

# WAASAN PÄIVÄLEHTI

GPT3

Irtonumero 1 €  
Verkossa ilmainen

ISSN 2954-243X

N:o 45

Sunnuntaina, 29 lokakuuta

2023

Waasan Päivälehti - moderni sanomalehti, jonka ulkoasu on peräisin 1870-luvulta. Silloin sanomalehdissä oli vain 4 sivua. Paljon tekstiä, mutta ei kuvia ollenkaan, joten neljässä sivussa on paljon luettavaa. Lehti sisältää lainauksia vanhoista päivälehdistä, jotka on otettu Kansallisarkistosta (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3 tekee osan rutiininomaisesta toimitustyöstä. Waasan Päivälehti ilmestyy sunnuntaiaamuisin, mutta tavoitteenamme on, että se ilmestyy joka päivä jatkossa. Lehti on luettavissa verkossa ilmaiseksi, painetut yksittäisnumerot maksavat 1 €. Mainoshinta 6 €/palstamillimetri, mutta vakioilmoitukset ovat halvempia (25 mm korkea=140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm=400 €). Toistuvat ilmoitukset = 50 % alennus. Lähetä ilmoitukset jpg-, tiff- tai png-muodossa osoitteeseen waasanpaivalehti@gmail.com. Ilmoitukset pienennetään 46 mm:n sarakkeen leveyteen. Jos ilmoitus ei mahdu seuraavaan lehteen otamme yhteyttä. Päätoimittaja Hans Björknäs Posti: Waasan Päivälehti, Koulukatu 37 B 7, 65100 Vaasa, puhelin +358-40-5462455.

## Uutiset

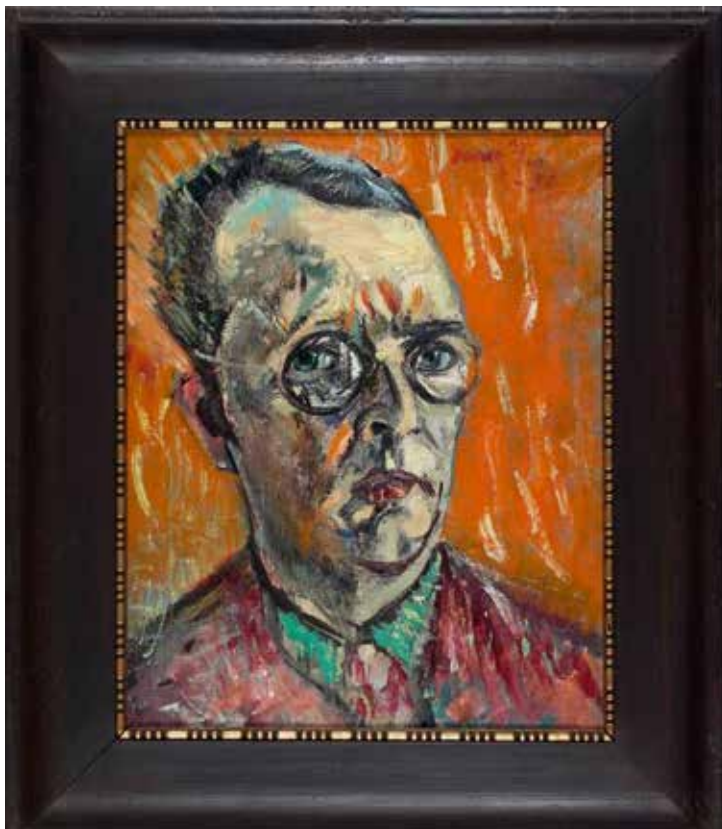
### Kronvikintie saa pyörätien



Kronvikintielle Sundomiin rakennetaan uusi 2,6 kilometriä pitkä pyörätie Sundomintien ja Vanhan Kronvikintien välille. Työt käynnistyivät maanantaina 23.10.2023, ensi kesänä pyörätie on käytössä, mutta asfaltointi valmistuu vasta vuonna 2025.

### Vaasan kaupunki myy Villa Gerbyn huvilan ja tontin

Vaasan kaupunki myy omistamansa Villa Gerbyn huvilan ja tontin. Myyntikohde sisältää paitsi olemassa olevat suojellut rakennukset, myös 500 kerrosalaneliömetriä rakennusoikeutta kolmelle uudelle erillispientalolle. Myynti käynnistyy marraskuussa, kun tontin asemakaavamuutos tulee lainvoimaiseksi.



### Viikon taide-elämys: Eemu Myntti (1890-1943)

Myntti syntyi Vaasassa vuonna 1890. Hän aloitti maalaamisen nuorena ja opiskeli Suomen Taideakatemiassa Helsingissä. 1920-luvulla hän alkoi keskittyä muotokuvaukseen ja maalasi usein ystäviä ja työtovereita suomalaisista kirjallisuus- ja taidepiireistä. Hänen aikakauden maalauksiaan leimaa rohkeat värit ja ilmeikäs sivellintyö. Myntti kuoli Helsingissä vuonna 1943 52-vuotiaana. Hänen töitään pidetään nykyään suomalaisen modernismin tärkeimpiä esimerkkejä.

Tässä hänen taulunsa "Omakuva"

Villa Gerby on historiallisesti arvokas huvilarakennus, joka sijaitsee aivan Gerbyn venesataman vieressä. Rakennus on ollut

tyhjiään vuodesta 2020, jolloin myös asemakaavamuutos laitettiin vireille. Uusi asemakaava hyväksyttiin kaupunginvaltuustossa 23.10.2023, ja se tulee lainvoimaiseksi 30 päivän valitusajan jälkeen.

Myynnin kohteena on Villa Gerbyn tontti, joka on kooltaan

Sivu-Sid-Page:

Suomeksi 1

På finska  
In Finnish

På svenska 9

Ruotsiksi  
En Swedish

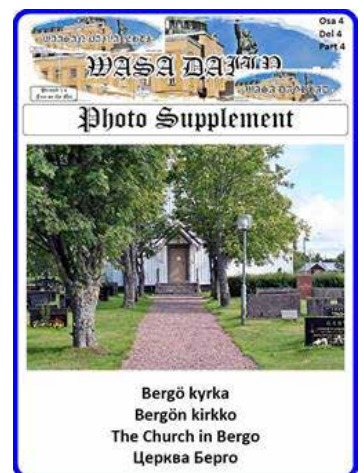
In English 17

Englanniksi  
På engelska

Valokuvaaliite 25

Fotobilaga  
Photo supplement

4618 m<sup>2</sup>. Tontti sisältää 500 k-m<sup>2</sup> rakennusoikeutta kolmelle uudelle erillispientalolle, 160 k-m<sup>2</sup> rakennusoikeutta uudelle talous-



Bergö kyrka  
Bergön kyrko  
The Church in Bergo  
Церква Берго

Kuvaliite sivu 25

Täällä olemme:  
[www.vpress.ovh](http://www.vpress.ovh)





*Syksyn värit*

**KOVINA AIKOINA**  
**Kertomus Suomen viimeisten**  
**nälkävuosien ajoilta**  
**KARLA. TAVASTSTJERNA**  
**Suomentanut Juhani Aho**  
**Julkaistu 1892.**  
**OSA 37**

Samana päivänä illalla vaimo alkoi jo houria, kun oli saanut lääkkeitä, ja neiti Louise, joka vielä oli tottumaton uuteen toimeensa, rupesi puhelemaan hänen kanssaan, sillä sairas sanoi, että hänellä oli erityistä puhuttavaa Kotkaisten hienolle neidille. Kohtalo oli nähtävästi tuonut hänet tänne, että hän ennen kuolemaansa keventäisi sydämensä sille, jota se asia kaikkein eniten liikuttaa.

Neiti Louisen mieli tuli aivan juhlalliseksi. Se on varmaankin pohjalainen noita-akka tuo, joka kuollessaan tahtoo kertoa hänelle hänen tulevaisuutensa salai-

suuksia.

— Sinä onnen lellyttö, sanoi hän heikosti hymyillen, — sinä onnen lellyttö, minä tiedän, että kohtalo on aikonut sinut kullassa kuhisemaan rikkaan miehen rinnalla.

Naisen silmät ikään kuin imeytyivät tuon jo alkulauseesta hämmästyneen nuoren tytön kasvoihin.

— Mutta kovat ajat tulevat sinua kohtaamaan, jatkoi hän — se on synnin ja himojen hallitsema mies, joka on tähännyt silmänsä Kotkaisten viattomaan karitsaan, ja jos tahdot, niin kerron hänen pahoista töistään minua ja minun miestäni kohtaan, jonka hän kullan valhekiillolla minulta houkutteli pois. Niin, niin on, eivätkä auta siinä sinun pelästyneet silmäsi, jotka eivät koskaan ole katsoneet tämän pahan maailman pohjattomaan syvyyteen!... Niin kuin Paapelin kuningas on hän elänyt porttojen

rakennukselle sekä olemassa olevat suojellut rakennukset (Villa Gerby ja nykyinen piharakennus, yht. 300 k-m<sup>2</sup>).

## Tyytymättömyys lääkäri- ja hoitajapalveluihin lisääntynyt, THL:n mukaan

Vahvasti kaksikielisellä Pohjanmaan hyvinvointialueella voidaan pääsääntöisesti hyvin. Sairastavuus ja ennenaikainen kuolleisuus ovat maan pienimpiä.

Nuorten psyykinen hyvinvointi on kuitenkin heikentynyt ja riippuvuus- ja päihteidenkäyttöongelmat ovat kasvaneet. Työikäisellä väestöllä esiintyy psyykkistä kuormittuneisuutta ja liikunta- ja tukielinongelmia. Väestö vähenee korkeasta syntyvyydestä huolimatta. Ikääntyneen väestön määrä on korkea. Väestön tyytymättömyys lääkäri- ja hoitajapalveluiden riittävyyteen on lisääntynyt, vaikka pääsy perusterveydenhuollon lääkäripalveluihin on parantunut merkittävästi. Hoitoon pääsyssä oli viivettä suun terveydenhuollossa sekä erikoissairaanhoidossa. Hoidon jatkuvuus perusterveydenhuollon lääkärikäynneillä toteutuu maan parhaiten. Hoi-

tajakäynneillä hoidon jatkuvuus on kuitenkin heikentynyt maan keskiarvon alapuolelle.



Perusterveydenhuollon avohoidon asukaskohtaiset nettokäyttökustannukset olivat neljänneksen suuremmat kuin maassa keskimäärin. Vastaavasti kustannuskehitys on ollut maan keskitasoa korkeampaa.

Päivystyskäynnejä on alueella paljon. Päivystykseen hakeutuvien asiakkaiden määrään pyritään vaikuttamaan kotiin vietävien palvelujen sekä puhelimitse tehtävien hoidon tarpeen arviointien avulla sekä ohjaamalla asiakkaita virka-aikana sote-keskukseen. Päivystyksen asiakasvirta ja läpimenoajat ovat alueen mukaan kesän jälkeen parantuneet. (Thl.fi)

kanssa, sen suuren Paapelin porton kanssa, jonka synnit ovat tuhannet! Ja sitten alkoi hän himoita sinun valkoista lihaasi, se susi, sinun lihaasi, joka olet Kotkaisten puhdas karitsa! Ja hän vietteli kulkevan, köyhän miehen, joka oli minun mieheni ja minun lasteni isä ... hän viekoitteli ja pyyteli häntä minulta yhdeksättä käskyä vastaan ja antoi hänelle porton avioksi ... niin, niin, se on niin totta kuin minä seison elävän Jumalan kasvojen edessä! Hän antoi hänelle porton avioksi sekä kultaa ja hopeaa, ja minä, köyhä raukka, minä näin nälkää Pohjanmaalla enkä mitään tiennyt. Mutta sitten neuvoi minulle Herra, joka on kaikkien herrainkin Herra ja sen lohikäärmeenkin kukistaja, että minun pitäisi matkustaa etelään päin. Ja katso! minä näin mieheni ja sen Paapelin porton elävän ylellisyydessä Uramon torpassa — Herrasaaren kapteenin suuressa torpassa — mut-

ta hän ei enää tuntenut minua, ei minua omaa vaimoan eikä omia lapsiaan kun seisimme hänen ovensa edessä ja värisimme. Mutta silloin lähetti Herra toisen miehen, joka kosti minut ja iski kuoliaaksi sekä Paapelin porton että hänen miehensä. Sen sinä tiedät. Se oli se Uramon murha.

— Herran tiet ovat tutkimattomat. Se syyllinen rikas mies Herrasaaren hovissa, se pääsi pois Jumalan vitsauksen alta ja ajoi minut ylpeydessään mieron tielle lapsineni paleltumaan, kun minä polvillani anoin häneltä apua ja turvaa. Ja se on se hurttu, se Paapelin lohikäärme, joka nyt tahtoo sammuttaa janonsa Kotkaisten karitsan verellä!

— Älä katso minuun noin arkaillen äläkä pelkää ... äläkä pelkää! Minä olen köyhä nainen, joka kohta seison Jumalan tuomioistuimen edessä, ja minä tahdon vain sinulle, sinä armon lellilapsi, sanoa sen varoituksen

## Wasa Graffitilandia

on auki vielä tänään kll 12-15. Graffitilandia on muuttanut, aikaisemmin se oli Wasalandia-alueella mutta nyt se löytyy rautatiemagasiineissa, osoitteella Opiustolatu 8. Museokortti käy.

## Mustasaaren kekkerit

Mustasaaren syntymäjuhlat lähestyvät. 18.11.23 klo 10-15on kaikille avoin juhla Botnia-hallissa ja 675:lle ensimmäiselle tarjotaan juhlaleivos. Ohjelmaa on kaikenikäisille.



Messut, joissa noin 100 paikallista yhdistystä ja yritystä esittäytyvät. Ruokatori. Buu-klubben, paloauton esittely, musiikkiopiston tanssiryhmä, Sunny Singers, historianäyttely. Eli todella kaikille jotakin. Tarkemmat tiedot osoitteessa [www.mustasaari.fi](http://www.mustasaari.fi).

## Kirja Mustasaaren kaidista kylistä

Tämä Jane Trygg-Kaipiaisen kirjoittama kirja on nyt ilmestynyt. Kirja on nimeltään ”Mustasaaren kylähistoriikkien kymmenet kylät” ja kirjoittaja on filosofian maisteri, pedagogie magister ja tietokirjailija, Pohjanmaalla asuva kunnallispolitiikko ja maailman tarkkailija.



Kirja kertoo lyhyesti nykyisen Mustasaaren jokaisen kylän historiasta, hallinnosta, elinkeinoista, kulkuyhteyksistä, yhdistyksistä ja sosiaalisesta elämästä, ihmisistä, rakennuksista, ominaispiirteistä ja tarinoista. Kirja auttaa ymmärtämään erittäin suuria maankohoamisen ja historiallisen kehityksen aiheuttamia muutoksia kylien asukkaiden

elinolosuhteissa ja kertoo, miten näistä kylistä tuli sellaisia, kuin ne tänä päivänä ovat.

426 sivua ja värikuvia jokaisesta kylästä. Ja kyliä onkin monta Mustasaarella! Lähes 40 kylää ja jokaisen kylän historiaa esitellään kirjassa.

Kirjaa myydään muunmuassa Mustasaaren syntymäjuhlassa Botnia-hallissa 18.11.23 klo 10-15.

## Maanantaisin uusi lehtoyhteys Helsinkiin

Huomisestaw lähtien pääsee maanantaisin Helsinkiin klo 8.35 Vaasasta, ja Helsingistä Vaasaan pääsee lentäen Finnairilla klo 07.10.

## Vaasan alijäämä 6 miljoonaa

Tämä ensi vuoden budjetin mukaan.

Veroäyriä ehdotetaan nostettavaksi hiukan ja säästöjä haetaan. Investoinnit ovat erittäin tärkeitä kaupungin tulevaisuudelle, ja ensi vuonna käytetään 64 miljoonaa investoihin.

## Gustaf Svalnjungin rahasto

on lahjoittanut 70.000 € Vaasan Yliopistolle. Lahjoitusta on tarkoitus käyttää energiatutkimuk-

seen.

## Talvinopeudet

Torstaina astui voimaan talvinopeudet. Maanteiden normaalinopeus on 80 km ja moottoriteiden 100 kg. Tavoitteena on onnettomuusrisikin pienentämisen.

## Uusi kahvila

Kauppahalliin. Kahvila on nimeltä Cafe Petit France ja sitä pitää Julien Huéber, hänä on aikaisemmin nähty Strömsö-ohjelmassa.



Jatkossa suunnitellaan kevyen lounaan tarjoamista kahvilassa.

## Terve Suomi -tutkimus: Vain alle puolet aikuisista liikkuu riittävästi

Alle puolet yli 20-vuotiaista miehistä ja naisista liikkuu terveysliikuntasuosituksen mukaisesti. Miehistä 46 prosenttia ja naisista

sanat, että karttaisi Paapelin lohikäärmettä, kaikkein pahain himojen kuningasta, Pelialin ja Paapelin porton satakertaisesti synnillistä miestä. Ja minä siunaan Jumalaa, joka sallii minun tavata sinut ja pelastaa sinut suden suusta ja sielusi kadotuksesta. Kiitetty olkoon Herra, joka antoi minun kurjan ihmisen vielä viimeisillänikin julistaa hänen suuruuttaan ja hänen valtaansa Paapelin lohikäärmeen ylitse, sen Peliaalinen miehen ylitse, sen Herrasaaren kapteenin, joka kosii sinua, sinä Kotkaisten kaino neito, ja tahtoo viedä sinut himojensa pesäpaikkaan ja viettää siellä synnillistä elämää aina kuolinpäiväänsä saakka!

Vaimo veti henkeä jatkaakseen, hänen kova äänensä oli herättänyt muidenkin sairasten huomiota ja sieltä täältä hämähästä näki Louise kuumeisten silmien tuijottavan itseensä. Häntä kauhistutti, kun hän katsoi

ympäriin. Hourivan vaimon sanat olivat hervaisseet hänen ajatuksensa ja jäsenensä. Hän aikoi juosta tiehensä jo vaimon puhussa, tahtoi paeta itseään, tahtoi juosta koko maailmaa piiloon ja ennen kaikkia noita kauheita, kamalia silmiä, jotka tuijottivat häneen joka taholta, mutta hän ei voinut sitä tehdä.

Kun vaimo taukosi hetkeksi, onnistui Louisen päästä seisomaan, ja kun hän tunki jalat allaan, juoksi hän ovelle minkä kerkesi. Takanaan kuuli hän hourivan taas alkavan puhua Paapelin lohikäärmeestä, auringon valo häikäisi hänen silmiänsä ja hän kiiti kuin kuolemaansa pakoon. Kotona makasi äiti sohvallaan ankarasti sairastuneena, ja kun Louise kalman kalpeana ja itkusilmin syöksi hänen luokseen, arvasi äiti heti kohta mitä oli tapahtunut. — —

Samana päivänä seisoivat kapteeni Thoreld frakkiin pukeutu-

neena komeassa eteisessään ja otti vastaan vieraitaan, joita noin neljäkymmentä oli saapunut rautatieltä. Uusi rautatie oli nyt kiskoitettu muutaman asemanvälin verran ja kun rautatien rakennushallitus sekä pari senaattoria ja muuta korkeata virkamiestä olivat ensi kerran tehneet tänne huviretken, käytti kapteeni Thoreld tilaisuutta hyväkseen ja kutsui heidät ynnä muut rautatieherrat suurille päivällisille luokseen.

Kaikki talon torpparit olivat asemalla vieraita vastaanottamassa vaunuilla ja muilla ajoneuvoilla, mitä talosta vain löytyi, ja kun eivät ne riittäneet, niin valjastettiin hevosia lehville koristettujen lava-aisojen eteen niitä nuorempia herroja varten, jotka eivät välittäneet siitä vaikka vähän tärisikin. Tuo pitkä karavaani ajoi tomupilven sisässä maantietä pitkin, ja torvet toitahtivat ylämäessä, sillä mukana oli tätä varten erityisesti tilattu kaartin

soittokunta. Talonpoikain hevoset kohottivat päätään soittoa kuullessaan, päristivät sieraimiaan ja polkivat jalkaa; ajajan oli vaikea pitää heitä tiellä, ja tiepuolella seisoivat kummastelevia kerjäläisiä katsomassa tätä komeutta, joka niin kuin unennäkö lensi ohitse eikä näkynyt kurjuudesta mitään tietävän. Kirkkaat messinkitorvet välkkyivät väivänpaisteissa, nuoret hienot herrat lauloivat mennessään, univormut kiittelivät ja köyhät raukat paljastivat päänsä luullen, että itse keisari kulkee maansa ympäri ja menee nyt tervehtimään Herrasaaren opporikasta kapteenia.

Kun vieraat pölyisinä ja hiestyneinä tulivat perille noin puolen päivän aikaan, ohjattiin heidät vierashuoneisiin, joissa he saivat peseytyä, elleivät halunneet ottaa kylmää kylpyä suuressa uimahuoneessa järven rannalla.

JATKUU...





## Tätä lehteä voi lukea missä tahansa

kuten täällä, Tallinnassa

38 prosenttia liikkuu riittävästi. Terveysliikuntasuositus kattaa liikumisen niin työssä, työmatkalla kuin vapaa-ajalla. Suosituksen täyttää, jos liikkuu viikossa sydämen sykettä kohottavasti vähintään 2 h 30 min tai hengästyttävästi vähintään 1 h 15 min ja lihaskuntoa ja liikehallintaa ylläpitäen vähintään 2 kertaa viikossa.

lääkäimmät liikkuvat kaikkein vähiten: 75 vuotta täyttäneistä miehistä 31 prosenttia ja naisista 23 prosenttia liikkuu suosituksen mukaisesti. Terveysliikuntasuositus toteutuu parhaiten 20–39-vuotiailla miehillä, joista 52 prosenttia liikkuu riittävästi. (THL.fi)

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

## Syysrokotukset avautuvat varaukseen 1.11

Pohjanmaan hyvinvointialue avaa influenssa-, korona- ja pneumokokkrokotusten ajan 1.11.

Rokotukset ovat ilmaisia THL:n suositusten mukaisesti riskiryhmiin kuuluville henkilöille.

Influenssarokotuksia tarjotaan yli 65-vuotiaille, sairauden tai hoidon vuoksi riskiryhmiin kuuluville, raskaana oleville naisille, 6 kk - 6-vuotiaille lapsille, asepalveluksen aloittaville sekä lähim-

mälle erityisen alttiille henkilöille vakava influenssa.

Koronarokotteen tehosterokotteita tarjotaan yli 65-vuotiaille, yli 18-vuotiaille riskiryhmiin kuuluville ja yli 12-vuotiaille, joilla on vaikea immuunipuutos.

Pneumokokkrokotuksia tarjotaan 65–84-vuotiaille, jotka kärsivät astmasta tai kroonisesta obstruktiivisesta keuhkosairaudesta, alle 75-vuotiaille, jotka kärsivät vaikeasta munuaissairaudesta, alle 75-vuotiaille, joilla on vaikea immuunivajavuus, henkilöille, jotka ovat saaneet kantasolusiirto ja alle 5-vuotiaat lapset.

Ajanvaraus tapahtuu ensisijaisesti sähköisesti Pohjanmaan hyvinvointialueen verkkosivuilla.

Lisätietoa Pohjanmaan hyvinvointialueen sivuilta, <https://pohjanmaanhyvinvointi.fi/>

## Vaasan alueella on 150 sydäniskuria

Sydäniskuria tarvitaan kun ihmisen sydämenpysähdyksen takia yhtäkkiä lyyhistyy kokoon.



Sydäniskuria on helppo käyttää, mutta olisi toki hyvä että jokainen

hiukan tutustuu käyttöohjeeseen etukäteen. Koska silloin kun sitä käytetään niin on kiirettä.

Ja samoin olisi hyvä tietää missä lähin iskuri on. Vaasassa on todella noin 150 iskuria ja määrä lisääntyy, eli on varsin todennäköistä että sellainen löytyy ihan minuutin sisällä jos juosten joku hakee.

Esimerkiksi Sundomissa on kaksi iskuria. Toinen on nuorisoseuran talossa ja toinen on K-Marketissa.

Vaasan ydinkeskustassa on ainakin 25 iskuria. Muun muassa Keskusapteekissa, Citymarketissa, Rewellissä ja Espenissa.

Tässä on kartta missä kaikki Vaasa (ja Suomen) sydäniskurit löytyvät:

<https://defi.fi>

Jokaisen iskurin kohdalla löytyy tässä tarkemmat tiedot sijainnista ja milloin se on käytettävissä.

## Berndt Lindholm: Suomalaisen maisemamaalauksen edelläkävijä

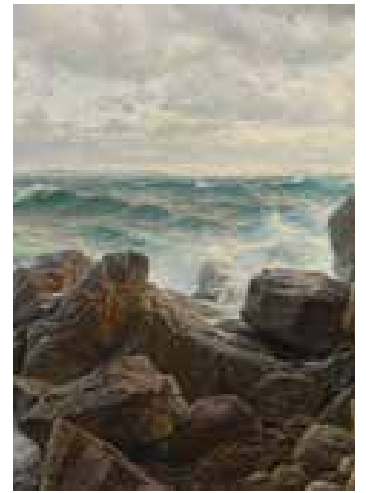
Berndt Adolf Lindholm (1841-1914) oli suomalais-ruotsalainen maisemamaalari, jota pidetään yhtenä suomalaisen ulkomaalauksen pioneereista. Hän syntyi Lovisassa ja opiskeli Turun Taidekoulussa ja Taideakatemiassa Düsseldorfissa. Vuonna 1876 hänet palkittiin Philadelphian 100-vuotisnäyttelyssä, ja hän sai seuraavana vuonna Suomen valtionpalkinnon. Samana vuonna hän asettui Göteborgiin ja ryhtyi kaupungin taidekokoelman kuraattoriksi vuonna 1878.

Lindholmin maalauksille on ominaista realismi ja yksityiskohtien taju. Hän maalasi usein rannikko-kohtauksia, mutta myös metsiä, vuoria ja muita maisemia. Hänen työnsä tunnetaan valon ja varjon käytöstä sekä ilmakehän vaikutuksista.

Berndt Lindholm oli lahjakas ja vaikutusvaltainen taiteilija, jolla oli suuri rooli suomalaisen maisemamaalauksen kehityksessä. Hänen teoksiaan ihailevat edelleen taiteen ystävät maailmanlaajuisesti.

## Tikanoja

Tikanojan Vaasan taidekeskus esittelee syyskaudel



la vanhempia maalauksia taidehistoriallisessa näyttelyssä. Näyttelytilat ovat täynnä Berndt Lindholmin maalauksia **"Berndt Lindholm – Polkuja maisemaan"** 20.10.2023–21.4.2024

## Presidenttivaalit

### Haavisto ja Stubb tasaisessa taistelussa presidentinvaaleista

Helsingin Sanomien tuoreen mielipidemittauksen mukaan vihreiden Pekka Haavisto ja kokoelmapuolueen Alexander Stubb ovat kaksi suosituinta ehdokasta presidentinvaaleissa.

Haavisto saisi ensimmäisellä kierroksella 28 prosenttia äänistä ja Stubb 17 prosenttia. Jos nämä kaksi kohtaisivat toisella kierroksella, Haavisto voittaisi 51 prosentilla Stubbsin 46 prosentin voitolla.

Yle julkaisi perjantaina myös mielipidekyselyn, joka osoitti samanlaisia tuloksia.

Presidentinvaalit pidetään 28.1.2024.

## Tänään

### Maailman aivohalvauspäivä on tänään eli 29.10.2023

29. lokakuuta 2023 on Maailman aivohalvauspäivä, globaali aloite aivohalvauksen ja sen ehkäisyn tietoisuuden lisäämiseksi. Aivohalvaus on maailman toiseksi yleisin kuolinsyy ja pääasialli-

nen toimintakyvyn menetyksen syy, ja se vaikuttaa yli 17 miljoonaa ihmiseen vuosittain. Arviolta joka neljäs aikuinen sairastuu aivohalvaukseen elinaikanaan.

Mutta hyvä uutinen on, että 90 % aivohalvauksista voidaan ehkäistä. Yleisimpiä aivohalvauksen riskitekijöitä ovat korkea verenpaine, eteisvärinä (epäsäännöllinen sydämen rytmi), tupakointi, ruokavalio ja liikunnan puute. Riskitekijöiden hallinta voi merkittävästi pienentää aivohalvauksen riskiä.

Aivohalvauksen epidemiologia

Aivohalvaus tapahtuu, kun aivoihin tuleva verenkierto keskeytyy tai heikkenee, mikä estää aivokudoksen saamasta happea ja ravintoaineita. Tämä voi aiheuttaa aivovaurion tai kuoleman. Aivohalvaus voi tapahtua missä iässä tahansa, mutta se on yleisintä vanhemmilla aikuisilla.

Riski aivohalvaukseen kasvaa iän myötä. Yli 65-vuotiailla riski aivohalvaukseen on kymmenen kertaa suurempi kuin alle 45-vuotiailla. Muita aivohalvauksen riskitekijöitä ovat korkea verenpaine, eteisvärinä, tupakointi, korkea kolesteroli, diabetes ja lihavuus.

Aivohalvauksen syyt

On olemassa kaksi pääasiallista aivohalvauksen tyyppiä: iskeeminen aivohalvaus ja verenvuodosta johtuva aivohalvaus.

- Iskeeminen aivohalvaus on yleisin aivohalvauksen tyyppi. Se tapahtuu, kun veritulppa tukkii aivoihin johtavan verisuonen.
- Verenvuotoaivohalvaus tapahtuu, kun aivoissa oleva verisuoni repeää ja vuotaa aivoihin.

Aivohalvauksen ehkäisy

On olemassa monia asioita, joita yksilöt voivat tehdä aivohalvauksen riskin pienentämiseksi, muun muassa:

- Verenpaineen hallinta: Korkea verenpaine on tärkein aivohalvauksen riskitekijä. On tärkeää tarkistaa verenpaine säännöllisesti ja ottaa lääkkeitä määräjälkeen mukaan, jos sinulla on korkea verenpaine.
- Kolesterolin hallinta: Korkea kolesteroli voi johtaa plakin muodostumiseen valtimoissa, mikä voi lisätä aivohalvauksen riskiä. On tärkeää tarkistaa kolesterolitasot säännöllisesti ja tehdä elämäntapamuutoksia,

kuten syödä terveellistä ruokavaliota ja liikkua säännöllisesti, jos sinulla on korkea kolesteroli.

- Diabeteksen hallinta: Diabetes voi vahingoittaa verisuonia, mikä voi lisätä aivohalvauksen riskiä. On tärkeää hallita diabetestasi ottamalla lääkkeitä määräjälkeen mukaan ja noudattamalla terveellistä ruokavaliota ja liikuntasuunnitelmaa.

- Älä tupakoi: Tupakointi vahingoittaa verisuonia ja lisää veritulppien riskiä. Tupakoinnin lopettaminen on yksi parhaista asioista, joita voit tehdä aivohalvauksen riskin pienentämiseksi. Ei kai kukaan järkevähän enää tupakoi?

- Syö terveellisesti: Terveellisen ruokavalion noudattaminen voi auttaa alentamaan verenpainetta, kolesterolia ja verensokeria. On tärkeää syödä runsaasti hedelmiä, vihanneksia ja täysjyvätuotteita ja rajoittaa kovia ja epäterveellisiä rasvoja.

- Liiku säännöllisesti: Liikunta auttaa alentamaan verenpainetta, kolesterolia ja verensokeria. Se auttaa myös pitämään painon kurissa. Pyri vähintään 30 minuutin kohtalaiseen liikuntaan useimpina päivinä viikossa.

- Alkoholista saa käyttää mutta hyvin kohtuullisesti, eikä ainakaan humalahakuisesti. Naisille korkeintaan yksi ravintola-annos päivässä, miehille korkeintaan kaksi – ja kun ikää tulee lisää niin vain puolet tästä.

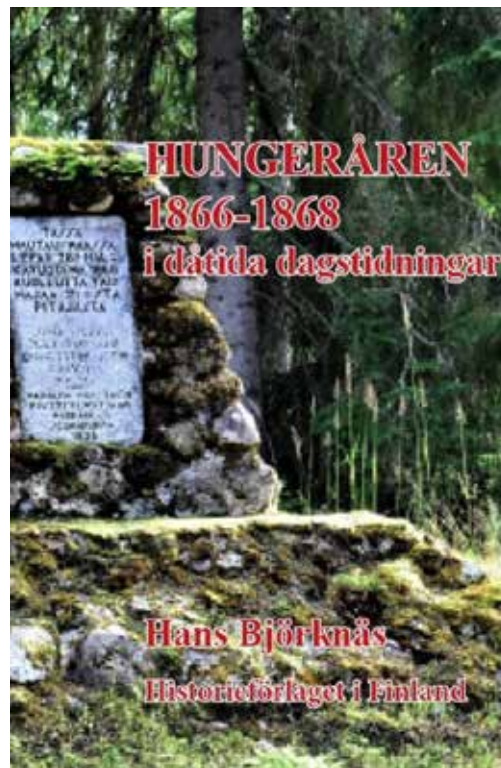
## Terveys

### Zantac ei aiheuta syöpää

Uusi JAMA Network Openissa äsken julkaistu tutkimus osoittaa, että Zantac- ja muiden ranitidiinilääkkeiden käyttö ei lisää syöpäriskiä verrattuna muihin samankaltaisiin lääkkeisiin. Tutkimukseen osallistui yli miljoona ihmistä 11 eri maasta.

Zantac on ollut markkinoilla vuodesta 1981 lähtien, ja sitä on käytetty närästyksen ja mahahaavan hoidossa. Vuonna 2019 lääke vedettiin pois mark-

### Suomen historiakustannus



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

kinoilta sen jälkeen, kun siinä havaittiin N-nitrosodimetyyliamiini (NDMA) -nimistä nitrosamiinia. Nitrosamiinit ovat tunnettuja karsinogeenisiä, eli ne voivat aiheuttaa syöpää.

Uudessa tutkimuksessa tutkijat vertasivat Zantac-lääkkeen käyttäjien ja muiden samankaltaisten lääkkeiden käyttäjien syöpäriskiä. He havaitsivat, että Zantac-lääkkeen käyttö ei lisää syöpäriskiä. Tutkimuksessa ei myöskään havaittu yhteyttä Zantac-lääkkeen käytön ja ruokatorven syövän, mahasyövän tai paksusuolisyyövän välillä.

Tutkimuksen tulokset viittaavat siihen, että Zantac-lääkkeen käyttö ei lisää syöpäriskiä verrattuna muihin samankaltaisiin lääkkeisiin. Tutkijat kuitenkin painottavat, että lisätutkimuksia tarvitaan Zantac-lääkkeen pitkäaikaisvaikutusten selvittämiseksi syövän kehittymiseen.

### Unihäiriöt aiheuttavat dementiaa

Uusi tutkimus on osoittanut, että unettomuusoireet ja lyhyt unen kesto liittyvät molemmat lisääntyneeseen dementiaan riskiin. Age and Ageing -lehdessä julkaistussa tutkimuksessa seurattiin yli 22 000 ihmistä 19,2 vuoden mediaaniseurantaajan ajan. Tutkimuksessa havaittiin,

että ihmiset, jotka ilmoittivat unettomuusoireista lähtötilanteessa, kehittivät todennäköisemmin dementiaa seurannan aikana.

Tämä koski erityisesti ihmisiä, joilla oli vaikeuksia aloittaa unta. Lyhyt unen kesto liittyi myös lisääntyneeseen dementiaan riskiin, ja ihmiset, jotka nukkuivat 6 tuntia tai vähemmän yössä, kehittivät todennäköisemmin dementiaa kuin ne, jotka nukkuivat 8 tuntia yössä.

Tutkimuksessa havaittiin myös, että dementiaan riski oli vielä suurempi ihmisillä, joilla oli unettomuusoireita ja jotka nukkuivat alle 7 tuntia yössä. Lyhyt unen kesto ei kuitenkaan lisännyt dementiaan riskiä ihmisillä, joilla ei ollut unettomuusoireita. Nämä havainnot viittaavat siihen, että sekä unettomuusoireet että lyhyt unen kesto ovat tärkeitä dementiaan riskitekijöitä. On tärkeää huomata, että tämä tutkimus oli havainnoiva, joten se ei voi todistaa, että unihäiriöt aiheuttavat dementiaa. Tulokset ovat kuitenkin yhdenmukaisia muiden tutkimusten kanssa, jotka ovat osoittaneet, että uni on tärkeää aivojen terveydelle.

Mitä voit tehdä Jos olet huolissasi dementiaan riskistä, voit tehdä muutamia asioita parantaak-



sesi nukkumistottumuksiasi: Luo säännöllinen nukkumisaikataulu ja pidä siitä kiinni mahdollisimman paljon, jopa viikonloppuisin. Luo rentouttava nukkumaanmenorutiini. Varmista, että makuuhuoneesi on pimeä, hiljainen ja viileä. Vältä kofeiinia ja alkoholia ennen nukkumaanmenoa. Harrasta säännöllistä liikuntaa, mutta vältä liikuntaa liian lähellä nukkumaanmenoa. Ota yhteys lääkäriin, jos sinulla on krooninen unettomuus.

Noudattamalla näitä vinkkejä voit parantaa unen laatua ja vähentää dementiaa riskiä.

## 136 kysymystä keliakiasta

Suomessa tätä tautia sairastaa noin 2 % väestöstä, mutta enemmän kuin joka toinen ei tiedä siitä. Lisäksi luultavasti yhtä monella ihmisellä on erilainen gluteeni-intoleranssi, jolla on samat oireet kuin keliakiassa. Tästä syystä on niin tärkeää levittää tietoa taudista ja sen hoidosta. Tämä uusi kirja, 136 kysymystä ja vastausta keliakiasta, on vapaasti luettavissa täällä:



<https://vpress.ovh>

## Gaza

### Gaza Sodan ensimmäinen uhri on totuus.

Tämä koskee myös Hamasin ja Israelin välistä sotaa.

Tämä teksti on julkaistu Hamasia lähellä olevassa blogissa:

”Hamas-liike:

Vahvistamme kategorisesti joidenkin länsimaisten tiedotusvälineiden, jotka omaksuvat sionistisen narratiivin, esittä-

mien tekaistujen väitteiden valheellisuuden, joista viimeisin on väite lasten tappamisesta, päiden mestauksesta ja siviilien kohdistamisesta. Al-Qassam ja vastarinta kohdistuivat armeijaan ja turvajärjestelmään, joka on laillinen kohde, ja videot kentältä ja uudisasukkaiden todistukset vahvistavat, että siviilit ja lapset säästyivät.”

\*\*\*

”Olemme päättäneet lopettaa tämän ja tästä hetkestä lähtien ilmoitamme, että kaikki kodeissaan turvassa oleviin ihmisiin kohdistuva kohdistaminen ilman varoitusta, tapaamme siviilipanttivangiemme teloituksen ja lähettämme sen äänellä ja kuva.”

## Gaza-kaista: Lyhyt historia

Gaza-kaista on 70 kilometriä pitkä ja 5-10 kilometriä leveä alue Lähi-idässä, joka sijaitsee Israelin ja Egyptin välissä. Se on ollut kiistanalainen alue vuosisatojen ajan, ja sen nykyinen tilanne on seurausta useista eri tekijöistä.

### Gaza-kaista antiikista nykypäivään

Gaza-kaista on ollut asuttua aluetta jo antiikin ajoista lähtien. Se oli osa Egyptiä muinaisina aikoina, ja myöhemmin se kuului Bysantin valtakuntaan ja sitten Ottomaanien valtakuntaan.

1900-luvulla Gaza-kaista oli osa brittien mandaatti Palestiinaa. Vuonna 1948 Israel itsenäistyi, ja Gaza-kaista jäi Israelin miehittämään alueeksi.

Vuonna 1967 Israel voitti kuuden päivän sodan, ja Gaza-kaista siirtyi Israelin hallintaan. Israel

perusti Gazaan siirtokunnat, jotka aiheuttivat jännitteitä alueen palestiinalaisten kanssa.

Vuonna 2005 Israel vetäytyi Gazasta, mutta se piti edelleen valvonnan alueen ilmatilasta ja merivedestä. Gazan hallitus, Hamas, on tunnettu ääri-islamilaisista näkemyksistään, ja se on käynyt useita sotia Israelin kanssa.

### Nykyinen tilanne

Gaza-kaista on nykyään erittäin köyhä ja ahdas alue, jossa asuu noin 2,3 miljoonaa ihmistä. Gazan talous on riippuvainen apuohjelmista, ja alueella on vaikea saada ruokaa, vettä ja lääkkeitä.

Gazan ja Israelin väliset suhteet ovat edelleen erittäin kireät. Israel on asettanut Gazaan tiukat pakotteet, jotka ovat vaikeuttaneet alueen taloutta ja aiheuttaneet humanitaarista kriisiä.

### Historian merkitys

Gaza-kaistan pitkä ja monimutkainen historia on vaikuttanut merkittävästi nykyiseen tilanteeseen. Alueen kiistat ovat juurtuneet syvälle historiaan, ja ne ovat vaikeita ratkaista.

Gazan tilanteen ratkaisemiseksi on tarpeen ottaa huomioon alueen monimutkainen historia ja sen eri ryhmien tarpeet.

## Tapahtumat

### Sunnuntaikävely

Joka sunnuntai 10 km:n kävely kauppatorilta. Kuten tänään 10.9.23.

Kävelemme yhdessä eri puolilla Vaasaa, tahdin määräävät muka-

naolijat, ketään ei jätetä yksin. Lyhyempikin matka mahdollinen. Kävelyn jälkeen käymme jossakin sopivassa kahvilassa juomassa omakustanteinen kahvi tai tee.

Vaasan Kävelyklubin järjestämä.

<http://www.vaasanmarssi.fi>

### KAUPUNGINTEATTERI NUNNIA JA KONNIA (The Sisters Act)

14.9. - 30.12.23

Pitkäkatu 53

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

### TIKANOJA

”Polkuja maisemaan”

Berndt Lindholm, näyttely

20.10.23-21.4.24

Museokortti käy



### WASA TEATER

”Vänd om min längtan”

Musikaali

5.9.23 - 4.5.24

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

### PIRKANPOHJAN TAIDEKESKUS, Ähtäri

Eemu Myntti Taiteilijatapaamisia SYYSNÄYTTELY 20.9.2023–13.12.2023

LOKAKUU 18.10., 25.10.

MARRASKUU 22.11., 29.11.

JOULUKUU 13.12. klo 15-18

Harvoin nähdyn Eemu Myntti-kokoelman maalauksia ja grafiikkaa.

<http://www.ahtari.fi/pirkanpohja/>

### KAUPUNGINTEATTERI

”Kaaos”

Pieni näyttämö Julia

Ensi-ilta 20.10.23

20.10-13.12.23

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

### ATENEUM

VÄRIÄ & VALOA – IMPRESSIONISMIN PERINTÖ

20.10.2023–25.2.2024

Näyttely esittelee impressionistista ja uusimpressionistista tai-

## Mikä talo tämä on?



Viime viikon talo:  
Kauaunginteatteri

PensilSketchApp

detta ajanjaksolta 1860–1916. Väriä & valoa rinnastaa kansainvälisen taiteen huippunimet suomalaisen väritaitteen lyhyeen, mutta intensiiviseen kukoistuskauteen.

#### HELINGIN KIRJAMESSET

26. - 29.10.2023

Messukeskus, Helsinki

#### VAASAN KAUPUNGINORKESTRI

”PIAF - Paris, Mon Amour”

27.10.23 klo 19

Valerie Gabail

Vaasa kaupungintalo

#### VAASAN KAUPUNGINTEATTERI ”NOKIA”

Ensi.ilta Romeosalissa

3.11.2023 klo 18

Tarina jättiläisen noususta ja tuhosta

vaasankaupunginteatteri.fi

#### LITTFEST

16.-18.11.23

Kaksikielinen kirjallisuusfestivaali.

Vieraana mm Mika Aaltola.

vaasa.fi/litffest

#### LITTFEST KAMARIKONSERTTI

16.11-23 klo 19.00

Vaasan kaupungintalo

Maikseton konsertti

#### MUSTASAAREN JUHLA BOTNIAHALLISSA 18.11.23

Vuonna 2023 Mustasaari juhlii kaksinkertaista vuosipäivää. On kulunut 675 vuotta siitä, kun Mustasaari mainittiin ensimmäisen keran virallisessa julkaisussa, ja kunta juhlii 50-vuotista taivaltaan nyky muodossaan.

Kunta järjestää 18.11. Botniahallissa suuret Mustasaaren messut, joihin yhdistykset ja yritykset kutsutaan esittelemään toimintaansa yleisölle.

#### RUSK

Kamarimusiikkia Pietarsaaressa 21.–25.11.2023

Kuninkaallinen juhla

Kansainvälistä luovuutta vuoden pimeimpään aikaan

<https://ruskfestival.fi/fi/>

#### RITZ

1-2.12.2023 klo 19

JOULUJUHLA KRISTAN JA MARKIN KANSSA

Lämmin jouluesitys joulun odotuksessa Krista Siegrifdsin ja Mark Levensgoodin kanssa

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

#### VAASAN KAUPUNGINTEATTERI

Rajaton Joulu

10.12.23 klo 18

Romeonäyttämö

vaasankaupunginteatteri.fi

#### KORSHOLMAN MUSIIKKIJUHLAT 2024

24.7-31.7.2024

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

## Venäjä

### Sputnik-rokote ei enää tarjoa suoja

On harvinaista, että venäläisissä sanomalehdissä julkaistaan negatiivisia uutisia, eli Venäjälle negatiivisia uutisia.

Yhdessä Gazeta-sanomalehden viimeisimmissä numeroissa on kuitenkin haastattelu venäläisen virustutkijan ja akateemikon Alexander Ginzburgin kanssa, joka kertoo, ettei Sputnik-rokotteella ole enää suojaavaa vaikutusta. Suoja alkoi nopeasti heikentyä kesällä -22 ja on nyt olematon.

Ja nyt ei ole mitään syytä käyttää tätä rokotetta Venäjällä, sanoo akateemikko,

Mutta hän lisää, että uutta Sputnik-versiota kehitetään, ja että tämä voidaan antaa nenän kautta.

## Ukraina

### Volodymyr Zelenskyy:

**Olkoon tänään kaikkia yhdistänyt tunne siitä, kuinka paljon ukrainan kieli, koko kansamme kävi läpi, jotta Ukraina on aina vapaa – presidentti Volodymyr Zelenskyin puhe**

27. lokakuuta 2023 - 20:43

Toivotan teille hyvää terveyttä, rakkaat ukrainalaiset!

Päivän raportti.

Erityinen seremonia kunnioittamaan kaatuneiden sankareidemme – Ukrainan sankareiden – muistoa. Annoin kultaisen tähden käskyt sotilaiden perheille. 21 soturia. Ukrainan asevoimat, Ukrainan turvallisuuspalvelu. Täysin omistettu valtiolle, heidän tovereilleen ja velvollisuudelleen Ukrainalle. Ikuinen muisto heille! Ja ikuinen kiitollisuus.

Kävin tänään kaksi kansainvälistä keskustelua: Yhdistyneen kuningaskunnan pääministerin ja Yhdistyneiden arabiemiiri-

kuntien presidentin kanssa. Keskustelimme yhteisestä kansainvälisen oikeuden puolustamisestamme, rauhansopimuksen täytäntöönpanosta ja huomenna alkavasta neuvonantajien kokouksesta Maltalla. Puhuimme myös siitä, mitä voidaan tehdä laajamittaisen sodan estämiseksi Lähi-idässä ja suuremman katastrofin estämiseksi ihmisille.

Keskustelin pääministeri Sunakin kanssa yhteisistä toimistamme puolustuksemme vahvistamiseksi, mukaan lukien ilmatorjuntaohjusjärjestelmät ja droonien torjuntakeinot.

Ja Saksalta on erittäin voimakas paketti – juuri se, mistä sovimme liittokanslerin kanssa. Ennen talvea saamme ilmatorjuntaohjusjärjestelmiä, toisen Iris-T-järjestelmän, ohjuksia ilmapuolustukseen, tykistökieloksia ja tutkia. Tämä auttaa merkittävästi sotilaitamme ja kaupunkiemme puolustusta. Kiitos, Olaf!

Pidin sotilashallituksen kokouksen tilanteesta tärkeimmillä taistelurintamilla. Kupianskin, Bahmutin suunta, Avdiyivkan, Maryinkan ja Melitopolin suunta. Puolustuksemme ja hyökkäystoimiemme varmistaminen, mukaan lukien pitkän kantaman aseet ja ohjukset. Kiitän kaikkia sotureita, jotka pitävät tiukasti asemansa ja eliminoivat miehittäjät. Tämä viikko on lisännyt merkittävästi Venäjän tappioita. Näin sen pitääkin olla.

Vedin kokouksen turvakohteista – varmistaen niiden valmiuden ja saavutettavuuden ihmisille. Asetetut tehtävät ja saavutetut tulokset. Kaikki Uk-

rainan turvakodit on tarkastettu täydellisesti. On luotu erityinen verkkosivusto, josta voi seurata turvakotien kuntoa eri puolilla maata ja turvakotiin liittyvän työn edistymistä. Strategisten teollisuudenalojen ministeriö valvoo tätä. Kaiken kaikkiaan paikallistasolla useimmat alueet suhtautuvat turvakotiin liittyviin asioihin vakavammin. Meidän on jatkettava tätä työtä.

Ja vielä yksi asia. Tänään on Ukrainan kirjallisuuden ja kielen päivä. Kuten aina, monia ihmisiä yhdisti tänä päivänä kansallisen yhtenäisyyden valtakunnallinen radiosanelu. Olkoon tänään kaikkia yhdistänyt tunne siitä, kuinka paljon Ukraina, ukrainan kieli ja koko ukrainalainen kansamme kesti, saavutti, kävi läpi, selviytyi ja teki varmistaakseen, että Ukraina pysyy aina vapaana ja jonain päivänä juhlii voittoa. Oma. Kauan odotettu.

Olen kiitollinen kaikille, jotka taistelevat ja työskentelevät maamme ja itsenäisyytemme puolesta! Muistamme jokaista ihmistä, joka antoi henkensä Ukrainan puolesta!

Kunnia Ukrainalle!

License: Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International.  
[www.president.gov.ua](http://www.president.gov.ua)

## Ilmastonmuutos

### Ilmasto- ja ympäristökriisi: maailmanlaajuinen terveystieteiden kriisi

25. lokakuuta 2023 julkaistussa johtavassa pääkirjoituksessa yli 200 terveystieteiden asiantuntijaa kehotti YK:ta, poliittisia johtajia ja terveyden-

### Viikon kuva



Väriä & valoa – impressionismin perintönäyttely avattiin Ateneumissa viikko sitten



## Viikon astronominen kuva



NASA-SpiralGalaxyM101-20140505.jpg

Spiral Galaxy M101

[http://www.nasa.gov/mission\\_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html](http://www.nasa.gov/mission_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html)

M101 is a spiral galaxy like our Milky Way, but about 70 percent bigger. It is located about 21 million light years from Earth. >

huollon ammattilaisia tunnustamaan, että ilmastonmuutos ja biologisen monimuotoisuuden väheneminen ovat jakamaton kriisi, ja niihin on puututtava yhdessä terveyden säilyttämiseksi ja katastrofien välttämiseksi.

Journal of the American Medical Association Internal Medicine -lehdessä julkaistussa pääkirjoituksessa todetaan, että "yleinen ympäristökriisi on nyt niin vakava, että se on maailmanlaajuinen terveyshätä".

Pääkirjoituksen kirjoittajat väittävät, että maailma reagoi tällä hetkellä ilmastokriisiin ja luonnonkriisiin kuin ne olisivat erilliset haasteet, mutta tämä on "vaarallinen virhe". He huomauttavat, että nämä kaksi kriisiä liittyvät toisiinsa ja että yhden osa-

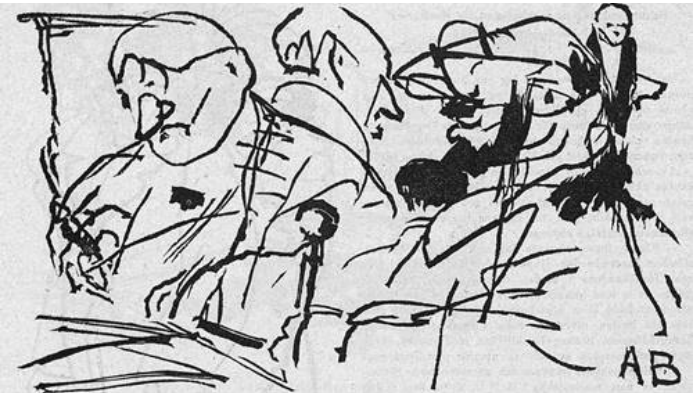
järjestelmän vahingoittuminen voi luoda palautetta, joka vahingoittaa toista.

Esimerkiksi metsien häviöminen ja muut maankäytön muutokset ovat nyt pääasiallinen luonnon häviöiden aiheuttaja, mutta ilmastonmuutos pahentaa näitä ongelmia. Lämpötilan nousu ja äärimmäiset sääilmiöt aiheuttavat enemmän metsäpaloja ja kuivuutta, mikä puolestaan tuhoaa kasveja ja johtaa maaperän eroosioon. Tämä vähentää hiilen varastointia, mikä lisää ilmaston lämpenemistä.

Johtaja korostaa myös ilmastomuutoksen ja luonnon monimuotoisuuden vähenemisen suoria vaikutuksia ihmisten terveyteen. Lämpötilan nousu, äärimmäiset sääilmiöt, ilman



Ensi viikolla: Keltaista-keltaisempi-keltaisin



— Miten teillä on mennyt tämä kesä? — Ihanaa. Ei hyttysiä, iso aurinkoinen huone, hyvä sänky, hyvä ruoka, hiljainen ja rauhallinen, ei ylimääräisiä kuluja, ei vaivalloisia matkoja. . . — Missä on tämä ihanteellinen kesäpaikka. - Kotona  
Hovnarren numero 13, 1924

saastuminen ja tartuntatautien leviäminen ovat eräitä ilmastonmuutoksen pahentamia suuria terveysuhkia.

Lisäksi biologisen monimuotoisuuden väheneminen vaikuttaa kielteisesti elintarviketurvaan ja ravitsemukseen. Noin viidesosa ihmisistä on riippuvainen luonnonvaraisista lajeista ravinnon ja ravinnon saamisessa, ja villieläinten väheneminen on suuri haaste näille populaatioille.

Pääkirjoituksen kirjoittajat kehottavat Maailman terveysjärjestöä (WHO) julistamaan ilmasto- ja luontokriisin maailmanlaajuisesti terveyshätätilanteeksi. He väittävät, että tämä lähettäisi maailmalle vahvan signaalin siitä, että nämä kriisit ovat vakavia ja kiireellisiä ja vaativat välittömiä toimia.

Kirjoitus on voimakas muistutus siitä, että ilmasto- ja luontokriisit eivät ole vain ympäristöongelmia; ne ovat myös

terveysongelmia. Globaalien yhteisön on ryhdyttävä kiireellisiin toimiin näiden kriisien ratkaisemiseksi ihmisten terveyden ja hyvinvoinnin suojelemiseksi.

## Huumoria sadan vuoden takaa

Peltos-Kallea syytetään porsaan varastamisesta. Tuomari: Tunnustatko, Kalle, että murtauduit naapurin sikopahnaan, varastit sieltä porsaan ja toit saman porsaan sinne takaisin seuraavana yönä, mutta veit sen taas kuukautta myöhemmin? Kalle: Tunnustan kyllä.

Tuomari: Omatuntosiko sinua rupesi silloin ensi kerralla soimaamaan?

Kalle: Ei. Minä vain rupesin arvelemaan, että porsas oli liian laihha, niin että tuumin, Jotta joutaa se naapuri sitä vielä kuukauden päivät lihottamaan.

—00—

**Vankilassa:** Pastori: »No, hyvä ystävä, mitä aiotte ryhtyä tekemään, kun täältä pääsette pois? Vanki: »Olen ajatellut avata kultasepäni liikkeen.»

—00—

## Lukijoilta

Otamme 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](mailto:waasanpaivalehti@gmail.com)

## Ilmoita WP:ssä

Tässä historiallisessa ja hypermodernissa päivälehdessä ensimmäisten joukossa mainostamisella voi olla PR-arvoa.

Ilmoitushinta on 6 €/palsta-millimetri. Vakioilmoitukset ovat halvempia (25 mm korkea = 140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm = 400 €. Toistuvat ilmoitukset = 30 % alennus. Lähetä ilmoitukset osoitteeseen

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

.jpg-, tiff- tai png-muodossa. Mainokset pienennetään sitten 46 mm:n sarakkeen leveyteen.

## Waasan Päivälehti

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



# WASA DAGBLAD

GPT3

Lösnummer 1 €  
Gratis på nätet

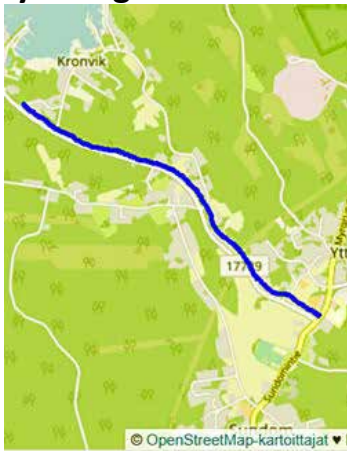
ISSN 2954-2448

Nr 45 Söndagen den 29 oktober 2023

Wasa Dagblad - en modärn tidning med layout från 1870-talet. Då hade de flesta tidningarna detta format, motsvarande A4, och 4 sidor. Mycket text, men inga bilder alls, så det finns mycket att läsa på 4 sidor. Tidningen innehåller citat från gamla dagstidningar, hämtade från Nationalarkivet (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3 gör en del av det rutinmässiga redaktionella arbetet. Wasa Dagblad utkommer tillvidare på söndag morgon, men vår strävan är att den skall utkomma alla dagar så småningom. Tidningen kan läsas gratis på nätet, tryckta lösnummer kostar 1 €. Annonspris 6 €/spaltmillimeter, men standardannonser är billigare (25 mm hög=140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm=400 €. Upprepade annonser = 50% rabatt. Sänd annonser till wasadagblad@gmail.com som jpg, tiff eller png, annonserna förminskas sedan till spaltbredd 46 mm. Ifall annonsen inte ryms med kontakter vi (utrymmet är ju begränsat). Chefredaktör Hans Björknäs. Post: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Vasa, telefon +358-40-5462455. E-post: wasadagblad@gmail.com

## Nyheter

### Kronvikvägen får en cykelväg



En ny 2,6 kilometer lång cykelväg byggs på Kronvikvägen i Sundom mellan Sundomvägen och Vanhan Kronvikvägen. Arbetet startade måndagen den 23 oktober 2023, cykelbanan tas i bruk nästa sommar, men asfalteringen ska vara klar först 2025.

### Vasa stad säljer Villa Gerbys villa och tomt

Vasa stad säljer villan och tomten Villa Gerby som den äger. I försäljningsobjektet ingår inte bara de befintliga skyddade byggnaderna, utan även 500 kvadratmeter byggrätt för tre nya småhus. Försäljningen startar i november, då tomtens planändring blir juridiskt bindande.

Villa Gerby är en historiskt värdefull villabyggnad, belägen alldeles



### Veckans konstupplevelse:

#### Eemu Myntti (1890-1943)

Myntti föddes i Vasa 1890. Han började måla i unga år och studerade vid Finska konsthögskolan i Helsingfors. På 1920-talet började han fokusera på porträtt och målade ofta vänner och kollegor från finska litterära och konstnärliga kretsar. Hans målningar från denna period kännetecknas av sina djärva färger och uttrycksfulla penseldrag. Myntti dog i Helsingfors 1943 vid 52 års ålder. Hans verk anses nu vara ett av de viktigaste exemplen på finsk modernism.

Här hans tavla "Maija" 1938

les intill Gerbys småbåtshamn. Byggnaden har stått tom sedan 2020, då även planändringen inleddes. Den nya platsplanen godkändes av kommunfullmäktige den 23 oktober 2023 och den blir juridiskt bindande efter 30 dagars överklagande.

Föremålet för försäljning är tomt till Villa Gerby, som är 4618 m<sup>2</sup> stor. Tomten innehåller 500 m<sup>2</sup> byggrätter för tre nya småhus, 160 m<sup>2</sup> byggrätter till ett nytt uthus samt den befintliga skyddade bebyggelsen (Villa Gerby och nuvarande gårdsbyggnad, totalt

300 m<sup>2</sup>). (vaasa.fi)

### Missnöjet med läkar- och sjukskötersketjänster har ökat, enligt THL

I regel klarar man sig bra i den tvåspråkiga Österbottens välfärdsregionen. Sjuklighet och för tidig dödlighet är lägst i landet.

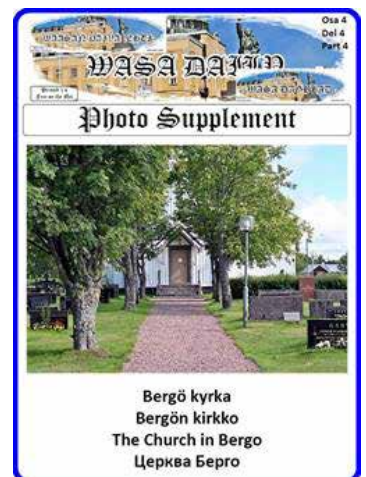
Det psykiska välbefinnandet hos unga har dock försvagats nu och missbruks- och missbruksproblemen har ökat. Befolkningen i arbetsför ålder har psykisk stress och problem med träning och stödsystem. Befolkningen minskar trots den höga födelsetalen. Antalet äldre är högt. Befolkningens missnöje med läkar- och vårdtjänsternas

tillräcklighet har ökat, även om tillgången till grundläggande hälso- och sjukvård har förbättrats avsevärt.

Det var en fördröjning av att få behandling inom munhälsövården och specialistsjukvården. Kontinuiteten i behandlingen med primärvårdens läkarbesök är den bästa i landet. Kontinuiteten i vården vid sjuksköterskebesök har dock försvagats under landets genomsnitt.



Nettodriftkostnaderna per invånare för primärvårdens öppenvård var en fjärdedel högre än riksgenomsnittet. På motsvarande sätt har kostnadsutvecklingen



Fotobilaga på sid 25





### Höstens färger

varit högre än riksgenomsnittet. Det är många akutbesök i området. Syftet är att påverka antalet kunder som söker sig till akuten genom hemtjänst och bedömningar av vårdbehov som görs per telefon samt genom att hänvisa kunder till socialtjänsten under kontorstid. Enligt regionen har kundflödet och handläggningstiderna på akutmottagningen förbättrats sedan sommaren. (Thl.fi)

### Mindre än hälften av alla vuxna motionerar tillräckligt

Mindre än hälften av männen och kvinnorna över 20 år motionerar enligt rekommendationen för hälsotion. 46 procent av männen och 38 procent av kvinnorna motionerar tillräckligt.

Rekommendationen för hälsotion omfattar motion både i arbetet, på arbetsresan och på fritiden. Rekommenda-

tionen uppfylls om man per vecka rör på sig i minst 2 h 30 min på ett sätt som höjer pulsen, eller i minst 1 h och 15 min så att man blir andfådd och genom att upprätthålla muskelkonditionen och rörelsekontrollen minst 2 gånger i veckan.

Äldre personer motionerar allra minst: 31 procent av männen och 23 procent av kvinnorna som fyllt 75 år motionerar enligt rekommendationen. Rekommendationen om hälsotion uppnås bäst bland män i åldern 20–39 år, av vilka 52 procent rör på sig tillräckligt.

Det är positivt att tre av fyra finländare ändå berättar att de motionerar något på fritiden. På befolkningsnivå motsvarar detta över tre miljoner personer som motionerar. På fritiden till exempel går man, cyklar, fiskar, jagar eller utför lätta trädgårdssarbeten. Betydligt färre vuxna motionerar ändå enligt rekom-

mendationen för hälsotion.

Tid som tillbringas framför skärmen minskar mängden fysisk aktivitet. 45 procent av männen och 39 procent av kvinnorna sitter på fritiden framför en skärm mer än tre timmar per dag. (THL.fi)

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

### Wasa Graffitilandia

Har öppet än idag kll 12-15. Graffitilandia har flyttat, tidigare låg det i Wasalandia-området, men nu finns det i järnvägsmagasinen, på Opiustolatu 8. Museikortet accepteras.

### Korsholm-fest



Firandet av Korsholms födelse närmar sig. 18.11.23 kl. 10-15 ordnas en fest som är öppen för alla i Botniasalen och de första 675 personerna bjuds på festligt bakverk. Där finns program för alla åldrar. En utställning där ett 100-tal lokala föreningar och företag presenterar sig. Livsmedelsmarknaden. Buu-klubben, brandbilsintroduktion, musikskolans dansgrupp, Sunny Singers, historieutställning. Det vill säga, verkligen något för alla. För mer information, besök [www.korsholm.fi](http://www.korsholm.fi).

### Vasas underskott blir 6 miljoner euro

Detta enligt nästa års budget. Det föreslås att skattesatsen höjs något och att man strävar efter besparingar. Investeringarna är mycket viktiga med tanke på stadens framtid, och nästa år satsas 64 miljoner

euro på investeringar.

### Nytt café

I Saluhallen. Caféeet heter Cafe Petitè France och drivs av Julien Huéber, som tidigare synts i Strömsöprogrammet.



I framtiden finns det planer på att servera en lättare lunch i caféeet.

### Vinterhastigheter

På torsdagen trädde vinterhastigheterna i kraft. Normalhastigheten på motorvägar är 80 km och på motorvägar - 100 kg. Syftet är att minska risken för olyckor.

### Ny flygförbindelse till Helsingfors på måndagar

Från och med i morgon kan du flyga till Helsingfors på måndagar kl. 8.35 från Vasa och från Helsingfors till Vasa med flyg med Finnair kl. 07.10.

### Gustaf Svalnjungs fond

har donerat 70.000 € till Vasa universitet. Donationen kommer att användas för energiforskning.

### "Proserpin" – en framgång för Vasa Baroque!

En entusiastisk publik hade tillfälle att se och höra denna operas Finland-premiär ett tidigare veckoslut.



Vi får hoppas att den småningom kommer på nätet.



## Höstens vaccinationer öppnar för bokning 1 november

Österbottens välfärdsområde öppnar tidbokningen till influensa-, corona- och pneumokockvaccinationer den 1 november.

Vaccinationerna är avgiftsfria för personer som tillhör riskgrupperna i enlighet med THL:s rekommendationer.

Influensavaccinationer erbjuds till personer som fyllt 65 år, personer som på grund av sjukdom eller behandling hör till riskgrupper, gravida, barn från 6 månader till 6 år, personer som inleder militärtjänst och den närmsta kretsen till personer som är speciellt mottagliga för allvarlig influensa.

Boosterdoser av coronavaccin erbjuds till personer som fyllt 65 år, personer över 18 år som tillhör riskgrupper och personer som fyllt 12 år med kraftig immunbrist.

Pneumokockvaccinationer erbjuds till personer mellan 65 och 84 år som lider av astma eller kronisk obstruktiv lungsjukdom, personer under 75 år som lider av svår njursjukdom, personer under 75 år med kraftig immunbrist, personer som genomgått stamcellstransplantation och barn under 5 år.

Tidsbokning görs i första hand elektroniskt på webbplatsen för Österbottens välfärdsområde.

För mer information se webbplatsen för Österbottens välfärdsområde, <https://osterbottensvalfard.fi/>

## Det finns 150 hjärtstartare i Vasaregionen

En hjärtstartare (defibrillator) behövs när en person plötsligt kollapsar på grund av hjärtstopp.



Hjärtslagaren är lätt att använda, men det skulle vara bra för

alla att bekanta sig med bruksanvisningen i förväg. För när den används är det bråttom.

Och på samma sätt skulle det vara bra att veta var närmaste hjärtstartare finns. Det finns faktiskt cirka 150 hjärtstartare i Vasa och antalet ökar, så det är ganska troligt att du hittar en inom en minut om du springer – men ring först 112 och lämna inte patienten ensam.

Sundom har till exempel två hjärtstartare. Den ena är i ungdomlokalen och den andra i K-Market.

Det finns minst 25 hjärtstartare i Vasa centrum. Bland annat i Centralapoteket, Citymarket, Rewell och Espen.

Här är en karta där alla hjärtstartare i Vasa (och Finland) finns: <https://defi.fi>

För varje hjärtstartare hittar du här mer detaljerad information om platsen och när den är tillgänglig. Så titta gärna efter var de närmaste hjärtstartarna finns, för sedan då de behövs kommer Du nog inte ha tid med detta mera.

## Vasa satsar på cykling

Vasa inleder ett cykelutvecklingsprojekt vars mål är att göra staden ännu mer cykelvänlig. Som en del av projektet byggs 50 kilometer högklassiga gång- och cykelvägar i Vasa. I samband med projektet ordnas också en enkät om invånarnas nöjdhet för att kartlägga invånarnas åsikter om cykelförhållandena i Vasa. Enkäten tar inte mer än ett par minuter att fylla i och kan genomföras fram till den 5 november. Den hittas på "vaasa.fi". I enkäten frågas bland annat om invånarnas erfarenheter av cykling i Vasa samt deras önskemål och förslag för att utveckla cyklingen. Säsongsunderhåll av cykeln kommer att lottas ut bland respondenterna.

– Enkäten ger oss värdefull information om hur invånarna upplever cykling i Vasa och hur vi kan förbättra cykelförhållandena ytterligare, säger Samuli Huusko, projektingenjör för cykling och gång. Cykelutvecklingsprojektet är en del av Vasa stads trafik- och miljöprogram. Syftet med projektet är att främja cykling och hållbar motion.

## Berndt Lindholm: Utställningen på Tikanoja öppnades 20.10.

Berndt Adolf Lindholm (1841-1914) var en finlandssvensk landskapsmålare som anses vara en av pionjärerna inom finskt utomhusmåleri.



Han föddes i Lovisa, Finland, och studerade vid Åbo konstskola och Konsthögskolan i Düsseldorf. År 1876 belönades han med en medalj vid Centennial Exposition i Philadelphia och mottog det finska statens pris året därpå. Samma år bosatte han sig i Göteborg och blev intendent för stadskonstsamlingen 1878.

Lindholms målningar präglas av sin realism och känsla för detaljer. Han målade ofta kustscener, men han målade också skogar, berg och andra landskap. Hans verk är känt för sin användning av ljus och skugga, och för dess atmosfäriska effekter.

Berndt Lindholm var en begåvad och inflytelserik konstnär som spelade en stor roll i utvecklingen av det finländska landskapsmåleriet. Hans verk fortsätter att beundras av konstlärare över hela världen.

### Tikanoja

Under höstsäsongen visar Tikanojas konsthem i Vasa äldre måleri i en konsthistorisk utställning. Utställningssalarna fylls med målningar av Berndt Lindholm

### "Berndt Lindholm – Stigar i landskapet"

20.10.2023–21.4.2024

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

## Det lönar sig att vara vacker!

En ny studie gjord av forskare från Vasa universitet visar att attraktiva vd:ar i bankbranschen tjänar mer än sina mindre attraktiva kollegor. Studien, som publicerats i tidskriften Journal of Economics and Business, visar att vd:ar som anses vara ovanligt attraktiva tjänar i genomsnitt 24 procent mer än vd:ar som anses vara mindre attraktiva.

Forskarna bakom studien har använt maskininlärning för att bedöma attraktiviteten hos vd:ar för stora amerikanska banker. Resultaten visar att attraktivitet har ett positivt samband med vd:arnas totala ersättning, samt med den del av ersättningen som baseras på prestation.

Forskarna konstaterar att deras resultat ger starkt stöd för teorin om en "skönhetspremie" på arbetsmarknaden. Denna teori innebär att attraktiva personer i genomsnitt tjänar mer än mindre attraktiva personer.

Det finns ett antal möjliga förklaringar till varför attraktiva personer tjänar mer. En möjlighet är att attraktiva personer uppfattas som mer kompetenta och pålitliga. En annan möjlighet är att attraktiva personer helt enkelt är mer benägna att bli befordrade till chefspositioner.

Oavsett orsaken är det tydligt att attraktivitet kan ha en betydande inverkan på en persons lön.

## Ekonomiska utmaningar för välfärdsregion Österbotten

Österbotten, en framstående välfärdsregion i Finland, står inför betydande finansiell oro i år, med ett uppskattat underskott på 346 euro per invånare, enligt färskas uppgifter som släpptes av Helsingin Sanomat den 23 september. Detta häpnadsväckande underskott rankar Österbotten som den tredje värsta regionen i fråga om finansiell obalans, endast överträffat av två områden i östra Finland.

Det landsomfattande underskottet har nått cirka 1 miljard euro i år, men situationen är mest kritisk i Åboregionen, som brottas med ett underskott på



## Denna tidning kan man läsa var som helst som här i Tallinn

123 miljoner euro 2023.

Den främsta orsaken till dessa ekonomiska svårigheter kan spåras tillbaka till otillräcklig budgetering, vilket bäddar för en utmanande ekonomisk utsikt. Som ett resultat av detta tvingas regionen vidta stränga åtgärder, inklusive stängning av många anläggningar, en åtgärd som också påverkar Vasaområdet. Dessutom, i Tammerfors, står 500 anställda inför permitteringar, en drastisk åtgärd med tanke på att personalbrist har varit en nyckelfaktor som bidragit till operativa svårigheter.

Österbottens välfärdsregion befinner sig i en prekär situation, som speglar de utmaningar som regioner över hela landet står inför, med ett svindlande underskott på över 60 miljoner euro. Anmärkningsvärt nog rapporterar Karlebyområdet ett mycket lägre underskott på endast 46 euro per invånare, en betydligt lägre siffra än dess närliggande regioner.

Även om de exakta orsakerna till dessa ekonomiska skillnader är komplexa, är en positiv aspekt som bidrar till vår position den allmänna hälsan för invånarna i denna region. Österbottens relativt robusta hälsoindikatorer har lett till minskat ekonomiskt stöd från staten, ett sällsynt fall där goda hälsoresultat påverkar en regions ekonomi negativt.

När Österbotten brottas med dessa finanspolitiska utmaningar, är det uppenbart att det kommer att krävas ett övergripande och strategiskt tillvägagångssätt för att hantera underskottet och

upprätthålla regionens livsviktiga tjänster och institutioner. De kommande månaderna kommer att vara avgörande då ansträngningar görs för att rätta till den ekonomiska situationen och säkerställa invånarnas välbefinnande inför motgångar.

## THL publicerade programmet: Tolv sätt att förhindra narkotikadöd

Narkotikamissbruk och experiment har fortsatt att bli vanligare i Finland. Samtidigt har skadorna och narkotikarelaterade dödsfall ökat. Dödsfall till följd av narkotikaförgiftning och dödsfall på grund av långvarig användning av narkotika har ökat under 2000-talet.

Särskilt oroande är ökningen av narkotikarelaterade dödsfall bland unga under 25 år.

Det förebyggande programmet finns här: thl.fi

## Presidentval

### Haavisto och Stubb gallupledare

Enligt en ny opinionsundersökning från Helsingin Sanomat är miljöpartiets Pekka Haavisto och Samlingspartiets Alexander Stubb de två mest populära kandidaterna i presidentvalet.

Haavisto skulle få 28 procent av rösterna i första omgången, medan Stubb skulle få 17 procent. Om de båda skulle mötas i en andra omgång skulle Haavisto vinna med 51 procent mot Stub-

bs 46 procent.

Yle publicerade också en opinionsundersökning under fredagen, som visade liknande resultat.

Presidentvalet hålls den 28 januari 2024.

## Vårdgaranti

### Vårdgarantin skärps inte efter ett år

I början av september trädde den skärpta vårdgarantin i kraft. Du måste få tid till läkare inom två veckor, även i icke-brådskande fall. Välfärdsområden har uppenbara svårigheter att efterleva detta.

Avsikten var att denna tvåveckorsperiod skulle förkortas till en vecka efter cirka ett år.

Den nya regeringen överväger nu att inte genomföra denna utpressning som kommer att ske om ett år. Förslaget är att två veckors vårdgaranti ska behållas, på grund av personalbristen.

## I dag

### Världsstrokedagen 2023

Den 29 oktober 2023 är det Världsstrokedagen, en global insats för att öka medvetenheten om stroke och dess förebyggande.

Det svenska ordet för stroke är slaganfall, men detta ord används rätt sällan. Så hör använder vi den engelska termen. "Stroke" omfattar allt från blodpropp i hjärnan till hjärnblödning.

Stroke är den näst vanligaste dödsorsaken och den främsta orsaken till funktionsnedsättning i världen, och drabbar över 17 miljoner människor varje år. Det uppskattas att var fjärde vuxen kommer att drabbas av stroke under sin livstid. Men de goda nyheterna är att 90 % av alla stroke kan förebyggas. De vanligaste riskfaktorerna för stroke är högt blodtryck, förmaksflimmer (oregelbunden hjärtrytm), rökning, ohälsosam kost och brist på motion. Genom att vidta åtgärder för att hantera dessa riskfaktorer kan individer avsevärt minska sin risk att

drabbas av stroke.

### Epidemiologi

Stroke uppstår när blodtillförseln till hjärnan avbryts eller minskas, vilket beröva hjärnvävnaden syre och näringsämnen. Detta kan orsaka hjärnskada eller död. Stroke kan inträffa i alla åldrar, men är vanligast hos äldre vuxna.

Risken för stroke ökar med åldern. Hos personer över 65 år är risken för stroke tio gånger högre än hos personer under 45 år.

### Orsaker till stroke

Det finns två huvudtyper av stroke: iskemisk stroke och hemorragisk stroke.

- Iskemisk stroke är den vanligaste typen av stroke. Den uppstår när en blodpropp blockerar en blodkärl som leder till hjärnan. Blodproppen kan bildas i ett blodkärl i hjärnan, men den kan också uppstå i hjärtat och sedan lossna och föras med blodströmmen till hjärnan.

- Hemorragisk stroke uppstår när ett blodkärl i hjärnan brister och blöder in i hjärnan.

### Förebyggande av stroke

Det finns många saker som individer kan göra för att minska sin risk för stroke, bland annat:

- Kontroll av blodtrycket: Högt blodtryck är den viktigaste riskfaktorn för stroke. Det är viktigt att kontrollera blodtrycket regelbundet och att ta mediciner som ordinerats om du har högt blodtryck.

- Hantera kolesterolet: Högt kolesterol kan leda till bildandet av plack i artärerna, vilket kan öka risken för stroke. Det är viktigt att kontrollera kolesterolnivån i blodet åtminstone en gång i livet och att göra livsstilsförändringar, såsom att äta en hälsosam kost och motionera regelbundet, om du har högt kolesterol. Också om man har ett bra kolesterolvärde lönar det sig att leva hälsosamt. Ju lägre kolesterol – ju bättre. För lågt kolesterol kan man inte få.

- Behandla diabetes: Diabetes kan skada blodkärlen, vilket kan öka risken för stroke. Det är viktigt att hantera din diabetes genom att ta mediciner som ordinerats och genom att följa en hälsosam kost och



träningsplan.

- Rök inte: Rökning skadar blodkärlet och ökar risken för blodproppar. Att sluta röka är en av de bästa sakerna du kan göra för att minska din risk för stroke. Men många inte alla förnuftiga människor redan har slutat röka. Snus och elcigarretter är lika farliga.

- Ät en hälsosam kost: Att äta en hälsosam kost kan bidra till att sänka blodtrycket, kolesterolet och blodsockernivåerna. Det är viktigt att äta mycket frukt, grönsaker och fullkorn, och att begränsa mättat och ohälsosamt fett.

- Motionera regelbundet: Motion hjälper till att sänka blodtrycket, kolesterolet och blodsockernivåerna. Det hjälper också att bibehålla en hälsosam vikt. Sikta på minst 30 minuter måttlig intensitetsträning de flesta dagar i veckan.

På Världsstrokedagen 2023, låt oss alla lobba för att vara #StörreÄnStroke genom att vidta åtgärder för att minska vår risk för stroke. Genom att hantera våra riskfaktorer och leva ett hälsosamt liv kan vi hjälpa till att förebygga stroke och skydda vår hjärnhälsa.



5.9.23 - 4.5.24

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

**PIRKANPOHJA KONSTCENTER, Etseri**

Eemu Myntti Konstnärsträffar  
HÖSTUTSTÄLLNING 20.9.2023–  
13.12.2023

NOVEMBER 22/11, 29/11.

13/12 DECEMBER. från 15.00  
till 18.00

Sällan skådade målningar och  
grafik från Eemu Myntti-sam-  
lingen.

<http://www.ahtari.fi/pirkanpohja/>

**TIKANOJA**

”Stigar i landskapet”



Berndt Lindholm's utställning  
20.10.23-21.4.24

**STADSTEATERN**

”NOKIA”

Ensi.ilta Romeosalissa

3.11.2023 klo 18

Tarina jättiläisen noususta ja tu-  
hosta

[vaasankaupunginteatteri.fi](http://vaasankaupunginteatteri.fi)

**ATENEUM**

FÄRG & LJUS – ARVET EF-  
TER IMPRESSIONISMEN

20.10.2023–25.2.2024

Utställningen presenterar imp-  
ressionistisk och neoimpres-  
sionistisk konst från perioden  
1860–1916. Utställningen jäm-  
för de främsta namnen inom den  
internationella konsten med den  
finländska färgkonstens korta  
men intensiva blomstringstid.

**BOKMÄSSAN I HELSINGFORS**

26.-29.10..2023

<https://kirjamessut.messukeskus.com/>

**JEPPISLIT**

1–15.11.2023

För dig som älskar litteratur!

Stadsbiblioteket i Jakobstad

**Allt**  
vad Du någonsin önskat veta  
**om**  
**Celiaki**

Hans Björknäs  
Gastrolab

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

Brand andra Kjell Westö, Satu Rämö, Ellen Strömberg, Mere-  
te Mazzarella,. Philip Teir, Ralf Andtbacka, Emma Ahlgren och  
Emma Kanckos.

<https://jepislit.fi/>

**FINLADS NATIONALGALLERI**

**KIASMA, HELSINGFORS**

GRATISDAG 3.11.23 KL 10-20

<https://kiasma.fi/sv/>

**LITTFEST**

Rvåspråklig litteraturfestival

Årets tema är ”Budskap”

16-18-11.23



**KORSHOLMS FEST I BOT-  
NIA-HALLEN 18.11.2023**

År 2023 firar Korsholm ett dubbelt  
jubileumsår. Det har gått 675 år se-  
dan Korsholm nämndes för första  
gången i en officiell skrift och des-  
sutom firar kommunen 50 år i sin  
nuvarande form.

18.11 ordnar kommunen en stor  
Korsholmsmässa i Botniahallen dit  
föreningar och företag bjuds in för

att visa upp sin verksamhet för all-  
mänheten.

**Klimat-  
förändringen**

**Bilfri dag i Europa**

En ljus och solig dag i september  
firade städer över hela Europa  
den bilfria dagen. Människor från  
alla samhällsskikt samlades för  
att njuta av gatorna utan buller  
och föroreningar från bilar.

I London cyklade familjer län-  
gs den ikoniska Piccadilly Circus,  
medan grupper av vänner pick-  
nickade på Trafalgar Square. I  
Paris promenerade folk längs  
Champs-Élysées och stannade till  
för att beundra gatuartister och  
musiker. Och i Rom samlades folk  
på Piazza Navona för att lyssna  
på levande musik och dans.

Bilfria dagen var en chans för  
människor att uppleva sina stä-  
der på ett nytt sätt. Det var en  
dag för att utforska dolda hörn  
och upptäcka nya platser. Det  
var en dag för att få kontakt med  
naturen och njuta av den friska  
luften.

Men den bilfria dagen var mer  
än bara en rolig dag ute. Det var  
också en påminnelse om vikten

**Evenemang**

**KUNTSIS MUSEUM FÖR  
MODERN KONST**

**Linjens dimensioner**

9.9.23 - 14.4.24

Hur konstnärer arbetar med lin-  
jen, där dess form sätter sig som  
en enkel penn- och kolteckning  
eller som en rumslig installati-  
on. Linjens variationer kan ses  
i gruppställningen på Kunt-  
si museum för modern konst.  
Både finländska och interna-  
tionella samtidskonstnärer – 18  
konstnärer och grupper av kons-  
tnärer – presenterar sig själva  
som en del av sitt konstnärliga  
arbete.

**VASA STADSTEATER**

**NUNNIA JA KONNIA (The  
Sisters Act)**

14.9. - 30.12.23

Storalånggatan 53

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

**WASA TEATER**

”Vänd om min längtan”

Musikal

av hållbara transporter. Bilar är en stor källa till luftföroreningar och utsläpp av växthusgaser. Genom att välja att gå, cykla eller åka kollektivt på den bilfria dagen hjälpte människor till att minska sin miljöpåverkan.

Och den goda nyheten är att den bilfria dagen inte bara är en engångshändelse. Det är en del av en växande rörelse för att skapa mer beboeliga och hållbara städer. Städer över hela Europa investerar i cykelbanor, gångvägar och kollektivtrafik. De implementerar också policier för att minska biltrafiken och uppmuntra människor att gå, cykla och åka kollektivt oftare.

Bilfri dag är en vision om en bättre framtid. Det är en dag att föreställa sig en värld där våra städer är renare, hälsosammare och mer beboeliga. Det är en dag för att åta sig att göra våra städer mer hållbara för alla.

### Klimat- och miljökris: ett globalt hälsonödläge

I en ledande ledare publicerad den 25 oktober 2023 uppmanade över 200 hälsotidskrifter FN, politiska ledare och vårdpersonal att inse att klimatförändringar och förlust av biologisk mångfald är en odelbar kris och måste hanteras tillsammans för att bevara hälsan och undvika katastrofer.

Ledarartikeln, publicerad i Journal of the American Medical Association Internal Medicine, säger att "den övergripande miljökrisen nu är så allvarlig att den är en global hälsonödsituation."

Författarna till ledaren hävdar att världen för närvarande reagerar på klimatkrisen och naturkrisen som om de vore separata utmaningar, men detta är ett "farligt misstag". De påpekar att de två kriserna är sammankopplade och att skador på ett delsystem kan skapa återkoppling som skadar ett annat.

Till exempel är avskogning och annan markanvändningsförändring nu den främsta drivkraften för naturförlust, men klimatförändringarna förvärrar dessa problem. Stigande temperaturer och extrema väderhändelser leder till fler skogsbränder och torka, som i sin tur förstör växtlivet

och leder till jorderosion. Detta minskar kollagringen, vilket leder till mer global uppvärmning.

Ledaren belyser också de direkta effekterna av klimatförändringar och förlust av biologisk mångfald på människors hälsa. Stigande temperaturer, extrema väderhändelser, luftföroreningar och spridningen av infektionssjukdomar är några av de stora hälsohoten som förvärras av klimatförändringarna.

Dessutom har förlusten av biologisk mångfald en negativ inverkan på livsmedels säkerhet och näring. Ungefär en femtedel av människor är beroende av vilda arter för föda och deras försörjning, och nedgången i vilda djur är en stor utmaning för dessa populationer.

Författarna till ledaren avslutar med att uppmana Världshälsoorganisationen (WHO) att förklara klimat- och naturkrisen som en global hälsonödsituation. De hävdar att detta skulle skicka en stark signal till världen att dessa kriser är allvarliga och brådskande och att de kräver omedelbara åtgärder.

Ledaren är en kraftfull påminnelse om att klimat- och naturkriserna inte bara är miljöproblem; de är också hälsoproblem. Det globala samfundet måste vidta

brådskande åtgärder för att hantera dessa kriser för att skydda människors hälsa och välbefinnande.

## Ekonomi

### N26-banken

N26 är en tysk nätbank som grundades 2013. Det är en av Europas största nätbanks, med över 7 miljoner kunder i 26 länder.

N26 erbjuder sina kunder ett antal fördelar, bland annat:

Gratis kontoöppning och underhåll

Gratis online- och internationella betalningar

Snabba och lättanvända mobilappar

Modern och snygg hemsida

N26 har fått mycket beröm för sin användarvänlighet och innovativa funktioner. Den har också fått positiva recensioner för sin tillförlitlighet.

År 2022 fick N26 betyget "utmärkt" av den tyska penningmarknadsregulatorn BaFin. Detta innebär att inga betydande brister har identifierats i driften av N26.

Tillförlitligheten hos N26 kan också utvärderas baserat på feedback från kunderna. På Trustpi-

lot har N26 fått ett genomsnittligt betyg på 4,4/5.

## Hälsa

### 136 frågor om celiaki

I Finland har omkring 2% av befolkningen denna sjukdom, men fler än varannan vet inte om det. Dessutom har sannolikt lika många människor till en glutenintolerans av annat slag, med samma symtom som vid celiaki. Detta är anledningen till varför det är så viktigt att sprida kunskap om sjukdomen och dess behandling.



Denna bok, 136 frågor och svar om celiaki, finns här: <https://vpress.ovh>

## Ryssland

### Sputnik-vaccinet ger inte mera något skydd

Det är sällan som negativa nyheter publiceras i ryska tidningar, det vill säga nyheter negativa för Ryssland.

I ett av de senaste numren av tidningen Gazeta finns dock en intervju med en rysk virusforskare och akademiker, Alexander Ginzburg, som berättar att Sputnik-vaccinet inte mera har någon skyddande effekt. Skyddet började snabbt avta sommaren -22 och är nu obefintligt.

Och nu finns det inte någon anledning att varccinera sig i Ryssland, säger akademikern,

Men han tillägger att en ny version av Sputnik håller på att utvecklas, och att denna kan ges via näsan.

### Ryssland ser Finland som en fientlig stat

De senaste rapporterna från den finska säkerhetstjänsten in-

### Vad är det här för ett hus?



Förra veckans hus:  
Vasa Stadsteater



dikerar att hotet från rysk underrättelseverksamhet och påverkanskampanjer riktade mot Finlands kritiska infrastruktur har intensifierats. Trots detta bedöms risken för en fullständig kollaps av den finländska infrastrukturen som osannolik på kort sikt. De redan ansträngda relationerna mellan Finland och Ryssland har nu försämrats ytterligare, och Ryssland är redo att vidta åtgärder mot Finland om landet vidtar åtgärder som upplevs fientliga. Detta framkommer i en nyligen publicerad översikt av den nationella säkerhetspolisen den 12 oktober.

Den pågående konflikten i Ukraina, de ökande spänningarna mellan västvärlden och Ryssland, samt Finlands närmande till NATO har förvärrat spänningarna mellan Finland och Ryssland. I ljuset av dessa händelser ser Ryssland nu Finland som en ovänlig stat, vilket tydligt syns i den negativa rapporteringen om Finland i ryska medier och i Rysslands beslut att stänga sitt generalkonsulat i Petersburg.

”Ryssland fokuserar för närvarande på konflikten i Ukraina och på att minska sin internationella isolering. Trots detta utgör hotet från rysk underrättelsejänst och påverkan fortfarande en betydande risk för Finland. Det är troligt att Ryssland kommer att vidta motåtgärder mot Finland med tanke på Finlands närmande till NATO, fortsättningen av konflikten i Ukraina och de allt strängare sanktionerna”, säger Antti Pelttari, chef för den finska säkerhetspolisen.

Enligt säkerhetspolisen är centrala mål för Rysslands påverkanskampanjer att underminera enigheten inom NATO och EU samt minska stödet till Ukraina från västländerna. Ryssland övervakar noggrant Finlands förhållande till NATO och deras agerande gentemot Ryssland. Ryssland är berett att vidta åtgärder mot Finland om så anses nödvändigt, och framställer dessa åtgärder som en reaktion på Finlands agerande. Dock ger Finlands medlemskap i NATO skydd mot de mest våldsamma formerna av påverkan.

En tidigare bedömning från säkerhetspolisen indikerar att hotet från rysk underrättelseverksamhet och påverkan mot den kritiska infrastrukturen har ökat, men en fullständig lamläggning av den finska infrastrukturen bedöms som osannolik på kort sikt. Det noteras att den marina infrastrukturen är mer sårbar än den landbaserade. Finland upprätthåller en hög beredskap för olika hot.

”Rysslands påverkan mot Finland syftar främst till att sprida rädsla, och energisektorn är ett särskilt sårbart mål i detta avseende, även om det inte nödvändigtvis är avsikten att helt lamslå sektorn. Eventuella åtgärder från Ryssland mot Finland kan inkludera informationspåverkan och försvagning av de återstående bilaterala förbindelserna, såsom att dra sig ur avtal. Överbelastningsattacker kan också användas för att skapa intrycket av sårbarhet i infrastrukturen och tjänsterna, även om de inte faktiskt skadas,” säger Suvi Alvari, särskild forskare vid den finska säkerhetspolisen

**”Den speciella operationen kommer att vara över om 5 dagar”**

enligt Moskow-tidningen Izvestia för över 500 dagar sedan i februari 2022.:

”Experter som intervjuats av Izvestia tror att den ryska militären kan slutföra operationen på fem dagar. ”Detta är baslinjen. Så lång tid bör huvudaktiviteterna utanför storstäderna ta. Att döma av vad som händer nu kan [Ukrainas] östra, centrala och södra områden befrias.”

”För Ryssland är det oerhört viktigt att inte bara befria Donbass från Kievregimens ockupationsstyrkor, utan också hela Ukrainas vänstra strand, såväl som dess Svartahavsregioner. Dnepr, Zaporozhye, Mariupol, Odessa, Ochakov, Nikolaev, Cherson och andra städer som har industri- och försvarsföretag som är viktiga för Ryska federationen. Om de kontrolleras av Moskva betyder det att Ryssland har besegrat västvärlden och tagit sin slaviska partner ur USA:s och Natos inflytandesfär ”

## Veckans astronomiska bild



[NASA-SpiralGalaxyM101-20140505.jpg](http://www.nasa.gov/mission_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html)

Spiral Galaxy M101

[http://www.nasa.gov/mission\\_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html](http://www.nasa.gov/mission_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html)

M101 is a spiral galaxy like our Milky Way, but about 70 percent bigger. It is located about 21 million light years from Earth. >

”När man klagade utvecklingen, försäkrade det ryska försvarsministeriet att ryska trupper inte riktar in sig på ukrainska städer, utan är begränsade till kirurgiskt angripande och invaliderande ukrainsk militär infrastruktur. Det finns inga som helst hot mot civilbefolkningen.”

Hur många civila har dött sedan dess. För många. Absolut för många.

**Ukraina**

**Volodymyr Zelenskyy: Må alla i dag förenas av känslan av hur mycket det**

**ukrainska språket, hela vårt folk gick igenom, för att Ukraina alltid ska vara fritt – tal av president Volodymyr Zelenskyy**

27 oktober 2023 - 20:43

Jag önskar er god hälsa, kära ukrainare!

Dagens rapport

En speciell ceremoni för att hedra minnet av våra fallna hjältar – Ukrainas hjältar. Jag delade ut Gyllene Stjärnans order till soldaternas familjer. 21 krigare. Ukrainas väpnade styrkor, Ukrainas säkerhetstjänst. Helt hängivna staten, sina kamrater och sin plikt mot Ukraina. Evtig minne till dem! Och evig tacksamhet.

## Veckans bild



Utställningen Färg & Ljus presenterar impressionistisk och neoimpressionistisk konst från perioden 1860–1916. Utställningen på Ateneum i Helsingfors öppnades för en vecka sedan och är öppen till den 25.2.24

Jag diskuterade med premiärminister Rishi Sunak våra gemensamma åtgärder för att stärka vårt försvar, inklusive luftvärnsrobotsystem och antidrönare.

Och det finns ett mycket kraftfullt paket från Tyskland – precis vad vi kom överens om med herr förbundskansler. Inför vintern kommer vi att få luftvärnsrobotsystem, ytterligare ett Iris-T-system, luftvärnsrobotar, artillerigranater och radar. Detta kommer att vara till stor hjälp för våra soldater och försvaret av våra städer. Tack, Olof!

Jag höll ett militärkabinettsmöte om situationen på de viktigaste fronterna. Kupiansk, Bahmut-riktningen, Avdiyivka-, Maryinka- och Melitopol-riktningen. Säkerställa vårt försvar och offensiva åtgärder, inklusive långdistansvapen och missiler. Jag tackar alla krigare som håller fast vid sina positioner och eliminerar ockupanterna. Den här veckan har de ryska förlusterna ökat betydligt. Det är så det ska vara.

Jag ledde ett möte om skyddsrum – att se till att de är redo och tillgängliga för människor. De uppgifter som sattes upp och de resultat som uppnåddes. En fullständig genomgång av alla skyddsrum i Ukraina har genomförts. En särskild webbplats har skapats där man kan se skyddshemmens skick runt om i landet och hur skyddshemsarbetet framskrider. Ministeriet för strategiska industrier övervakar detta. På det hela taget tar de flesta regioner skyddsrumrelaterade frågor på större allvar på lokal nivå. Vi måste fortsätta detta arbete.

Och en sak till. Idag är det Ukrainas litteratur- och språkdag. Som alltid var det många som denna dag förenades av den landsomfattande radions diktat om nationell enighet. Må alla i dag förenas av känslan av hur mycket Ukraina, det ukrainska språket och hela vårt ukrainska folk uthärdade, åstadkom, gick igenom, överlevde och gjorde för att se till att Ukraina alltid förblir fritt och en dag firar sin seger. Egen. Efterlängtat.

Jag är tacksam för alla som kämpar och arbetar för vårt land och vår självständighet! Vi minns varje person som gav sitt liv för Ukraina!

Ära åt Ukraina!  
Licens: Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. Länk: [www.president.gov.ua](http://www.president.gov.ua)

### Tidsfördriv

#### Matematiskt problem



Se på bilden ovan. Skriv in två siffror (mellan 1 och 9), men inget annat. Resultatet m det vil säga slutsumman bör bli mindre än 50. Lösningen kommer att publiceras i nästa nummer!



Nästa vecka: Gult, gulare, gulast



—  
— Hur har du haft det i sommar? — Härligt. Inga myggor, stort soligt rum, god säng, god mat, lugnt och stilla, inga extra utgifter, inga besvärliga resor . . . , — Var är detta idealiska sommarställe. — Hemma.  
Hovnarren nr 13, 1924

### Humor för 100 år sedan

#### Antiken

— Det är högst märkligt att konsten hos de gamla grekerna stod så högt, särskilt då man tänker på att det då förtiden icke fanns någon antik att taga till mönster.

#### Filosofi.

I ett sällskap talades om den olika dödlighetsprocenten på olika delar av jorden. En ung man infaller plötsligen: — Ja, men det där är ju nonsens. Dödlighetsprocenten är naturligtvis lika över hela jorden,

#### Från läsarna

Vi tar väldigt gärna emot inlägg från våra läsare. Kommentarer, historier, minnen, debatt, nyheter från hemorten. Sannolikt kommer detta att vara den viktigaste delen i denna vår tidning. Men utrymmet är ju begränsat, så skriv gärna rätt så kort! Så sänd gärna inlägg till:  
[wasadagblad@gmail.com](mailto: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.  
Annonspriset är 6 €/spaltmillimeter. Standardannonser är billigare (25 mm hög=140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm=400 €. Upprepade annonser = 30% rabatt. Sänd annonser till [wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com) som jpg, tiff eller png, annonserna förminskas sedan till spaltbredd 46 mm.

för det finns ju bara ett dödsfall per individ överallt.

—oo—  
**Friade inte**  
— Vad har herr Andersson gjort dig då du inte kan fördra honom?  
— Jag kan inte tåla honom. Kan du tänka dig, jag hade beslutat ge honom en korg, men han friade aldrig.

—oo—  
**Trafikväsendet.**  
— Nog är det fan, det heter alltid att trafikväsendet går framåt, men jag kommer alldeles som förr alltid försent till tågen.

—oo—  
**Parisresa, med eller utan fru**  
— Ni far så ofta till Paris. Huru mycket kan en sådan resa egentligen kosta? — Det beror på. Om jag far med min fru på cirka tre veckor kostar det omkring 10000:— mk men far jag ensam behöver jag minst 20000:—.

#### Operaupplevelser Hundratals operor - som kan avnjutas hemma:

Det är inte alls så lätt gå på opera. Det är långt till Helsingfors och till de stora operahusen i London och New York. Men vi kan ändå njuta av opera, virtuellt, och besöka världberömda operahus. Via denna sida kan vi se många av de bästa operorna framförda av världens främsta operasångare. Välkommen med i denna grupp!  
Gå till Facebook och skriv in *operaupplevelser* i sökrutan.





# WASA DAILY

GPT3

Printed 1 €  
Free on the Net

ISSN 2954-2456

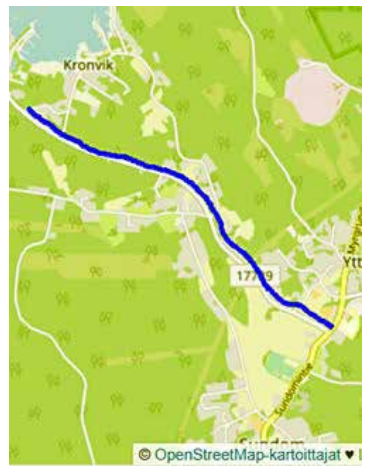
Nr 45 Sunday, October 29 2023

WASA DAILY - a modern newspaper with a layout from the 1870s. At that time, most newspapers had this format, corresponding to A4, and 4 pages. Lots of text, but no pictures at all, so there's a lot to read in 4 pages. The newspaper contains quotes from old daily newspapers, taken from the National Archives (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3 does some of the routine editorial work. Wasa Daily will continue to be published on Sunday mornings, but our aim is that it will eventually be published every day. The magazine can be read online for free, printed single issues cost 1 €. Advertising price 6 €/ millimeter, but standard ads are cheaper (25 mm high=140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm=400 €. Repeated ads = 50% discount). Send ads to wasadagblad@gmail.com as jpg, tiff or png, the advertisements are then reduced to a column width of 46 mm. If the advertisement does not fit, we will contact you (space is limited). Editor-in-Chief: Hans Björknäs. Mail: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Vaasa, telephone +358-40-5462455. E - mail: wasadagblad@gmail.com

**Вітаємо всіх українців у Ваасі! Сподіваємося, вам тут сподобається і навіть залишитеся після закінчення війни в Україні!** A warm welcome to all Ukrainians in Vaasa! We hope you will enjoy yourself here and even stay after the war in Ukraine is over!

## News

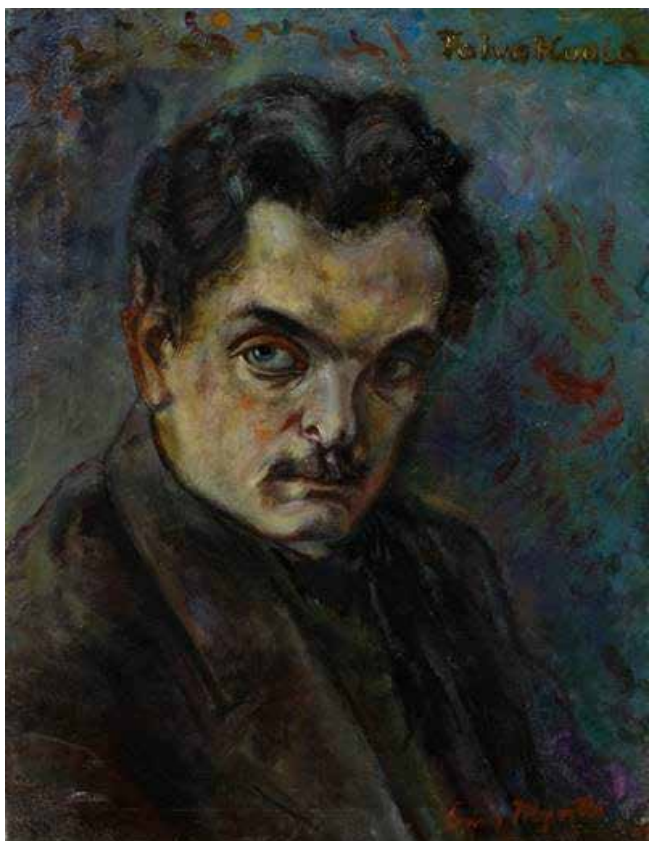
### Kronvikintie gets a bike lane



A new 2.6-kilometer bike path will be built on Kronvikintie in Sundom between Sundomintie and Vanhan Kronvikintie. The work started on Monday, October 23, 2023, the bike path will be in use next summer, but the asphaltting will not be completed until 2025.

### The city of Vaasa is selling Villa Gerby's villa and plot

The city of Vaasa is selling the Villa Gerby villa and plot it owns. The sale item includes not only the existing protected buildings,



### Art experience of the week:

**Eemu Myntti**  
Eemu Myntti (1890-1943)  
Myntti was born in Vaasa in 1890. He began painting at a young age and studied at the Finnish Art Academy in Helsinki. In the 1920s, he began to focus on portraiture, often painting friends and colleagues from the Finnish literary and artistic circles. His paintings of this period are characterized by their bold colors and expressive brushwork. Myntti died in Helsinki in 1943 at the age of 52. His work is now considered to be among the most important examples of Finnish modernism.  
Here: *Toivo Kuula, Portrait*

but also 500 square meters of building rights for three new detached houses. The sale will start in November, when the plot's site plan change becomes legally binding.

Villa Gerby is a historically valuable villa building, located right next to the Gerby marina. The building has been empty since

2020, when the site plan change was also initiated. The new site plan was approved by the city council on October 23, 2023, and it becomes legally binding after a 30-day appeal period.

The subject of sale is the plot of Villa Gerby, which is 4618 m<sup>2</sup> in size. The plot contains 500 m<sup>2</sup> building rights for three new detached houses, 160 m<sup>2</sup> building rights for a new outbuilding and the existing protected buildings (Villa Gerby and the current courtyard building, total 300 m<sup>2</sup>). (vaasa.fi)

### Dissatisfaction with medical and nursing services has increased, according to THL

As a rule, people manage well in the strongly bilingual welfare region of Ostrobothnia. Morbidity and premature mortality are the lowest in the country.

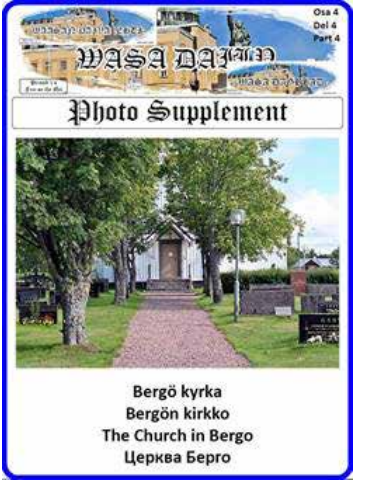


Photo Supplement on page 25



Here we are:  
[www.vpress.ovh](http://www.vpress.ovh)





**Autumn Colours in Vaasa**

However, the psychological well-being of young people has weakened now and the problems of substance abuse and addiction have increased. The working-age population has mental stress and problems with training and support systems.



The population is decreasing despite the high birth rate. The number of elderly people is high. The population's dissatisfaction with the adequacy of medical and nursing services has increased, although access to basic health care has improved significantly. There was a delay in receiving treatment in oral health care and specialist health care. The continuity of treatment with primary care doctor visits is the best in the country. However, the continuity of care during nurse visits has weakened below the national average.

The net operating costs per inhabitant for primary care outpatient care were a quarter higher than the national average. Correspondingly, the cost trend has been higher than the national average.

There are many emergency visits in the area. The aim is to influence the number of customers who apply to the emergency room through home care and assessments of care needs made by phone, as well as by referring customers to social services during office hours. According to the region, customer flow and processing times at the emergency department have improved since the summer. (Th.fi)

**Wasa Graffitilandia**

is still open today kli 12-15. Graffitilandia has moved, previously it was in the Wasalandia area, but now it can be found in railway magazines, at Opiustolatu 8. Museum Card is accepted.

**Vaasa's deficit is EUR 6 million**

This according to next year's budget. It is proposed to raise the tax rate slightly and to seek savings. These investments are very important for the future of the city, and next year EUR 64 million will

**THE KING'S RING**  
 BEING A ROMANCE OF THE DAYS OF GUSTAVUS ADOLPHUS AND THE THIRTY YEARS' WAR TRANSLATED FROM THE SWEDISH OF ZACHARIAS TOPELIUS BY SOPHIE ÖHRWALL AND HERBERT ARNOLD

**Part 28:**

The reader knows that the threads of this story are tied to the same ring, but we have several reasons for saying that this ring was made of copper.

On the evening after the battle, Duke Bernhard sent his soldiers with torches to find the king's body; and they found it plundered and hardly recognisable under heaps of slain. It was taken to the village of Meuchen, and there embalmed. The soldiers were

all allowed to see the dead body of their king and leader. Bitter tears were here shed, but tears full of pride, for even the lowest considered it an honour to have fought by the side of such a hero.

"See," said one of Stälhandske's old Finns, loudly sniffing, "they have stolen his golden chain and his copper ring; I still see the white mark on his forefinger."

"Why should they care about a copper ring?" asked a Scotchman, who had lately joined the army, and had not heard the stories which passed from man to man.

"His ring!" said a Pomeranian. "Be sure that the Jesuits knew what is was good for. The ring was charmed by a Finnish witch, and as long as the king wore it, he could not be hurt by steel or

lead."

"But see to-day he has lost it, and therefore—you understand."

"What is that fruit-eating Pomeranian saying?" said the Finn angrily. "The power of the Almighty, and nothing else, has protected our great king, but the ring was given to him long ago by a young Finnish girl, whom he loved in his youth; I know more about this than you do."

Duke Bernhard, who, sad and sorrowful, was watching the king's pale features, turned round at these words; he put his sound hand underneath his open buff waistcoat, and said to the Finn:

"Comrade, do you know one of Stälhandske's officers named Bertel?"

"Yes, your grace."

"Is he alive?"

"No, your grace."

The duke turned to another and gave several orders abstractedly. A few moments later, when he again looked at the king, he seemed to remember something.

"Was he a brave man?" he asked.

"He was one of Stälhandske's horsemen!" said the Finn with great pride.

"When did he fall, and where?"

"In the last struggle with the Pappenheimers."

"Go and search for him."



be spent on investments.

## New air connection to Helsinki on Mondays

From tomorrow onwards, you can fly to Helsinki on Mondays at 8.35 a.m. from Vaasa, and from Helsinki to Vaasa by plane with Finnair at 07.10.

## Korsholm celebration



The birth celebrations of Korsholm are approaching. 18.11.23 from 10 am to 3 pm there will be a party open to everyone at Botnia Hall and the first 675 people will be served a festive pastry. There is a program for all ages. A fair where around 100 local associations and companies present themselves. Food market. Buu-klubben, fire truck introduc-



## This magazine can be read anywhere

like here in Tallinn

tion, music school dance group, Sunny Singers, history exhibition. That is, really something for everyone. For more information, please visit [www.mustasaari.fi](http://www.mustasaari.fi).

## Winter speeds

On Thursday, winter speeds came into effect. The normal speed on highways is 80 km, and on motorways - 100 km. The aim is to reduce the risk of accidents.

## Gustaf Svanljung Fund

has donated 70.000 € to the University of Vaasa. The donation will be used for energy research.

## Less than half of all

## adults exercise enough

Less than half of the men and women over 20 exercise according to the recommendation for healthy exercise. 46 percent of men and 38 percent of women exercise enough.

The recommendation for healthy exercise includes exercise both at work, on the work trip and in leisure time. The recommendation is fulfilled if you move for at least 2 h 30 min per week in a way that raises the heart rate, or for at least 1 h and 15 min so that you become short of breath and by maintaining muscle con-

dition and movement control at least 2 times a week.

Older people exercise the least: 31 percent of men and 23 percent of women over the age of 75 exercise according to the recommendation. The recommendation for healthy exercise is best achieved among men aged 20–39, of whom 52 percent exercise sufficiently.

It is positive that three out of four Finns still say that they do some exercise in their spare time. At the population level, this corresponds to over three million people who exercise. In your spare time, for example, you walk, cycle, fish, hunt or do light gardening. Still, significantly fewer adults exercise according to the recommendation for healthy exercise.

Time spent in front of the screen reduces the amount of physical activity. 45 percent of men and 39 percent of women sit in front of a screen for more than three hours per day. (THL.fi)

## 106 biographies

Kirsti Vähäkangas from Raahe received an honorary certificate at the Minna Canth seminar organised by the Women's Association of Finland.

She has already written 106

The duke's order was promptly obeyed by these exhausted soldiers, who had reason to wonder why one of the youngest officers should be searched for this night, when Nils Brahe, Winckel, and many other old leaders were lying uncared for in their blood on the battlefield. It was nearly morning when the searchers returned and reported that Bertel's dead body could not be found anywhere.

"Hum!" said the duke discontentedly; "great men have sometimes funny ideas. What shall I now do with the king's ring?"

The November sun rose blood-red over the field of Lützen. A new time had come; the Master had left, and the disciples had now to carry out his work alone.

## II.—THE SWORD AND THE PLOUGH.

Silence reigned after the conclusion of the narrative; everyone was thinking of the great hero's fall, and not realising that the tale was ended. The old grandmother sat on the stuffed sofa in her brown woollen shawl, and near her the schoolmaster, Svenonius, with his blue handkerchief and brass spectacles. Captain Svanholm, the postmaster, who had lost a finger in the last war, was on the right; on the left pretty Anne Sophie, eighteen years old, with a high tortoise-shell comb in her long brown hair; and around them, on the floor or on stools, sat six or seven playful children, with mouths now wide open, as if they had heard a ghost story.

The first to disturb the silence was Anne Sophie, who sprang with a cry from her chair, stumbled, and fell into the schoolmaster's arms.

The entranced company, who were still at Lützen, were as much disturbed by this interruption as if Isolani's Croats had suddenly broken into the room. The postmaster, still in the midst of the battle, sprang up and trod heavily upon old grandma's sore foot with his iron heel. The schoolmaster was quite upset, not at all realising the value of the burden in his arms—perhaps the first and also the prettiest in his whole life; the children fled in all directions, and some crept behind the surgeon's high chair. But Andreas, who had just followed the Finnish cavalry in their charge over the trenches, seized the surgeon's silver-headed

Spanish cane, and prepared to receive the Croats at the point of the bayonet. Old Bäck was undisturbed; he produced his tobacco box, bit off a piece, and mildly said, "What is the matter with you, Anne Sophie?" The latter freed herself, blushing and embarrassed, from the schoolmaster's arms, and declaring that someone had pricked her with a pin, looked around for the culprit.

Old grandma, always quick to scent out mischief, immediately practised a method, and discovered that Jonathan had inserted a pin at the top of his rattan, and therewith upset his eldest sister, with the results just indicated.

TO BE CONTINUED---

short biographies of Raahen women for the online magazine Naisten Ääni. That is truly a remarkable achievement.

The library "Nainen Ääni" is available online and now has more than 1,000 short biographies of Finnish women. All biographies are in Finnish. The aim of this library is to create a comprehensive set of material on women who have influenced local and wider circles in various ways, or whose activities have been important in independent Finland. It was part of the 100th anniversary of Finland's independence in 2017. On March 8, 2023, the 1000th edition was published.

The library "Nainen Ääni" is located at <https://www.naisten-aaeni.fi/>

**Those who know a little more are Those who read Wasa Daily**

### There are 150 defibrillators in the Vaasa region

A defibrillator is needed when a person suddenly collapses due to cardiac arrest. The heartbeat is easy to use, but it would be good for everyone to familiarize themselves with the instruction manual in advance. Because when it's in use, it's urgent.



And in the same way, it would be good to know where the nearest defibrillator is. In fact, there are about 150 defibrillators in Vaasa and the number is increasing, so it's quite likely that you'll

find one within a minute if you're running – but first call 112 and don't leave the patient alone.

Sundom, for example, has two defibrillators. One is in the youth centre and the other in K-Market.

There are at least 25 defibrillators in the centre of Vaasa. These include Central Pharmacy, City-market, Rewell and Espen.

Here is a map where all defibrillators in Vaasa (and Finland) are located: <https://defi.fi> For each defibrillator, you will find more detailed information about the location and when it is available.

### New café

In the Market hall. The café is called Cafe Petit France and is run by Julien Huéber, who has previously been seen in the Strömsö programme.



In the future, there are plans to serve a light lunch in the café.

### Vaasa invests in cycling

Vaasa is launching a bicycle development project that aims to make the city even more bicycle-friendly. As part of the project, 50 kilometres of high-quality pedestrian and bicycle paths will be built in Vaasa. In connection with the project, a resident satisfaction survey will also be organised to find out residents' views on cycling conditions in Vaasa. The survey takes no more than a few minutes to complete and can be completed until 5 November. It can be found on "vaasa.fi". The survey asks, among other things, about residents' experiences of cycling in Vaasa and their wishes and suggestions for developing cycling. Seasonal maintenance of the bike will be raffled among the respondents.

– The survey provides us with

valuable information on how residents experience cycling in Vaasa and how we can further improve cycling conditions, says Samuli Huusko, Project Engineer for Cycling and Walking. The bicycle development project is part of the City of Vaasa's traffic and environmental program. The aim of the project is to promote cycling and sustainable physical activity.

### Autumn vaccinations open for booking on 1 November

The Ostrobothnian welfare area opens appointments for flu, corona and pneumococcal vaccinations on November 1.

The vaccinations are free of charge for people who belong to the risk groups in accordance with THL's recommendations.

Influenza vaccinations are offered to people over the age of 65, people who due to illness or treatment belong to risk groups, pregnant women, children from 6 months to 6 years, people starting military service and the closest circle of people who are particularly susceptible to severe influenza.

Booster doses of corona vaccine are offered to people over the age of 65, people over the age of 18 who belong to risk groups and people over the age of 12 with severe immunodeficiency.

Pneumococcal vaccinations are offered to people between the ages of 65 and 84 who suffer from asthma or chronic obstructive pulmonary disease, people under the age of 75 who suffer from severe kidney disease, people under the age of 75 with severe immunodeficiency, people who have undergone a stem cell transplant and children under the age of 5.

Appointments are primarily made electronically on the website of the Ostrobothnian welfare area.

For more information see the website of the Ostrobothnian welfare area, <https://en.osterbottensvalfard.fi/>

### Tikanoja: Bernd Lindholm exhibition opens on October 20

Berndt Adolf Lindholm (1841-1914) was a Finnish-Swedish landscape painter who is considered one of the pioneers of Finnish outdoor painting. He was born in Lovisa, Finland, and studied at the Turku School of Art and the Academy of Arts in Düsseldorf. In 1876 he was awarded a medal at the Centennial Exposition in Philadelphia and received the Finnish State Prize the following year. In the same year, he settled in Gothenburg and became curator of the city's art collection in 1878.

Lindholm's paintings are characterized by their realism and sense of detail. He often painted coastal scenes, but he also painted forests, mountains and other landscapes. His work is known for its use of light and shadow, and for its atmospheric effects.



Berndt Lindholm was a talented and influential artist who played a major role in the development of Finnish landscape painting. His works continue to be admired by art lovers worldwide.

### Tikanoja

During the autumn season, Tikanoja's art center in Vaasa shows older paintings in an art history exhibition. The exhibition halls are filled with paintings by Berndt Lindholm

"Berndt Lindholm – Into the landscape"

20.10.2023–21.4.2024

### It pays to be beautiful!

A new study by researchers from Vaasa University shows that attractive CEOs in the banking industry earn more than their less attractive colleagues. The study, published in the Journal of Economics and Business, shows that



CEOs who are considered unusually attractive earn an average of 24 percent more than CEOs who are considered less attractive.

The researchers behind the study used machine learning to assess the attractiveness of CEOs of major US banks. The results show that attractiveness has a positive relationship with the CEOs' total compensation, as well as with the part of the compensation that is based on performance.

The researchers note that their results provide strong support for the theory of a "beauty premium" in the labor market. This theory implies that, on average, attractive people earn more than less attractive people.

There are a number of possible explanations for why attractive people earn more. One possibility is that attractive people are perceived as more competent and trustworthy. Another possibility is that attractive people are simply more likely to be promoted to management positions.

Whatever the reason, it's clear that attractiveness can have a significant impact on a person's salary.

### Happiness survey

The traditional happiness survey in the city of Vaasa has been opened.

Vaasa is the happiest city in our country, and when Finland is the happiest country in the world, guess which city is the happiest in the world.

But it's good to find out. Once again.

Go and answer the survey: [vaasa.fi](http://vaasa.fi). If you're lucky, you'll get a large gift card for Wasaline.

Those who know a little more are Those who read Wasa Daily

### Watch out for scam messages sent in Suomi.fi services' name

The Digital and Population Data Services Agency warns of scam messages being sent in the name

of Suomi.fi services. In addition to text messages, scam messages are also being sent via social media channels. The message in question is a phishing message that attempts to get the user to click a link in the message.

Do not click on any links in e-mail or text messages. Do not access the services through links or search engine results. Instead, enter the full address of the website in the address bar, such as [www.suomi.fi](http://www.suomi.fi).

### We have ISSN-numbers!

The Finnish ISSN center has given our newspaper international journal codes, so-called ISSN codes. This after quite thorough consideration. So now we are officially part of the Finnish newspaper world. We are newspapers "for real".

## Presidential election

### Haavisto and Stubb in close race for the presidential election

According to a recent opinion poll by Helsingin Sanomat, Pekka Haavisto of the Greens and Alexander Stubb of the National Coalition Party are the two most popular candidates in the Presidential election. In the first round of the election,

Haavisto could possibly receive 28 per cent of the votes cast and Stubb 17 per cent. If the two met in the second round, Haavisto would beat Stubb by 51 percent with a 46 percent victory. Yle also published an opinion poll on Friday that showed similar results.

Presidential elections to be held on 28 January 2024

## Today

### World Stroke Day 2024: Be #GreaterThanStroke

October 29th, 2024 is World Stroke Day, a global initiative to raise awareness of stroke and its prevention. Stroke is the second



A book in Swedish about the famous woman artist i Vaasa, Alexandra Frosterus-Såltin, You can buy it here:

- [adlibris.fi](http://adlibris.fi)
- <https://akateeminenwebshop.com/>

leading cause of death and disability worldwide, affecting over 17 million people each year. It is estimated that one in four adults will have a stroke in their lifetime.

However, the good news is that 90% of strokes are preventable. The most common risk factors for stroke include high blood pressure, atrial fibrillation (irregular heartbeat), smoking, diet, and lack of exercise. By taking steps to manage these risk factors, individuals can significantly reduce their risk of having a stroke.

#### Epidemiology of stroke

Stroke occurs when the blood supply to the brain is interrupted or reduced, depriving brain tissue of oxygen and nutrients. This can cause brain damage or death. Stroke can occur at any age, but it is most common in older adults.

The risk of stroke increases with age. In people over the age of 65, the risk of stroke is 10 times higher than in people under the age of 45. Other risk factors for stroke include high blood pressure, atrial fibrillation, smoking, high cholesterol, diabetes, and obesity.

#### Causes of stroke

There are two main types of stroke: ischemic stroke and he-

morrhagic stroke.

- Ischemic stroke is the most common type of stroke. It occurs when a blood clot blocks a blood vessel leading to the brain.

- Hemorrhagic stroke occurs when a blood vessel in the brain ruptures and bleeds into the brain.

#### Prevention of stroke

There are many things that individuals can do to reduce their risk of stroke, including:

- Controlling blood pressure: High blood pressure is the most important risk factor for stroke. It is important to have your blood pressure checked regularly and to take medication as prescribed if you have high blood pressure.

- Managing cholesterol: High cholesterol can lead to the formation of plaque in the arteries, which can increase the risk of stroke. It is important to have your cholesterol levels checked regularly and to make lifestyle changes, such as eating a healthy diet and exercising regularly, if you have high cholesterol.

- Controlling diabetes: Diabetes can damage the blood vessels, which can increase the risk of stroke. It is important to manage your diabetes by taking medication as prescribed and by following a healthy diet and exer-

cise plan.

• Not smoking: Smoking damages the blood vessels and increases the risk of blood clots. Quitting smoking is one of the best things you can do to reduce your risk of stroke.

• Eating a healthy diet: Eating a healthy diet can help to lower blood pressure, cholesterol, and blood sugar levels. It is important to eat plenty of fruits, vegetables, and whole grains, and to limit saturated and unhealthy fats.

• Exercising regularly: Exercise helps to lower blood pressure, cholesterol, and blood sugar levels. It also helps to maintain a healthy weight. Aim for at least 30 minutes of moderate-intensity exercise most days of the week.

On World Stroke Day 2024, let's all pledge to be #Greater-ThanStroke by taking steps to reduce our risk of stroke. By managing our risk factors and living a healthy lifestyle, we can help to prevent stroke and protect our brain health.

## Economy

### One in five adults in Finland does not have enough money

The Healthy Finland survey conducted by the Finnish Institute for Health and Welfare (THL) in autumn 2022 and spring 2023 shows that one in five adults in Finland has experienced financial difficulties. This equates to approximately 900,000 adults.

Young adults worst affected

Difficulties in making ends meet are most common in younger age groups. 26 per cent of men and 33 per cent of women aged 20–39 said they had to give up food, medicines or doctor's appointments due to lack of money. On the other hand, less than 10 per cent of women and men aged 75 and over reported difficulties in making ends meet.

Coronavirus pandemic, war in Ukraine and inflation causes

Compared with the 2020 survey, financial difficulties have increased slightly in all age groups, with women more evident than

men.

According to Laura Kestilä, Chief Researcher at the Finnish Institute for Health and Welfare, it is likely that the coronavirus pandemic, the war in Ukraine and inflation have contributed to the increase in supply difficulties.

The proportion of people who feel unsafe has increased

The survey also shows that the proportion of people who feel unsafe in their daily lives has increased slightly compared to 2020. Especially among people over the age of 64, there were more who felt insecure.

The majority of adults are satisfied with their residential area

The majority of adults were satisfied with the conditions in their own residential area. 82 percent of adults said they were satisfied.

(THL CC BY 4.0)

## Health

### Zantac does not cause cancer

A new study just published in JAMA Network Open shows that the use of Zantac and other ranitidine drugs does not increase the risk of cancer compared to other similar drugs. More than a million people from 11 different countries participated in the study.

Zantac has been on the market since 1981 and has been used to treat heartburn and stomach ulcers. In 2019, the drug was withdrawn from the market after it

was found to contain a nitrosamine called N-nitrosodimethylamine (NDMA). Nitrosamines are known carcinogens, meaning they can cause cancer.

In a new study, researchers compared the cancer risk of Zantac users and users of other similar drugs. They found that taking Zantac does not increase the risk of cancer. The study also found no association between Zantac use and esophageal cancer, stomach cancer, or colon cancer.

The results of the study suggest that the use of the drug Zantac does not increase the risk of cancer compared to other similar drugs. However, the researchers emphasize that further studies are needed to find out the long-term effects of the drug Zantac on the development of cancer.

### Sleeping disturbances can cause dementia

A new study has found that insomnia symptoms and short sleep duration are both associated with an increased risk of dementia. The study, which was published in the journal Age and Ageing, followed over 22,000 people for a median follow-up period of 19.2 years.

The study found that people who reported any insomnia symptom at baseline were more likely to develop dementia during follow-up. This was especially true for people who had difficulty initiating sleep. Short sleep duration was also associated with an increased risk of dementia, with people who slept for 6 hours or less per night being more likely

to develop dementia than those who slept for 8 hours per night.

The study also found that the risk of dementia was even higher for people who had insomnia symptoms and slept for less than 7 hours per night. However, short sleep duration did not further increase the risk of dementia for people who did not have insomnia symptoms.

These findings suggest that both insomnia symptoms and short sleep duration are important risk factors for dementia. It is important to note that this study was observational, so it cannot prove that sleep disturbances cause dementia. However, the findings are consistent with other research that has shown that sleep is important for brain health.

## Events

**KUNTSI MUSEUM OF MODERN ART**

**Dimensions of a line-exhibition**  
9.9.23 - 14.4.24

How artists work with the line, where its shape settles as a simple pencil and charcoal drawing or as a spatial installation. The variations of the line can be seen in the group exhibition at the Kuntsi Museum of Modern Art. Both Finnish and international Contemporary Artists – 18 artists and groups of artists – present themselves as part of their artistic work.

**VAAVA CITY THEATRE NUNNIA JA KONNIA (The Sisters Act)**

14.9. - 30.12.23  
Pitkätatu 53  
www.vaasankaupunginteatteri.fi

**WASA TEATER**  
"Vänd om min längtan"

Musical  
5.9.23 - 4.5.24  
www.wasateater.fi

**PIRKANPOHJA ART CENTER, Ähtäri**

Eemu Myntti Artist meetings AUTUMN EXHIBITION  
20.9.2023–13.12.2023  
NOVEMBER 22.11., 29.11.  
DECEMBER 13.12. from 3 to 6 p.m  
Rarely seen paintings and graphics from the Eemu Myntti

### What house is this?



Last weeks house:  
City Theatre

PencilSketchApp



collection.

<http://www.ahtari.fi/pirkan-pohja/>

**TIKANOJA ART HOME**  
"Stigar i landskapet"



Berndt Lindholm's exhibition  
20.10.23-21.4.24

**ATENEUM**

COLOUR & LIGHT – THE LEGACY OF IMPRESSIONISM  
20.10.2023–25.2.2024

The exhibition introduces Impressionist and Neo-Impressionist art from the period 1860–1916. The exhibition draws parallels between the great masters of international art and Finnish art.

**HELSINKI BOOK FAIR**

26–29 Oct 2023  
<https://kirjamessut.messukeskus.com/>

**VASA CITY THEATRE**

3.11.23  
NOKIA  
The story of the rise and fall of a giant

**FINNISH NATIONAL GALLERY KIASMA, HELSINKI**

FREE ADMISSION DAY  
3.11.23 at 10-20.30

**LITTFEST**

Litterature festival  
16-18-11-23  
Guest Mika Aaltola  
[vaasa.fi/littfest](http://vaasa.fi/littfest)

**Mustasaari's celebration at Botniahallen 18.11.2023**

In 2023, Mustasaari celebrates a double anniversary. It has been 675 years since Mustasaari was first mentioned in an official publication, and the municipality is celebrating 50 years in its current form.

On 18.11., the municipality organizes a large Korsholm fair in Botniahallen where associations and companies are invited to showcase their activities to the public.

**RUSK**

Chamber Music in Jakobstad  
21–25.11.2023  
A Royal Feast

International creativity at the darkest time of the year

**FINNISH NATIONAL GALLERY KIASMA, HELSINKI**

FREE ADMISSION DAY

1,12.23 at 10-20.30

**RITZ**

1-2 December 2023 at 7 p.m  
CHRISTMAS PARTY WITH KRISTA AND MARK

A warm Christmas performance in anticipation of Christmas  
With Krista Siegfriids and Mark Levengood  
[www.ritz.fi](http://www.ritz.fi)

**KORSHOLM MUSIC FESTIVAL 2024**

24.7-31.7.2024  
[www.korsholmmusicfestival.fi](http://www.korsholmmusicfestival.fi)

**Russia**

**The Sputnik vaccine no longer provides any protection**

It is rare that negative news is published in Russian newspapers, that is, news negative for Russia.

In one of the latest issues of the newspaper Gazeta, however, there is an interview with a Russian virus researcher and academic, Alexander Ginzburg, who tells us that the Sputnik vaccine no longer has any protective effect. The protection began to wane quickly in summer -22 and is now non-existent.

And now there is no reason to use this vaccine in Russia, says the academician,

But he adds that a new version of Sputnik is being developed, and that this can be given through the nose.

**Ukraine**

**President of Ukraine Volodymyr Zelenskyy May today everyone be united by the feeling of how much the Ukrainian language, all our people went through, so that Ukraine will always be free – address by President Volodymyr Zelenskyy**

27 October 2023 - 20:43

I wish you good health, dear Ukrainians!

Report for the day.

A special ceremony to honor

the memory of our fallen heroes – Heroes of Ukraine. I awarded the orders of the Golden Star to the families of soldiers. 21 warriors. The Armed Forces of Ukraine, the Security Service of Ukraine. Completely devoted to the state, their comrades, and their duty to Ukraine. Eternal memory to them! And eternal gratitude.

I discussed with Prime Minister Sunak our joint steps to strengthen our defense, including anti-aircraft missile systems and anti-drone means.

And there's a very powerful package from Germany – exactly what we agreed upon with Mr. Chancellor. Before winter, we will receive anti-aircraft missile systems, another Iris-T system, missiles for air defense, artillery rounds, and radars. This will significantly aid our soldiers and the defense of our cities. Thank you, Olaf!

I held a Military Cabinet meeting regarding the situation on the main battlefronts. Kupiansk, Bahmut direction, Avdiyivka, Maryinka, and Melitopol direction. Ensuring our defense and offensive actions, including long-range weapons and missiles. I thank all the warriors who are holding their positions firmly and eliminating the occupiers. This week has significantly increased Russian losses. This is how it should be.

I conducted a meeting on shelters – ensuring their readiness and accessibility for people. The tasks that were set and the results achieved. A complete review of all shelters in Ukraine

has been carried out. A special web-site has been created where one can see the condition of shelters across the country and the progress of shelter-related work. The Ministry of Strategic Industries is overseeing this. Overall, at the local level, most regions are taking shelter-related matters more seriously. We must continue this work.

And one more thing. Today is Ukrainian Literature and Language Day. As always, many people were united on this day by the nationwide dictation of national unity. May today everyone be united by the feeling of how much Ukraine, the Ukrainian language, and all our Ukrainian people endured, accomplished, went through, survived, and did to ensure that Ukraine always remains free and one day celebrates its victory. Its own. Long-awaited.

I am grateful to everyone who fights and works for our country and our independence! We remember each and every person who gave their life for Ukraine!

**Glory to Ukraine!**

License: Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International.[www.president.gov.ua](http://www.president.gov.ua)

**Climate change**

**Climate and Nature Crisis: A Global Health Emergency**

In a landmark editorial published on October 25, 2023, over 200 health journals called on the

**Image of the week**

poexhibition in Ateneum, Helsinki, was opened a week ago Colour & Light introduces Impressionist and Neo-Impressionist art from the period 1860–1916.

### Astronomic Picture of the week



NASA-SpiralGalaxyM101-20140505.jpg

Spiral Galaxy M101

[http://www.nasa.gov/mission\\_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html](http://www.nasa.gov/mission_pages/chandra/multimedia/spiral-galaxy-m101.html)

M101 is a spiral galaxy like our Milky Way, but about 70 percent bigger. It is located about 21 million light years from Earth. >

United Nations, political leaders, and health professionals to recognize that climate change and biodiversity loss are one indivisible crisis and must be tackled together to preserve health and avoid catastrophe.

The editorial, published in the Journal of the American Medical Association Internal Medicine, states that "the overall environmental crisis is now so severe as to be a global health emergency."

The authors of the editorial argue that the world is currently responding to the climate crisis and the nature crisis as if they were separate challenges, but this is a "dangerous mistake." They point out that the two cri-

ses are interconnected and that damage to one subsystem can create feedback that damages another.

For example, deforestation and other land-use change are now the primary driver of nature loss, but climate change is exacerbating these problems. Rising temperatures and extreme weather events are leading to more wildfires and droughts, which in turn destroy plant life and lead to soil erosion. This reduces carbon storage, which leads to more global warming.

The editorial also highlights the direct impacts of climate change and biodiversity loss on human health. Rising tempera-



— How have you been this summer? — Lovely. No mosquitoes, large sunny room, good bed, good food, quiet and peaceful, no extra expenses, no troublesome journeys. . . , — Where is this ideal summer spot. - At home.

Hovnarren, nr 13 1924

### Humour a century ago

#### Antiquity

— It is very strange that the art of the ancient Greeks was so highly regarded, especially when you consider that in the past there was no antiquity to take as a model.

—oo—

#### Philosophy.

In a group, they talked about the different mortality rates in different parts of the world. A young man suddenly chimes in: — Yes, but that's nonsense. The mortality rate is of course the same all over the world, because there is only one death per individual everywhere.

—oo—

#### Did not propose

— What has Mr. Andersson done to you that you can't stand him? — I can't stand him. Can you imagine, I had decided to give him a basket, but he never proposed.



Next week: Yellow, Yellower, Yellowest

#### Advertise in Wasa Daily

Being among the first to advertise in this historic and hyper-modern daily may have some PR value.

The advertising price is 6 €/gap millimetre. Standard ads are cheaper (25 mm high = 140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm = 400 €. Repeated ads = 30% discount. Send ads to [wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)

#### From our readers

We very much welcome submissions from our readers. Comments, stories, memories, debate, news from home. Probably this will be the most important part of this spring paper. But space is limited, so please write as short as possible! **So please send posts to:**

[wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)

WASA DAILY  
[wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)





# Photo Supplement



**Bergö kyrka**  
**Bergön kirkko**  
**The Church in Bergo**  
**Церква Берго**

## Bergö kyrka

Bergö kyrka finns på ön Bergö i Malax, Österbotten, Finland. Den byggdes av byborna själva under åren 1800–02 och ursprungligen användes den som ett bönehus. Den fungerar som hemkyrka för Bergö församling. Kyrkan har en enkel långkyrkans form, med en sakristia ansluten till norra sidan av koret. Den är konstruerad av timmer och täckt med vad som kallas råvirke. Innermuren är delvis täckt med träspån och övre delen är täckt med makulerad juteväv. Kyrkan står på en stensockel av kilad sten. Ursprungligen var taket täckt med träbrädor, senare med trätäckning, men nu är det belagt med målad plåt. Altartavlan målades år 1919 av konstnär Th. Schalin, med motivet Jesus i Getsemane. Elinstallation gjordes 1954, centralvärme installerades 1964 och ett högtalarsystem med hörselslinga installerades år 1984. Det finns två dörrar till kyrkan, och vid dörren på östra sidan av den södra sidoarmen finns även en handikappramp som byggdes år 1984. Takrännor och stuprör installerades år 1985.

Bergö kyrka har sommartid öppet för besökare varje dag kl. 10-18 under tiden 1.6-13.8. Högmässa firas i regel varje söndag. Adressen är Bergövägen 273, 66220 Bergö

## Bergön kirkko

Bergön kirkko sijaitsee Bergön saarella Malaxissa, Pohjanmaalla. Sen rakensivat kyläläiset itse vuosina 1800–1802 ja sitä käytettiin alun perin rukoushuoneena. Se toimii Bergön seurakunnan kotikirkkona. Kirkko on muodoltaan yksinkertainen laivan muotoinen, ja kappelin pohjoispuolelle on kiinnitetty sakristi. Se on rakennettu puusta ja peitetty niin sanotulla raakapuulla. Sisäseinä on osittain peitetty puulastuilla ja yläosa on peitetty silputulla juuttikankaalla. Kirkko seisoo kiilakivijalustalla. Alun perin katto oli päällystetty puulaudoilla, myöhemmin puupäällysteellä, mutta nyt se on peitetty maalatulla peltilevyllä. Sähköasennus tehtiin vuonna 1954, keskuslämmitys 1964 ja kaiutinjärjestelmä kuulosilmukalla vuonna 1984. Kirkkoon on kaksi ovea ja eteläpuolen varren itäpuolella olevassa ovela on myös liikuntarajoitteinen ramppi, joka on rakennettu 1984. Vesikourut ja syöksyputket asennettu 1985.

Bergön kirkko on avoinna vierailijoille kesäaikaan joka päivä klo 10-18 ajalla 1.6-13.8. Jumalanpalvelus vietetään yleensä joka sunnuntai. Osoite on Bergövägen 273, 66220 Bergö







## Bergö Church

Bergö Church is located on the island of Bergö in Malax, Ostrobothnia. It was built by the villagers themselves between 1800 and 1802 and was originally used as a prayer room. It serves as the home church of the Bergö parish.

The church has a simple nave shape, and a sacristy is attached to the north side of the chapel. It is built of wood and covered with so-called raw wood. The inner wall is partially covered with wood shavings and the upper part is covered with shredded jute fabric. The church stands on a wedge-stone plinth. Originally, the roof was covered with wooden boards, later with wooden covering, but now it is covered with painted sheet metal. The electrical installation was made in 1954, the central heating in 1964 and the speaker system with a hearing loop in 1984. The church has two doors and the door on the east side of the south side also has a disabled ramp, which was built in 1984. Gutters and downspouts were installed in 1985.

Bergö Church is open for visitors during the summer time every day from 10 am to 6 pm from 1 June to 13 August. The service is usually held every Sunday. The address is Bergövägen 273, 66220 Bergö

In Ukrainian:

## Церква Берго

Церква Берго розташована на острові Берго в Малаксі, Остроботнія. Він був побудований самими селянами між 1800 і 1802 роками і спочатку використовувався як молитовна кімната. Це домашня церква парафії Берго. Костел має просту форму нави, з північного боку до каплиці прибудована ризниця. Вона побудована з дерева і покрита так званим сирцем. Внутрішня стінка частково покрита деревною стружкою, а верхня частина покрита подрібненим джутовим полотном. Церква стоїть на клиноподібному цоколі. Спочатку дах був покритий дерев'яними дошками, пізніше – дерев'яним покриттям, а тепер покритий фарбованим металом. Електроінсталяція була зроблена в 1954 році, центральне опалення в 1964 році і акустична система зі слуховою петлею в 1984 році. Церква має двоє дверей, а двері на східній стороні південної сторони також мають інвалідний пандус, який був побудований в 1984 р. В 1985 р. встановлено ринви та водостоки.

Церква Берго відкрита для відвідувачів у літній період щодня з 10 ранку до 6 вечора з 1 червня по 13 серпня. Богослужіння зазвичай відбувається щонеділі. Адреса: Bergövägen 273, 66220 Bergö













