämä ei ole jotain uutta Venäjällä. 90-luvun alussa Venäjällä oli yli 1000%:n inflaatio. Lyhyessä ajassa rupla menetti yli 90% arvostaan.

Korkea inflaatio, ulkomaisen valuutan saatavuuden heikkeneminen ja lisääntynyt epävarmuus ovat suuri uhka Venäjän väestön elintalolle. Jos Venäjän hallitus ei onnistu kääntämään suuntausta, maa on vaarassa ajautua syvään talouskriisiin, jolla on pitkäaikaisia seurauksia. Pahin mahdollinen seuraus on hyperinflaatio.

### Mahdollisen hyperinflaation seuraukset Venäjän väestölle

Hyperinflaatiolla, erittäin korkealla inflaatiolla, olisi tuhoisia seurauksia Venäjän väestölle. Tässä on joitain todennäköisimpiä

tuloksia:

Huomattavasti heikentynyt ostovoima: Raha menettää nopeasti arvonsa, mikä tarkoittaa, että palkoista ja säästöistä tulee arvottomia. Paniikin ostaminen kiihtyy, ihmiset ostavat kaiken mitä voivat, kunhan saat jotain ruplaan ja lopulta kaikki hyllyt ovat tyhjiä. Ihmiset eivät enää pysty ostamaan tavaroita ja palveluja, joita he tarvitsevat selviytyäkseen.

Sosiaaliset levottomuudet ja epävakaus: Talouskriisi johtaa usein yhteiskunnallisiin levottomuuksiin ja poliittiseen epävakauteen. Tyytymättömyys hallitukseen voi lisääntyä, mikä voi johtaa mielenosoituksiin ja mielenosoituksiin.

Nälkä ja aliravitsemus: Elintarvikkeiden korkeat hinnat vaikeuttavat ihmisten saada tarpeeksi ruokaa. Tämä voi johtaa nälkään ja aliravitsemuk-

seen, erityisesti lasten ja vanhusten keskuudessa.

Elinikäisten säästöjen menetys: Eläkkeet, säästötilit ja muut säästöt pyyhitään pois. Monet ihmiset menettävät kaiken, minkä eteen he ovat työskennelleet koko elämänsä ajan.

Pakeneminen maasta: Monet yrittävät lähteä maasta löytääkseen paremmat elinolot. Tämä voisi johtaa joukkopakenoon ja aiheuttaa lisäongelmia naapurimaille.

Yhteiskunnan hajominen: Hyperinflaatio voi johtaa yhteiskunnan hajoomiseen rikollisuuden ja väkivallan lisääntyessä.

Luottamuksen menetys talousjärjestelmään: Ihmiset menettävät luottamuksensa talousjärjestelmään ja Venäjän ruplaan. Tämä voi johtaa vaihtokaupan tai vaihtokaupan lisääntymiseen käyttöön.

## FM SERGEY LAVROVIN LAUSUNTO SUOMESTA

## UM Sergey Lavrov on väärässä

**Kommentti:**

Venäjän ulkoministerin Sergei Lavrovin tuoreet kommentit Suomesta Tucker Carlsonin haastattelussa paljastavat syvästi virheellisen käsityksen historiasta, kansainvälisistä suhteista ja globaalien liittoutumien muuttuvasta dynamiikasta. Hänen väitteensä, jotka syyttävät Suomea paluusta 20. vuosisadan alun uskollisuuksiin, ovat yhtä epätarkkoja kuin tulehduttaviakin.

Lavrovin lausunto viittaa siihen, että Suomen päätös liittyä Natoon vuonna 2023 johtui piilevästä vihamielisyydestä Venäjää kohtaan, rinnastaen Suomen modernin linjauksen sen toimiin toisen maailmansodan aikana, jolloin se teki väliaikaisesti yhteistyötä natsi-Saksan kanssa. Tämä vertailu paitsi vääristää historiallista todellisuutta myös jättää huomiotta kontekstin ja motiivit Suomen viimeaikaisen valintojen takana.

**Nato-jäsenyyden konteksti**

Suomi oli vuosikymmeniä puolueettomuuden ruumiillistuma. Toisen maailmansodan jälkeen Suomi kulki herkällä nuoralaköydellä säilyttäen ystävälliset suhteet Neuvostoliittoon ja myöhemmin Venäjään samalla integroituen länsimaisiin taloudellisiin ja kulttuurisiin rakenteisiin. Lavrovin nostalginen kuvaus saunadiplomatiasta ja jääkiekko-otteluis-

ta heijastaa tätä pragmaattisen rinnakkaiselon aikaa.

Maailma muuttui kuitenkin dramaattisesti vuonna 2022, kun Venäjä aloitti provosoimattoman hyökkäyksensä Ukrainaan. Tämä hyökkäys ravisteli Eurooppaa sen ytimiä myöten ja sai kansakunnat arvioimaan uudelleen turvallisuusstrategioitaan. Suomelle, jolla on pitkä yhteinen raja Venäjän kanssa, hyökkäys oli karu muistutus sen haavoittuvuudesta. Muistot talvisodasta (1939–1940), jolloin Suomi vastusti sankarillisesti Neuvostoliiton hyökkäystä, nousivat uudelleen pintaan. Tämä historiallinen kokemus yhdistettynä Ukrainan konfliktin järkyttävään raakuuteen muutti Suomen yleistä mielipidettä perusteellisesti.

Ennen vuotta 2022 merkittävä enemmistö suomalaisista vastusti Nato-jäsenyyttä. Viikkoja sen jälkeen, kun Venäjä hyökkäsi Ukrainaan, vastustus muuttui ylivoimaiseksi tueksi liittoumaan liittymiselle. Lavrovin narratiivi jättää tämän muutoksen sopivasti huomiotta, mikä viittaa siihen, että Suomen päätöstä ajoi vihamielisyys eikä välttämättömyys.

**Hitler-vertailu: väärä ja loukkaava analogia**

Ehkä räikeintä Lavrovin lausunnossa on hänen ehdotuksensa siitä, että Suomen Nato-jäsenyys linjaisi sen

Adolf Hitlerin ideologian kanssa. Tämä väite on sekä historiallisesti epätarkka että syvästi loukkaava.



WCommons. Public Domain

Toisen maailmansodan aikana Suomen väliaikainen yhteistyö natsi-Saksan kanssa oli selviytymiskysymys, ei ideologia. Neuvostoliiton hyökättyä talvisodassa Suomi haki apua kaikkialta, jopa Saksasta, suojellakseen suvereniteettiaan. Kumppanuus oli mukavuuskumppanuus ja laajuudeltaan rajallinen. Toisin kuin akselivallat, Suomi ei omaksunut fasismia tai Hitlerin laajempaa agenda.

Vertailu hajoaa entisestään, kun sitä sovelletaan nykypäivän geopolitiiseen maisemaan. Nato on puolustusliitto, jonka juuret ovat demokraattisissa arvoissa ja keskinäisessä suojelussa, ei valloituksessa tai ylivallassa.

Hitlerin hallintoa sen sijaan määrittivät imperialismi, kansanmurha ja totalitarismi. Suomen Nato-jäsenyyden rinnastaminen sodanaikaisiin toimiin on paitsi harhaanjohtavaa, myös vähentää toisen maailmansodan aikana tehtyjen julkimuksien vakavuutta.

**Mitä Lavrov erehtyy puolueettomuudesta**

Lavrovin väite, että Suomi luopui puolueettomuudesta piilevän vihamielisyyden tai kärsimättömyyden vuoksi, on yhtä harhaanjohtava. Puolueettomuus palveli Suomea hyvin vuosikymmeniä, mutta puolueettomuus on kannattavaa vain, kun molemmat osapuolet kunnioittavat sitä. Hyökkäämällä Ukrainaan Venäjä osoitti, ettei se kunnioita naapureidensa suvereniteettia.

Hyökkäys ei ollut yksittäinen tapaus, vaan osa laajempaa Venäjän aggression mallia, mukaan lukien Krimin liittäminen Venäjään vuonna 2014 ja interventiot Georgiasa ja Moldovassa. Näiden ennakkotapausten edessä Suomi teki järkevän päätöksen hakea Naton tarjoamaa kollektiivista turvallisuutta. Se ei ollut valinta Venäjää vastaan, vaan valinta Suomen turvallisuuden ja itenäisyyden puolesta.

**Todellisen katalyytin huomiotta jättäminen: Venäjän toimet**

Lavrov jättää sopivasti huomiotta Venäjän omien toimien keskeisen roolin Euroopan turvallisuusympäristön muokkaamisessa. Hyökkäys Ukrainaan rikkoi kansainvälistä oikeutta, heikensi luottamusta ja horjutti alueen vakautta. Näiden tosiasioiden itsetutkiskelun tai tunnustamisen sijaan Lavrovin kommentit kääntävät syyntä Suomelle ja muille länsimaille.

Ironia on räikeää.

Venäjän aggressio on ajanut Suomen ja Ruotsin kaltaiset maat luopumaan pitkäaikaisesta puolueettomuuspolitiikastaan. Lavrovin kieltäytyminen tunnustamasta tätä syy-seuraussuhdetta korostaa Kremlin laajempaa haluttomuutta kohdata omien päätösten seurauksia.

**Tie eteenpäin vaatii rehellisyyttä**

Lavrovin kommentit Suomesta eivät ole vain vääriä – ne ovat menetetty mahdollisuus. Sen sijaan, että Venäjän johto lietsoo kaunaa perusteettomilla syytöksillä, se voisi pohtia, miksi sen naapurit tuntevat tarvetta liittoutua sitä vastaan. Suomen Nato-jäsenyys ei ole vihamielisyyden julistus Venäjää kohtaan, vaan pragmaattinen vastaus yhä arvaamattomampaan ja aggressiivisempaan naapuriin.

Jos Venäjä todella haluaa palauttaa luottamuksen naapureihinsa, sen on aloitettava puuttamalla tämän epäluottamuksen perimmäisiin syihin. Se alkaa Ukrainan sodan lopettamisesta, kaikkien kansojen itsemääräämisoikeuden kunnioittamisesta ja aidon diplomatian käyttämisestä propagandistisen retoriikan sijaan. Siihen asti Lavrovin kommentit vain syventävät kuilua Venäjän ja muun Euroopan välillä.

Viime kädessä vastuu Venäjän eristämisestä ei ole Suomella, Natolla tai lännellä, vaan suoraan Kremlinillä itsellään.

## **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».

# TEKOÄLY

**AI-luodut podcastit: Uusi aikakausi audiosisällön parissa NotebookLM**

**20 jokapäiväistä lyhennettä, jotka sinun on tiedettävä (ja ehkä joitain, joita et tarvitsekaan!)**



Digitaalisen median nopeasti kehittyvässä maailmassa tekoäly (AI) jatkaa rajojen venyttämistä ja muokkaa teollisuuksia sekä määrittelee luovia prosesseja uudelleen.

Yksi merkittävimmistä edistysaskeleista on Googlen NotebookLM, edistynyt kieliteknologia, jolla on potentiaalia mullistaa podcast-maailma. Sen kyky tuottaa laadukasta äänisisältöä, joka vastaa ihmisen tuottamaa, avaa uusia ja jännittäviä mahdollisuuksia tekoälyn ohjaamille tarinoille, koulutukselle ja viihteelle.

### AI-luotujen podcastien nousu

Podcast-alan kasvaessa hurjaa vauhtia sisällöntuottajat ja mediayritykset etsivät jatkuvasti innovatiivisia työkaluja, joilla tehostaa tuotantoa ja vahvistaa luovuutta. NotebookLM,

joka sai alun perin huomiota kyvystään tuottaa korkealaatuisia tekstejä, on nyt ottanut askeleen äänisisällön pariin. Tämä urauurtava teknologia voi tuottaa podcasteja, joita on lähes mahdotonta erottaa ihmisten luomista, mikä avaa uusia mahdollisuuksia tulevaisuudelle.

NotebookLM tuottamien podcastien vetovoima perustuu useisiin ainutlaatuisiin ominaisuuksiin, jotka erottavat ne perinteisistä podcasteista:

Luonnollisen kuuloinen ääni: NotebookLM voi tuottaa äänisisältöä, joka jäljittelee ihmisen puheen luonnollista rytmiä ja sävyä. Tämä takaa kuuntelijalle sujuvan kokemuksen, jossa on vaikea havaita, että podcast on tekoälyn luoma.

Monipuoliset aiheet: Olipa kyse uutisista, ajankohtaisista tapahtumista tai kevyistä tarinoista, NotebookLM voi käsitellä monenlaisia aiheita. Sen joustavuus tekee siitä ihanteellisen työkalun sisällöntuottajille,



Lyhenteitä on nykyään kaikkialla. Tekstiviestien lyhenteistä tekniseen ammattikieleen, kätevästi 3-kirjaimiset yhdistelmät (ja joskus pidemmät) voivat olla hämmäntäviä, jos et ole tietoinen. Mutta älä pelkää, muut lyhenne seikkailijat! Tämä artikkeli antaa sinulle tietoa tulkita 20 yleisintä lyhennettä, joita kohtaat jokapäiväisessä elämässä.

LOL: Laughing Out Loud, Lot of Laugh, Äänekäs nauru (Tämä saattaa olla jo klassikko monille!)  
 BRB: Be Right Back (Täydellinen nopeaan wc-taukoon keskustelun aikana)  
 OMG: Oh My God (Ilmaisee yllättyneisyyttä tai voimakkaita tunteita)  
 IMHO: In My Humble Opinion, Nöyrän mielipiteeni mukaan (tapa aloittaa mielipiteesi kohteliaasti)  
 \*\* ASAP: \*\* Mahdollisimman pian (Tulen syyttämään jonkun alle... kiva)  
 FYI: For Your Information, Tiedoksi (heads-up jollekin)

ETA: Estimated Time of Arrival arvioitu saapumisaika (ilmoittaa, milloin odottaa jotakuta)  
 Vastauspyyntö: Vastaa (virallinen pyyntö vastauksesta kutsuun)  
 PDF: Portable Document Format, Siirrettävän asiakirjan muoto  
 JPG: Joint Photographic Experts Group (suosituttu kuvatedostomuoto)  
 GIF: Graphics Interchange Format (Toinen kuvamuoto, joka tunnetaan animaatioista)  
 TIFF: Tagged Image File Format (käytetään korkealaatuisille kuville)  
 WWW: World Wide Web (Internetin perusta, jonka tunnemme)  
 HTTP: Hypertext Transfer Protocol (kieli, jota verkkosivut käyttävät puhumiseen)  
 GPS: Global Positioning System (auttaa navigoimaan maailmassa)  
 Pankkiautomaatti: Pankkiautomaatti (ystävällinen paikallinen pankkiautomaatti)  
 DIY: Tee se itse (käteville ihmisille)  
 VIP: Erittäin tärkeä henkilö (joku, joka saa erityiskohtelua)  
 TBA: To Be Announced Ilmoitetaan myöhemmin (Pysy kuulolla saadaksesi lisätietoja)  
 TBD: Ole luja (selvitäme edelleen asioita)

Tämä on vain esimakua lyhenteiden maailmasta, mutta kun nämä 20 ovat vyön alla, olet hyvin matkalla tulkitsemaan jokapäiväistä kieltä satunnaisista teksteistä teknisiin asiakirjoihin. Joten seuraavan kerran, kun näet lyhenteen, joka saa sinut naarmuttamaan päätäsi, muista tämä luettelo ja jatka pikakirjoituksen viestinnän ihmeellisen maailmaan.

## Waasan Päivälehti

Moderni sanomalehti, jonka ulkoasussa on piirteitä 1870-luvun lehdistöstä. Silloin sanomalehdissä oli vain 4-8 sivua. Paljon tekstiä, mutta ei kuvia ollenkaan, joten muutamassa sivussa on paljon luettavaa.

Lehti sisältää lainauksia vanhoista päivälehdistä, jotka on otettu Kansallisarkistosta (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3, Gemini, Aria ja Monica tekevät osan rutiinomaaisesta toimitustyöstä, kuten käännöstyö, korrehtuurin luku ja lyhyen notisiien kirjoittaminen. Kaikki tekstit on tarkastettu toimittajilla ja toimitus vastaa tekstien sisällöstä.

Waasan Päivälehti on päivälehtityyppinen julkaisu, toistaiseksi se ilmestyy sunnuntaiaamuisin, mutta tavoitteenamme on että se jatkossa ilmestyy joka aamu.

Lehti on luettavissa verkossa ilmaiseksi.

Päätoimittaja on Hans Björknäs.

Lukijoiden kirjoitukset ovat tervetulleita!

Lehti on paikallisessa omistuksessa ja tulee sellaisenaan pysymään.

Toimitus: Waasan Päivälehti, Koulukatu 37 B 7, 65100 Vaasa, puhelin +358-40-5462455.

Helsingin toimitus: Waasan Päivälehti, Toinen linja 9 B 36, 00530 Helsinki. Puhelin +358-40-5462455. Ilmoitukset pyydetään lähettämään emaililla jpg-muodossa.

Email: [waasanpaivalehti@gmail.com](mailto:waasanpaivalehti@gmail.com)





## JOULUKUUN HOROSKOOPI

### Joulukuun horoskooppi: Mitä tähdet kertovat sinulle?

Oinas (21.3.–19.4.)

Joulupukki tietää, oletko ollut kiltti vai tuhma, Oinas. Mutta tunteehan hän sinut – olet todennäköisesti jo organisoimassa hänen lahjalistaansa ja suunnittelemassa uudenlaista provaljakkoa. Hengähdä välillä – joulukuun nautiskelua, ei hallintaa varten.

Härkä (20.4.–20.5.)

Rakkautesi kaikkeen kodikkaaseen on huipussaan joulukuussa. Luvassa on pehmoisia villasukkia, glögiä ja keskustelua kuusen koristeiden täydellisestä sijoittelusta. Spoileri: Kuusi ei ole symmetrinen, mutta se on juuri niin täydellinen kuin pitää.

Kaksonen (21.5.–20.6.)

Olet kaikkien pikkujoulujen valopilkku... tai olisit, jos et yrittäisi olla kolmessa juhlassa samaan aikaan. Muista, ettei kaikkeen tarvitse sanoa ”kyllä” – ellet sitten ole salaa kehittänyt kloonia itsestäsi.

Rapu (21.6.–22.7.)

Ravut loistavat joulukuussa – keittiössä, lahjapapereiden keskellä ja

perinteitä luomassa. Varo kuitenkin: kaikki eivät arvosta itse neulottuja tonttupukuja lemmikeilleen.

Leijona (23.7.–22.8.)

Olet joulukuussa kuin tähti kuusen latvassa, Leijona. Mutta älä varasta koko show'ta; anna muidenkin syyttää kynttilä tai kaksi. Jakaminen on paras lahja – vaikka kyseessä olisi viimeinen piparkakku.

Neitsyt (23.8.–22.9.)

Sinun joulukuulistallasi on varmasti kaikkea lahjavaihdon organisoinnista koristeiden värikoodaukseen. Yritä kuitenkin rentoutua. Maailma ei romahda, vaikka rusetit eivät olisi aivan täydellisiä.

Vaaka (23.9.–22.10.)

Pähkäilet, pitäisikö sinun viettää ilta jouluelokuvia katsoen vai askarrella lumihiihtaleita jokaiseen ikkunaan. Vinkki: Tee molemmat. Tasapaino on supervoimasi – kunhan et yritä leipoa ja paketoita lahjoja samaan aikaan.

Skorpioni (23.10.–21.11.)

Sinulla on vahvoja mielihiteitä glögin oikeasta reseptistä ja vielä vahvempia siitä, kuka saa päättää joulun soittolistasta. Käytä intohimosi ilon levittämiseen, älä vain Mariah

Careyn yksinoikeuden puolustamiseen.

Jousimies (22.11.–21.12.)

Olet joulukuussa kuin eloisia lumisadepalloja, Jousimies. Matkat, seikkailut ja mistelin alla sekoilu odottavat. Mutta älä unohda vastata perheen viesteihin laskettelurinteiden ja glögikupprien välissä.

Kauris (22.12.–19.1.)

Sinulla on todennäköisesti jo uudet vuoden lupaukset valmiina, Kauris. Mutta ota hetki itsellesi ja nauti hetkestä. Elämä ei ole pelkkää tehokkuutta – joskus kyse on siitä, kuinka monta konvehtia voi syödä yhdeltä istumalta.

Vesimies (20.1.–18.2.)

Luovuutesi tuo tänä vuonna erikoisen joulun. Diskopallo kuusen latvasa? Nerokasta. Mutta älä ylläty, jos mummo ei heti ihastu ”ruma joulupaita ja tanssikilpailu” -teemaasi.

Kalat (19.2.–20.3.)

Olet joulukuussa herkkä ja tunteellinen, Kalat. Upoudu haaveiluusi, mutta älä unohda, mihin piilotit lahjat. Vinkki: Tarkista pakastin.





## UUTISIA 100 VUOTTA SITTEN



# Ilta- Kuriiri

## Sunnuntai, 22 joulukuuta, 1924

Tämä on fiktiivinen päivälehti, joka sisältää täysin autenttisia uutisia tasan 100 vuoden takaa ja jonka tarkoituksena on antaa lukijalle käsitys siitä, miltä arki tuolloin näytti.

# Kaamea verinäytelmä Kauhajoella tänä aamuna.

Isä lyönyt kirveellä tytärtään. Tänä aamuna tapahtui Kauhajoen Valkaman kylässä kammojtava verinäytelmä. Ilman tiettyä syytä iski siellä asuva talon asukas Kaappo Vaaranmaa löi kirveellä tytärtään päähän ohimon kohdalle, johon tuli ammottava haava ja pääluu rikkoutui. Pahoinpitelyn uhri vietiin tajuttomassa tilassa Kauhajoen kunnan sairaalaan, jossa hän sai ensi avun.

Tytär oli vasta hiljan mennyt naimisiin. Vaaranmaa on jo ikämies.

Myöhemmin ilmoitetaan, että tytär on kovin huonossa tilassa. Hänet on tosin saatu virkoamaan, mutta menee hän tajuttomaksi aina uudelleen.

### Voimavkkinat käyneet hiljaisiksi.

Kotimaassa hinta laskenut 2 mk:lla.

Ulkolaiset voimavkkinat ovat viime päivinä käyneet hiljaisiksi, johtuen siitä, että välittäjät jo ovat ennättäneet tyydyttää joulumarkkinain kysynnän. Myöskin kotimaiset hinnat ovat laskeneet 2 markalla, niin että tukkuhinta nyt on laadusta riippuen 35—39:50. V-me viikolla vietiin maastamme kaikkiaan 3,378 astiaa voita. Tästä erästä meri Englantiin 3,030 astiaa, Tanskaan 25 ja Saksaan 323 astiaa. Vastaavan viikon vienti viime vuonna oli 2,034 astiaa, Maas, T,

**HULDA EKHOLOM TÄYTTÄÄ 70 VUOTTA**  
Huomenna on neiti Hulda Ekholmin 70-vuotissyntymäpäivä. Kuka tämä on? Ehkä ei-paikallinen henkilö

kysyy. Mutta jokainen, joka on koskaan asunut Kaskisissa on varmasti huomannut tämän vilkkaan pienen neidon, joka voi varmaan vielä kulkea 50 lähdeä riikkaan ja hereillä olevan mielensä läpi ja joka tuo mukanaan tuulahduksen Kaskista, joka pari vuosikymmentä sitten antoi kaupungille vieranvaraisemman, miellyttävämmän ja erottuvamman luonteen kuin se nyt on.

### KASKINEN

Bio Epis näyttää keskiviikkona klo 7 John Rusellin "Kaksi ihmistä". Weber esittää musiikkia esitysten aikana.

### YFTERMARK

Yttermarkin härkäyhdistyksen syyskokous. Yttermarkin härkäyhdistyksen syyskokouksessa viime sunnuntaina sonni Ehto nousi vuodeksi samalle paikalle, jossa se oli ollut useita vuosia aiemmin, nimittäin maanviljelijä Karl Erik Antasin kanssa V.-Yttermarkissa 4 200 markalla. Härkä Urban nousi maanviljelijä Oskar Bäckin kyytiin Ö.-Yttermarkissa 3 000 mk:n matkalla.

### NÄRPIÖ

Kuolema epäonnistuu. Leander Nyholm kuoli eilen 16. joulukuuta kotonaan Närpiössä 68-vuotiaana. Sheriffi Nyholm oli laajalti rakastettu henkilö, joka kuollessaan jättää kunnioitetun muiston.

### YFTERMARK

Yttermark Lantmannagille. Yttermark Lantmannagille piti vuosikokouksensa viime sunnuntaina. Viljelijä K. J. Gulin valittiin puheenjohtajaksi. Hallituksen eronneet jäsenet August Gran

ja Viktor Söderback puolestaan valittiin uudelleen. Lisäksi tilintarkastajat Axel Pellfolk ja Alfred Norrholm sekä varatilintarkastaja E. A. Vickman. Vilkas keskustelu pyöri sen ympärillä, miten ja millä keinoin saada uutta pontta kiltatoimintaan. Ihmiset muistelivat tietyllä surulla aikaa, jolloin Jacob Tegengren oli killan puheenjohtaja ja J. A. Ekman sihteeri ja K. V. Mannfoik komissaari.

### YLIMARKKU

Papisto. Överrnarkin kirkkoherran paikkaa "ovat hakeneet Eckerön kirkkoherra, Larsmo V. E. Janssonin nimitetty kirkkoherra ja Föglön kirkkoherra J. Ed v. Törnroosi.

Kuntien lainat. Maaherra on vahvistanut Överrnarkin kunnanvaltuuston 24. syyskuuta tänä vuonna tekemän päätöksen ottaa 100 000 miljoonan euron laina, jonka takaisinmaksuaika on pidempi kuin kansakoulurakennusten rakentamiseen

### KORSNÄS.

Kirkon kokous. Kirkolliskokouksessa 15. päivänä valittiin kirkkoneuvoston

jäsenet. Kaikki valittiin uudelleen paitsi K. J. Långvik, joka oli muuttanut pois. Hänen tilalleen valittiin Henrik Silfversten. Kaikki valittiin uudelleen

### KIELOISSA

Selma Hautaluoma  
V. M. Renko

Västara 5/12—24 Peräseisäjä

13679

Vieno Salli  
Mikko Rintala

13680 5/12—24 Seinäjoki.

Saima Moisio  
Eedi Lahdenaho

Ahtari 5/12—24 Töysä.

13681

### Riiklain ostajille

pyydetään tällöin ilmoittaa että  
I. KETURIN KULTASEPANLINKEEN  
kiltatarvareista on nyt hienoin ja  
suurin mitä se koskaan on ollut. Tavarain  
hyvitys lastojen määrät ovat hienoa  
critiikkiä halvat. Tämän toistekin on  
yksi laajennus piirit oivaltaneet ja siksi  
ostavatkis kiltansa J. Keturiltä Vaasassa  
tunnettu hyvä kohteita. Liike on lähel-  
li tona suoraan asemalta, vasempaan  
puolelta.)

### Batiikki-liinoja

Sivertan infliabisen menetelmän mukaan, käsin maalattuja istutukseen ja periaaliseen tyylin, myydään  
VAASAN PITSEITIEDAS O'Y:n  
myyntikassa, Hietasarakatu 12.

### V S K.

Keskiviikkona t.k. 3 p:nä luento  
kansliassa klo 7 ip.  
13454 Paikallispäällikkö.

**Meri-  
heinää**  
vaapunut.

Rautakauppa Osakeyhtiö Teräs  
Puhelin: 677, 688, 682, 68.

### HUVEJA

### Wasa Teater

Tiistaina jouluk. 2 p:nä klo 7,30 ip.  
ETT REVOLUTIONSBEROLLOP  
Lippukonttori avoinna joka päivä klo  
12—3 sekä tuntiä ennen näyttämön al-  
kua. Huom.! Tavalliset hinnat. Puh. 745.  
13439

### Centraali Hotelli

Joka tiistai, torstai, lauantai ja  
sunnuntai  
tanssi-ilta  
13441

kirkkoneuvoston jäseniksi. 1 Asuntotoimikunta valitsi myös kaikki jäsenet uudelleen. Kun valitset ! Tutkintolautakuntaan valittiin seuraavat jäsenet: K. J. Nybond, O. Sikström ja K. H. Hofman, varajäseninä Axel Österholm ja K-Vesterdahl. Joh. Grönlund, K. J. Lokki, suppl. Oskar Grönlund.



### Junain kulut.

Vaas—Seinäjoki.

	aam.	päiv.	ill.
Vaasa	5,45	3,15	6,25
Korsholm	5,56	3,31	6,33
Tuovila	6,07	3,52	6,40
Laihia	6,20	4,29	6,59
Vedenoja	6,25	5,10	7,18
Tervajoki	6,34	5,10	7,18
Isokyrö	6,42	5,21	7,27
Orismäki	6,52	5,50	7,59
Viistara	7,03	6,25	7,59
Munsikka	7,15	6,50	8,07
Seinäjoki	7,31	7,10	8,23

Seinäjoki—Vaasa.

	kouluj.	aam.	seksj.	ill.
Seinäjoki	—	8,14	2,30	9,48
Munsikka	—	8,27	2,49	10,00
Viistara	—	8,44	3,33	10,18
Orismäki	—	8,56	4,02	10,27
Isokyrö	—	9,06	4,16	10,36
Tervajoki	5,52	9,20	4,54	10,50
Vedenoja	6,03	9,28	5,05	10,58
Laihia	6,35	9,36	5,32	11,04
Tuovila	7,03	9,49	6,02	11,17
Korsholm	7,25	10,00	6,25	11,23
Vaasaan	7,40	10,10	6,50	11,38

Seinäjoki—Helsinki.

	aam.	ill.	ill.
Seinäjoki	7,59	0,47	10,58
Kouva	8,23	—	10,49
Syönnämsä	8,35	—	11,04
Niinimäki	8,51	—	11,20
Alavus	9,07	0,56	11,59
Tuuri	9,19	—	11,83
Töytä	9,35	—	12,07
Oulola	9,52	—	12,24
Inha	10,03	10,48	12,36
Myllymäki	10,26	11,06	12,59
Pihlajavesi	10,56	—	1,28
Haapamäki	11,31	12,02	2,07
Vilppula	12,10	12,40	2,48
Orivesi	1,35	2,03	4,10
Tampere	3,16	3,28	6,49
Helsinki	7,34	7,64	10,58

Helsinki—Seinäjoki.

# HUUMORI SATA VUOTTA SITTEN

## UIMAKILPAILU.

Pikku Karl oli äitinsä kanssa uintakilpailussa. Nyt seuraa - sanoi äiti - 100 metrin rintauinti naisille. Pikku Karl: - Äiti - onko käsien käyttö kiellettyä?

## EINSTEIN

— Onko nainen lukenut Einsteinin suhteellisuusteorian?  
— No, en odotan, kunnes se tulee elokuvana.

## OMIN JALKOILLA NÄHTY

— Minulla on hyvä ystävä, joka yleensä sanoo, ettei koskaan tiedä mistään mitään ennen kuin on omin jaloin nähnyt, mistä kenkä puristaa.

## POSTIMIES

”Missä sinä olet ollut, kultaseni?” kysyi pikku Albertin äiti, kun tämä tuli kotiin parin tunnin poissaolon jälkeen.  
”Kyllä, olimme ulkona Kallen ja Ollen kanssa leikkimässä postimiestä”, vastasi kulta.  
”Todellako! Miten se sitten tapahtui?”  
»No, me kiersimme kaikkia taloja täällä ja laitoimme kirjeitä kaikkiin laatikoihin.»  
”Mutta olivatko ne todella oikeita kirjeitä?”  
»Kyllä sitten!»  
»Mistä sait ne sitten?»  
»Kyllä, kyllä, ne löytyvät äidin työpöydän laatikosta. Se oli avoin, ja ne olivat niin kauniita, ja niitä oli kokonainen joukko leikatuilla silkkinauhoilla sidottuina.”

## EI MIELIKUVITUSTA

Opettaja: Olit poissa eilen, miksi sinulla ei ole todistusta mukana?

Opiskelija: Äitini ei ollut kotona.  
Opettaja: Mutta isäsi? Opiskelija: Hän ei ole tarpeeksi hyvä. Hänellä ei ole mielikuvitusta,

## KUN KUNINGAS ON POISSA

Opettaja: Kuka hallitsee, kun kuningas on poissa?  
Opiskelija: Kruununprinssi!  
Ja jos kruununprinssi ei ole täysi-ikäinen? Sitten hänen vanhin poikansa hallitsee!

## Vaikea ESTÄÄ,

— En voi sietää vieraiden suudella lapsiani.  
— En pidä siitäkään, mutta. Asialle on mahdotonta tehdä mitään.  
— Miksi se?  
— Molemmat tyttäreni ovat täyttäneet 18 vuotta.

## PORATA.

— Älä nyt seiso siinä ja hukkaa huppuasi, aivan kuin olisit Columbus, kun hän näki New Yorkin ensimmäisen kerran.

## KOHTELIAS HERRA,

— Miksi nukut aina raitiovaunussa?  
— Jotta minun ei tarvitse nähdä naisia seisomassa.

## TUOMIOISTUIN

Rikollinen: Haluaisin puolustusasianajajan, Tuomari: Kun sinut vangittiin, sinulla oli kätesi vieraan taskussa. Mitä puolustaja voi mielestäsi sanoa puolustaakseen tällaista henkilöä?  
Syyllinen: Juuri tämän olen hirveän utelias

kuulemaan.

## HIDAS JUNA

Muutama suurnopeusjuna. Matkustaja: Sano, emmekö pääse kaupunkiin hieman nopeammin?  
Stinsen: Voimme, mutta meidän pitäisi luultavasti ottaa juna mukaan.

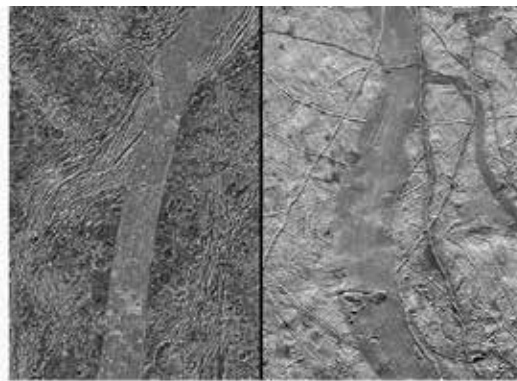
## TUHAT PUKAMAA

Kaksi nelivuotiaa tyttöä juttelee keskenään: Ensimmäinen: Isäni on niin rikas, että hänellä on useita kivitaloja ja tehtaita.  
Toinen: Mitä ne ovat, mutta isoäidilläni on tuhat peräpukamaa.

## KOSIJALLE PALKKIO

Tytär: — Isäni on luvannut antaa tuhannen markkaa, jos hän ei enää näkisi teitä.  
Kosija (innostuen): — Niinkö, sanokaa pian, onko hän nyt konttorissaan?

## Viikon astronominen kuva:



Comparison of Ganymede and Europa features.jpg

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

NASA/JPL/Brown University

Public domain

## Lukijoilta

erittäin mielellämme vastaan lukijoidemme kommentteja. Kommentteja, tarinoita, muistoja, keskustelua, uutisia kotoa. Tämä on luultavasti tämän paperin tärkein osa. Mutta tilaa on rajoitetusti, joten kirjoita mahdollisimman lyhyesti! Joten lähetä viestit osoitteeseen: waasanpaivalehti@gmail.com

## Ilmoita WP:ssä

Tässä historiallisessa ja hypermodernissa päivälehdessä ensimmäisten joukossa mainostamisella voi olla PR-arvoa.  
waasanpaivalehti@gmail.com  
jpg-, tiff- tai png-muodossa. Mainokset pienennetään sitten 46 mm:n sarakkeen leveyteen.  
Ota yhteyttä:  
waasanpaivalehti@gmail.com

Waasan Päivälehti  
waasanpaivalehti@gmail.com

## Ensi viikolla:

