

HEMLÖSA

De bostadslösas natt firas i Vasa den 17 oktober 2025



Den 17 oktober uppmärksammas åter Asunnottomien yö – De hemlösas natt – i hela Fin-land. Evenemanget infaller på FN:s dag mot fattigdom och marginalisering. Årets tema är starkt och aktuellt: ”Inget hem, ingen trygghet.”

I Vasa hålls evenemanget i huvudbibliotekets Dramasal klockan 17–20.30. Kvällen bju-der på föreläsningar, en mångprofessionell paneldiskussion och en intervju med en erfarenhetsexpert. Stadens hälsning till deltagarna framförs av stadsstyrelsens ordförande **Jasmin Granholm**. Besökarna bjuds på pannkakor stekta av Marttoras förening, mat från Vaasan Ruoka-apu, samt kaffe och saft. Den ukrainska sand- och bildkonstnären Svetlana Matvien-

VINTERBAD

Vinterbadplatsen i inre hamnen öppnas – vinterrekreation väntar



Vinterupplevelsen i Inre hamnen i Vasa står återigen för dörren: vinterbadplatsen öppnar tisdagen den 4 november! Den kostnadsfria och öppna platsen är öppen för alla dagligen från 6 till 21 och erbjuder ett uppfriskande sätt att njuta av den friska vinterluften mitt i staden.

På bryggan i ändan av Sandholmsgatan finns två uppvärmda omklädningsrum, separata för kvinnor och män. Vattnet kan nås antingen via en stege eller en mjukare trappa, och de hålls smälta av värmeelement. Bryggområdet har även belysning och inspelande kameraövervakning så att besökare kan känna sig trygga.

”I omklädningsrummen finns bänkar och klädhängare, och förvaringsskåpen kan låsas med ett eget lås”, säger Jarmo Latvala, servicechef för grönområdesteamet. – Det här är den perfekta platsen för vinterrekreation – ett litet äventyr mitt i stan!

Vasas plats för fritt vinterbad öppnades för första gången i december 2023 och har sedan dess etablerat sig som en favorit-plats för vintersäsongen. Vinterbad är inte bara motion, utan också mod, energi och vinterstämning på en och samma gång – en liten tillflyktsort för stadsbor mitt i vardagen.

VASA

Uthyrning av elsparkcyklar kräver tillstånd i Vasa

Vasa stad bereder nya regler för uthyrning av elsparkcyklar. Från och med början av nästa år kommer alla professionell uthyrning av elsparkcyklar i Vasa att kräva ett tillstånd för mikromobilitet som beviljats av staden.

Staden har publicerat ett utkast till de nya tillståndsvillkor som uthyrningsföretag måste följa för att få ett drifttillstånd. Villkoren gäller bland annat säkerhet, parkeringspraxis och underhåll av utrustning.



VASA UNIVERSITET

Energiflexibiliteten förändrar elmarknaden i Finland



Framtiden för den finländska elmarknaden kan vara överraskande beroende av hushållens val i vardagen. Nayeem Rahman, som disputerat inom marknadsföringsområdet vid Vasa universitet, visar i sin doktorsavhandling att konsumenterna får allt större inflytande genom energiflexibilitet – och detta förändrar elförbrukningen, kostnaderna och hållbarheten.

Det låga elpriset gav länge inte konsumenterna någon anledning att ändra sina vanor. De senaste årens prisökningar, särskilt till följd av kriget i Ukraina, har ökat intresset för energianvändning. Digitaliseringen gör det å sin sida möjligt att enkelt och nästan automatiskt delta med hjälp av smarta enheter och mobilapplikationer som reagerar på marknaden i realtid. – Målet är att konsumentens delaktighet ska kräva så få åtgärder som möjligt. Slutresultatet är en win-win-situation: hushållen sänker sina räkningar och elbolagen undviker dyra inköp av el på börsen, säger Rahman.

WÄRTSILÄ

Wärtsiläs tioåriga kontrakt stärker tillförlitligheten hos LNG-tankfartyg



Teknologiföretaget Wärtsilä i Vasa har undertecknat ett tioårigt livscykelavtal med Hongkongbaserade OPearl LNG Ship Management. Avtalet omfattar totalt 14 tankfartyg för flytande naturgas (LNG) och syftar till att förbättra fartygens tillförlitlighet, minska stilleståndstiden och optimera underhållsintervallen.

Kontraktet registrerades i Wärtsiläs orderstock under tredje kvartalet 2025. Den ökade globala efterfrågan på LNG gör försörjningstryggheten ännu viktigare. OPearls VD, Sea Captain Nomura, betonar vikten av avtalet: – Våra leveranstider är snäva och varje driftstopp kostar pengar. Det långsiktiga samarbetsavtalet med Wärtsilä hjälper oss att hålla våra fartyg effektiva och leveranserna i tid. Wärtsiläs teknologi och kunnande stöder hållbarheten och prestandan hos vår flotta. Avtalet omfattar bland annat Wärtsiläs dynamiska underhållsplanering, 24/7 fjärrsupport och tjänsten Expert Insight, som utnyttjar artificiell intelligens och dataanalys i realtid.

FOTO: Wärtsilä har undertecknat ett 10-årigt livscykelavtal med OPearl LNG Ship Management. Avtalet omfattar totalt 14 LNG-tankfartyg © OPearl LNG Ship Management

WASA DAGBLAD
Nr 41 Söndag, 12 oktober 2025
ISSN 2954-2448
De hemlösas natt i Vasa
Vasa Universitet och Åbo Akademi
Gratis hjälpmed hörapparater
Klimatförändringen
Wärtsilä
Nobelpriset i medicin



UNIVERSITETEN

Vasa universitet behöll sin plats bland de 500 bästa universiteten i världen



Vasa universitet har än en gång visat sina styrkor: i Times Higher Education (THE) World University Rankings 2026 placerar sig universitetet på plats 401–500 bland världens 2 191 universitet, liksom i fjol.

I synnerhet var universitetet framgångsrikt när det gäller forskningskvalitet, där det rankades på 106:e plats, vilket förbättrade sin position från 2025 års ranking (108:e plats). Utvecklingen var tydlig också när det gäller internationalitet: Vasa steg till plats 472 (482:a året innan).

Vasa universitet skiljer sig från mängden bland universiteten i Finland: det var bäst i fråga om forskningens kvalitet – i fjol kom det på andra plats – och i fråga om internationalitet var det det tredje mest framgångsrika lärosä-tet i Finland.

”Vi är mycket stolta över vårt resultat. I den internationella konkurrensen har vi lyckats etablera oss som en av de bästa, säger Martin Meyer, direktör för internationella ärenden.

THE-rankingen baseras på fem huvudkategorier: undervisning, forskningsmiljö, forskningens kvalitet, internationalitet och samarbete med företag.

Placeringen stärker Vasa universitets ställning som ett forskning-suniversitet som kan konkurrera både nationellt och internationellt. Förbättrade resultat i fråga om internationalisering öppnar dörrar för nya samarbetsprojekt, studentutbyten och internationell rekrytering.

Det som är övertygande med Vasa universitet är att dess genomslagskraft också syns i konkurrensen om institutionerna som sysslar med vetenskap: som ett litet universitet betonar dess prestationer kvalitet, fokus och långsiktigt arbete.

Den stora utmaningen är att upprätthålla och förstärka denna trend under de kommande åren – men årets ranking visar att Vasa är på väg i rätt riktning.

Bild: Vasa universitet Bilden är fritt tillgänglig

Åbo Akademi

bland de 600 bästa universiteten

Också Åbo Akademi placerar sig i toppskiktet på Times Higher Educations (THE) världsranking 2025 – bland de 501–600 bästa universiteten globalt.

Detta är en tydlig bekräftelse på universitetets starka profil inom forskning och undervisning. THE:s ranking bygger på en

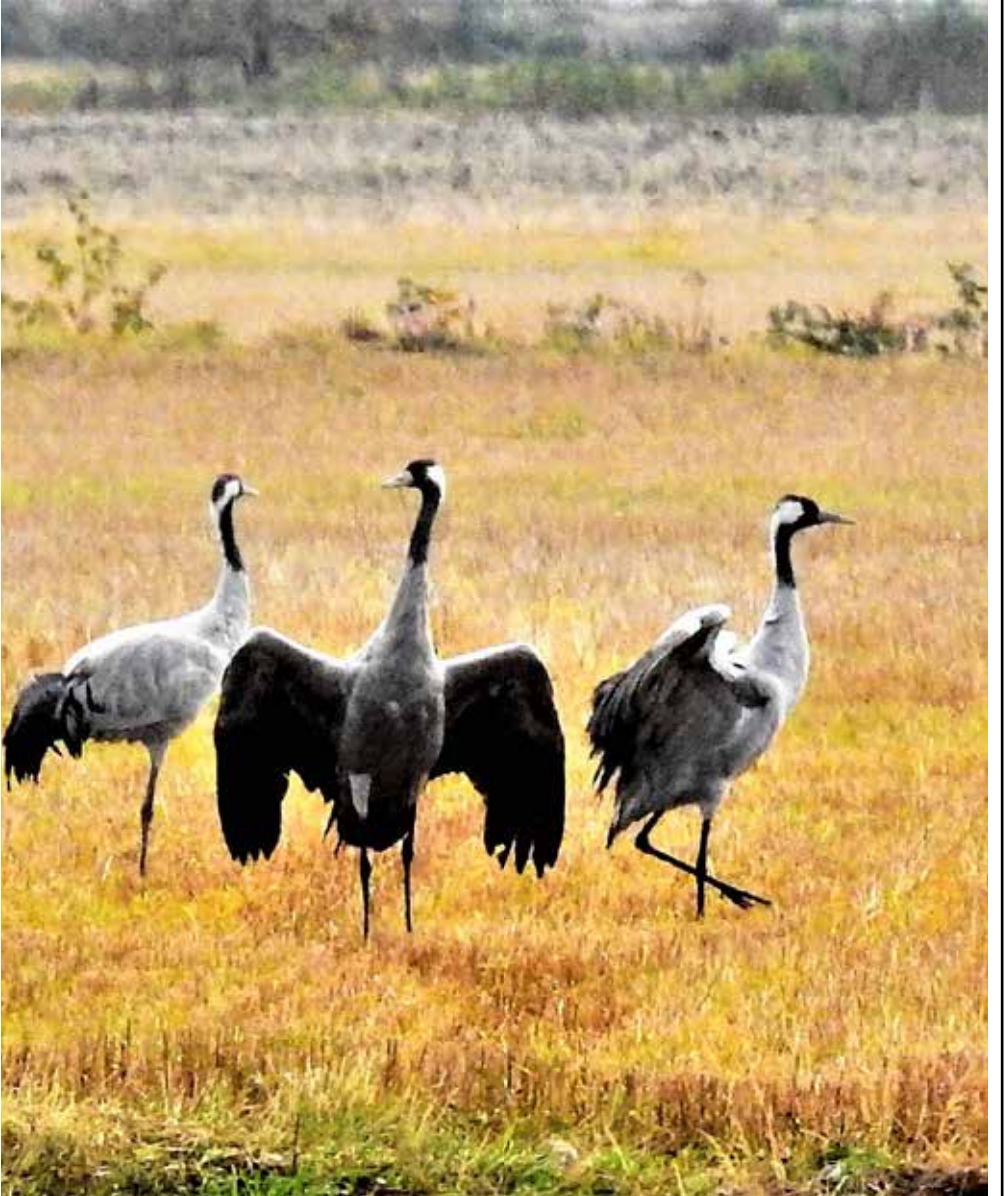
SPORTLOVET

Trafikparken vid Metviken är öppen under sportlovet



Under höstlovsveckan kan barnen prova trampbil, cykla eller promenera på den 640 meter långa banan i Metvikens trafikpark. Parken är som Vasa i miniatyr, med modeller av stadshuset, järnvägsstationen, salutorget och flera andra kända byggnader. Barnen lär sig trafikregler på ett lekfullt sätt. Körtrur bOKas på plats och startar varje halvtimme (var 20:e minut på helger). Dagens sista tur börjar en halvtimme före stängning. Rekommenderad ålder för trampbil är 6–12 år, yngre barn kan köra tillsammans med en vuxen. Egna fordon får inte tas med, men hjälm rekommenderas. Trafikparken är gratis och hålls öppen: Onsdag 15/10 kl. 12.00–18.00 Torsdag 16/10 kl. 12.00–18.00 Fredag 17/10 kl. 12.00–18.00 Vid kraftigt regn kan parken stängas. Vasa stads ungdomsservice ansvarar för trafikparken.

Veckans bild:



Tranor på Söderfjärden

I DAG

Ledare: Trafikskyddet – Nu är det dags att fästa reflexerna



AI Image

Utan reflexer syns du inte

Hösten för med sig mörka morgnar, skymningskvällar och hala vägar. Samtidigt påminner den oss varje år om något mycket enkelt men livsviktigt: nu är det dags att ta fram reflexerna – eller ännu bättre, att fästa dem permanent på jackor och väskor.

Enligt en färsk enkät från Trafikskyddet anser hela 99 procent av finländarna att det är viktigt att använda reflex som fotgängare. Ett ovanligt enligt resultat i ett land där åsikterna ofta går isär. Ändå uppger bara omkring 82 procent att de använder reflex alltid eller oftast. Det betyder att nästan var femte person rör sig i mörkret utan att synas.

Reflexen är liten till formatet men stor till betydelsen. Den är en billig livförsäkring som kan avgöra om en bil hinner stanna i tid eller inte. Många tror att gatubelysningen i städerna gör reflexer överflödiga – men sanningen är en annan. Även i stadsmiljö finns otaliga skuggpartier, träd och bländande ljus som gör fotgängare svåra att upptäcka. Reflexen ger bilisten den avgörande sekunden att reagera.

Trafikskyddets kampanj ”Inga men” har därför helt rätt ton. I trafiken hjälper inga ursäkter, inga bortförklaringar. Det är mänskligt att glömma reflexen i brådskan, men inte ett godtagbart skäl – inte när säkerheten står på spel.

Höstens bästa gärning är enkel: fäst reflexer på alla jackor och väskor redan nu. Då behöver du inte komma ihåg dem, för de finns alltid där. Reflexen är inte bara till för barn – den är till för alla som rör sig ute, även bilförare som till sist ändå promenerar från parkeringen hem.

Finländarna tar säkerhetsutrustning på allvar, och det är bra. Bilbältet räddar liv vid en olycka, men reflexen kan förhindra att olyckan alls sker. Därför är just denna höst ett utmärkt tillfälle att stanna upp och se till att vi verkligen syns.

Reflexen är inte bara ett ljus i mörkret – den är ett tecken på omtanke, både om sig själv och andra.

Photo Supplement

Waasan Pälvälehti

Photo Supplement

Wasa Dagblad Wasa Dally

Vaasa ylhäältä päin
Vasa från ovan
Vaasa from above

Photo Supplement - upress.obh

VASA

Seniorer i Vasa får fler promenadmöjligheter – sex gånggrupper startar runt om i staden



NU FINNS DETsex öppna och kostnadsfria gånggrupper för seniorer på olika platser i Vasa – ett erbjudande som ska göra det lättare att röra på sig och knyta kontakter lokalt. Intresse-rade behöver inte anmäla sig i förväg, och det finns ingen press att delta varje gång.

I centrum går Vaasan seniorit på onsdagar kl. 12.30 med start vid den ortodoxa kyrkan, sträckan är cirka 4 km och avslutas med 20 minuters stretch. STT Info Torsdagens promenad, som leds av Vasa Svenska Pensionärsförening (VIPS), avgår kl. 10 från Kulturhuset Fanny, med möjlighet att dela upp sig efter olika gångetempo. STT Info Söndagar samlas man vid salutorget för att gå antingen 5 eller 10 km – med

möjlighet till kaffe efteråt.

I Sandviken hålls en ledarlös promenad onsdagar kl. 10–11 från Brage-museets parkering. Från och med 22 oktober flyttar man inomhus till Vasa Elektriska Arena under vinterhalvåret. STT Info I Roparnäs går man måndagar kl. 10 med lugnt tempo – även rollator kan användas – medan Brändögruppen träffas tisdagar kl. 13 vid Settlementcentret. Dessutom lanserar Vasa stad utmaningen Gå för friska år, som pågår till början av 2026. Delta-garna kan föra promenadkort och delta i utlottningar som lockar till regelbunden fysisk aktivitet. För dig som vill föreslå en gånggrupp där du bor: kontakta idrottservice i Vasa eller anmäl intresse via stadens webbplats. Källa: Vaasa.fi

VASA DAGBLAD

Våra tidningar har en ny häftig layout



EFTER SNART TRE ÅRS trogen bevakning av Vasa-regionen – med fokus på det senaste inom teater, konst, musik, film och allt det där som formar vårt dagliga liv – är det nu dags för något nytt: våra tre tidningar får en modern broadsheet-layout.

Denna nya design är gjord för att vara tydlig, luftig och lättnavigerad. För dig som läser på tablet blir det enklare än någonsin att snabbt få en överblick över artiklarna. Intresserad av en viss artikel? Två fingrar räcker för att förstora texten och läsa mera utan ansträngning. En layout som känns trygg och bekant för alla som läst tidningar tidigare decennier – men som också är uppdaterad för att passa dagens digitala vanor. Med broadsheetformatet får varje artikel utrymme att andas, bilderna och rubrikerna blir mer framträdande och hela läsoplevelsen mer njutbar – både i tryck och på skärm. Vi vill ge dig läsaren både det du är van vid och något du inte visste att du längtade efter: en kombination av klassisk journalistisk känsla och modern läsvänlighet. Upptäck skillnaden redan då Du läser detta nummer – våra tidningar har fått nytt format. Vi tror att du kommer att uppskatta den bättre läsbarheten, det mer strukturerade uttrycket och hur mycket smidigare det blir att ta del av det innehåll du gillar mest. Här ser Du gamla goda tidningstraditioner i en modern version.

VASA

Nu delas pengar ut till ungdomars egna evenemang och projekt

Ungdomsfullmäktige i Vasa har beslutat om att dela ut totalt 1 700 euro i stöd till ungdoms-drivna initiativ. Stödet kan sökas för projekt, evenemang, hobbyverksamhet i små grupper eller som delfinansiering av större arrangemang som planeras och genomförs av ungdomar själva.

Ansökan är öppen till den 31 oktober 2025, och bidrag kan beviljas till grupper bestående av minst två personer mellan 13 och 29 år, som bor eller studerar i Vasa. Ungdomsfullmäktige beslutar vilka som får stöd vid sitt möte den 20 november 2025, och projekten ska genomföras senast den 31 maj 2026.

HÄLSA

Växtbaserad kost kan skydda mot demens hos patienter med hjärtsjukdom

Ny studie visar att hälsosam kost kan minska risken för demens även för personer med hjärt- och kärlsjukdomar och diabetes

Att äta en hälsosam växtbaserad kost kan avsevärt minska risken för demens hos äldre vuxna med hjärtsjukdom, stroke eller typ 2-diabetes, enligt banbrytande forskning från Karolinska Institutet publicerad i JACC: Advances. Personer med kardiometabola sjukdomar – inklusive hjärtsjukdomar, stroke och diabetes – löper ökad risk att utveckla demens. Denna nya studie visar dock att livsstilsfaktorer, särskilt kostkvalitet, kan minska denna risk avse-

vårt.

Vad forskningen kom fram till Forskare undersökte om en hälsosam växtbaserad kost och andra livsstilsbeteenden kunde minska risken för demens hos personer som redan lever med kardiometabola sjukdomar. Resultaten visade att det fanns ett samband mellan att hålla sig till en högkvalitativ växtbaserad kost och minskad risk för demens, även i denna högriskpopulation. Det är viktigt att studien skiljer mellan hälsosam och ohälsosam växtbaserad kost. En växtbaserad kost rik på hälsosammare vegetabiliska livsmedel var förknippad med lägre demensrisk, medan en växtbaserad kost med betoning på mindre hälsosamma vegetabiliska livsmedel var förknippad med hö-

gre risk. Detta innebär att kvaliteten på vegetabiliska livsmedel spelar roll - fullkorn, grönsaker, frukt, nötter och baljväxter ger fördelar som bearbetade vegetabiliska livsmedel inte gör.

Varför detta är viktigt? Kardiometabola sjukdomar som hjärtsjukdomar, stroke och typ 2-diabetes är starkt förknippade med ökad risk för demens. Hittills har det varit oklart om kostinterventioner effektivt kan minska denna risk när dessa tillstånd utvecklas. Resultaten tyder på att även efter diagnos med hjärt- och kärlsjukdomar eller diabetes kan hälsosammare matvanor skydda hjärnans hälsa. Detta ger hopp för miljontals människor som lever med dessa tillstånd över hela vär-

den.

Kopplingen mellan hjärta och hjärna Kopplingen mellan kardiovaskulär hälsa och hjärnhälsa är väletablerad. Tillstånd som skadar blodkärlen i hjärtat påverkar också blodflödet till hjärnan, vilket kan bidra till kognitiv försämring. Växtbaserad kost som är rik på antioxidanter, fibrer och antiinflammatoriska föreningar kan skydda både kardiovaskulär hälsa och hjärnhälsa genom flera mekanismer.

Praktiska implikationer Forskningen betonar att kostkvaliteten förblir modifierbar även för dem som redan diagnostiserats med allvarliga hälsotillstånd.

NOVA

Gratis hjälp med hörapparater – Undervisningskliniken NoVa öppnar service

ANVÄNDER DU HÖRAPPARAT i Österbottens välfärdsområde? Nu kan du få kostnadsfri hjälp med rengöring och grundläggande underhåll av din apparat – hos undervisningskliniken NoVa i Brändö, Vasa.

Vid besöket kan du också få mätning av blodtryck och blodsocker, eller rådgivning om psy-kiskt välbefinnande. Den nya tjänsten riktar sig till alla hörapparatanvändare, från småbarn till äldre. Det är viktigt att regelbundet underhålla sin hörapparat – ex-



AI Image

empelvis genom att byta slang, vaxfilter eller batteri – för att apparaten ska fungera optimalt. Kliniken påminner om att ta med egna tillbehör vid besöket. NoVa-kliniken drivs i samarbete med Vasa yrkeshögskola och Novia, där studerande under handledning ger service med låg tröskel. Under samma tillfälle kan man även få livsstilsråd-givning, stöd för mentalt välbefinnande och hjälp med digitala tjänster. Besök kräver ingen tidsbokning – men det går också att ringa och boka tid. Alla tjänster är gratis. KÄLLA: Österbottens välfärdsområde

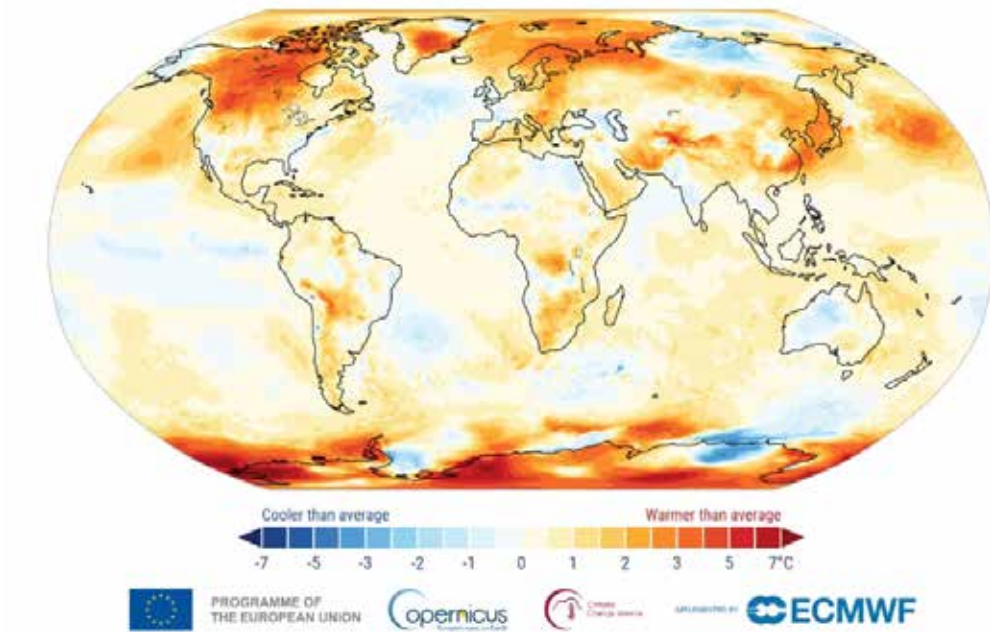
KLIMATFÖRÄNDRINGEN

Tredje varmaste september – haven är fortsatt varma

September 2025 var den tredje varmaste september som uppmätrats, enligt Copernicus Climate Change Service (C3S). I genomsnitt var lufttemperaturen på jordytan 16,11 °C, vilket är 0,66 °C högre än normen från september 1991–2020 och 1,47 °C högre än under den förindustriella perioden (1850–1900).

Månaden var bara något svalare än september 2024 och 2023, vilket tyder på att höga globala temperaturer inte är en anomali utan en del av en fortsatt trend. 12-månadersgenomsnittet från oktober 2024 till september 2025 var 0,63 °C högre än det nuvarande basscenariot, vilket bekräftar att värmen fortsätter på land och till havs.

”Jordens temperatur är fortfarande mycket hög, vilket återspeglar den permanenta effekten av växthusgaser i atmosfären”, säger Samantha Burgess från ECMWF.



Aljaksandr Hryshchuk, som är ansvarig för klimatdata i C3S, säger att de senaste åren har varit de varmaste i historien. Han säger att detta är ett tydligt tecken på klimatförändringen.

ma väderhändelser, stora marina ekosystem och påskynda issmältningen.

Forskare varnar för att trenden belyser det akuta behovet av klimatåtgärder. Politiska åtgär-

der är avgörande, men individuella insatser är också viktiga. Med temperaturer som är så konsekvent höga står planeten inför nya klimatutmaningar som kräver uppmärksamhet nu.

KLIMATFÖRÄNDRINGEN

EEA: Europas miljö är hotad



kommer att nås.

En ny rapport från Europeiska miljöbyrån (EEA) varnar för att Europas natur och miljö är i akut fara. Trots framsteg med utsläppsminskningar och renare luft framstår läget som allvarligt: de flesta miljötrender har negativa utsikter.

Rapporten lyfter fram att biodiversiteten sjunker i såväl land- som vattenekosystem, med överutnyttjande och förstörelse som drivkrafter. Även klimatförändringarna blir allt tydligare, med ökade risker för ekosystem, samhällen och ekonomier. En oroande fakta: 30 % av Europas territorium och 34 % av befolkningen påverkas direkt av vattenstress. Rapporten pekar också på att flera av de miljömål EU satt för 2030 sannolikt inte

Samtidigt ges beröm för att utsläppen av växthusgaser och luftföroreningar sjunkit betydligt under de senaste decennierna. Men EEA manar till akut handling: de politiska åtgärder som redan antagits måste genomföras skyndsamt, och fler reformer krävs för att skydda naturresurser, minska föroreningar och bygga motståndskraft mot klimatförändringar. Rapporten State of Europe's Environment 2025 är den mest

omfattande miljöanalysen i Europa på fem år och baseras på data från 38 länder. Den visar att Europas miljö inte bara är en fråga om naturomsorg – den handlar om ekonomi, säkerhet och livskvalitet. Om inte tempot i miljöpolitiken ökar riskerar kontinenten att missa kritiska miljö- och klimat-hållbarhetsmål. Europas framtid hänger på hur snabbt vi agerar och hur effektivt vi skyddar vår gemensamma miljö. Bild: EEA

EKONOMI

Betala mer, få mindre: ”Shrinkflation” och ”Cheapflation” i inflationens tidevarv



Inflationen tömmer plånböckerna vid kassan, men konsumenter står inför en dubbel smäll: fenomenet ”shrinkflation” och dess mer smygande kusin ”cheapflation”.

Shrinkflation: En välkänd fiende

Shrinkflation, en sammanslagning av orden ”shrink” (krympa) och ”inflation” (inflation), är en väl dokumenterad praxis där tillverkare subtilt minskar kvantiteten av en produkt samtidigt som de behåller eller till och med höjer priset. Det innebär i praktiken att du betalar mer för mindre av samma produkt.

Exempelvis kan din favoritchokladkaka ha krympt något i storlek, eller din flingpaket kan numera innehålla några färre flingor. Även om förändringen kan verka obetydlig vid en första anblick, kan den ackumuleras till betydande summor över tid, särskilt för budgetmedvetna konsumenter.

Cheapflation: En listig strategi

Cheapflation tar den här strategin ett steg längre. Här minskar tillverkarna inte bara kvantiteten utan justerar även själva receptet, och ersätter ingredienser av högre kvalitet med billigare alternativ. Detta kan gå obemärkt förbi konsumenter som enbart förlitar sig på varumärkeskänedom.

Foodwatch, en belgisk konsumentskyddsorganisation, avslöjade nyligen denna praxis. De identifierade fall där

produkter som surimi-stickor innehöll mindre fisk, majonäs hade en lägre äggulek⌘⌘ (håmläng = innehåll) och choklad innehöll mindre kakao. Oroväckande nog sammanföll dessa förändringar ofta med prishöjningar, vilket ledde till att konsumenter kände sig dubbelt lurade.

Tillverkarnas försvar

Tillverkare hänvisar ofta till stigande råvarukostnader som en motivering för dessa metoder. Inflationen sätter visserligen press på produktionen, men kritiker menar att bristen på transparens kring receptändringar och prishöjningar är oacceptabel.

Kampen för rättvisa

Foodwatches undersökning understryker behovet av ökad transparens från tillverkarna. Konsumenter förtjänar att veta exakt vad de betalar för, särskilt när de står inför stigande priser. Tillsynsmyndigheter har också en roll att spela för att säkerställa rättvisa metoder och skydda konsumenters rättigheter.

Vad kan du göra?

Bli en etikettdetektiv: Läs ingredienslistor noggrant och jämför produktstorlekar och priser mellan olika märken. Välj budgetmärken: Du kan bli förvånad över kvaliteten på butikens egna märkesvaror. Storhandla: Om du har lagringsutrymme kan det ge bättre värde för pengarna att köpa basvaror i större mängder.

Förespråka transparens: Stöd organisationer som Foodwatch som främjar konsumenters rättigheter och kämpar för rättvisa metoder. Genom att hålla oss informerade och göra välgrundade val kan vi navigera inflationens komplexiteter och se till att vi får valuta för pengarna.

NOBEL PRIZE

Kroppens egna fredsbevarare: Därför får de Nobelpriset i medicin 2025



Mary E. Brunkow, Fred Ramsdell och Shimon Sakaguchi tildelas 2025 års Nobelpris i fysiologi eller medicin. Deras banbrytande forskning har löst ett av immunförsvarets största mysterier: Hur kan kroppens kraftfulla försvar attackera inkräktare, som virus och bakterier, utan att samtidigt förstöra kroppens egna friska celler?

De tre forskarna belönas för sina upptäckter kring perifer immunitolerans. Det låter komplicerat, men det handlar i grunden om att identifiera immunförsvarets inbyggda ”ordningsvakter”.

Upptäckten av de Reglerande T-cellerna

Under lång tid trodde forskare att de flesta immunattacker mot kroppens egna celler stoppades i ett tidigt stadium i brässen (thymus). Men ibland slinker farliga immunceller, som kan attackera kroppens egna vävnader, ut i blodomloppet. Här kommer pristagarnas upptäckt in.

Shimon Sakaguchi var den första som identifierade en helt ny klass av immunceller, som han kallade regulatoriska T-celler. Han visade att dessa celler fungerar som ”säkerhetsvakter” som aktivt övervakar och lugnar ner andra immunceller

som försöker angripa kroppens egna vävnader. De är avgörande för att bibehålla immunitoleransen.

Mary Brunkow och Fred Ramsdell gjorde den andra nyckelupptäckten när de undersökte möss med en svår autoimmun sjukdom. De spårade sjukdomen till en mutation i en specifik gen, som de kallade FOXP3. Senare kopplades den genen till en sällsynt autoimmun sjukdom hos barn (IPEX-syndromet). Tillsammans kunde forskningen visa att FOXP3-genen styr utvecklingen av Sakaguchis regulatoriska T-celler. Det var pusslet som förklarade mekanismen bakom kroppens förmåga att undvika att skada sig själv.

Vad innebär detta för oss?

Deras upptäckter har transformerat immunologin och gett mänskligheten nya verktyg för att bekämpa några av de svåraste sjukdomarna:

1. Botemedel mot Autoimmuna Sjukdomar: När de regulatoriska T-cellerna slutar fungera, utvecklas autoimmuna sjukdomar som typ 1-diabetes, multipel skleros (MS) och reumatism. Genom att förstå hur man kan stärka eller öka antalet regulatoriska T-celler hoppas forskare kunna bota eller effektivt behandla dessa kroniska tillstånd.
2. Förbättrade Cancerbehandlingar: Tumörceller är

HELSINGFORS JÄRNVÄGSSTATION

Järnefelts Koli-tavla finns nu tillbaka på sin ursprungliga plats



konsterna; Fredsministeriet, som ägnade sig åt krig; Kärleksministeriet, som upprätthöll lag och ordning; och ministeriet för överflöd, som ansvarade för ekonomiska frågor. Deras namn, på nyspråk: Minitrue, Minipax, Miniluv och Miniplenty.

Kärleksministeriet var det verkligt skrämmande. Det fanns inga fönster i den alls. Winston hade aldrig varit inne i Kärleksministeriet, inte heller inom en halv kilometer från det. Det var en plats som var omöjligt att komma in på annat än i officiella ärenden, och då endast genom att tränga igenom en labyrint av taggrådsförvecklingar, ståldörrar och dolda kulsprutenästen. Till och med gatorna som ledde upp till dess yttre barriärer strövade omkring av vakter med gorillaansikten i svarta uniformer, beväpnade med ledade batonger.

Winston vände sig tvärt om. Han hade fått sina anletsdrag att ge uttryck åt den stillsamma optimism, som det var rådligt att ha när han stod framför TV-skärmen. Han gick tvärs över rummet och in i det lilla köket. Genom att lämna ministeriet vid den



UKRAINE PRESIDENT

Volodymyr Zelenskyy Held a Phone Call With Alexander Stubb



President of Ukraine Volodymyr Zelenskyy held a phone call with President of Finland Alexander Stubb.

The Head of State expressed gratitude for the consistent and steadfast support of our country.

Alexander Stubb shared details of his meeting with U.S. President Donald Trump. Volodymyr Zelenskyy congratulated Finland on concluding an agreement with the United States on joint icebreaker construction, which will enhance security in the Arctic.

The leaders discussed security guarantees for Ukraine, which are currently among the top priorities. The Head of State emphasized that our state values the U.S. readiness to support these guarantees. It is crucial to accelerate work with European partners and finalize all details. The President of Ukraine noted that preparations are ongoing for active work within the Coalition of the Willing in October and November. Volodymyr Zelenskyy and Alexander Stubb coordinated their joint steps.

The Head of State also spoke about the preparation of a UN General Assembly draft resolution condemning the abduction and deportation of Ukrainian children.

Ukraine counts on support from its partners.

Volodymyr Zelenskyy informed Alexander Stubb about the situation in the energy system. Russia has once again inflicted a vile strike on Ukraine’s critical infrastructure. Our country understands all the intentions of the Russians and will defend itself. The President of Ukraine appealed to consider how Finland might help.

COPYRIGHT: The Presidential Office of Ukraine. All materials featured on this site are licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. The use of any materials posted on the website is permitted provided you link to www.president.gov.ua regardless of full or partial use of materials.

VECKANS KONSTUPPLEVELSE



Alexandra Frosterus-Såltin

6.12.1837, Ingå

29.2.1916, Vasa

Båtfärd till kyrkogården Venematka hautausmaalle Rowing to the graveyard. 1861

1984

EN ROMAN AV George Orwell Del 2

Sanningsministeriet – Minitrue, på nyspråk[1]– var häpnadsväckande olik alla andra föremål i sikte. Det var en enorm pyramidal struktur av glittrande vit betong som höjde sig på terrass efter terrass, trehundra meter upp i luften. Från den plats där Winston stod var det bara möjligt att läsa, utvalt på dess vita ansikte med eleganta bokstäver, partiets tre paroller: KRIG ÄR FRED

FRIHET ÄR SLAVERI

OKUNNIGHET ÄR STYRKA.

Sanningsministeriet innehöll, sades det, tretusen rum ovanför marknivån och motsvarande förgreningar nedanför. Utspridda i London fanns det bara tre andra byggnader av liknande utseende och storlek. De överskuggade den omgivande arkitekturen så fullständigt att man från taket på Victory Mansions kunde se alla fyra samtidigt. De var hem för de fyra ministerierna mellan vilka hela statsapparaten var uppdelad: Sanningsministeriet, som ägnade sig åt nyheter, underhållning, utbildning och de sköna

här tiden på dagen hade han offrat sin lunch i matsalen, och han var medveten om att det inte fanns någon mat i köket förutom en bit mörkt bröd som måste sparas till morgondagens frukost. Han tog ner en flaska med färglös vätska från hyllan med en vanlig vit etikett märkt VICTORY GIN. Den gav ifrån sig en sjuklig, oljig lukt, som av kinesisk rissprit. Winston hållde upp nästan en tekopp, gjorde sig nervös för en chock och klunkade i sig den som en dos medicin.

Genast blev hans ansikte blodrött och vattnet rann ur hans ögon. Materialet var som salpetersyra, och när man svalde det hade man dessutom känslan av att bli slagen i bakhuvudet med en gummiklubba. Men i nästa ögonblick dog svedan i hans mage och världen började se gladare ut. Han tog en cigarett ur ett hopknycklat paket märkt VICTORY CIGARETTES och höll oförsiktigt upp den, varpå tobaken föll ut på golvet. Med nästa var han mer framgångsrik. Han gick tillbaka till vardagsrummet och satte sig vid ett litet bord som stod till vänster om tv-skärmen. Ur bordslådan tog han fram ett pennskaft, en flaska bläck och en tjock tom bok i kvartstorlek med röd baksida och marmorerat omslag.

Av någon anledning stod tv-skärmen i vardagsrummet i en ovanlig position. I stället för att som vanligt placeras i gavelväggen, där den kunde behärska hela rummet, placerades den i den längre

väggen, mitt emot fönstret. På ena sidan av den fanns en grund alkov där Winston nu satt och som, när lägenheterna byggdes, förmodligen hade varit avsedda för bokhyllor. Genom att sitta i alkoven och hålla sig långt borta kunde Winston hålla sig utom räckhåll för teleskärmen, så långt synen når. Han kunde naturligtvis höras, men så länge han stannade kvar i sin nuvarande ställning kunde han inte ses. Det var delvis rummets ovanliga geografi som hade fått honom att tänka på vad han nu skulle göra.

Men det hade också antytts av boken som han just hade tagit fram ur byrålådan. Det var en särdeles vacker bok. Dess släta, krämiga papper, lite gulnat av ålder, var av ett slag som inte hade tillverkats på minst fyrtio år tidigare. Han kunde dock gissa att boken var mycket äldre än så. Han hade sett den ligga i fönstret till en sjaskig liten skrotaffär i ett slumligt kvarter i staden (exakt vilket kvarter mindes han nu inte) och hade genast slagits av en överväldigande lust att äga den. Partimedlemmarna skulle inte gå in i vanliga affärer (”handel på den fria marknaden”, kallades det), men regeln följdes inte strikt, eftersom det fanns olika saker som skosnören och rakblad som det var omöjligt att få tag på på något annat sätt.

Fortsätter...

Visst var romarna kloka!



Ja, det var de. Dessa citat, som används om inte dagligen så väldigt ofta, är alla skapade i det romerska imperiet.

Det romerska imperiet var en vagga för visdom och intellekt. Många av de ord-språk och citat som myntades under denna tid har överlevt århundradena och fortsätter att inspirera och ge oss insikter än idag. I denna artikel ska vi utforska några av de mest minnesvärda latinska citaten och deras betydelse.

Minnesvärda latinska citat

- "Carpe diem" o Betydelse: Fånga dagen. o Förklaring: Detta berömda citat av poeten Horatius uppmanar oss att ta vara på varje ögonblick och njuta av livet till fullo. • "Veni, vidi, vici" o Betydelse: Jag kom, jag såg, jag segrade. o Förklaring: Dessa ord yttrades av Julius Caesar efter en snabb seger i krig. De symboliserar effektivitet och beslutsamhet. • "Alea iacta est" o Betydelse: Tärningen är kastad. o Förklaring: Även detta citat kommer från Julius Ceasar och sades när han korsade floden Rubicon med sin armé, och därmed startade ett inbördeskrig. • "Errare humanum est" o Betydelse: Att fela är mänskligt. o Förklaring: Detta ordspråk påminner oss om att ingen är perfekt och att vi alla gör misstag. • "Dum spiro, spero" o Betydelse: Medan jag andas, hoppas jag. o Förklaring: Detta citat uttrycker en känsla av orubbligt hopp och uthållighet inför svårigheter. • "Ad astra per aspera" o Betydelse: Mot stjärnorna genom svårigheter. o Förklaring: Detta citat, som ofta används som motto, betonar att framgång kräver ansträngning och att man måste övervinna hinder. • "Memento mori" o Betydelse: Kom ihåg att du ska dö.

- o Förklaring: Detta citat är en påminnelse om livets förgänglighet och vikten av att leva i nuet. • "Si vis pacem, para bellum" o Betydelse: Om du vill ha fred, förbered dig på krig. o Förklaring: Detta citat, som ofta tillskrivs Publius Flavius Vegetius Renatus, antyder att militär styrka kan vara nödvändig för att upprätthålla fred. • "O tempora, o mores!" o Betydelse: Vilka tider, vilka seder! o Förklaring: Detta uttryck av Cicero används för att uttrycka oro eller missnöje med den rådande situationen. • "Festina lente" o Betydelse: Skynda långsamt. o Förklaring: Detta citat, som tillskrivs kejsaren Augustus, uppmanar till ett balanserat tillvägagångssätt där man kombinerar snabbhet med noggrannhet. • "Vox populi, vox Dei" o Betydelse: Folkets röst, Guds röst. o Förklaring: Detta citat uttrycker idén att den allmänna opinionen har en viss auktoritet eller giltighet. • "Amor vincit omnia" o Betydelse: Kärleken övervinner allt. o Förklaring: Detta citat av Vergilius hyllar kärlekens kraft och dess förmåga att övervinna hinder. • "Audere est facere" o Betydelse: Att våga är att göra. o Förklaring: Detta citat betonar vikten av att ta risker och agera för att uppnå sina mål. • "De gustibus non est disputandum" o Betydelse: Smaken är som baken, delad. o Förklaring: Detta citat påminner oss om att smaken är subjektiv och att det är meningslöst att argumentera om den.
- De latinska citaten ovan är bara ett litet urval av den visdom som det romerska imperiet har gett oss. Dessa ordspråk och citat fortsätter att vara relevanta än idag och ger oss värdefulla insikter om livet, kärleken, framgång och mycket mer.

HUMOR FÖR ETTHUNDRA ÅR SEDAN

VAR KOM LASSE FRÅN? Lille femåriga Lasse kom hem från dagis och frågade sin mamma —Var kommer jag ifrån? Hans mamma tyckte att det här var ett bra tillfälle att berätta för Lasse allt om livet. Hur hans mamma en gång hade träffat Lasses pappa. Hur de hade blivit kära och dejtat. Och sedan allt om blommor och bin. Och hur hans mamas mage hade börjat växa. Och hur det nio månader senare hade blivit en resa till BB. Och allt som hade hänt där. Lasse lyssnade på den här historien i nästan en halvtimme och kände sig lite besviken. Sedan sa han — Min vän har kommit från Borgå.

HAR DU SETT PÅ — ? Har du någonsin sett den onde? — Nej, aldrig! — Här ska du få se honom (visar sin tomma portmonnä). Den är ju tom! Ja. är det inte fan, det?

FRI, FRIARE ... Lärarinnan: — Hur heter komparativus av fri? Laura: — Friare. Lärarinnan: — Och superlativus? Laura: — Bröllop.

VAGABONDER EMEL-LAN. Kalle: — Hörr'u du, Pelle, vi är allt bättre lottade än alla grevar nrh baroner. Pelle: — Hur så då? Kalle: — Jo, sirrdu, vi kunna inte gifta oss under vårt stånd.

VARFÖR? Gossen: — Mamma, hur tuppen hår? Mamman: — Nej, tuppen har fjäder. Gossen: — Varför har den kam då?

HELA BURKEN Läkaren: — Nå. har ni tagit den där pillerasken, som jag ordinerade åt er? Patienten: Ja, det hur jag, men jag känner mig inte bättre. Antagligen har locket inte gått av asken än.

MODERNT KRUT. Korprulen: — Kun 4711 säga mej varför kulbanan är hågförmig? 4711: — Dä' a" la krokigt krut i putronen.

MOTHUGG. Värden (argt) : — Sedan ni supit er fulla på andra lokaler kommer ni hit! Gästen: — Na-na-tur-ligvis! I ny-nyktert tillstånd går väl ingen på er sy-sylta! TILL INDIALAND Några glada kapteners bedrevo frenetiska nattlivsstudier i den staden Steitinn. Med tiden inhämtade de så mycken erfarenhet och visdom att de grepos av yrsel. De fortsatte dock med sitt kraft prövande arbete och vid ljusningen av en ny dag funno de sig samlade i ett obekant locus. Genom fönstret kunde de se en främmande stad. Absolut främmande och obekant. — Var är vi? — Var i fridens namn är vi? De sågo ingen möjlighet att komma underfund med sin boningsort. Slutligen beslöt man sig för att rekognoscera och en av de något durriga kaptenerna sändes ut för att försiktigt taga reda på var man var. Lång, litet orolig väntan. Slutligen återvänder forskaren. Han ser förstörd ut. — Gossar, arma

djur, vi ha hamnat i — Indien! — Indien, du är galen, men det har vi föresten alltid vetat. — Nog, mina herrrar. Vi är i Indien. — ? ? 1 — Si, på en vägg därute läste jag ju tydligt och klart: — Die Toilette jenseits des Ganges!

GOSSEBARNET Det unga paret har välsignats med en arvinge, och hela de tillgängliga släktingarna är förty uppbådad för att bese undret. Bland tanterna förekommer även en nittioårig stiftsjungfru, som efter att en stund med lornjetten ha underkastat vaggans innehåll okularbesiktning utbrister: — Ja, om mitt minne nu inte alldeles sviker mig, är det en gosse.

VIKT Två familjer, i Tammerfors, som rätt flitigt umgåtts, hade under sommarferierna varit åtskilda. På höstsidan skulle umgänget återupptagas genom visit av direktör A. jämte fru hos direktör S. Herrskapet A. mottages i tamburen av S., som vid åsynen av den under sommaren korpulent vordne hr A. utbrister: — Det var tusan, va' du blivit fet! Fru A. (angenämt berörd): — Ja, se han åter så god mat. Hr A.: — Nå — nå, nog brukar jag ibland äta hemma också.

ÅLDER Två nygifta unga fruar sitta och småprata. Den ena berättar om sitt äktenskap:

»Tänk — min man är dubbelt så gammal som jag, de' ä' synd i alla fall!» Den andra: Hur gammal ä' han då?? — Ja, jag är 22(!) som du vet och han är 44. Stämmer det inte?? — Ja de' ä' ju hemskt — tänk när du blir 44, då blir han — 88 år!!!

MAT OCH DRYCK Några amerikanare voro på fotvandring i de skottska högländerna. Provianten tog slut varför en av deltagarna sändes till närmaste stad för att proviantera för en vecka. Han återvände med 20 helor John Beggs whisky och ett bröd. Då han visade sina kamrater vad han hade köpt utbrast en av dem: — utmärkt, men vem fan ska' äta brödet? !

ÖVERVIKT Redaktör Julie Hirn var som känt i besittning av en imponerande kroppshydda. En dag kom han vandrande ned för Esplanaden. I hörnet av Mikaelsgatan stod en grupp pojkar och gapade med öppen mun vid åsynen av Hirms vidlyftigt tilltagna kropp. Julie stannar bredbent framför dem och dundrar med gravlikt allvar: — Vad stirrar ni på, pojkar. Har ni aldrig ett en fullvuxen karl förut?

OM HUNDAR MED LÅNGT HÅR — Hur vet dom på vilken ända huvudet sitter på hunden då den har så långt hår? — Dom får se efter vilken ända som äter.

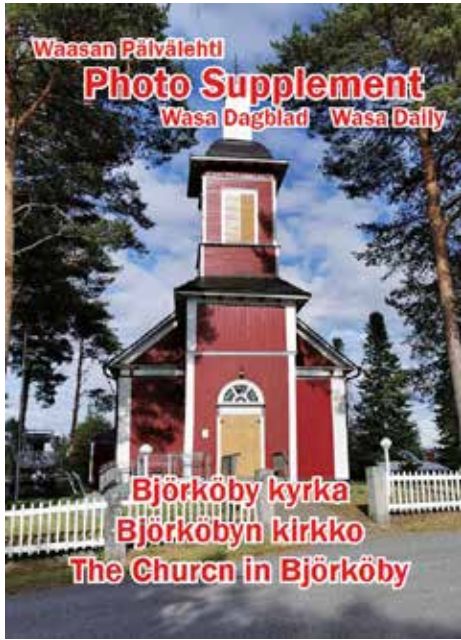
Astronomic picture of the week:

Cosmic Fireworks



The spiral galaxy NGC 925 reveals cosmic pyrotechnics in its spiral arms where bursts of star formation are taking place in the red, glowing clouds scattered throughout it. Credit: KPNO/NOIRLab/NSF/AURA Acknowledgements: PI: M T. Patterson (New Mexico State University) Image processing: Travis Rector (University of Alaska Anchorage), Mahdi Zamani & Davide de Martin Creative Commons Attribution 4.0 International License

Nästa vecka:



BLOGGSKRIBENTER

Skriv i Wasa Dagblad – Vi söker bloggförfattare!

Älskar du att dela med dig av dina tankar, erfarenheter eller kunskaper? Wasa Dagblad söker nu engagerade bloggskribenter som vill skriva intressanta och inspirerande texter för våra läsare.

Oavsett om du gillar att skriva om lokala nyheter, kultur, livsstil, företagande eller personliga reflektioner – din röst är välkommen hos oss!

Att skriva för Wasa Dagblad är ett utmärkt sätt att nå en bredare publik, knyta kontakter och utveckla din kreativitet. Ingen tidigare erfarenhet krävs – allt du behöver är idéer och entusiasm! Vi uppskattar olika perspektiv och nya röster som speglar vår gemenskap.

Intresserad? Skicka din bloggidé eller ett kort prov till oss, så publicerar vi gärna dina texter. Var med och gör Wasa Dagblad till en plats för meningsfulla diskussioner och engagerande berättelser!

Kontakta oss på wasadagblad@gmail.com för mer info. Vi ser fram emot att höra av dig!

WASA DAGBLAD

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

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

Wasa Dagblad är en publikation av dagstidningstyp som än så länge utkommer på söndagsmorgnar. Men vårt mål är att den ska komma ut varje morgon i framtiden. Tidningen finns tillgänglig gratis på nätet. Läsarnas texter är välkomna! Tidningen är lokalt ägd och kommer att fortsätta att vara det.

Chefredaktör är Hans Björknäs. Redaktion: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Vasa, tel. +358-40-5462455. Redaktionen i Helsingfors: Wasa Dagblad, Andra linjen 9 B 36, 00530 Helsingfors. Telefon +358-40-5462455. Annonser kan sändas via e-post i jpg-format, ta gärna kontakt med redaktionen. . E-post: wasadagblad@gmail.com

FRÅN LÄSARNA

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

ANNONSERA I WD

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

WASA DAGBLAD wasadagblad@gmail.com

