

Nr 5 Sunnuntaina, 2 helmikuuta 2025

ISSN 2954-243X

**Hormoonit jotka muuttavat kaiken
Terävät kuvat uudella MRI-kameralla**

Tammisunnuntai

Magnus Enckell

100 metrinkokoinen komeetta lähestymässä

Alvar Aalto

DeepSeek

VAASAN PÄIVÄ- LEHTI



TÄÄLLÄ OLEMME:

vpress.ovh

32 sivua

Hormonit, jotka muuttavat kaiken

Laboratoriotakkinen mies ei näyttänyt tappajalta. Mutta tavallaan hän oli. Hän tappoi vanhoja käsityksiä. Korvasi ne uusilla totuuksilla. Ja uusi totuus oli tämä: GIP ja GLP-1 eivät olleet vain hormoneja. Ne olivat mullistus. Ehkä suurin modernin lääketieteen historiassa.

Ne syntyivät suolistossa. Kaksi pientä kemiallista viestinviejää, jotka lähettivät ohjeita ympäri kehoa. Syö. Lopeta syöminen. Varastoi energiaa. Polta rasvaa. Pidä aivot kunnossa. Mutta pitkään kukaan ei välittänyt niistä. Ne olivat vain yksi osa kehon monimutkaista biologista orkesteria. Taustahälyä.

Kunnes tutkijat katsoivat uudelleen. Ja mitä he löysivät, oli hämmästyttävää.

GIP ja GLP-1: Kehon salaiset komentajat
GIP – glukoosiriippuvainen insulinothropinen polypeptidi. GLP-1 – glukagonin kaltainen peptidi-1. Vaikeasti lausuttavia nimiä. Mutta kehossa ne toimivat armoittoman tehokkaasti. Vapautuessaan aterian jälkeen ne laittoivat liikkeelle ketjureaktion. Enemmän insuliinia, kun sitä tarvittiin. Pienempi verensokeri. Hiljainen signaali aivoille: Olet kylläinen. Lopeta syöminen.

Sitten tuli se suuri löytö. Näihin hormoneihin perustuvat lääkkeet – ensin pelkät GLP-1-analogit kuten semaglutidi ja liraglutidi, myöhemmin kaksivaikutteiset lääkkeet kuten tirzepatidi – alkoivat antaa tuloksia, joita kukaan ei ollut osannut odottaa.

Diabeetikot alkoivat laihtua. Eikä vain vähän. Paljon. Niin paljon, että lääkärit olivat ennen pitäneet sitä mahdottomana pelkällä lääkityksellä.

Lääketieteen vallankumous

Tämä ei ollut vain sääntöjen muuttamista. Tämä oli koko pelikirjan repimistä ja uuden kirjoittamista.

Vuosikymmeniä lihavuutta pidettiin elämäntapaongelmana. Tahdonvoiman puutteena. Huonoina valintoina. Mutta nyt se ei enää ollutkaan sitä. Se oli biologiaa. Kemiaa. Jotain syvällä suolistossa ja aivoissa, joka voitiin hakkeroida, hienosäätää, hallita.

Lääkkeet eivät vain toimineet. Ne olivat ilmiömäisiä. Kliinisissä tutkimuksissa ihmiset pudottivat 15, jopa 20 prosenttia painostaan. Diabetes saatiin hallintaan. Sydänsairauksien riski romahti. Metabolia kääntyi kuin kytkimestä.

Enemmän kuin laihtuminen: Odottamatto-

Kansikuva: Tammisunnuntai



mat vaikutukset

Mutta kaikkein yllättävintä? Kyse ei ollut pelkästään painosta ja verensokerista. Näillä hormoneilla oli vaikutuksia, joita kukaan ei ollut osannut ennustaa.

Ihmiset lääkkeiden käyttäjät alkoivat huomata jotain outoa. He eivät menettäneet vain ruokahaluaan. Tupakoitsijat eivät enää halunneet savuketta yhtä paljon. Alkoholitit eivät nauttineet viskistä kuten ennen. Jotkut kertoivat, että pakonomainen käyttäytyminen – uhkapelaaminen, shop-pailu, ahmiminen – tuntui katoavan.

Tutkijat alkoivat tutkia asiaa. Ja tulokset olivat järästyttäviä. GLP-1-lääkkeet eivät vaikuttaneet vain ruokahaluun. Ne vaikuttivat dopamiiniin. Aivojen palkitsemisjärjestelmään. Samaan mekanismiin, joka ohjaa riippuvuuksia.

Laboratoriotulokset olivat selvät. GLP-1-lääkettä saaneet hiiret menettivät kiinnostuksensa kokaiiniin. Rotat lakkasivat juomasta alkoholia. Ihmiskokeet näyttivät samaa: vähemmän päihderiippuvuutta. Mahdollinen ase opioidikriisiä vastaan. Alkoholismia vastaan.

Ja sitten tuli vielä jotain suurempaa.

Alzheimerin arvoitus ja suoliston ratkaisu. Toinen odottamaton löytö. Nämä lääkkeet eivät pelkästään hoitaneet diabetesta ja ylipainoa. Ne näyttivät suojaavan aivoja.

Alzheimer oli lääketieteen suurin mysteeri. Miljardeja oli käytetty. Kymmeniä lääkkeitä testattu. Kaikki epäonnistuneet. Hidas, väistämätön tuho.

Mutta kun tutkijat katsoivat GLP-1-lääkkeiden käyttäjiä, he huomasivat jotain hämmästyttävää. Heidän riskinsä sairastua

Alzheimeriin oli pienempi. Kognitiivinen heikkeneminen hidastui.

Oli monia teorioita. Parempi verensokerinhallinta? Vähemmän tulehdusta? Vai jotain vielä syvempää – jotain, joka suojeli hermosoluja ja piti aivot terävinä?

Tutkimukset olivat jo käynnissä. Jos tulokset pitäisivät paikkansa, tämä voisi olla suurin läpimurto muistisairauksien torjunnassa vuosikymmeniin.

Tulevaisuus: Mitä seuraavaksi?

Vallankumous ei ollut ohi.

Tutkijat työstivät jo seuraavan sukupolven lääkkeitä. Kolmoisagonisteja – lääkkeitä, jotka matkivat ei vain GLP-1:tä ja GIP:tä, vaan myös glukagonia, voimakasta aineenvaihduntaa säätelevää hormonia. Vielä suurempia painonpudotuksia. Vielä parempaa metabologista hallintaa. Vielä vahvempaa aivosuojaa.

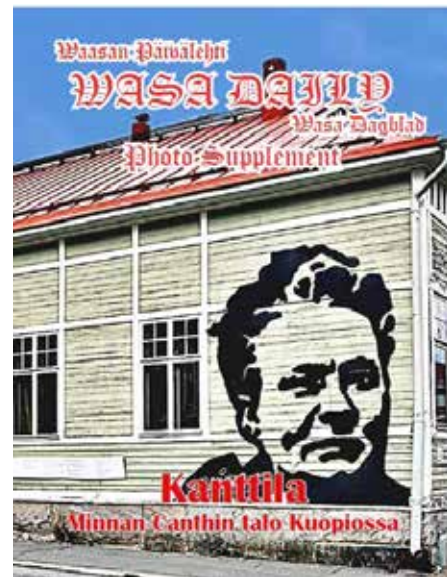
Vanhoja sääntöjä ei enää ollut. Rajat diabeteksen, lihavuuden ja aivosairauksien hoidon välillä olivat hävinneet.

Tulevaisuus ei ollut enää vain sairauksien hoitamista.

Se oli ihmisbiologian uudelleenkirjoittamista. Ja kaikki alkoi kahdesta pienestä hormonista.

Jotka kuiskivat salaisuuksia. Ja muuttivat kaiken.

Photo Supplement





Radiologian yksikön ylilääkäri Reijo Autio seisoo uuden Hero General Electric (GE) magneettikuvauksen (MRI) edessä. Pohjanmaan hyvinvointialue

MAGNEETTIKAMERA

Terävät kuvat uudella, nopealla magneettikuvauksella

Vaasan keskussairaalassa otettiin 28.10.2024 käyttöön uusi magneettikuvauslaite. Kameran nopeuden ansiosta tutkimuksia voidaan tänä vuonna tehdä jopa tuhat enemmän kuin viime vuonna.

Uusi kamera ottaa myös terävämpiä ja

tarkempia kuvia tekoälyn ansiosta.

Nyt kun magneettikuvausta on käytetty kolme kuukautta, on todettu, että magneettikuvauskamera vastaa hyvin odotuksia. Pohjanmaan hyvinvointialueella magneettikuvauslaitteita on kolme: yksi Pietarsaassa ja kaksi Vaasassa, kertoo Pohjanmaan hyvinvointialue tiedotteessaan.

Tuhat magneettiku-

vausta enemmän vuodessa

- Tavoitteena on tehdä Vaasan keskussairalan kameroilla tänä vuonna yhteensä 6 000 magneettikuvausta tai jopa enemmän. Vuonna 2024 tehtiin yhteensä noin 5 200 magneettikuvausta. Tämä tarkoittaa, että odotusaika lyhenee, vahvistaa radiologiayksikön ylilääkäri ja ylilääkäri Reijo Autio.

Vuonna 2024 odotusaika kiireettömään magneettikuvaukseen oli noin 2-3

kuukautta. Tänä vuonna odotusajaksi arvioidaan 1-2 kuukautta. Odotusaikaan vaikuttaa myös se, että osa tutkimuskohteista tutkitaan aiempaa useammin magneettikuvauksella. 10 vuotta sitten esimerkiksi eturauhasen magneettikuvauksia ei tehty lainkaan, kun nykyään tehdään jopa sata kuvausta vuodessa. Kiireelliset magneettikuvaukset tehdään 1-2 vuorokauden kuluessa.

Tentti-aika on joissakin tutkimuksissa jopa 40 prosenttia lyhyempi

Uusi kamera lyhentää

joidenkin tutkimusten tutkimusaikaa jopa 30-40 prosenttia. Kokonaistutkimusaika sisältää itse tutkimuksen ja ajan, joka kuluu potilaan valmisteluun tutkimukseen. Ajanvarauksessa helpoimmat tentit ajoitetaan 20 minuutin välein, kun taas vaativimpiin tutkimuksiin varataan noin tunti.

- Keväällä käymme ohjeet läpi, jonka jälkeen magneettikuvaukseen menevän potilaan tulee olla paikalla 15 minuuttia ennen varsinaisia tutkimuksia. Sitten meillä on

UUTISET

TABLETILLA TÄTÄ LEHTEÄ VOIDAAN LUKEA MISSÄ TAHANSA:



Kuten tässä Hietasaarella

aikaa tehdä tarvittavat valmistelut, kun edellinen tutkimus on vielä kesken. Valmisteluihin kuuluu mahdollisten laskimokanyylien asettaminen, turvatarkastukset ja vaatteiden vaihto, Autio kertoo.

Magneettikuvauksessa metalli vääristää kuvia, mutta voi myös aiheuttaa sivuvaikutuksia potilaalle. Tästä syystä henkilökunnan on ehdottomasti tiedettävä, onko potilaalla metallia kehossaan. Korut ja metalliset vaatteet on poistettava ennen tarkastusta.

”Kameralaitteisto on varustettu audiovisuaalisella järjestelmällä, jonka avulla potilas voi kuunnella musiikkia tai radiota tai katsella videoita tai kuvia tutkimuksen aikana. Näin tutkimus on potilaalle miellyttävä ja siten onnistuneempi, kun potilas on rento ja rauhallinen”, Autio kuvailee.”

Kehitämme liiketoimintaamme jatkuvasti. Laadun, tehokkuuden ja turvallisuuden edistäminen on tärkeä osa työtämme.

Tarkemmat MRI-kuvat tekoälyn avulla

Uusi magneettikuvauuskamera Hero General Electric (GE) on ainoa laatuaan Pohjoismaissa. Kameran magneettikentän voimakkuus on 3 Teslaa, mikä vastaa uusinta magneettitekniikkaa. Uusi kamera käyttää myös tekoälyä kuvien tarkkuuden ja terävyyden parantamiseen.

”Tekoälyn avulla poistetaan kuvista kohinaa ja tiettyjä vääristy-

miä. Tämä tarkoittaa, että kuvat ovat aiempaa terävämpiä ja niissä on vähemmän virheitä, mikä puolestaan helpottaa kuvien tulkintaa meille radiologeille”, Autio selvittää.

Teknologia ja tietokoneohjelmat kehittyvät koko ajan, ja ohjelmia päivitetään noin kahden vuoden välein. Osa mekaanisista osista voidaan vaihtaa tarpeen mukaan seuraavan kymmenen vuoden aikana. Uuden kameran käyttöikä on noin 10-15 vuotta.

”Vanha kamera tuli elinkaarensa päähän, eikä sitä voinut enää päivittää. Yksi hankinnan tärkeimmistä kriteereistä oli pystyä lisäämään tutkimusten määrää nopeampien kuvantamistekniikoiden avulla. Uusi magneettikuvauslaite tarjoaa potilaillemme myös monia etuja, kuten itse tutkimuksen miellyttävämmän tekemisen, kuvien paranemisen ja tutkimusjonon lyhenemisen. Siksi uuden kameran hankinta oli välttämätöntä. Kauppahinta oli noin 2 miljoonaa euroa.

Lähde: STTinfo/Pohjanmaan hyvinvointialue

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

HYVINVOINTIALUE

Röntgenkuvaukset keskitetään viiteen toimipisteeseen Pohjanmaalla

Pohjanmaan hyvinvointialue on keskittänyt röntgenkuvaukset ja ultraäänitutkimukset viiteen toimipisteeseen.

Jatkossa kuvauksia tehdään Pietarsaarella, Mustasaarella, Vaasassa, Närpiössä ja Kristiinankaupungissa. Muissa toimipisteissä röntgenlaitteet on poistettu käytöstä niiden käyttöänsä päätyttyä.

Vaasan ja Pietarsaaren toimipisteissä kuvauksia tehdään sekä virka-aikana että tarvittaessa päivystyksellisesti. Närpiössä ja Mustasaarella kuvauksia on saatavilla virka-aikana.

Kristiinankaupungissa röntgenkuvauksia tehdään virka-aikana maanantaista torstaihin 7. huhtikuuta saakka, minkä jälkeen palvelua on saatavilla maanantaisin ja torstaisin. Kesäkuukausina Kristiinankaupungin kuvaustoiminta on tauolla, mutta se jatkuu jälleen elokuussa.

Laihian, Oravaisten ja Maalahden röntgenlaitteet on poistettu käytöstä, eikä niitä uusita. Hyvinvointialueen hallitus teki päätöksen näiden toimipisteiden sulkemisesta marraskuussa, koska laitteet olivat käyttöikänsä päässä.

Hyvinvointialue varoittaa, että röntgenpalveluissa voi esiintyä ennalta arvaamattomia häiriöitä, kuten laiterikkoja, huoltotoimenpiteitä tai henkilöstön poissaoloja.

Näissä tapauksissa kuvaukset voidaan siirtää toiseen toimipisteeseen. Terveysasemien henkilökunta tiedottaa asiakkaita mahdollisista muutoksista Pohjanmaan hyvinvointialueen tiedotteen mukaan.

HYVINVOINTIALUE

Uusi potilastietojärjestelmä käyttöön – reseptien uusimisessa käyttökatko helmikuussa

Pohjanmaan hyvinvointialue ottaa käyttöön uuden Lifecare-asiakas- ja potilastietojärjestelmän 15. helmikuuta 2025.

Käyttöönotto koskee perusterveydenhuoltoa ja suun terveydenhuoltoa Vaasassa, Laihialla, Mustasaarella, Vöyrillä, Maalahdessa, Korsnäsissä ja Närpiössä. Myös sosiaalihuollon asumis- ja laitospalvelut, päivätoiminta ja kotihoito siirtyvät uuteen järjestelmään Pohjanmaan hyvinvointialueen tiedotteen mukaan.

Järjestelmävaihdoksen vuoksi reseptien uusimisessa voi esiintyä viivästyksiä. Vaasan, Laihian, Mustasaaren, Vöyrin, Maalahden, Korsnäsin ja Närpiön alueilla reseptien sähköinen uusiminen ei ole mahdollista 12.-16. helmikuuta. Reseptit kannattaa uusia viimeistään 11. helmikuuta, sillä katkon aikana uusiminen ei onnistu myöskään Omakannan tai apteekkien kautta.

Käyttökatko myös digipalveluissa

Terveydenhuollon nykyiset digitaaliset asiointikanavat ovat pois käytöstä 15.-16. helmikuuta järjestelmäpäivityksen vuoksi. Tämä koskee myös Kaskisia ja Kristiinankaupunkia, joissa uusi järjestelmä on jo käytössä. Uusi digitaalinen palvelukanava avautuu 17. helmikuuta, ja sen kautta on tarjolla aiempaa laajemmalla palvelulla.

Samalla tekstiviestimuistutuksiin tulee muutoksia. Järjestelmäudistuksen vuoksi kaikki asiakkaat eivät saa automaattisesti muistutuksia vastaanottoajoista. Muistutukset voi aktivoida kirjautumalla uuteen digitaaliseen palvelukanavaan ja sallimalla tekstiviestien lähettämisen omista asetuksista.

Käyttöönnotot jatkuvat maaliskuussa Lifecare-järjestelmää otetaan käyttöön vaiheittain Pohjanmaan hyvinvointialueen sosiaali- ja terveydenhuollossa. Maaliskuussa järjestelmään siirtyvät erikoissairaanhoidon ja loput sosiaalihuollon palvelut. Lisäksi Pietarsaareissa, Luodossa, Uudessakaarlepöyryssä, Pedersöressä ja Kruunupyssä päivitetään perusterveydenhuollossa käytössä oleva vanhempi versio uuteen, yhtenäiseen järjestelmään.

VAASAN YLIOPISTO Kryptoromahdukset eivät ole sattumaa – tutkimus paljastaa vaaran merkit



Kuvittele tilanne: kirjaudut kryptovaluuttapörssin tilillesi, mutta sivusto ei enää toimi. Varasi ovat kadonneet, eikä kukaan vastaa kysymyksiisi.

Tämä painajainen on toteutunut tuhansille sijoittajille, sillä lähes 500 kryptovaluuttapörssiä on kaatunut viime vuosina. Vaasan yliopiston uusi tutkimus antaa tietoa siitä, miksi näin tapahtuu ja miten sijoittajat voivat suojautua riskeiltä.

Nuorempi apulaisprofessori Niranjana Sapkota analysoi Vaasan Yliopiston tiedotteen mukaan 845 kryptopörssin tietoja ja selvitti, miksi lähes puolet niistä on romahtanut vuoden 2014

jälkeen. Hänen tutkimuksensa, joka on julkaistu arvostetussa Journal of International Financial Markets -lehdessä, tunnistaa tekijöitä, jotka vaikuttavat pörssien elinkelpoisuuteen. Näitä ovat muun muassa avoimuus, keskittyminen, alueellinen pääsy, maksurakenteet, valuuttaliskat ja suosittelujärjestelmät.

Avoimuus ja säätely – suoja vai riski?

Perinteisesti on ajateltu, että kehittyneissä, tiukasti säännellyissä maissa toimivat kryptopörssit olisivat turvallisimpia. Sapkotan tutkimus paljastaa kuitenkin yllättävän ilmiön: Yhdysvalloissa ja Singaporessa toimivat pörssit ovat keskimäärin haavoittuvampia kuin kehittyneissä maissa toimivat.

– Näissä maissa sääntelyn uudattaminen tuo lisäkustannuksia, ja kehittynyt infrastruktuuri voi paradoksaalisesti helpottaa

väärinkäytöksiä, Sapkota toteaa.

Lisäksi tutkimus osoittaa, että pörseillä, jotka sallivat yhdysvaltalaisen asiakkaiden kaupankäynnin, on suurempi todennäköisyys päätyä maksukyvyttömiksi kuin niillä, jotka ovat rajoittaneet tätä pääsyä.

Toinen merkittävä havainto liittyy pörssien toimintamalliin. Keskitetyillä pörseillä, jotka säilyttävät käyttäjien varoja kuten perinteiset pankit, on suurempi riski epäonnistua. Sen sijaan hajautetut pörssit, joissa käyttäjät hallitsevat itse varojaan, ovat 31,2 % epätodennäköisempiä romahtamaan. Hajautettu rakenne suojaa esimerkiksi petoksilta ja maksukyvyttömyyden menetykseltä.

Mitä varoitusmerkkejä sijoit-

tajan tulisi tunnistaa?

Tutkimuksen mukaan tietyt ominaisuudet voivat paljastaa, onko pörssi vaarassa romahtaa:

- Korkeat nostopalkkiot: Taloudellisissa vaikeuksissa olevat pörssit veloittavat keskimäärin 1,5 kertaa korkeampia maksuja kuin vakaat toimijat.

- Rajallinen valuuttavaliokoma: Pörssit, joissa tarjolla on vain muutamia kryptovaluuttoja, ovat alttiimpia romahtamaan. Monipuolinen tarjonta tuo vakautta.

- Huonot käyttäjäarviot: Sijoittajien kannattaa tarkistaa muiden käyttäjien kokemukset, sillä korkeat arvostukset korreloivat pörssin vakauden kanssa.

– Seuraavan kerran, kun kaverisi jakaa kryptopörssin suosittelulinkin, älä ohita sitä pelkkänä markkinointina. Monilla menestyvillä pörseillä on toimivat suosittelujärjestelmät, jotka viestivät vahvasta asiakaskunnasta, Sapkota vinkkaa.

Kryptomarkkinoiden tulevaisuus

Sapkotan tutkimus tarjoaa arvokasta tietoa niin sijoittajille kuin päättäjille. Hänen analyysinsä perustuu perinteisiin tilastollisiin menetelmiin, kuten logit- ja probit-malleihin, jotka ennustavat kryptopörssien epäonnistumisia jopa 81 % tarkkuudella. Lisäksi koneoppimismallit, kuten Random Forest ja Support Vector Machine, vahvistavat löydökset.

– Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää sijoittajien suojelemiseen ja markkinoiden vakauden parantamiseen, Sapkota korostaa.

Sijoittajat voivat oppia tunnistamaan varoitusmerkkejä ja välttämään epäluotettavia alustoja. Samalla päättäjät voivat kehittää sääntelymalleja, jotka tukevat turvallisempia kryptovaluuttamarkkinoita ilman, että ne altistuvat tarpeettomille riskeille.

BUSINESS FINLAND Business Finland tukee innovaatiota – Pohjanmaalle 33 miljoonaa, Etelä-Pohjanmaalle

6,6 miljoonaa

Suomen yritysten ja tutkimuslaitosten kasvun tukeminen jatkuu vahvana, sillä Business Finland myönsi vuonna 2024 rahoitusta yhteensä 611 miljoonaa euroa.

Tästä merkittävä osa kohdistui Pohjanmaalle, jonne ohjattiin 33 miljoonaa euroa, ja Etelä-Pohjanmaalle, joka sai 6,6 miljoonaa euroa. Investoinnit tukevat erityisesti tutkimus-, kehitys- ja innovaatio toimintaa (TKI), jonka tavoitteena on luoda uusia työpaikkoja ja vahvistaa Suomen asemaa kansainvälisillä markkinoilla.

TKI-rahoitus vauhdittaa kasvua Business Finlandin pääjohtaja Lassi Noponen korostaa TKI-rahoituksen vaikutuksia erityisesti pk-yritysten ja mikroyritysten kilpailukykyyn.

– Business Finlandin innovaatorahoitusta saaneet pk-yritykset ovat pystyneet edelleen ylläpitämään viennin kasvua, vaikka kansainvälinen markkinatilanne on ollut haastava. On hyvä muistaa, että rahoitettujen projektien tulokset näkyvät usein muutamien vuosien viiveellä, Noponen sanoo.

Pohjanmaan ja Etelä-Pohjanmaan rahoitusosuudet ovat osa laajempaa kansallista panostusta, jonka myötä esimerkiksi Teknologian tutkimuskeskus VTT sai 55,6 miljoonaa euroa, Aalto-yliopisto 28,9 miljoonaa euroa ja Nokia 22,7 miljoonaa euroa.

Pohjanmaan ja Etelä-Pohjanmaan vahvat alat esillä

Maakuntakohtaisessa tarkastelussa Uusimaa nousi suurimmaksi rahoituksen saajaksi 289 miljoonalla eurolla, mutta myös Pohjanmaa ja Etelä-Pohjanmaa ovat huomattavia tuensaajia. Alueilla panostetaan erityisesti teknologia- ja teollisuusaloihin sekä vihreän siirtymän hankkeisiin.

– Suomi tarvitsee jatkuvasti innovaatiovetoista talouskasvua. Tutkimus, kehitys ja innovaatio toiminta kasvattavat myös menestyviä yrityksiä. Me Business Finlandissa rakennamme menestykselle edellytyksiä, Noponen toteaa.

Rahoituksen myötä pk-yritykset ovat onnistuneet kasvattamaan vientiään lähes 45 prosenttia ja liikevaihtoaan noin 31 prosenttia.

TAMMISUNNUNTAI



Sepeleenlasku Kasarmintorin Perinnemuurilla 26 tammikuuta 2025





ARKKITEHTUURI

Museoviraston valmistelema maailmanperintökohde-esitys Aaltojen arkkitehtuurista



Seinäjoen Lakeuden Risti

Unescon maailmanperintöluetteloon saattaa pian tulla uusi suomalainen lisäys, kun Museoviraston valmistelema Aalto Works -esitys toimitetaan helmikuun 2025 alkuun mennessä Unescolle.

Päätöstä Alvar ja Aino Aallon suunnitteleman 13 rakennuksen ja alueen sarjan hyväksymisestä odotetaan vuonna 2026. Jos esitys hyväksytään, se nostaa suomalaisen arkkitehtuurin maailmanperinnön valokeilaan ja korostaa Aaltojen merkitystä niin modernismin edelläkävijinä kuin pohjoismaisen hyvinvointiyhteiskunnan rakentajina.

Aaltojen perintö maailman näyttämölle

Aalto Works -esityksessä korostetaan Aaltojen arkkitehtuurin kansainvälistä merkitystä sekä sitä, miten heidän työnsä on ollut keskeisessä roolissa Suomen kehittyessä moderniksi hyvinvointivaltioksi. Kohteisiin kuuluu 13 ikonista rakennusta ja aluetta, kuten Paimion parantola, Finlandia-talo, Seinäjoen Aalto-keskus, Säynätsalon kunnantalo ja Villa Mairea. Jokainen kohde edustaa arkkitehtuurin ja yhteiskunnan vuorovaikutusta – oli kyse sitten potilaan elämänlaadun parantamisesta, kulttuurin edistämisestä tai demokraattisen arjen tukemisesta.

Museoviraston pääjohtaja Tiina Merisalo korostaa valmistelutyön arvoa:

”Jo pelkkä esityksen valmistelu

on vahvistanut modernin arkkitehtuurin vaalimista Suomessa ja syventänyt ymmärrystä Aaltojen merkityksestä myös kansainvälisesti.”

Pitkä valmisteluprosessi

Aalto Works -esityksen taustalla on vuosien työ. Se sai alkunsa kansallisen maailmanperintöaieluettelon päivityksestä vuosina 2018–2019, ja varsinainen valmistelu alkoi vuonna 2022. Prosessi on vaatinut laajaa yhteistyötä kohteiden omistajien, kaupunkien ja asiantuntijatahojen, kuten Alvar Aalto -säätiön ja ICOMOS:n, kanssa. Esitys ulottuu seitsemän maakunnan ja kaupungin alueelle, mikä tekee siitä yhden Suomen laajimmista maailmanperintöhankkeista.

Kyseessä ei ole ensimmäinen

yrittäjä saada Aaltojen arkkitehtuuria maailmanperintöluetteloon. Jo vuonna 1986 Sunilan tehdas ja asuinalue Kotkassa sekä Villa Mairea nostettiin esille potentiaalisina kohteina. Myöhemmin vuonna 2004 Paimion parantola pääsi mukaan kansalliseen aieluetteluun, mutta hanke keskeytyi ennen Unesco-käsittelyä. Nyt, lähes 40 vuoden jälkeen, Aaltojen arkkitehtuuri saa uuden mahdollisuuden, mutta tällä kertaa sarjaesityksen muodossa.

Kohteet kertovat tarinan

Esityksen 13 kohdetta kertovat yhdessä tarinan Aaltojen arkkitehtuurin laaja-alaisesta vaikutuksesta:

- Paimion parantola: Malliesimerkki siitä, miten arkkitehtuuri tukee lääketieteellistä hoitoa ja potilaan hyvinvointia.
- Seinäjoen Aalto-keskus ja Säynätsalon kunnantalo: Demokratian arjen ja kuntalaisten tarpeiden symbolit.
- Finlandia-talo: Maailmanpolitiikan ja kulttuurin kohtaupaikka.
- Kulttuuritalo Helsingissä: Työväenkaupunginosan keskus, joka yhdistää fyysisen ja henkisen kulttuurin.
- Villa Mairea Porissa: Kodin ja arkkitehtuurin saumaton harmonia.

Mukana ovat myös Aaltojen oma koti ja ateljee Helsingissä, joissa moderni asuminen ja luova työ yhdistyvät, sekä Muuratsalon koetalo, joka ilmentää luonnon ja arkkitehtuurin vuoropuhelua.

Matka maailmanperinnöksi

Suomessa on tällä hetkellä seitsemän maailmanperintökohdetta, joista viimeisin lisäys, Sammallahdenmäki, hyväksyttiin vuonna 1999. Aaltojen arkkitehtuurin hyväksyminen lisäisi Suomen maailmanperintöluetteloon kahdeksannen koh-



Säynätsalon kunnantalo



Finlandiatalo

teen ja nostaisi modernin arkkitehtuurin uudella tavalla osaksi kansainvälistä kulttuuriperintöä. Päätös Unescon komitealta vuonna 2026 on odotettu hetki suomalaiselle arkkitehtuurille ja kulttuurille.

Aaltojen suunnittelemat rakennukset eivät ole vain arkkitehtonisia mestariteoksia – ne kertovat myös tarinan ajastaan,

yhteiskunnasta ja arkkitehtuurin roolista ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa. Maailmanperintöluetteloon pääsy avaisi ovia paitsi Aaltojen perinnön laajemmalle tuntemukselle myös Suomen modernin arkkitehtuurin kansainväliselle arvostukselle.

(Lähde: STTinfo/Museovirasto)

UUTISET

Ateneum: 1900-luvun taiteilijat Vaasasta, Fanny Churberg ja Alexandra Frosterus-Såltin, näyttelyssä *Rajojen rikkojat 2025*



Fanny Churberg: *Flickor på stranden* (1869). Kansallisgalleria / Ateneumin taidemuseo, Arvid Souranderin lahja. Kuva: Kansallisgalleria / Jenni Nurminen

Kun Ateneum avaa Rajojen rikkojat-näyttelyn ovet 7.3.2025, vierailijat kutsutaan kiehtovalle aika- ja tilamatkalle. Ensimmäistä kertaa kerätään rohkeiden naisten teoksia, jotka aikansa rajoituksista huolimatta ylittivät maantieteelliset ja sosiaaliset rajat taiteen luomiseksi.

Tunnettujen nimien joukossa on kaksi vaasalaista taiteilijaa – rohkea maisemamaalari **Fanny Churberg** ja taitava muotokuva- ja laatumaalari **Alexandra Frosterus-Såltin**.

1800-luvulla taiteilijoiden oli itsestään selvää matkustaa ulkomaille kouluttautumaan, ja naistaiteilijoille tämä merkitsi erityistä haastetta. He eivät voineet opiskella perinteisissä taideakatemoissa, vaan olivat riippuvaisia yksityisopettajista tai kouluista, joita miehet olivat perustaneet naisille. Tie taiteelliselle uralle vaati päättäväisyyttä ja uhrauksia – ja juuri sitä nämä naiset osoit-

tivat.

Näyttely korostaa paitsi heidän taiteellista kyvykkyyttään myös heidän urauurtavaa rooliaan tuleville naistaiteilijasukupolville, kuten Helene Schjerfbeckille ja Ellen Thesleffille. Yli 50 pohjoismaisen, baltialaisen, saksalaisen ja puolalaisen taiteilijan maalauksilla, piirustuksilla ja veistoksilla *Crossing Borders* tuo uutta valoa aiemmin unohdettuun taiteellisuuteen ja esittelee teoksia, joita ei ole koskaan aiemmin nähty Suomessa.

Ateneum jatkaa naistaiteilijoiden tutkimuksen edelläkävijänä. Anne-Maria Penosen kuratoima näyttely tuo uutta ymmärrystä saksalaisen taidekentän merkityksestä ranskalaisen rinnalla ja kiinnittää huomiota verkostoihin, jotka mahdollistivat naistaiteilijoiden työskentelyn. Näyttelyn kansainvälisiä nimiä ovat Jeanna Bauck, Elisabeth Jerichau-Baumann, Amalia Lindegren ja Bertha Wegmann.

Helsingin kiertueen jälkeen näyttely su-

keltaa maailmaan – syksyllä 2025 se avautuu yhteistyökumppaninsa Düsseldorfin Kunstpalastissa. Lainalaitosten joukossa ovat myös Alte Nationalgalerie Berliinissä, Kansallismuseo Tukholmassa, Ny Carlsberg Glyptotek Kööpenhaminassa ja Tanskan kansallisgalleria.

Näyttelyllä on suuri taidehistoriallinen merkitys, ja sitä täydentää laaja ruotsin-, suomen- ja englanninkielinen katalogi, jossa on kansainvälisten tutkijoiden tekstejä. Taiteesta, historiasta ja visuaaliseen kulttuuriimme muokanneista urauurtavista naisista kiinnostuneelle *Rajojen rikkojat* on näyttely, jota ei kannata jättää väliin.

Ateneum kutsuu astumaan näiden taiteilijoiden maailmaan – rohkeuden, lahjakkuuden ja rajattoman luovuuden maailmaan.

* TEKÖÄLY

DeepSeek: Kiinan tekoälyvallankumous – kuka hyötyy siitä eniten?



Kun tekoäly (AI) kehittyi huimaa vauhtia, maailma on nähnyt joukon uusia tekniikoita, ja toimijat ympäri maailmaa kilpailevat eturintamassa. Näiden joukossa on DeepSeek – innovatiivinen tekoälyalusta, joka lanseerattiin äskettäin Kiinasta. Mikä tekee DeepSeekistä ainutlaatuisen ja miten se eroaa aiemmista tekoälymalleista?

Mikä on DeepSeek?

DeepSeek on edistyksellinen tekoälyalusta, joka on suunniteltu parantamaan koneoppimista, luonnollisen kielen ymmärtämistä ja kognitiivista tietojenkäsittelyä. Joidenkin alan huippu-tutkijoiden ja insinöörien luoma alusta pyrkii työntämään rajoja siitä, mikä on mahdollista tekoälyn kanssa tänään.

DeepSeek edellyttää käyttäjän tunnistamista, mutta sen käyttö on ilmaista.

Jotkut DeepSeekin näkyvimmistä ominaisuuksista ovat:

Parempi kielen ymmärtäminen: Alusta voi tulkita ihmiskieltä syvemmällä tasolla ja ymmärtää kontekstia, sävyä ja tarkoitusta. Tämä te-

kee vuorovaikutuksesta luonnollisemman.

Multimodaalinen ominaisuus: Se yhdistää saumattomasti tiedot tekstistä, kuvasta ja äänestä ja mahdollistaa kattavan analyysin.

Itseoppivat algoritmit: DeepSeekillä on kyky kehittyä itsestään uuden datan avulla, mikä minimoi jatkuvan ihmisen väliintulon tarpeen.

Nopea, reaaliaikainen käsittely: Tämä tekee alustasta erityisen houkuttelevan käyttötapauksissa, kuten asiakaspalvelussa ja reaaliaikaisessa analytiikassa.

Miten DeepSeek eroaa vanhemmista tekoälymalleista?

DeepSeek on merkittävä edistysaskel aiempiin tekoälyratkaisuihin verrattuna monessa suhteessa: Monimutkaisuus ja syvyys: Aiemmat tekoälymallit perustuivat usein ennalta määritettyihin algoritmeihin, eikä niissä ollut joustavuutta mukautua uuteen tietoon. DeepSeek käyttää syväoppimista tietojen analysointiin edistyneemmällä tavalla.

Multimodaalinen tietojen integrointi: Vanhemmat

mallit keskittyivät yksittäisiin tietotyyppihin (kuten tekstiin tai kuvaan), kun taas DeepSeek yhdistää useita tietotyyppiä, mikä tekee siitä hyödyllisen monissa muissa tilanteissa.

Helppokäyttöisyys: DeepSeek on suunniteltu loppukäyttäjää ajatellen, mikä tarkoittaa, että käyttöliittymät ovat muokattavissa ja räätälöitävissä erilaisiin tarpeisiin.

Etiikka ja läpinäkyvyys: Toisin kuin vanhemmat mallit, DeepSeek on rakennettu selkeällä kehityksellä oikeudenmukaisuudelle, vastuullisuudelle ja avoimuudelle.

Kuka voi hyötyä eniten DeepSeekistä?

DeepSeekillä on potentiaalia mullistaa useita toimialoja. Yritykset, jotka käsittelevät suuria tietomääriä, kuten terveydenhuollossa, rahoituksessa tai asiakaspalvelussa, voivat hyötyä suuresti sen kyvystä analysoida tietoja nopeasti ja tarkasti. Samalla se on työkalu, joka voi myös auttaa tutkijoita, päätöksentekijöitä ja jopa yksilöitä heidän päivittäisessä työssään - varsinkin kun on kyse

monimutkaisen tiedon ymmärtämisestä tai nopeiden päätösten tekemisestä.

Ymmärtääkö DeepSeek ruotsia ja suomea?

Yksi mielenkiintoinen alue, jolla DeepSeekiä testataan, on sen kielitaito. Alusta pystyy käsittelemään äänipohjaista vuorovaikutusta, mikä tarkoittaa, että käyttäjät voivat keskustella sen kanssa kuin ihminen. Mutta miten se toimii pohjoismaisilla kielillä?

Englanti: DeepSeek on edistynyt tässä jonkin verran. Käyttäjät ovat ilmoittaneet, että se toimii joskus hyvin englanniksi, vaikka tulokset voivat vaihdella kontekstin ja kyselyjen monimutkaisuuden mukaan.

Suomi: Suomen osalta vastaus on kuitenkin ollut heikompi. Monet käyttäjät ovat huomanneet, että tekoäly usein "hajoaa" kohdatessaan monimutkaisen suomen kielen, mikä johtaa sekaviin vastauksiin.

DeepSeekin menestys globaalissa tekoälyympäristössä johtuu sen jatkuvasta kyvystä oppia ja sopeutua eri kielisiin ja

kulttuurikonteksteihin. Ehkä jonain päivänä voimme keskustella vapaasti ruotsiksi ja suomeksi tällä tekniikalla - mutta toistaiseksi kehityspotentiaalia on.

Kehittyneiden oppimisteknologioiden, multimodaalisen integraation ja eettisten kehysten yhdistelmällä DeepSeek asettaa uuden standardin sille, mitä tekoäly voi saavuttaa. Yrityksille, tutkijoille ja innovaattoreille, jotka etsivät seuraavan sukupolven tekoälyratkaisuja, tämä on nimi, jota kannattaa pitää silmällä. Mutta se on myös muistutus siitä, kuinka pitkälle tekoälyllä on vielä matkaa - eikä vähiten omien pohjoismaisten kieltemme hallitsemisessa.

On myös mielenkiintoista, että DeepSeek on voitu toteuttaa pienin kustannuksin tässä yhteydessä. Kiinalaiset ovat taitavia!

Jotkut ovat huolissaan siitä, voidaanko DeepSeekin tietoja luovuttaa Kiinan viranomaisille, ja tästä näkökulmasta ChatGPT on turvallisempi käyttää ainakin toistaiseksi.

VAASAN YLIOPISTO

Vaasan yliopiston hallituksen puheenjohtaja Mari Kiviniemi vuosipäivän juhlassa: ”Opiskelijamäärän kasvattaminen on välttämätöntä osaamistason nousun varmistamiseksi”



Vaasan yliopiston 57. vuosijuhlaa vietettiin maanantaina 27. tammikuuta teemalla ”tulevaisuuden ratkaisuja suurella sydämellä” yliopiston tiedotteen mukaan. Juhlapuhujina olivat Vaasan yliopiston hallituksen puheenjohtaja Mari Kiviniemi sekä Teknologiateollisuuden toimitusjohtaja Minna Helle. Tilaisuudessa kuultiin myös rehtori Minna Martikaisen tervehdyspuhe. Lisäksi jaettiin vuoden opetus- ja tutkimustekopalkinnot sekä ylioppilaskunnan Hyvä opettaja -palkinto

Vaasan yliopiston hallituksen puheenjohtajan Mari Kiviniemen mukaan talouskasvun vauhdittamisessa on tärkeä panostaa koulukseen ja tutkimukseen.

– Pula osaajista estää vahvan talouskasvun. Koulutus- ja osaamistason nostaminen Suomessa on aivan välttämätöntä, Kiviniemi muistutti.

Korkeakoulutuksen saaneiden nuorten aikuisten osuus koko Suomen väestöstä on kuitenkin vain 40 prosenttia – heikompä kuin kilpailijamaissamme. Pohjalais-

maakunnissa luku on tätäkin alempi.

Maan hallitus pyrkii osuuden nostamiseen 50 prosenttiin vuoteen 2030 mennessä. Kiviniemen mukaan tehdyt toimenpiteet eivät kuitenkaan riitä, sillä ongelmana on korkeakoulujen perusrahoituksen vähentyminen.

Koulutustason nostoon tarvittaisiinkin hänen mukaansa hallituskaudet ylittävää pitkäjänteistä suunnitelmaa ja sitoutumista rahoituksen kasvattamiseen.

– Pitäisi saada samanlaista, yli puoluerajojen menevää johdonmukaisuutta kuin T&K-menoja koskevista linjauksista on saatu aikaan, Kiviniemi muistutti.

T&K-menojen osuutta aiotaan kasvattaa Suomessa neljään prosenttiin bruttokansantuotteesta vuoteen 2030 mennessä. Rahoituksen kohdentamista tulisi kuitenkin muuttaa nykyisestä.

– Nyt tarvitaan hallitusohjelman linjausten mukaan rahoitusta myös suoraan yliopistoille sekä yliopistojen T&K-toimintaan sekä aikaisempaa paremmalla kohdistuksella tohtorikoulutukseen, sanoi Kiviniemi. Vaasan yliopisto aikoo kouluttaa aiempaa enemmän

Kiviniemi korosti puheessaan, että Vaasan yliopiston strategia tukee erinomaisella tavalla Suomelle tärkeää kasvun vauhdittamista koulutuksen ja tutkimuksen kautta.

– Vaasan yliopisto tulee lähivuosina lisäämään tuntuvasti kotimaisten ja kansainvälisten opiskelijoiden määrää. Tämä

on välttämätöntä, jos haluamme saavuttaa kilpailijamaat ja varmistaa osaamistason nousun.

Strategian mukaan opiskelijamäärä tulee nousemaan 7500 opiskelijaan vuoteen 2030 mennessä ja valmistuneiden maistereiden ja diplomi-insinöörien määrä 900:aan. Lisäksi tohtorien määrää aiotaan kasvattaa.

”Teknologiateollisuudessa jopa 60 prosentilla rekrytoitavista oltava korkeakoulututkinto”

Vuosipäivän juhlissa puhunut Teknologiateollisuuden toimitusjohtaja Minna Helle painotti talouskasvun merkitystä, sillä julkisen talouden säästöillä ei pelasteta Suomen taloutta. Mari Kiviniemen tavoin hän painotti osaajien ja TKI-toiminnan merkitystä talouskasvulle ja teollisuudelle. Helteen mukaan haaste koulutustason kasvattamiseen on iso.

– Emme ole lähelläkään 50 prosentin tavoitteen saavuttamista. Samaan aikaan teknologiateollisuudessa, Suomen suurimmalla teollisuuden ja viennin alalla, jo 60 prosentilla rekrytoitavista tulee olla korkeakoulututkinto. Luku on jopa suurempi tehtävissä, jotka ovat kokonaan uusia.

Helteen mukaan on selvää, että tulevaisuudessa korkeakoulutettujen tarve kasvaa yhä, etenkin kun tuottavuutta halutaan lisätä ja tutkimus- ja tuotekehitysmenojen osuutta kasvattaa sekä samalla olla houkutteleva maa korkean jalostusasteen investoinneille. KUVU: Vaasan Yliopisto.

VAASAN MUSEOT

Vaasan museoiden kävijämäärä pysyi korkealla tasolla vuonna 2024



Vaasan museoissa vieraili vuonna 2024 yli 50 000 kävijää museoiden tiedotteen mukaan.

Kun mukaan lasketaan Pohjanmaan alueen pop up- ja kiertonäyttelyt, kokonaiskävijämäärä nousi lähes 65 000:een. Suosituin kohde oli Pohjanmaan museo, jossa vieraili 20 612 kävijää.

Museoiden suosiota ei heikentänyt muutosten vuosi

Vaasan museoissa tapahtui merkittäviä muutoksia vuoden 2024 aikana, mutta kävijämäärät pysyivät silti korkealla tasolla. Museotoimenjohtaja Elina Bonelius kertoo, että esimerkiksi Vaasan taidehallin toiminta siirtyi vuoden alussa

Vaasan taiteilijaseuran vastuulle ja museoiden aukioloaikoja supistettiin kesästä alkaen, kun tiistaisin ovet pysyivät suljettuina. Näistä muutoksista huolimatta museoiden suosio säilyi vahvana.

”Viime vuoden ennätyslukuista jäätin vain muutamalla tuhannella kävijällä, mikä on osoitus siitä, että museomme vetävät yleisöä laajalla tarjonnallaan. Erityisen ilahduttavaa on Vanhan Vaasan museon kävijämäärän kasvu,” Bonelius sanoo.

Alueellisen vastuumuseon kiertonäyttelyt tavoittivat laajasti

Vaasan museot tuottivat alueellisen vastuumuseon roolissa kaksi pop up -näyttelyä ja useita kiertonäyttelyitä Pohjanmaan alueelle. Nämä

kiertonäyttelyt keräsivät yhteensä 14 390 kävijää, mikä lisää museoiden tavoitavuutta alueellisesti.

”Erityisen ilahduttavaa on Vanhan Vaasan museon kävijämäärän kasvu”

Seitsemän uutta näyttelyä vuonna 2025

Vuonna 2025 Vaasan museot esittelevät seitsemän uutta vaihtuvaa näyttelyä, joista ensimmäiset avautuvat huhti-toukokuussa. Tarjontaan kuuluu paikallista ja pohjoismaista taidetta sekä naivismia. Pohjanmaan museossa avataan myös uudistettu rahahuone, ja Tikanojan taidekoti tuo esille omia kokoelmiaan.

Lisäksi Lundgrenin sisarusten Pohjanmaa-kiertonäyttely kiertää kuudessa Pohjanmaan

kunnassa, esittäen kolmen vaasalaistaiteilijan töitä.

Aukioloaikoja ja remontteja vuonna 2025

Tammikuusta alkaen vain Pohjanmaan museo on avoinna sunnuntaisin, kun Tikanojan taidekoti ja Kuntsin modernin taiteen museo sulkevat ovensa sunnuntaisin säästösyistä. Bonelius kuvailee ratkaisua valitettavaksi, mutta välttämättömäksi.

”Pohjanmaan museo valikoitui sunnuntain aukiolokohteeksi, koska sen tarjonta on laajinta ja se on kävijämäärältään suosituin museoistamme,” Bonelius perustelee.

Tikanojan taidekoti suljetaan kesällä 2025 julkisivu- ja kattoremontin sekä sisätilojen kunnostustöiden vuoksi. Museo avautuu uudelleen syys-

kuun lopussa uusien näyttelyin.

Kiittävää palautetta yleisöltä

Museoiden näyttelyt ovat saaneet yleisöltä kiittävää palautetta. Esimerkiksi Eero Järnefeltin, Meta Isäus-Berliniinin ja Ritva Kovalaisen sekä Sanni Sepon näyttelyt ovat herättäneet paljon kiinnostusta. Moni kävijä onkin palannut katsomaan samaa näyttelyä useamman kerran.

Yleisöopastuksia järjestetään vuonna 2025 lauantaisin Tikanojan taidekodissa ja Kuntsin modernin taiteen museossa sekä sunnuntaisin Pohjanmaan museossa. Opastuksilla syvennetään vaihtuvien näyttelyiden teemoihin ja taustoihin.

VIIKON TAIDE-ELÄMYS



Magnus Enckell

9.11.1870, Hamina

27.11.1925, Tukholma

Luonnos Porin kirkon lasimaalaukseen Christus surrexit, 1920 - 1925

TAPAHTUMAT



TIKANOJA:

UUDEN TAIDETA- PAHTUMA VAASAS- SA

Eero Järnefeltin
näyttely avautui
23.11.2024

VAASAN KAUPUNGIN- TEATTERI

Tosca-ooppera
Ensi-ilta 16.1.2025
[https://www.vaasa.fi/
koe-ja-nae/kulttuu-
ria-vaasassa-ja-seu-
dulla/vaasan-kaupun-
ginteatteri/tosca/](https://www.vaasa.fi/koe-ja-nae/kulttuur-ia-vaasassa-ja-seu-
dulla/vaasan-kaupun-
ginteatteri/tosca/)

VAASAN KIRKKO

Kantorin ylistys
ti 4.2 klo 20.00
Gospel Cantors Fin-
landin konsertti, mu-
kana Mikael Svarvar
& Sing thello. Ohjaus
Heidi Harju.
Konsertti on osa
torstain ohjelmaa ja
avoin yleisölle. Vapaa
pääsy.

VAASAN KIRKKO

Joseph Haydn: Der
Schöpfung
Ke 5.2 klo 18.00
kapellimestari Jan
Söderblom.

Kajsa Dahlbäck,
sopraano, Simo Mä-
kinen, tenori, Luke
Scott, baritoni. Ka-
marikuoro Canticum
Maris, Vaasan kau-
punginorkesteri, ka-
pellimestari Jan Sö-
derblom.

Konsertti on osa
torstain ohjelmaa ja
avoin yleisölle.

KOKOLAN TALVIHAR- MONIKKA 2025

Karleby vinteraccor-
deon
8.-15.2.2025

Kokkolan Talvihar-
monikka on vuonna
1998 aloittanut mu-
siikkifestivaali Kok-
kolassa

VAASAN KIRKKO

Konsertti Trio Quin-
tan ja Lena Moénin
kanssa

La 8.2 klo 18.00
Trio Quinta tarjoaa
yhdessä sopraano
Lena Moénin kanssa
pohjoismaisten nais-
säveltäjien musiikkia.

Vaasa-Vasa Baroque Pe / Fr 14.2 klo / kl. 18.00 Kaupunginta- lon peilisali / Stads- husets spegelsal

Ystävänäpäiväbarok-
kia – Vändagsbarock
Janne Valkeajoki, ac-
cordeon
Rameau & harmonik-
kahittejä / Rameau &
dragspelshits
Konserttilippu sisäl-
tää tarjoilun / Konser-
tibiljetten inkluderar
servering.
[https://vaasabaroque.
com/](https://vaasabaroque.com/)

Vaasa-Vasa Baroque La / Lö 22.3 klo / kl. 16.00 Musiikkia Ve- turitallissa / Musik i Lokstallet

Sinfonioita yhdelle
viululle – Stradellan
sonaatteja ja kirjeitä
Symfonier för en vio-
lin – Stradellas sonater
och brev
Pirkanmaan barokki &
Aira Maria Lehtipuu
Tähän konserttiin on
vapaa pääsy! Avoi-

met ovat Veturitallis-
sa koko päivän, tule
tutustumaan Wärtsi-
län alueeseen.

[https://vaasabaro-
que.com/](https://vaasabaroque.com/)

KIRKKOJEN SOIVA VIIKKO 2025

Kirkkojen soivalla
viikolla voi kuunnel-
la lähes kaikkia Vaa-
san evankelis-luteri-
laisten seurakuntien
kuoroja ja orkeste-
reita. Kaikkiin kon-
sertteihin on vapaa
pääsy.

Neiti Concordiae
perjantaina 28.3. klo
19 Kolminaisuuden
kirkossa. Laula ilo,
kapellimestarina Sini
Usmi.

Lastenjuhla lauantai-
na 29.3. klo 15 Vä-
hänkyrön kirkossa.
Seurakuntien lapsi-
kuorot.

Canticum Maris a
cappella sunnuntaina
30.3. klo 19 Kolmi-
naisuuden kirkossa.
Kapellimestari Tarja
Viitanen.

Kirkkokuorot ja kant-
torit keskiviikkona
2.4. klo 19 Kolminai-
suuden kirkossa.

Merina-nuorisokuoro
torstaina 3.4. klo 19
Brändön kirkossa.
Kapellimestari Tarja
Viitanen.

Vaasa-Vasa Baroque Su / Sö 27.4 klo / kl. 17.00 Kaupunginta- lon juhlasali / Stads- husets festsal

Händel ja Roman Lon-
toossa – Händel möter
Roman i London
Kajsa Dahlbäck, sop-
raano / sopran
Drottningholms ba-
rockensemble (SWE)
[https://vaasabaroque.](https://vaasabaroque.com/)

com/

VAASAN KUOROFES- TIVAALI XXXI 22-24.5.2025

Vaasan kuorofestivaali
on merkittävä kansain-
välinen kuoromusiikin
tapahtuma. Laulukau-
den iloinen ja sosiaa-
linen päätösjuhla on
avoin kaikille kuoroil-
le.

ILMAJOEN MUSIIKKI- FESTIVAALI

”Isoviha” 1713-
1721”

6.-15.6.2025

”Tämä voimakas
ja ajankohtainen
ooppera tuo vihan
vuodet ja esi-isiem-
me kohtalot takaisin
Kyrönjoen rannoille.
Big Wrath on jär-
kyttävä ja ravitseva
tarina perhesiteistä,
äidinrakkaudesta,
sinnikkyydestä ja
yhteistyön voimasta
tietyn ajan kuluessa,
kun Venäjän julma
hyökkäyssota Suo-
mea vastaan poltti
Pohjanmaan mustak-
si maaksi.”
[www.musiikkijuhlat.
fi](http://www.musiikkijuhlat.fi)

NÄRPES TEATER

”Maskinisterna”,
ruotsinkielinen näy-
telmä Wickströmin
veljeksistä ja heidän
moottoritehtaastaan.
käsikirjoituksesta
ja ohjauksesta Erik
Kiviniemi.
Ensi-ilta 28.6.25 klo
19

Muut esitykset:

1.7 klo 19
3.7. klo 19
7.7. klo 19
8.7. klo 19
10.7 klo 19
13.7. klo 17
15.7. klo 19

16.7. klo 19

17.7. klo 19

19.7. klo 19

KORSHOLMAN MU- SIKKIJUHLAT

23.7.–30.7.2025

”Korsholman Mu-
siikkijuhlat 2024 ja
Tove Teuvalla -oop-
pera ovat ohi ja syksy
lähestyy.

Nyt työskentelemme
jo kesän 2025 Mu-
siikkijuhlien paris-
sa. Haluamme kui-
tenkin palata vielä
heinä-elokuun läm-
pimiin päiviin ja fes-
tivaalitunnelmiin.”

Korsholman Musiik-
kijuhlat järjestetään
ensi vuonna 23.–
30.7.2025.

[https://korsholmmu-
sicfestival.fi/](https://korsholmmu-
sicfestival.fi/)

WASA FUTURE -FES- TIVAALI

11-16.8.2025

Wasa Future Fes-
tival 2026 järjes-
tetään 11.–16. elo-
kuuta. Tapahtuma
kokoaa osaavia ja
motivoituneita hen-
kilöitä elinkeinoelä-
mästä, yliopistoista,
alueellisista päätök-
sentekoelemistä ja
ministerikunnasta
keskittymään ongel-
mien ratkaisemiseen
Vaasassa ja eri puolil-
la Suomea.

Tilaisuutta voi seurata
Wasa Future Festivalin
YouTube-kanavalla.

Wasan innovaatiokes-
kus

Gerbyntie 18

65230 Vaasa

[https://wasafuturefesti-
val.fi/](https://wasafuturefesti-
val.fi/)

TAITEIDEN YÖ

14.8.2025

”Toivottavasti näem-
me taas ensi vuoden
Taiteiden yössä”

ASTRONOMIA

2024 YR4, jopa 100 metriä iso asteroidi, jolla on 1,3 prosentin riski törmätä Maahan 22. joulukuuta 2032



Törmäysriskikäytävä Near Earth -asteroidille 2024 YR4, mahdollinen törmäys 22. joulukuuta 2032. Kuva: By Daniel Bamberger (Rennerpho) - Oma työ, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=158699356>

Asteroidi nimeltä 2024 YR4, jonka halkaisija on 40–100 metriä (130–330 jalkaa), tekee tällä hetkellä aaltoja tiedeyhteisössä, koska se voi vaikuttaa maahan. ATLAS-järjestelmän (Asteroid Terrestrial-impact Last Alert System) 27. joulukuuta 2024 löytämä asteroidi on luokiteltu Apollo-tyyppiksi, mikä tarkoittaa, että se ylittää Maan kiertoradan. 29. tammikuuta 2025 alkaen YR4:lle on annettu Torinon asteikon luokitus 3, mikä osoittaa 1:77 (1,3 %) mahdollisuuden iskeä Maahan 22. joulukuuta 2032.

Vaikka tämä riski saattaa tuntua pieneltä, se on herättänyt hälytyksiä asteroidin huomattavan törmäyspotentiaalin vuoksi.

Mahdolliset vaikutukset: Mitä voi tapahtua?

Jos 2024 YR4 törmäisi Maahan, tulokset voisivat olla katastrofaalisia, varsinkin kun otetaan huomioon asteroidin arvioitu koko ja nopeus. Sen massa on $2,2 \times 10^8$ kg, ja se vapauttaisi törmäyksessä noin 8,0 megatonnia TNT:tä (33 petajoule)

energiaa, mikä on yli 500 kertaa Hiroshimaan pudotetun atomi-pommin vapauttama energia. Tämä energia voisi tuottaa meteori-ilmapurkauksen tai törmäyskraatterin, jonka tuhoiset paikalliset vaikutukset ulottuvat jopa 50 kilometrin (31 mailin) päähän törmäyspaikasta.

Törmäyspaikkojen osalta asteroidin mahdollinen riskikäytävä ulottuu Tyyneltämereltä Etelä-Amerikkaan, Atlantin yli, Keski-Afrikan läpi ja Pohjois-Intiaan asti.

Vaikka törmäyksen mahdollisuus on edelleen suhteellisen pieni, suoran törmäyksen mahdollisuus Maahan riittää kiinnittämään avaruusjärjestöjen huomion maailmanlaajuisesti.

Mitä tämä tarkoittaa tulevaisuuden kannalta?

Tällä hetkellä tutkijat seuraavat tarkasti asteroidin kiertorataa ja jatkavat laskelmiensa tarkentamista. Asteroidi lähestyy Maata seuraavan kerran joulukuussa 2028, mutta huhtikuuhun 2025 mennessä se on liian himmeä havaittavaksi nykyisillä teleskoopeilla, mikä saattaa va-

ikeuttaa tulevaa seurantaa.

Vaikka vaikutusten mahdollisuus vuonna 2032 on edelleen pieni, asiantuntijat varoittavat, että tarvitaan lisätutkimuksia riskien ymmärtämiseksi täysin. Asteroidin koko on verrattavissa siihen, joka aiheutti vuoden 1908 Tunguska-tapahtuman, joka tasoitti tuhansia neliökilometrejä metsää Siperiassa korostaen tällaisen kohteen aiheuttamaa merkittävää vaaraa.

Vaikka NASA ja Euroopan avaruusjärjestö ovat molemmat antaneet tiedotteita, törmäysriski on edelleen jatkuvan tutkimuksen aihe, ja tiedeyhteisö seuraa edelleen tiiviisti vuoden 2024 YR4:n polkua. Toistaiseksi paras neuvo pysyy: pysy ajan tasalla, koska tämä on yksi niistä kosmisista tapahtumista, joiden toivomme koskaan tapahtuvan.

Tekstin lähde: Wikipedia, Creative Commons Nimeä-Jaa samoin 4.0 Kansainvälinen-lisenssi



Dan Holmin tutkimus muodostaa näytelmän tosiasiallisen perustan. Pääosassa on Kent Hägglund ja käsikirjoituksesta ja ohjauksesta vastaa Erik Kiviniemi.

KESÄTEATTERI

Kesän teatterikohokohta Pohjanmaalla: ”Maskinisterna” Närpiön teatterissa



Erik Kiviniemi ja Miranda Eklund, Närpiön teatterin puheenjohtaja.

**Suomen arvostetuimpiin har-
rastajateattereihin kuuluva
Närpiön teatteri tarjoaa ke-
säelämyksen, joka saa moot-
toriharrastajat ja teatterin
ystävät kääntämään katseen-
sa Öjskogsparkeniin. Tämän
vuoden näytelmä ”Maskinis-
terna (Koneistajat)”, jonka on
käsikirjoittanut ja ohjannut
kokenut Erik Kiviniemi, ker-
too Wickströmin veljeksistä ja
heidän ikonisesta moottoriteh-
taastaan Vaasassa.**

Tarina vie meidät takaisin 20. vuosisadan ensimmäiselle puoliskolle ja on yrittäjähengen, teknologisten innovaatioiden ja ihmissuhteiden juhla.

Näytelmä on ruotsinkielinen.

Chicagosta Vaasaan: edistyksen matka

John Wickström, yksi veljeksistä moottoritehtaan takana, oli osoittanut kekseliäisyytensä jo vuonna 1906. Samana vuonna hän järjesti PR-tempun, joka teki vaikutuksen paikallisiin. Itse tuotetulla moottorilla varustetulla moottoriveneellä

hän veti kaksi venettä ylävirtaan Kyro-joella. Tämä Vasabladetin raportoima näytävä tapahtuma oli lähtölaukaus moottoritehtaan perustamiselle.

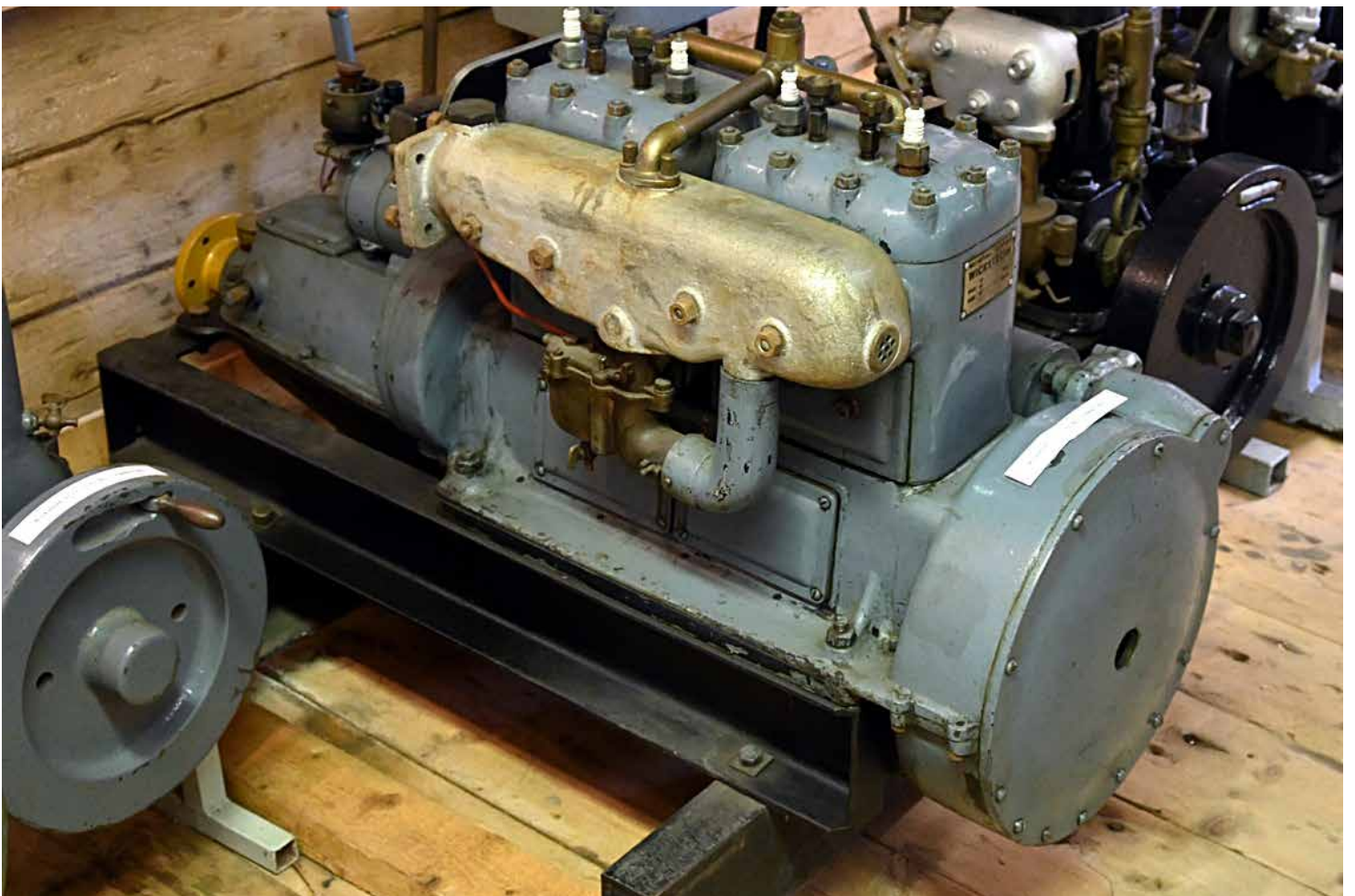
Wickströmin moottorit mullistivat sekä maatalouden että kalateollisuuden. Metlahden ensimmäisistä venemoottoreista Vaskiluodon moderniksi tehtaaksi yritys kasvoi suomalaisen teollisuuden johtavaksi toimijaksi.

Pohjanmaan historiaan liittyvä tarina

Vaikka Wickströmin tehdas sijaitsi Vaasassa, perintö elää edelleen När-



Pienet ja suuret Wickström-moottorit Vaasan Vaasan Palosaassa olevassa Merimuseossa



piössä, jossa useita moottoreita on edelleen käytössä. ”Hankkeessa on vahva paikallinen ankkuripaikka”, sanoo Närpiö Teaterin puheenjohtaja Miranda Eklund Ylen haastattelussa. ”Maskinisterna” perustuu Dan Holmin vuosikymmeniä kestäneeseen tutkimukseen, mutta lavalla saamme myös osallistua fiktiiviseen tarinaan, joka on täynnä inhimillisiä konflikteja ja draamaa.

Erik Kiviniemi: veteraani ruorissa

Ohjaaja ja käsikirjoittaja Erik Kiviniemi ei ole vieras Wickström-teemalle. Vuonna 2015 hän ohjasi Vaasan kaupunginteatterissa Antti Tuurin käsikirjoitukseen perustuvan ”John Wickströmin elämän”. Mutta tämä on hänen ensimmäinen yhteistyönsä Närpiö Teaterin kanssa, ja odotukset ovat korkealla.



Dan Holm

Perinteikästä ulkoilmateatteria

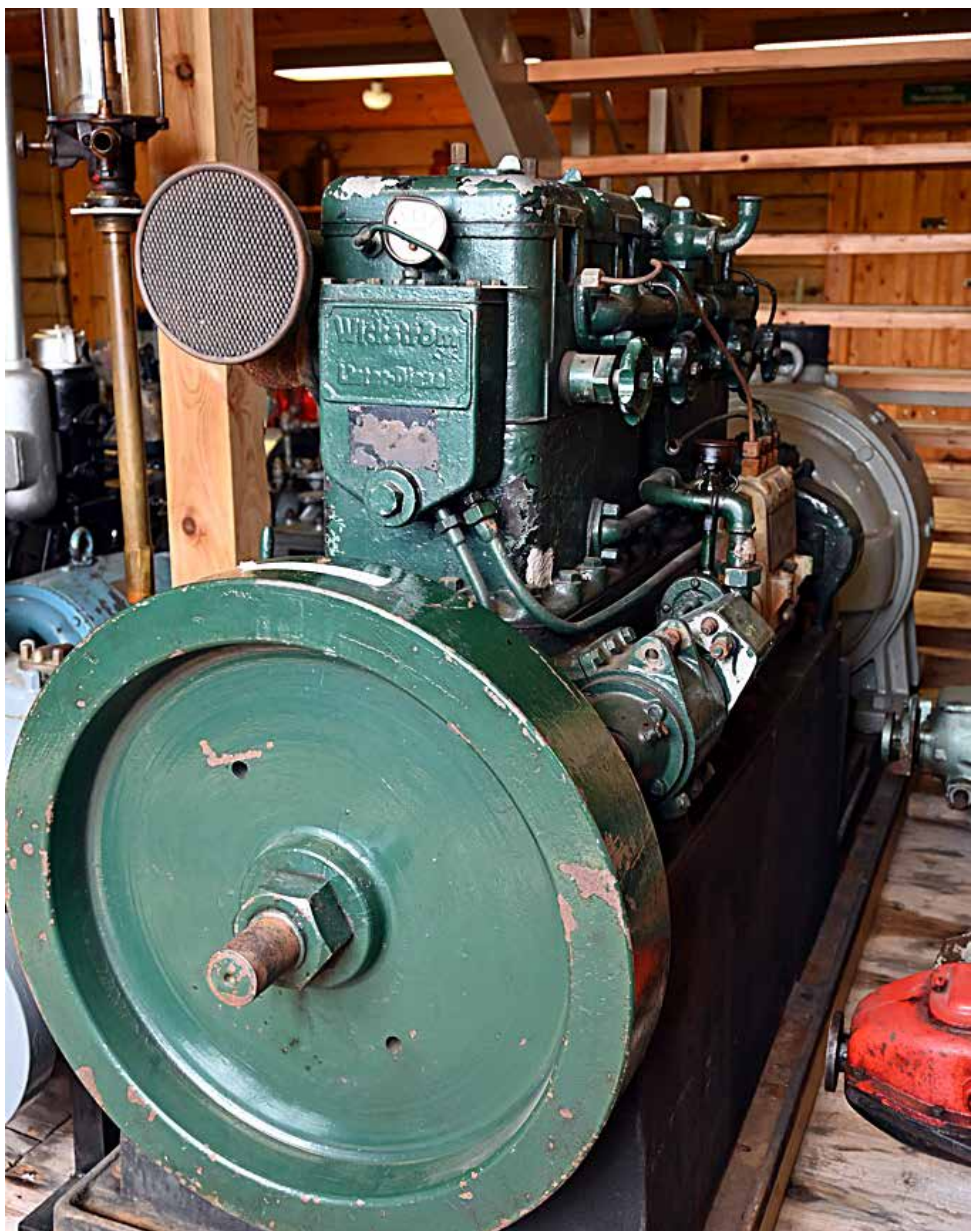
Närpiön Teatterilla on pitkä historia onnistuneista tuotannoista. Teatteri perustettiin vuonna 1963 ja vuonna 1966 avattiin ulkoilmanäyttämö, jossa oli pyörivä katsomo, ja se on vakiinnuttanut asemansa alueen keskeisenä kulttuurin kantajana. Yli 400 katsojan näyttämöstä on tullut teatterin ystävien kokoontumispaikka ympäri maata.

Esitykset

”The Machinists” saa maailmanensiltansa 28. kesäkuuta klo 19 Öj-skogsparkenissa. Esitykset jatkuvat kesän aikana useilla päivämäärillä, joista valita:

1. heinäkuuta klo 19
3. heinäkuuta klo 19
7. heinäkuuta klo 19
8. heinäkuuta klo 19
10. heinäkuuta klo 19
13. heinäkuuta klo 17
15. heinäkuuta klo 19
16. heinäkuuta klo 19
17. heinäkuuta klo 19
19. heinäkuuta klo 19

Älä missaa mahdollisuutta kokea tämä ainutlaatuinen esitys, jossa historiallinen aitous yhdistyy vahvaan draamaan ja paikalliseen viehätykseen.



TERVEYS

Jos olet yli 70-vuotias, nämä lääkkeet voivat vaikuttaa muistiisi



Iän myötä kehomme tulee herkemäksi lääkkeiden vaikutuksille. Yli 70-vuotiaille tietyt yleisesti määrätyt lääkkeet voivat lisätä muistin menettämisen tai kognitiivisen heikkenemisen riskiä, mukaan lukien Alzheimerin tauti. Näiden lääkkeiden ja niiden mahdollisten sivuvaikutusten ymmärtäminen on ratkaisevan tärkeää kognitiivisen terveyden ylläpitämiseksi myöhemmin vuosina.

Kuinka lääkkeet vaikuttavat muistiin

Aivojen monimutkainen kemia on herkkä häiriöille, erityisesti

vanhemmilla aikuisilla. Monet lääkkeet voivat häiritä välittäjäaineiden toimintaa, vähentää hapen saantia aivoihin tai aiheuttaa sivuvaikutuksia, kuten sekavuutta tai uneliaisuutta. Kun nämä tekijät jatkuvat, ne voivat aiheuttaa muistiongelmia ja joissakin tapauksissa lisätä hermoston rappeutumissairauksien riskiä.

Muistin menettämiseen ja kognitiiviseen heikkenemiseen liittyvät lääkkeet

Tässä on joitain lääkeluokkia, jotka voivat vaikuttaa muistiin vanhemmilla aikuisilla:

1. Antikolinergiset aineet

Antikolinergiset lääkkeet estävät asetyylikoliinia, muistin ja oppimisen kannalta kriittistä välittäjäainetta. Vanhemmat aikuiset ovat erityisen herkkiä näiden lääkkeiden kognitiivisille vaikutuksille.

Esimerkkejä:

Difenhydramiini (löytyy reseptivapaista unilääkkeistä ja allergialääkkeistä)

Oksibutyiniini (käytetään yliaktiivisen virtsarakon hoitoon)

Amitriptyliini (masennuslääke)

Riskit: Krooninen käyttö on yhdistetty kohonneeseen Alz-

heimerin taudin riskiin.

2. Bentsodiatsepiinit

Bentsodiatsepiineja määrätään usein ahdistukseen, unettomuuteen tai lihasten rentoutumiseen, mutta ne voivat vaikuttaa merkittävästi kognitiiviseen toimintaan.

Esimerkkejä:

Diatsepaami (Diapam)

Loratsepaami (Temesta)

Alpratsolaami (Xanor)

Riskit: Nämä lääkkeet voivat aiheuttaa uneliaisuutta, sekavuutta ja muistin heikkenemistä.

Pitkäaikaiseen käyttöön liittyy suurempi dementian riski. Ja uneliaisuus voi lisätä onnettomuusriskiä. Jos kaadut yöllä kotonasi, voit saada lonkkamurtuman ja olla pyörätuolissa useita viikkoja tai kuukausia.

Joten jos olet vanha, älä käytä näitä lääkkeitä ainakaan pidempään, jos mahdollista.

3. Statiinit

Statiineja käytetään laajalti alentamaan kolesterolia, mikä on ratkaisevan tärkeää sydän- ja verisuoniterveydelle. Jotkut tutkimukset viittaavat kuitenkin mahdolliseen yhteyden muistiongelmien tietyillä henkilöillä.

Esimerkkejä:

Atorvastatiini (Lipitor)

Simvastatiini (Zocor)

Riskit: Vaikka ei ole kiistatonta todistettu, jotkut potilaat raportoivat muistisumusta, erityisesti suuria annoksia käytettäessä. Ei ole tieteellistä näyttöä siitä, että statiinit voisivat aiheuttaa dementiaa, vain anekdotteja. Väite statiinien vaikuttamisesta muistiin sai kannatusta vuonna 2008, kun New York-Presbyterian Hospitalin silloinen lääketieteen varapuheenjohtaja Orli Etingin kertoi yhdysvaltalaiselle sanomalehdelle, että myös Suomessa yleisesti käytetty atorvastatiini ”tekee naisista tyhmiä”.

Ei todellakaan todisteita, joten

älä lopeta statiinilääkitystäsi tämän anekdotin takia,

4. Masennuslääkkeet

Tietyntyyppisillä masennuslääkkeillä, erityisesti trisyklisillä masennuslääkkeillä, voi olla antikolinergisiä ominaisuuksia, jotka heikentävät muistia.

Esimerkkejä:

Nortriptyliini

Imipramiini

Riskit: Kognitiiviset vaikutukset voivat olla lieviä, mutta ne voivat pahentua pitkäaikaisessa käytössä.

5. Opioidit

Kivun lievitykseen määrättyillä opioideilla voi olla rauhoittavia vaikutuksia, jotka heikentävät lyhytaikaista muistia ja kognitiivista selkeyttä.

Esimerkkejä:

Oksikodoni (OxyContin)

Morfiini

fentanyyli

Riskit: Pitkäaikainen tai suuriannoksinen käyttö voi pahentaa muistiongelmia ja lisätä deliriumin riskiä.

6. Antihistamiinit

Ensimmäisen sukupolven antihistamiinit, joita esiintyy yleisesti allergialääkkeissä, voivat ylittää veri-aivoesteen ja vaikuttaa kognitiiviseen toimintaan.

Esimerkkejä:

Kloorifeniramiini

Difenhydramiini (benadryyli)

Riskit: Pitkäaikainen käyttö voi aiheuttaa muistin hämmennystä ja hämmennystä erityisesti vanhemmilla aikuisilla.

7. Nukahtamisaineet ja lihasrelaksantit

Nukahtamiseen tai lihasten rentoutumiseen käytetyillä lääkkeillä on usein rauhoittavia ominaisuuksia, jotka voivat heikentää muistia ja tarkkaavaisuutta.

Esimerkkejä:

Zolpideemi (Ambien)

Syklobentsapriini (Flexeril)

Riskit: Jatkuva käyttö voi lisätä kognitiivisen heikkenemisen

riskiä.

Mitä voit tehdä?

1. Tarkista lääkkeesi

Jos sinä tai läheisesi on yli 70-vuotias, tarkista säännöllisesti kaikki lääkkeet terveydenhuollon tarjoajan kanssa. Kysy, voidaanko lääkkeitä korvata turvallisemmilla vaihtoehdoilla tai voidaanko annosta säätää.

2. Ole tietoinen polyfarmaasiasta Useiden lääkkeiden käyttö lisää lääkkeiden yhteisvaikutusten ja sivuvaikutusten riskiä. Hoitojen yhdistäminen tai tarpeettomien lääkkeiden poistaminen voi vähentää näitä riskejä.

3. Ota käyttöön ei-lääkestrategiat

Joissakin tapauksissa elämäntapamuutokset voivat vähentää muistia heikentävien lääkkeiden tarvetta:

Harjoittele hyvää unihygieniasen sijaan, että luottaisit unilääkeisiin.

Hallitse ahdistusta tai masennusta neuvonnan tai mindfulness-käytäntöjen avulla.

Käsittele kipua fysioterapialla tai akupunktiolla.

4. Pysy fyysisesti ja henkisesti aktiivisena

Säännöllinen liikunta, terveellinen ruokavalio ja kognitiiviset toiminnot (kuten palapelit tai lukeminen) voivat auttaa lieventämään lääkkeiden kognitiivisia vaikutuksia.

Vaikka monet lääkkeet voivat tukea terveyttä ja hyvinvointia, jotkut sisältävät riskejä muistille ja kognitiivisille toiminnoille, erityisesti vanhemmilla aikuisilla. Ymmärtämällä nämä riskit, keskustelemalla huolenaiheista terveydenhuollon tarjoajien kanssa ja tutkimalla vaihtoehtoisia hoitomuotoja on mahdollista minimoida vaikutus muistiin ja säilyttää terävä mieli pitkälle kultaisille vuosille.

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 elinajandohteessa.

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 energiatasoa, 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.

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.

RUSSIAS WAR AGAINST UKRAINE

The President Honored the Memory of Holocaust Victims



AI

Google-kääntäjä puhuu 110 kieltä, mukaan lukien saame! Mutta ei Närpiön murretta!

Saamen kieli ja useat venäjän vähemmistökielet kuuluvat Translatten kielivalikoimaan.

Google Translatten kielivalikoima on laajentunut merkittävästi 110 uudella kielellä. Tämä on suurin laajennus käännöstyökalun historiassa ja nostaa kielten kokonaismäärän 260: een. Uusien kielten joukossa on useita vähemmistökieliä, joista tärkein on saamen kielten lisääminen. Saamen kieliä puhuu Pohjoismaissa ja Venäjällä noin 40 000 ihmistä, ja ne ovat vaarassa kadota. Google-kääntäjän avulla saamenkieliset voivat helposti kääntää tekstiä muille kielille ja päinvastoin, mikä auttaa heitä kommunikoimaan laajemman yleisön kanssa ja säilyttämään kielensä.

Muita uusia kieliä ovat:

Vähemmistökielet Venäjällä: udmurti, sarjakuva, mariaani, karjala, mordvinilaiset kielet (Mordovia-ersa ja Mordovia-Moksha), chuvash ja baškiiri, tatari, avarian, jakut, burjaatti jne.

Muut kielet: hausa, joruba, igbo, amhara, oromo, somali, zululu, xhosa, shona, kymri, gaeli (irlanti ja skotlanti), korsika, havaiji, tahiti, maori jne.

On kuitenkin tärkeää huomata, että Närpiön murre ei tällä hetkellä ole Google-kääntäjän kieliluettelossa. Toivottavasti se lisätään tulevaisuudessa, jotta Närpiön murretta puhuvat ihmiset voivat hyötyä tästä tehokkaasta käännöstyökalusta.

Mitä tämä tarkoittaa sinulle?

Jos puhut yhtä 110 uudesta kielestä, voit nyt kääntää tekstiä muille 109 kielelle Google-kääntäjän avulla. Tästä voi olla hyötyä monissa eri tilanteissa, kuten:

Matkailu: Voit kääntää katukylttejä, ruokalistoja ja muuta tekstiä ulkomailta.

Työ: Voit kääntää asiakirjoja, sähköposteja ja muuta materiaalia eri kielten välillä.

Pidä yhteyttä ystäviin ja perheeseen: Voit kääntää keskusteluja ja viestejä eri kielten välillä.

Lisää parannuksia on tulossa

Uusien kielten lisäämisen lisäksi Google on myös parantanut olemassa olevien kieliparien käännösten tarkkuutta. Yhtiö käyttää uusia koneoppimismal-

leja ja -tekniikoita käännösten laadun parantamiseksi ja on saavuttanut merkittäviä parannuksia monissa kielipareissa.

Google-kääntäjä on tehokas työkalu, joka voi auttaa ihmisiä kommunikoimaan eri kielten välillä. Laajentaminen 110 uudella kielellä ja olemassa olevien kieliparien tarkkuuden parantaminen tekevät palvelusta entistä hyödyllisemmän ja tehokkaamman.

Tavoitteena on, että Google-kääntäjä pystyy puhumaan 1,000 kieltä kaikista maailmassamme puhutuista kielistä.



Låt oss testa detta: här är samma artikel på samiska:

Google Translate máhtta dál 110 ođđa giela, earret eará sámegiella! Muhto ii Nárpes-suopman!

Sámegiella ja mánga ruošša veahádatgiela □ leat mielde viiddideamis Google Translate giellaválljen lea mealgat viiddiduvvon 110 ođđa gielain. Dát lea stuorámus viiddideapmi jorgalanreaiddu historjás ja mielddisbukta ahte oppalaš gielat dál leat 260. Ođđa gielaide gaskkas leat mánga unnitlogugiela, main deháleamos lea sámegielaide lasi-

heapmi. Sámegielaide hállat sullii 40 000 olbmo Davviriikkain ja Ruoššas, ja dat leat vára vuolde jávkat. Google Translate bokte sáhttet sámegielahtat álkut jorgalit teavstta eará gielaide ja nuppádassii, ja dat veahkeha sin gulahallat stuorát gehččiiguin ja seailluhit iežaset giela. Eará ođđa gielat leat: Unnitlohkogielat □Ruoššas: udmurta, komi, mari, kárlalaš, mordovalaš gielat □(mordovia-ersa ja mordovia-moksha), čuvagiella ja baškiirgiella, tatargiella, avaragiella, jakut, burjatgiella jna. Eará gielat: hausa-, yoruba-, igbo-, amhari-, oro-, somali-, zululu-, xhosa-, shona-, walisagiella, gálgiella (irlándalaš ja skohttalaš), korsikalaš, hawaiiagiella, tahitialaš, maorigiella jna. Muhto lea dehálaš fuomášuhttit, ahte nárpes-suopman ii leat dán áigge mielde Google Translate giellalisttus. Sávvamis dat lasihuvvo boahttevuodas vai olbmot geat hállat nárpesgiela sáhttet ávkástallat dán fámoláš jorgalanreaiddu. Maid dát mearkkaša dutnje? Jus hálat ovttá dain 110 ođđa gielain, de sáhtát dál geavahit Google Translate jorgalit teavstta daid eará 260 gillii. Dát sáhtta leat ávkin mángga sierra dilis, ovdamearkka dihte: Mátkkošteapmi: Sáhtát jorgalit geaidnogalbbaid, biebmolisttuid ja eará teavsttaid vieris riikkas. Bargu: Sáhtát jorgalit dokumeantaid, e-poasttaid ja eará materiaelaide iešguđet gielaide gaskkas. Doala oktavuoda bearrašiiguin ja skihpáriiguin: Sáhtát jorgalit ságastallamiid ja dieđuide iešguđet gielaide gaskkas. Eanet buorideamit leat jođus Ođđa gielaide lasiheami lassan Google lea maiddái buoridan dálá giellapáraid jorgalusaid dárkilisvuoda. Fitnodat geavaha ođđa mášiidnaoahppanmálleid ja tekniikkaid buoridit jorgaleami kvalitehta ja lea olahan mearkkašahti buoridemiid mángga giellapárras. Google Translate lea fámoláš reaiddu mii sáhtta veahkehit olbmuid gulahallat iešguđet gielaide gaskkas. Go viiddidit 110 ođđa gielain ja buoridit dálá giellapáraid dárkilisvuoda, de šaddá balvalus ain eambo ávkkálaš ja effektiivva. Mihttomearri lea ahte Google translate máhtta 1000 giela buot gielain mat hállojuvvojit min máilmmis.

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 (suositettu kuvatiedostomuoto)
 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 rutiininomaisesta 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

He, jotka tietävät hiukan enemmän ovat he, jotka lukevat Waasan päivälehteä

Karifestivali
detona
vecka!

Republiken's president
Alexander Stubb i Vaasa
27.4.2024

Kalevaspeleinen i Vaasa
27-30.6.2024

Kremlin gör natt av sina
motsståndare - 1939
liksom nu

HERE WE ARE
vpress.se/hi

**KÖR-
FESTIVALEN**

Grunden för
lycka och de-
mokrati

Sinebrychhoff
konstmuseum

Kremlin gör natt av sina
motsståndare - 1939
liksom nu

HERE WE ARE
vpress.se/hi

**Puccini's
"TOSCA" KOM-
MER TILL VASA
I JANUARI**

PUCCINIS
"TOSCA" KOM-
MER TILL VASA
I JANUARI

Kremlin gör natt av sina
motsståndare - 1939
liksom nu

HERE WE ARE
vpress.se/hi

Photo Supplement

**Sinebrychhoffin
taidemuseo**

**Sinebrychhoffin
konstmuseum**

**Sinebrychhoffin
Art Museum**

Wasa Daily
Wasa Dagblad
Photo Supplement

**Pörtom kyrka
Pirttikylän kirkko
The Church in Pörtom**

WASAAN PÄIVÄLEHTI
N:o 17 Sunnuntai, 3. helmikuuta 2024 ISSN: 2343-211X

**Ihana kuofestivaali
tulossa!**

Jussii Adler-Ol-
sen

Venäjän omi-
tuinen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASAAN PÄIVÄLEHTI
N:o 17 Sunnuntai, 3. helmikuuta 2024 ISSN: 2343-211X

**Hylkeenpyynti
Raippaluodossa
1895**

**NAISTEN ÄÄNI-
elämäkertakirjasto**

Venäjän omi-
tuinen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASAAN PÄIVÄLEHTI
N:o 17 Sunnuntai, 3. helmikuuta 2024 ISSN: 2343-211X

**Funne "Tosca" Näin löydät tie-
oppaan on tulos-
en Vaasaan**

**NAISTEN ÄÄNI-
elämäkertakirjasto**

Venäjän omi-
tuinen diplomaattinen kieli

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASA DAILY
Wasa Dagblad
ISSN: 2343-211X

**Mystical green
giants in the La-
si-palatsi square,
Helsinki**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASA DAILY
Wasa Dagblad
ISSN: 2343-211X

**What a
wonderful
short week
we have
ahead of
us! - Vaasa
Choir Festi-
val 2024
11.2.2024**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASA DAILY
Wasa Dagblad
ISSN: 2343-211X

**CHOIR
FESTIVAL**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASA DAILY
Wasa Dagblad
ISSN: 2343-211X

**Mystical green
giants in the La-
si-palatsi square,
Helsinki**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

Wasa Daily
Wasa Dagblad
Photo Supplement

**Fero Järnefelt
(1863-1937)**

WASAAN PÄIVÄLEHTI
Wasa Dagblad
Photo Supplement

**I K Inha (1865-1930)
I Replot 1895
Raippaluodossa 1895**

WASAAN PÄIVÄLEHTI
N:o 17 Sunnuntai, 3. helmikuuta 2024 ISSN: 2343-211X

**Hylkeenpyynti
Raippaluodossa
1895**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

WASA DAILY
Wasa Dagblad
ISSN: 2343-211X

**Finland's
president
Alexander
Stubb
in Vaasa
27.4.2024**

**ROAD CHURCHES
The Kremlin mocks
its opponents**

HERE WE ARE
vpress.se/hi

HELMIKUUN HOROSKOOPPI

Helmikuun hulvaton horoskooppi

□ Oinas (21.3.–19.4.) Energiaasi riittää vaikka hiihtolomakauden pelastamiseen, mutta muista: kaikki eivät arvosta yllätyshiihtoretkeä ilman suksia.

□ Härkä (20.4.–20.5.) Sinulla on vain yksi tavoite helmikuussa: pysyä mahdollisimman lähellä villasukkapinoja ja mahdollisimman kaukana lumilapiosta.

□ Kaksoset (21.5.–20.6.) Kommunikointisi on huipussaan! Harmi vain, että kaikki eivät ole valmiita vastaanottamaan 12 WhatsApp-ääniviestiä putkeen.

□ Rapu (21.6.–22.7.) Romantiikka leijuu ilmassa, tai sitten se on vain naapurin piparkakkutalon viimeiset höyryt. Joka tapauksessa, sydän lämpenee!

□ Leijona (23.7.–22.8.) Olet kuin talven aurinko – harvinaisen ja erittäin kirkas, kun päätät ilmestyä paikalle. Helmikuu on täydellinen aika säihkyä!

□ Neitsyt (23.8.–22.9.) Olet valmis järjestämään kaiken – myös naapurin eteisen. Muista, että kaikki eivät arvosta systemaattista uudelleenorganisointia yllättäen.

□ Vaaka (23.9.–22.10.) Tasarvoisuus on tärkeää, mutta helmikuussa joudut tekemään suuren päätöksen: kumpi saa viimeisen laskiaispullan?

□ Skorpioni (23.10.–21.11.) Salaperäisyytesi vetää puoleensa, mutta yritä olla liian arvoituksellinen. ”Ehkä tullen, ehkä en” -tyyliset vastaukset voivat ärsyttää.

□ Jousimies (22.11.–21.12.) Seikkailunhalusi on

suuri, mutta helmikuussa on hyvä varmistaa, että jää ei ole liian ohut – sekä kirjaimellisesti että wkvuvainnollisesti.

□ Kauris (22.12.–19.1.) Työskentelet ahkerasti, mutta muista: laskiaispullaa ei voi syödä exceleillä. Ota tauko ja nauti elämästä – ja kermavaahdosta.

□ Vesimies (20.1.–18.2.) Helmikuu tuo sinulle kekseliäisyyttä, mutta kaikki eivät ehkä arvosta avantouinnan markkinointia ”rentouttavana” kokemuksena.

□ Kalat (19.2.–20.3.) Haaveilet jo kevästä, mutta todellisuus muistuttaa, että helmikuu tuo vielä yllättäviä lumisateita – ja ehkä myös yllättävän deittiehdotuksen!



UUTISIA 100 VUOTTA SITTEN



Ilta- Kuriiri

Sunnuntai, 2 helmikuuta, 1925

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.

ÄLÄ LÄHDE KANADAAN!

ÖSTERBOTTNINGEN

Pietarsaari 4. helmikuuta. 1925.

Älä matkusta Kanadaan!

Viime aikoina lehdistössä on usein varoitettu maastamuutosta Kanadaan, minkä seurauksena maastamuutto on myös loppunut kokonaan tai vähentynyt huomattavasti. Mutta pysähtyneisyys on luultavasti vain väliaikaista. Monissa tapauksissa matkoja on lykätty vain parempien aikojen toivossa. Valitettavasti kirkastumista ei näytä olevan odotettavissa, ainakaan pitkään aikaan. Siksi matkailijoiden olisi hyvä unohtaa Kanada kokonaan ja omistaa energiansa ja työnsä kotimaalleen ja isänmaalleen.

Olemme saaneet useilta alueeltamme muuttaneilta kirjeitä, joissa Kanadan olosuhteita kuvataan mitä pimeimmillä väreillä ja kehoitetaan olemaan muuttamatta sinne.

Niinpä eräs kirjeiden kirjoittaja sanoo, että hän on ollut pisimpään haluton kuvaamaan vieraan maan olosuhteita. Toisaalta tällaista kuvausta voitaisiin pitää kirjeen kirjoittajan heikkouden ja heikkouden merkkinä, ja toisaalta on vastoin omaa kunnianhimoa valittava ja valittaa ja tunnustaa suuri pettymys, jonka maastamuuttaja ottaa haltuunsa saapuessaan kaukaiseen maahan.

Mutta kun kirjeen kirjoittaja on nähnyt, kuinka päivittäin uusia maanmiehiä saapuu, kuinka vaikeaa se on, velvollisuus kehottaa häntä varoittamaan painokkaasti maastamuutosta, varsinkin

kun ajat näyttävät pahenevan ja pahenevan.

Vaikeneminen nykyisissä olosuhteissa olisi rikos. On surullista ja ahdistavaa nähdä Suomen nuorten, ahkerien poikien tulevan tänne uskoen, että he löytävät onnen, mutta ovat puutteen ja kurjuuden vaivaamia.

Monet maastamuuttajat myyvät omaisuutensa kotimaassaan ja tuovat perheensä tänne. Toiset jättävät vaimonsa ja lapsensa kotiin. Suurin osa Suomessa kipeästi kaivatusta matkarahasta katoaa ulkomaisten yritysten ja agenttien taskuihin.

Älä kuuntele agenttien kauniita ja houkuttelevia lupauksia! Nykyään nämä agentit matkustavat ympäri Skandinaviaa ja maalaavat kurjaa Kanadaa kirkkaimmilla väreillä.

Agentit lähettää suurimaksi osaksi Canadian Pacific Company, joka ansaitsee paljon rahaa kasvavasta maastamuuttajien määrästä. Yhtiöllä on omat höyrylaivalinjat eri puolilla maailmaa, omat rautatiet sekä Kanadassa että muissa maissa. Se antaa viestintävälineensä siirtolaisten käyttöön erinomainen ehdoin. Yhtiö myös vuokraa maata maahanmuuttajille.

Mutta sen maan käyttö-oikeus kestää vain kolme vuotta. Näin ollen maastamuuttaja ei voi olla sidottu siihen pitkäksi aikaa. Siirtolaiselle, jolla on kaksi tyhjää kättä, on kuitenkin hyvin vaikeaa alkaa murtaa erämaata, hankkia työkaluja jne. Tämä vaatii sekä aikaa että rahaa.

Maahanmuuttaja, joka on

tullut tänne kolmeksi tai neljäksi vuodeksi, ei voi ajatella sellaista. Maastamuuttajan on etsittävä työtä muualta. Samalla yrityksellä on paljon työtä tarjottavanaan. Mutta kasvavan siirtolaisirran vuoksi kilpailu tulee niin suureksi, että työttömyys syntyy. Tai palkat painetaan alas, kun taas vaatteet ja ruoka ovat yhtä korkealla hinnalla kuin ennen. Talvelle metsissä on jonkin verran töitä tarjolla. Mutta täälläkin sellaisten maastamuuttajien, jotka eivät ole tottuneet metsätöihin kotimaassaan, on vaikea tulla toimeen.

Ja palkat ovat laskeneet kevään 1923 40 sentistä 45 senttiin tunnilta nykyiseen 20-25 senttiin. Ruokasen sijaan maksaa saman verran kuin ennenkin, tai yleensä dollarin päivässä. Monet siirtolaiset ovat ylittäneet laittomasti rajan Yhdysvaltoihin. Muutamat ovat onnistuneet ansaitsemaan elantonsa siellä jo jonkin aikaa.

Useimmat on saatu kiinni, heitetty vankilaan jopa vuodeksi ja lähetetty sitten kotiin. Joten ei kannata matkustaa Yhdysvaltoihin Kanadan yli. Vuoden Kanadassa asumisen jälkeen voidaan myöntää viisumi Yhdysvaltoihin. Koska hakijoiden määrä on kuitenkin erittäin suuri ja pääsylvat myönnetään vuorotellen, voi kestää jopa 3 tai 4 vuotta ennen kuin henkilö pääsee "luvattuun maahan". Kirjeen kirjoittaja kehottaa kaikkia, jotka ovat saaneet Kanadakuumeen, harkitsemaan tarkkaan ennen päätöksensä

tekemistä. Pääasiassa hän neuvoo elättäjiä olemaan matkustamatta Kanadaan. He voivat hätiköidyllä päätöksellä syöstä itsensä ja perheensä kurjuuteen ja ahdinkoon. Naimattomat ihmiset voivat päättäväisesti hankkia niukan toimeentulon.

Mutta hekin oppivat pian arvostamaan köyhää Suomeen entistä enemmän.

Ukrainan tilanne on äärimmäisen kriittinen.

Nälänhätä pyyhkäisee ympäriinsä.

Nälänhätä Pietarin kautta Helsinkiin on tullut viestejä, joiden mukaan Ukrainan tilanne on äärimmäisen kriittinen. Nälänhätä pyyhkäisee yli ja ajaa erityisesti talonpoikaisväestön kapi-



FORD FORDOR

SEDAN

4—5 hengen umpivaunu saapunut.

Yleisölle ei ole koskaan tarjottu rahoilleen suurempaa vastinetta kuin nyt katetuilla FORD-vaunuilla. Hauskan ulkonäkönsä, mukavan sisustuksensa ja vankan rakenteensa kautta on sillä etuja, joita tavataan vain paljon kalleimmissa vaunuissa.

Katettu FORD-vaunu on ulkonäöltään siisti, kaunispiirteinen ja komea. Lakkaukseen säilyttää kiiltoonsa rajoittoman kauan. Voi olla ylipäänsä ajaessaan FORDIA missä seurassa tahansa.

Ne ovat keveitä, mutta voimakkaita, helpot ajaa ja panna säilytön, halvat käyttää ja hoitaa sekä aina luotettavat. Hyödyllisinä, mukavina ja kauneina täyttävät ne kaikki ensisuunnittelun liikutavallineelle asetettavat vaatimukset.

Kauneus ja hyöty.

Hinta ainoastaan Smk. 38,425, rahti ostajan paikkakunnalle erikseen. Käykää katsomassa näyte-vaunua.

Vaasan Auto Osakeyhtiö

Hovipuisto 20. Puh. 8 29. 14686

HUUMORI SATA VUOTTA SITTEN

ARVON TÄYDELLISYYS

— Ai niin, usein käy niin, sanoி valittava sukulainen, että vasta rakkaan sukulaisen kuoleman jälkeen huomaamme, kuinka arvokas hän oli meille! — Kyllä, niin on, vastasi leski. Minulla ei myöskään ollut aavistustakaan ennen, että mieheni on niin korkeasti vakuutettu.

YKSINKERTAINEN

Eräs nainen kihloi Tegnériä innokkaasti pyyntöihin, että tämä sanoisi jotain nokkelaa, kunnes hän lopulta suuttui. — No, hän sanoi lopulta: Jumala, maailma ja sinä olet kolminkertainen, mitä maailma ja sinä sitten ovat yhdessä? ”Kaksikertainen”, sanoi nainen. — Ja mikä sinä sitten olet? ”yksinkertainen”, sanoi rouva. — Aivan oikein, sanoi Tegnér.

LAISKUUS

Isäntä rankaisi oppipoi-kaa ankarasti laiskuudesta. Poika huudahti itkien: — Toivon, että olisin kuollut! — Kyllä, luulen, että sinä, laiskuus, luulisi, että haluaisit valehdella ja raahata itseäsi mukavassa arkussa!

NOOAN ARKKI

Nooan arkin eläimet menivät nukkumaan. Mutta he eivät voineet nukkua, tunnin ajan kuului salaperäistä yksitoikkoista naksahdusta solmusta. Lopulta norsu korotti ääntään ja sanoi ankarasti: — Kuka meitä häiritsee, ettemme nukahtaisi?

Kulmasta kuului tuhatjalkaisen pieni, onneton ääni: — Olen vain riisumassa saappaani.

PUTTE HALUAA LÄÄKETTÄ MUMMILTA

ÄITI: ”Mutta, Putte dä, miksi haluat vain lääkkeitä mummolta etkä minulta?”
PUTTE: ”No, tiedätkö, äiti, isoäidin käsi tarvitsee niin!”

UUTISET

A: ”Sinun on täytynyt kirjoittaa sanomalehdessä, että olen valepeluri ja huijari! B: .Mahdotonta! Lehdeni sisältää vain uutisia!

SYNTYNYT TANSSIMAAN

”Etkö luule, kapteeni, että täytyy syntyä tanssimaan?”
”Varma. . . En ole koskaan nähnyt syntymätöntä tanssia.”

NAISTEN VAATTEET

Mikään ei pue naista paremmin kuin ei mikään.

HUONO LAULU

— Mitä sait viimeisestä kappaleestasi?
— Ei mitään. Kukaan nainen ei halua laulaa sitä. Nimittäin kutsuin sitä Ah, jos olisin taas nuori.

ARPAJAISET

— Pettersson ei ole koskaan päässyt rahoistaan yli rehellisesti.
— Hän voitti ne lotossa.
— Kyllä, hänen on täytynyt varastaa arpalipun.

RISTISANATEHTÄVÄ

— Mitä sinä teet näinä

päivinä?

— Ratkaisen ristisanatehtäviä.
— Etkö elä sillä?
— Ei. mutta en minäkään kuole siihen.

LÄÄKÄRISSÄ

Potilas: — Teidän lasikunne on pannut vereni kiehumaan.
Lääkäri: — Sitten siihen tulee lisäksi 200 mk. teidän verenkiertonne puhdistamisesta.

Avioeron jälkeen

Rouva: — Sinä saat pitää lasta luonasi puolet ajasta
Herra: — Erinomaista!
Rouva: — Nimittäin kai- ket yöit.

Myöhästymisen syy.

Opettaja: — Olet taasen myöhästynyt, Olli.
Olli: — - Kyllä, mutta isä tarvitsi minua kotona.
Opettaja: — Mutta eikö isäsi olisi voinut käyttää ketään toista?
Olli: — Ei, koska hän antoi minulle selkään

Ensi viikolla:



Viikon astronominen kuva:



Mercury's shadowy north pole revealed by M-CAM 1 (with labels) ESA505325 - Mercury s shadowy north pole revealed by M-CAM 1.jpg

This is one of a series of images taken by the ESA/JAXA BepiColombo mission on 8 January 2025 as the spacecraft sped by for its sixth and final gravity assist manoeuvre at the planet. Flying over Mercury's north pole gave the spacecraft's monitoring camera 1 (M-CAM 1) a unique opportunity to peer down into the shadowy polar craters.

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