

WASA DAGBLAD

Nr 9 Söndagen den 2 mars 2025

ISSN 2954-2448

Kaffe är bra för hälsan

Energy Week i Vasa

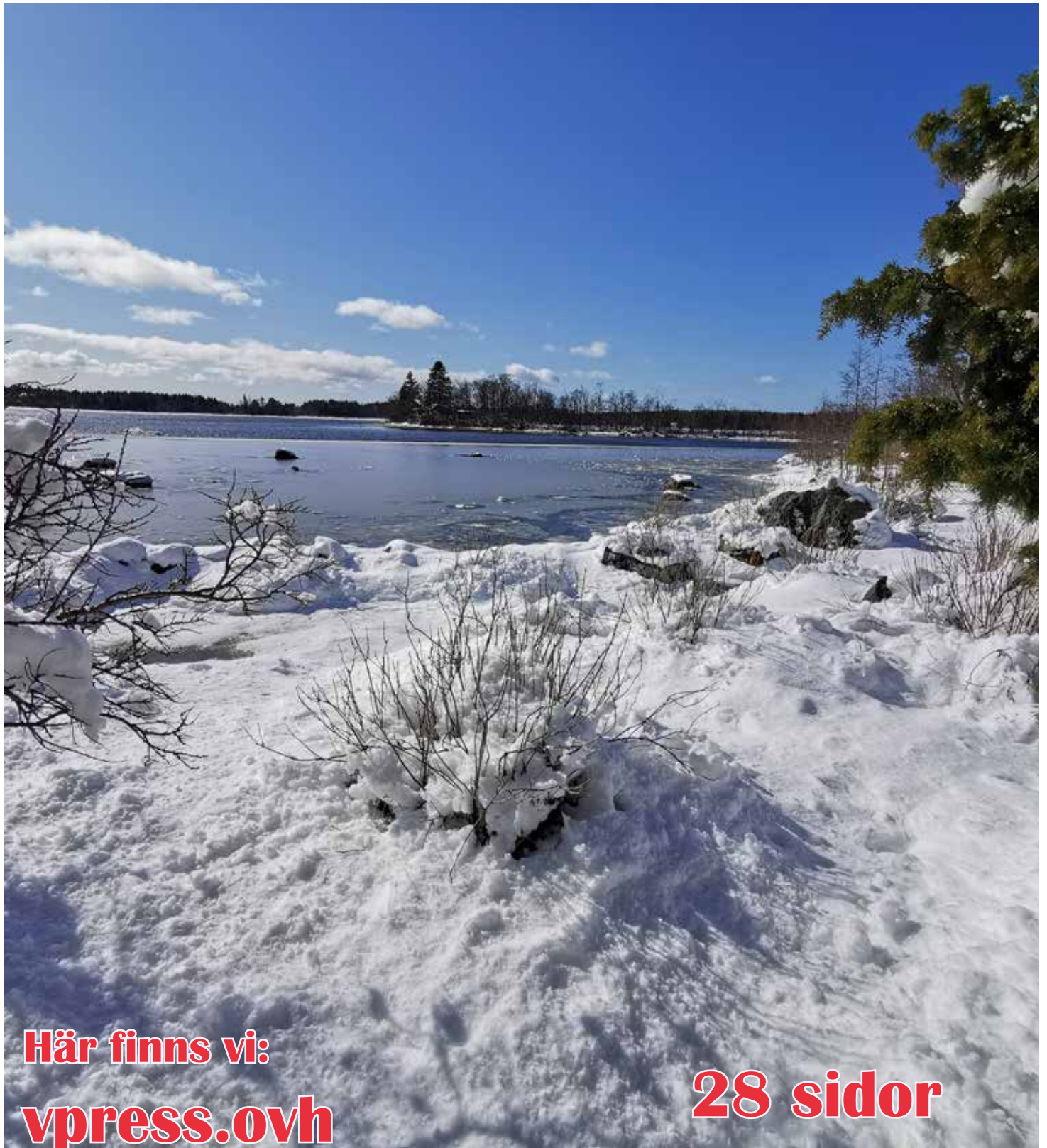
Wasa Teater i höst

Till privatläkare för 28 €

George Orwells 1984 och nu

Akalasi

WASA DAG- BLAD



Här finns vi:

vpress.ovh

28 sidor

George Orwells "1984" och nu

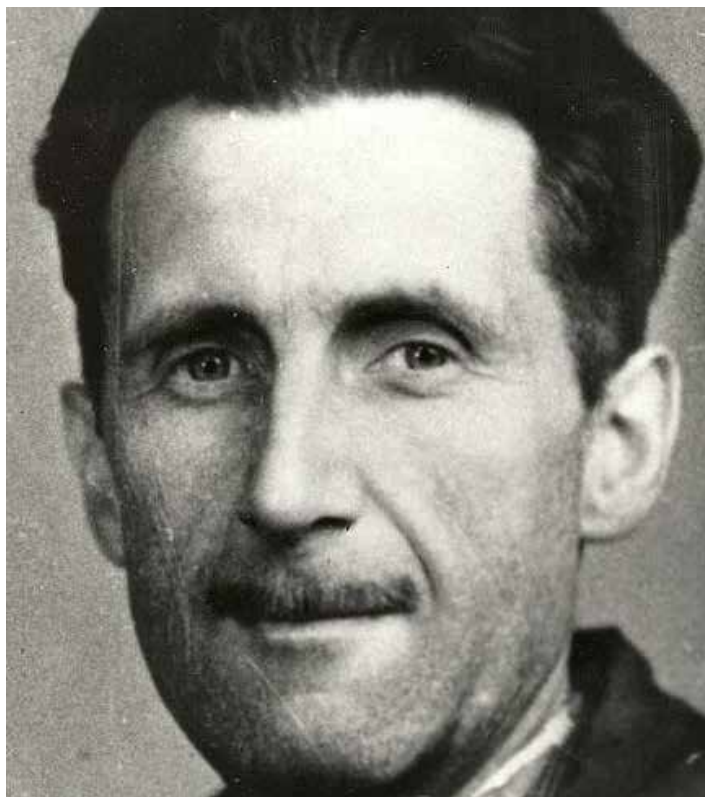
I en tid då geopolitiska landskap förändras snabbt och allianser omformas, blir George Orwells dystopiska roman "1984" skrämmande aktuell. I boken skildras ett samhälle där historien ständigt skrivs om för att passa regimens aktuella narrativ, där fienden byts ut och anpassas efter det politiska klimatet. Denna mekanism, där det förflutna manipuleras för att tjäna nutidens intressen, finner en kuslig parallell i dagens Ryssland. Och till en del också i USA.

Under årtionden präglades relationerna mellan Ryssland och USA av misstro och fiendskap. Det kalla kriget och dess efterdyningar skapade en djup klyfta mellan de två nationerna, en klyfta som präglade både den politiska diskursen och den allmänna opinionen. USA och "den kollektiva västvärlden" framställdes som Rysslands antagonister, en bild som förstärktes av ideologiska skillnader och geopolitiska rivaliteter.

Men nu, i en tid av förändrade maktförhållanden och nya utmaningar, ser vi en potentiell förändring i denna dynamik. Ryssland, efter årtionden av konfrontation, signalerar en vilja till närmande till USA. Denna oväntade vändning väcker frågor om de underliggande motiven och de långsiktiga konsekvenserna. Är det en genuin strävan efter samarbete eller en taktisk manöver för att stärka Rysslands position i en osäker värld?

Att USA i FN röstar som Nord-Korea och Ryssland där röstningen gäller om Ryssland anföll Ukraina 1022 eller inte – det kan nog många i västvärlden och förhoppningsvis också i USA ha svårt att förstå.

Parallellerna till "1984" är slående. I Orwells roman är "fienden" en föränderlig konstruktion, ett verktyg för att



George Orwell (1903 - 1950). Wikimedia Commons

upprätthålla regimens makt. Genom att ständigt byta fiende kan partiet avleda uppmärksamheten från de verkliga problemen och skapa en känsla av enighet och lojalitet. På samma sätt kan Rysslands plötsliga vänskap med USA ses som ett sätt att anpassa sig till en ny verklighet, där den tidigare fienden nu kan bli en potentiell partner.

Men det finns också viktiga skillnader. Till skillnad från det totalitära samhället i "1984" lever vi i en värld där informationen är mer tillgänglig och där det finns en mångfald av åsikter. Även om statliga medier spelar en viktig roll i att forma den allmänna opinionen, finns det också utrymme för alternativa röster och perspektiv. Detta gör det svårare att manipulera historien och skapa en enhetlig bild av verkligheten.

Ändå är det viktigt att vara medveten om risken för manipulation och propaganda. När politiska narrativ förändras snabbt, är det viktigt att vara kritisk och ifrågasätta de infor-

politiska syften är avgörande för att bevara vår intellektuella frihet och vår förmåga att fatta välgrundade beslut.

I en tid av osäkerhet och förändring är det frestande att söka enkla svar och tydliga fiender. Men verkligheten är ofta mer komplex och mångfacetterad. Genom att studera "1984" och reflektera över de paralleller vi ser i dagens värld kan vi utveckla en djupare förståelse för de krafter som formar vår historia och vår framtid.

Slutligen är det viktigt att komma ihåg att historien inte är förutbestämd. Vi har alla ett ansvar att bidra till en mer informerad och demokratisk debatt, där olika perspektiv kan mötas och där sanningen kan sökas. Genom att vara medvetna om riskerna för manipulation och propaganda kan vi tillsammans bygga en bättre framtid, där historien inte ständigt behöver skrivas om.

mation vi får. Att förstå hur historien kan användas för att tjäna

Photo Supplement



Fotobilaga - vpress.ovh

NYHETER



BOKBUSS

Vasas nya bokbuss Hilda charmar med den layout som barnjuryen har valt

Vasa stadsbibliotek får en ny bokbuss våren 2025. Bokbussen Hilda tas i bruk i slutet av mars och den officiella invigningen firas på Salutorget i Vasas lördagen den 5 april.

Hildas utseende är särskilt betydelsefullt, eftersom barn har konsulterats vid planeringen.

Bibliotekets mål var att skapa en sagolik atmosfär som speglar havet, glädjen och läsglädjen. Tre lokala konstnärer deltog i konstnärsuppropet: Terese Bast, Päivi Arenius och Lotta Strandman. Juryen valde Terese Basts design, som bäst uppfyllde de uppsatta målen och var ett intressant blickfång.

Barnen spelade en viktig roll i valet av planlösning som en del av Vasas stads barnvänliga kommunmo-

dell. Fyra klasser från olika skolor och de barn som deltog i "Barn på jobbet"-dagen fick rösta fram sin favorit. Basts plan var allas favorit.

Namnet Hilda är en hyllning till Hilda Hellman (1839–1901), som var en betydande person i utvecklingen av biblioteksverksamheten i Vasas. Från och med år 1875 utvidgade Hellman avsevärt Vasas stadsbiblioteks samlings- och utlåningsverksamhet. Hon arbetade även som lärare och bibliotekarie.

Den nya bokbussen kommer att betjäna stadsborna på många olika sätt. Hilda besöker skolor och daghem och betjänar de boende på vardagar på eftermiddagar, kvällar och lördagar i olika bostadsområden. Målet är att erbjuda lättillgängliga bibliotekstjänster för Vasabor i alla åldrar och att sprida läsglädje till olika delar av staden.

Tidigare bokbussar har hetat Rölli, Mathilda och

Walter. De två första bokbussarna var anonyma. Hilda fortsätter denna tradition genom att erbjuda mångsidiga bibliotekstjänster till Vasasborna.

BILD: Den nya bokbussen Hilda. Konstnär: Terese Bast.

KULTURGÄRNING

Omröstningen om Årets kulturgärning i Vasas 2024 börjar!

De nominerade till priset Årets kulturgärning i Vasas 2024 har offentliggjorts! Juryen har valt ut tre fina kandidater bland invånarnas förslag, som allmänheten kan rösta på under mars månad.

Kandidaterna är:

Wasa Sinfonietta: En 95-årig amatörorkester som med sin musik förtjusar både studenter och pensionärer. Orkes-

tern samarbetar med andra kulturaktörer i Vasas och ger aktivt konserter till exempel i serviceboenden.

Konstnärsgillet i Vasas: Flytten till Helsingfors Konsthall har fört konsten närmare stadsborna. Förutom utställningar erbjuder konstutlåningstjänsten alla en möjlighet att skaffa konst till ett förmånligt pris.

Malviniemi Company: En nutida dansgrupp som årligen producerar dansföreställningar och erbjuder tillämpat dansinnehåll för bland annat äldre. Gruppens dansfilm "I samma båt" har gjort succé i Finland och runt om i världen.

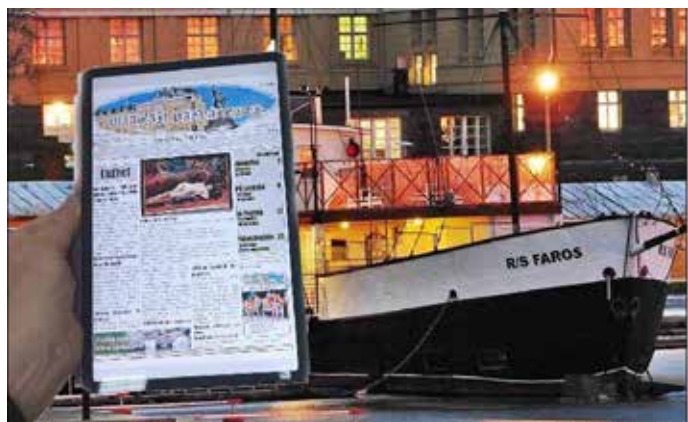
Kom och träffa kandidaterna!

Alla är välkomna att träffa kandidaterna på Vasas stads-teaters restaurang Kulma den 5 mars kl. 18–19. Det bjuds på kaffe på plats.

Rösta på din favorit!

Du kan rösta under mars månad på stadens webbplats.

MED EN TABLETT SÅ KAN DU LÄSA DEN HÄR TIDNINGEN VAR SOM HELST:



som här vid Faros

Var med och rösta på Årets kulturgärning i Vasa 2024!

ARBETSLÖSHET Arbetslösheten ökar i Österbotten – men ligger fortfarande under det nationella genomsnittet

25.2.2025 | Vasa stad
Arbetslösheten ökar i flera kommuner i Österbottens sysselsättningsområde, men arbetslösheten i regionen är fortfarande lägre än genomsnittet i landet. Enligt den senaste statistiken från arbets- och näringsministeriet och NTM-centralen i Österbotten var det relativa arbetslöshetstalet i regionen 7,4 procent i januari, medan genomsnittet för hela landet var 12,0 procent.

Antalet arbetslösa ökade särskilt i Vasa, där antalet arbetslösa var över 500 fler än året innan (+19 %). Arbetslösheten minskade bara i Malax (-12 %), Vörå (-7 %) och Korsnäs (-4 %). Det relativa arbetslöshetstalet i området mättes i Kaskö (11,8 %) och lägst i Korsholm (4,0 %).

Antalet lediga jobb minskar också. I januari fanns det 1 824 lediga jobb i regionen,

vilket är 37 procent färre än för ett år sedan.

I och med reformen av arbets- och närings tjänsterna som trädde i början av året överfördes sysselsättnings tjänsterna från staten till kommunerna, och i Österbotten inrättades ett separat sysselsättningsområde. Detta innebär att sysselsättnings tjänsterna nu är en del av kommunernas basservice.

BOSTADSLÖSHET Vasa har det näst största antalet bostadslösa i förhållande till befolkningens

Enligt en färsk utredning från Finansierings- och utvecklingscentralen för boendet (ARA) har bostadslösheten ökat i Finland. Vasa har det näst största antalet bostadslösa i förhållande till befolkningen.

Enligt ARA:s utredning fanns det år 2024 totalt 3 806 bostadslösa som bodde ensamma i Finland, vilket är 377 fler än året innan. Antalet bostadslösa som bor ensamma ökade för första gången sedan 2012.

Antalet långtidshemlösa och 110 familjer var hemlösa under en lång-

re tid.

Hemlösheten är koncentrerad till de största städerna. En femtedel av de bostadslösa som bodde ensamma bodde i Helsingfors. Över hälften av de bostadslösa i Finland fanns i Helsingfors, Esbo, Åbo och Tammerfors. I förhållande till folkmängden var antalet bostadslösa störst i Åbo (2,3 bostadslösa per 1 000 invånare), Vasa (1,7) och Tammerfors (1,6).

Långtidbostadslösheten minskade i de flesta stora städer, men i Tammerfors mer än fördubblades antalet långtidbostadslösa från året innan.

Största delen av de bostadslösa bodde tillfälligt hos vänner eller släktingar (63 %, 2 378 personer). Deras andel ökade från året innan. Också antalet bostadslösa som vistas utomhus, i trapphus eller i första hjälpen-härbärgen ökade från året innan (694 personer, 230 fler än 2023).

10 procent av de hemlösa övernattade i sovsalar och inkvarteringsanläggningar och 9 procent på institutioner.

Det är oklart om den höga bostadslösheten i Vasa är en statistisk anomali eller ett verkligt problem. Frågan bör utredas närmare för att hitta lösningar för att minska bostadslösheten i Vasa.

VASA ELEKTISKA Vasa Elektriska levererar starkt resultat – nytt försäljningsbolag ger transparens

26.2.2025 | Vasa Elektriska
Vasa Elektriska Koncernen uppnådde en betydande resultatförbättring år 2024. Omsättningen ökade till 218,2 miljoner euro (198,7 miljoner euro) och rörelsevinsten ökade till 44,5 miljoner euro (13,6 miljoner euro). En viktig faktor bakom det goda resultatet var en framgångsrik säkringsstrategi. Dessutom erhöll koncernen en försäkringsersättning på 11 miljoner euro. Bolagets soliditet ökade till 51,9 procent (49,0 %).

”År 2024 var exceptionellt bra, vilket skapar en solid grund för framtiden”, säger verkställande direktör Stefan Damlin.

Inom energisektorn betonades säkerheten för Finlands elinfrastruktur och effekterna av klimatförändringen. Det genomsnittliga elpriset på partimarknaden sjönk till 45,57 euro per megawattimme (56,47 euro per MWh), men prisfluktuationerna var rekordstora.

Vasa Elektriska satsar på flexibilitet i energisystemet och förnybar energi. Bolaget deltar i EPV Energi projekt för att bygga ett gasdrivet kraftverk i Torneå. Den kan användas för att reagera på prisfluktuationer och marknadsstörningar.

Antalet kunder ökade inom både försäljningen av el och fjärrvärme. Vasa Elektriska fortsätter sina satsningar på att förbättra lönsamheten och utveckla energisystemet.

VASA ELEKTISKA Vasa Elektriska satsar på solenergi och lagring av energi

Vasa Elektriska har beslutat att skaffa ytterligare en andel av en solcellspark i industriell skala som ska byggas i Lappo. Efter färdigställande kommer bolagets andel av produktionen att uppgå till 35 procent. Investeringen stöder bolagets mål att öka produktionen av förnybar energi och stärka hållbarheten i energisystemet.

Samtidigt satsar Vasa Elektriska på energilagring. Företaget deltar i utredningen av ett energilager som EPV Energi har designat för Laihela och som utnyttjar CO₂-batteriteknik. Dessa typer av lagring kan avsevärt

förbättra tillgången på förnybar energi genom att jämna ut fluktuationer i produktionen.

Investeringarna i solenergi och energilagring visar att Vasa Elektriska följer tidsandan och strävar efter att bygga en mer hållbar energiproduktion. I synnerhet solenergens roll ökar i Finland, och moderna energilagrar kan lösa utmaningarna med förnybar produktion.

Beslutet är ett steg mot ett mer flexibelt och grönare energisystem. I framtiden kan man förvänta sig att motsvarande projekt kommer att bli vanligare och hjälpa Finland att bli självförsörjande på energi.

KORSHOLM

Korsholm satsar på invånardeltagande – 15 000 euro att fördela

Korsholms kommun fortsätter att satsa på invånardeltagande och har nu öppnat upp förslag till hur årets invånarbudget på 15 000 euro ska användas. Både fast bosatta och fritidsboende i kommunen är välkomna att lämna in sina idéer under perioden 5 februari till 2 mars.

Kommunen uppmanar alla intresserade att bidra med förslag som kan främja invånarnas välmående och trivsel. Det finns inga begränsningar i typen av förslag, så länge de uppfyller vissa grundläggande krav.

Förslagen ska vara kostnadsfritt under 15 000 euro, kommunen ska äga ett lämpligt markområde för ändamålet och det ska finnas tillräckliga personalsressurser för eventuell skötsel.

Efter att förslagen har lämnats in kommer kommunens tjänstemän att gå igenom dem, göra urval och beräkna kostnaderna. Därefter är det dags för invå-

narna att rösta på sina favoriter. Röstningsperioden pågår mellan 12 mars och 6 april och alla fast bosatta och fritidsboende över 13 år har möjlighet att delta.

Det slutgiltiga beslutet om hur invånarbudgeten ska fördelas tas av välfärdsutskottet den 22 april. De förslag som fått flest röster kommer sedan att förverkligas under resten av 2025.

Korsholms kommun hoppas på ett stort engagemang från invånarna och ser fram emot att ta del av många kreativa och genomförbara förslag.

KORSHOLM

Barn blir klimat-hjältar i Korsholm

Korsholm satsar stort på framtidens hållbarhet genom att göra sina barn och unga till äkta klimat-hjältar. I ett nyskapande projekt, finansierat av Svenska Folkskolans vänner och Svenska kulturfonden, har kommunen integrerat en "hållbarhetsstig" direkt i läroplanen. Nu får eleverna möjlighet att aktivt delta i att forma kommunens framtida klimatstrategi.

Skolorna har bildat engagerade klimatteam där elever och lärare tillsammans tar sig an viktiga utmaningar. De utforskar bland annat hur man kan minska matsvinnet, sortera sopor mer effektivt och förvandla skolgårdar med bärbuskar och äppelträd till gröna oaser. "Det är inspirerande att se hur barnen med kreativitet och engagemang tar ansvar för miljön," berättar Ulrica Taylor, pedagogisk planerare i Korsholm.

Ett av projektets höjdpunkter är de spännande hackathons där över 350 barn har deltagit. Här utvecklar eleverna egna lösningar på lokala hållbarhetsproblem – allt från att säkra rent vatten i framtiden till att optimera återvinning. Ett roligt inslag var ett disco där inträdet betalades med sorterat skräp, vilket satte både kreativitet och miljömedvetenhet på agendan.

På gymnasiet finns även ett bytesrum för kläder, där elever kan byta ut det de inte längre behöver mot något nytt. Med innovativa idéer och praktisk hållbarhetsundervis-

ning visar Korsholm att vägen mot en grönare framtid byggs bäst med unga hjältar i spetsen.

VÄLFÄRDSOMRÅDET

Ny digital välmåendeguide hjälper Österbottens invånare att må bättre

Hur skulle det vara att ha en tydlig plats på nätet där du kan hitta allt du behöver för att stödja ditt välbefinnande? Nu är det möjligt! Österbottens välfärdsområde har gett ut Välmåendeguiden, en ny digital tjänst som samlar information och tjänster som hjälper dig att förbättra din hälsa och ditt välmående – enkelt och i din egen takt.

Välbefinnande börjar med små handlingar, enligt ett uttalande från välmåendeområdet

Välbefinnandeguiden erbjuder praktiska tips och egenvårdsprogram som hjälper dig att bedöma och förbättra ditt välbefinnande. Förutom information hittar du en mängd olika tjänster, evenemang och aktiviteter i guiden – till exempel sportmöjligheter, kulturevenemang och kamratstödsgrupper.

– Vi vill uppmuntra människor att ta sitt välbefinnande i egna händer och föra in mer välbefinnande i vardagen med små men meningsfulla handlingar, säger projektledare Kati Piilikangas.

I guiden hittar du enkelt information om bland annat träning, kost, sömn, psykiskt

välbefinnande och kulturens betydelse för hälsan.

Lätt att använda – support finns även digitalt Friskvårdsguiden är utformad för att vara tydlig och enkel att använda. Du kan söka efter tjänster med hjälp av en gratis ordsökning eller bläddra i dem per kommun. Behöver du hjälp med att använda guiden finns digitalt stöd, till exempel på undervisningsmottagningen och digitala stödturer i friskvårdsavdelningen.

– Vi hoppas att användarna kommer att ge feedback på guiden så att vi kan utveckla den ännu bättre, uppmuntrar projekt-koordinator Kirsi Laitila.

Samarbetet mellan den offentliga och tredje sektorn intensifieras Trivselguiden gör det inte bara lättare för invånarna att få tillgång till tjänster utan den förbättrar också samarbetet mellan olika aktörer. Guiden kommer att gynna både tjänsteleverantörer i kommuner och organisationer, samt social- och hälsovårdspersonal som kan använda den som ett verktyg för att vägleda klienter till förebyggande tjänster.

Utvecklingen av välmåendeguiden kommer att pågå fram till slutet av året som en del av det EU-finansierade projektet Prima Botnia.

Utforska och hitta de tjänster som passar dig! Välmåendeguiden är öppen för alla på adressen hyvinvointiopas.pohjanmaanhyvinvointi.fi Besök och upptäck sätt att öka ditt välmående i vardagen.

NYHETER

FIMLAB MEDDELAR

Ändringar i öppettiderna och verksamheten för provtagning inom öppenvården vid Fimlabs central-sjukhus i Oravais, Korsholm och Vasa

Vid Fimlabs enheter vid Oravais, Korsholm och Vasa centralsjukhus ändras ändringarna enligt följande:

Öppettiderna för Oravais-laboratoriet ändras från och med 24.2.2025. De nya öppettiderna är mån-fre kl. 7.30-14 (tidigare kl. 7.30-14.30).

Korsholms laboratorium är stängt tills vidare från och med 28.2.2025 på grund av renovering av lokalerna. Vi betjänar provtagningskunder vid Fimlabs övriga provtagningspunkter i Österbotten.

Öppettiderna för provtagning inom hälso- och sjukvården i Vasa ändras från och med 3.3.2025. De nya öppettiderna är mån-fre kl. 8-15 (tidigare kl. 7-15).

I och med ändringen av öppettiderna för laboratoriet i Oravais förenhetligas laboratoriets tjänster med den övriga regionala verksamheten och serviceefterfrågan i välfärdsområdet. I och med ändringen av öppettiderna för provtagningen inom öppenvården på Central-sjukhuset stärks provtagningsrotationerna på morgonavdelningarna.

Ändringarna har planerats tillsammans med Österbottens välfärdsområde under en längre tid och de har inget samband med de omställningsförhandlingar som avslutades i februari.



WASA TEATER

Wasa Teater bjuder på spänning, klassiker, humor och familjedramatik säsongen 25-26

Wasa Teaters repertoar för spelåret 25-26 är en mix av nutida dramatik, internationella succéer och nyskapande teaterkoncept. Teaterchef Ann-Luise Bertell utlovar något för både trogna besökare och de som upplever teater för första gången: "Vi vill skapa föreställningar som engagerar och berör."

Höstens program inleds med en turné för daghem i Österbotten. Wasa Teater samarbetar med Teater Povere och Agneta Lindroos för att skapa barnföreställningen "Dinosauria" – en lekfull och känslös berättelse om kär-

lek, vänskap och dinosaurier. På Stora scenen väntar "Festerna", en modern finländsk dramakomedi av Marina Meinander och Kirsi Pokka. I Eevas familj handlar allt om prestationer. När hon förlorar jobbet och får skilsmässobesked mitt under bröllopsdagsfesten, börjar fasaden rämna. "Festerna" bjuder på pinsamt roliga situationer och en familj som tvingas möta det de inte vågat säga högt. Regissör är Antti Silvennoinen.

"Kunskapskabarén & de sju dygderna" spelas på Vasallen och turnerar i Österbotten. Magnus Nylanders koncept blandar vetenskap och humor. Forskare tolkar de sju dygderna på oväntade sätt, varvat med improvisa-

tionsteater och livemusik.

För första gången presenterar Wasa Teater en thriller på Stora scenen. "02:22 A Ghost Story" av Danny Robins är en internationellt hyllad ryssare som nu får sin finlands-svenska premiär. Jenny hör en gråtande mansröst genom babymonitorn varje natt och misstänker att huset döljer en mörk hemlighet. Tillsammans med sin man och vänner försöker hon ta reda på sanningen. Ida Kronholm, som tidigare regisserade "Botnia Paradise", står för regin.

I början av 2026 återvänder den populära babypjäsen "OAS". Föreställningen riktar sig till barn mellan 1 och 3 år och deras föräldrar. Spelåret avslutas med klassikern "Hans & Greta" i regi av Lina Ekblad. Lucy Kirkwoods version av den välkända sagan bjuder på spänning, humor och hjärtevärm.

Bidl: Wasa teater

WASA TEATER

Linda Zilliacus ny teaterchef för Wasa Teater

Vid sitt möte den 10 februari 2025 valde styrelsen för Svenska Österbottens Förbund för utbildning och kultur Linda Zilliacus till ny teaterchef för Wasa Teater.

Till tjänsten som teaterchef sökte 21 personer, varav nio intervjuades. "Vi hade mycket bra sökande till tjänsten och vi är nu mycket glada över att få Linda Zilliacus till vår organisation. Han har en gedigen erfarenhet inom området och ett starkt nätverk som vår teater drar nytta av, säger Martin Norrgård, verksamhetsledare för Söfuk.

Linda Zilliacus börjar som teaterregissör från och med 1.8.2025.

NYHETER



UNG FÖRETAGSAMHET

Ung företagsamhet i fokus: Tio UF-företag från Österbotten och Mellersta Österbotten går till final

Attio unga UF-företag med närmare 200 ungdomar från Österbotten och Mellersta Österbotten deltog i det regionala evenemanget Våra vara företagsam i Vasa den 20 februari 2025. Evenemanget är en del av en riksomfattande tävling där unga får visa upp sina affärsidéer och produkter.

En jury av experter från näringslivet valde ut tio UF-företag som går vidare till finalen i Helsingfors i april. Bland de tävlande utsågs även vinnare i olika kategorier, såsom bästa affärsidé, bästa produkt och bästa tjänst.

Några av de vinnande UF-företagen är:

REcyCLed UF från Petalax högstadium som tillverkar biva-

kar av återvunnet tyg.

Lumi UF från Jakobstads gymnasium som bygger och säljer skidstavar av bambu.

Evia UF från Tegengrenskolan i Vörå som skapat en tvåspråkig receptbok för barn.

Eld & smak UF från Vamia i Vasa som ger ut en kokbok med recept för trangia och öppen eld.

Evenemanget syftar till att uppmuntra unga till företagsamhet och ge dem verktyg för att utveckla sina affärsidéer.

Unga från följande läroanstalter i Österbotten och Mellersta Österbotten deltog i det regionala evenemanget och -tävlingen:

Borgaregatans skola, Vasa
Högstadiet i Petalax, Malax
Jakobstads gymnasium, Jakobstad
Korsholms högstadium, Korsholm
Kristinestads högstadieskola, Kristinestad
Närpes högstadieskola, Närpes
Tegengrenskolan, Vörå
Vaasan lyson lukio, Vasa
Vamia, Vasa
Yrkesakademien i Österbotten, Närpes
Zachariasskolan, Nykarleby



Lanseringsevenemang 17.2.2025. På bilden: kapellmästaren Sauli Perälä, skådespelerskan Sonja Halla-aho, informatören Heidi Sippola, kostymdesignern Emilia Eriksson och scenografen Mika Haaranen. Stadsteaterns höstsång Bild: Stadsteatern

STADSTEATERN

Vasa stadsteaters program för hösten 2025 är klart. Edit Piaf ångrar ingenting.

Vasa stadsteaters program för hösten 2025 har offentliggjorts. Det blir musikfyllda föreställningar när Romeo-scenen bjuder på både den gripande musikalpjäsen Piaf - Jag ångrar ingenting och den glädjefyllda musikalkomedin Forever Young. Temat för teaterns kommande föreställningssäsong är extas. Kring temat har man sammanställt en mångsidig helhet som erbjuder en möjlighet att njuta av konst och högklassig underhållning samt att reflektera över extasens betydelse i dag.

Piaf - Jag ångrar ingenting

I september intas Romeo-scenen av musikalpjäsen Piaf, skriven av engelsmännen Pam Gems. Verket berättar den unika livshistorien om Édith Piaf, en sångare som blev världsberömd från Paris gator. Verket, som kombinerar fakta och fiktion, skildrar den passionerade konstnären i framgångens ögonblick och de bräckliga djupen i hans karriär.

Pjäsen är regisserad av Maiju Sallas, som senast besökte Vasa stadsteater år 2021 som

chef för Colorado Avenue. Dirigent är Sauli Perälä och koreograf är Antton Laine. Scenografen är gjord av Mika Haaranen, kostymerna av Emilia Eriksson och ljudet av Jouni Tapio. Rollen som Édith Piaf gestaltas av Sonja Halla-aho.

Evigt ung

I månadsskiftet oktober-november har Erik Gedeons glädjefyllda musikalkomedi Forever Young premiär. Verket utspelar sig på 2080-talet, då Vasa stadsteater har omvandlats till ett ålderdomshem för skådespelare. De 90-åriga skådespelarna, som bor på ett ålderdomshem, tänker tillbaka på det förflutna och delar stunder av glädje och längtan tillsammans. Den fartfyllda föreställningen bjuder på älskade hits från de senaste decennierna. Pjäsen regisseras av Pentti Kotkaniemi och dirigeras av Sauli Perälä. Koreograf är Miika Alatupa. Scenograf är Mika Haaranen och kostymör är Emilia Eriksson. På scenen syns Toni Ikola, Timo Luoma, Oiva Nuojua, Sonja Halla-aho, Anna Lemmetti-Vieri, Sauli Perälä och Anni-Maija Koskinen.

NYHETER



BALETT

Nationalbalettens unga dansare i rampljuset

Nationalbalettens ungdomsgrupp sätter också upp sina verk för nutida dans på Covent Garden i London.

På Nationalbalettens kväll för unga dansare i slutet av februari och början av mars i Almisalen presenteras två fängslande verk av nutidsdans och ett utdrag ur den klassiska baletten.

Under kvällen är det premiär för Blushing av Marco Goecke, ett verk som gav koreografen internationellt erkännande. Blushing skapades ursprungligen för Stuttgartbaletten 2003 och vann första pris i koreografitävlingen Prix Dom Pérignon.

På programmet står också återkomsten av Fragments of Time, koreograferad av Julian Nicosia för ungdomsgruppen 2024. Dessutom kommer unga dansare att framföra den klassiska baletten Pas d'action från La Bayadère.

Nationalbalettens ungdomsgrupp består av 14 dansare, av vilka över en tredjedel är finländare. I gruppen ingår även dansare från Storbritannien, Frankrike, Italien, USA, Australien och Sydkorea. Som nyutexaminerade uppträder de förutom i Ungdomskompaniets egna produktioner också i produktioner på Nationalbalettens huvudscen. Ungdomskompaniet grundades 2013 och stöds av Jane och Aatos Erkkos stiftelse.

Ungdomstruppens föreställningar i Almisalen har fått ett enormt intresse och har varit slutsålda flera månader i förväg. I år sålde till och med en extra föreställning slut på några dagar i januari. Programmet kan för första gången sändas gratis i direktsändning på Finlands nationaloperas och nationalbaletts tjänst Stage24 den 1 mars kl. 18.20. Sändningen produceras i samarbete med OperaVision och EU:s program Kreativa Europa.

I juni kommer ungdomsgruppen återigen att resa till Covent Garden i London för att delta i Next Generation-festivalen som organiseras av The Royal Ballet & Opera. Festivalen samlar ungdomsensemblar från ledande balettskolor runt om i världen. Ungdomstruppens program på festivalen innehåller bland annat Blushing, Fragments of Time och ett utdrag ur Reija Wäres Clique, som hade premiär 2022.

Rodnande – Unga dansares kväll

La Bayadère, Pas d'action
Julian Nicosia: Fragment av tid
Marco Goecke: Rodnande
Premiär 7.2.2025 kl. 18.30, Almisalen

Tilläggsföreställningar: 1.3.2025 kl. 14.30 och 18.30

Direktsändning: 1.3.2025 kl. 18.20 Stage24 och OperaVision

Nästa Generations Festival 2025

Föreställningar: 13.-14.6.2025 kl. 19.15, Linbury Theatre, London
Källa: <https://oopperabaletti.fi/en/media/newsroom/>
BILD: Nationalbaletten



ENERGY WEEK

Vasa EnergyWeek 2025 bjuder på ett toppevenemang inom energibranschen i staden

Vasas årliga EnergyWeek ordnas den 17-20 mars 2025 och samlar experter, företag och beslutsfattare inom energibranschen från hela världen. Evenemanget kommer att fokusera på aktuella teman som förnybar energi, energilagring och ren gas.

Program och teman
EnergyWeeks fyra dagar långa program bjuder på ett brett utbud av experttal, utställningar och möjligheter till nätverkande.

Måndag 17.3. – Energi och klimat

Energi- och klimatseminarium

Kvällens program: Hållbar energi i ny tappning

Tisdag 18.3. – Vind och förnybar energi

Utställning om Vind och Förnybar Energi

Matchmaking-evenemang

EnergyWeek-kväll på Fontana Club

Onsdag 19.3. – Energilagring

Utställning om energilagring

Matchmaking-evenemang

EnergyWeek-kväll på Original Sokos Hotel Royal
Torsdag 20.3. – Ren gasenergi

Utställning om ren gasenergi

Matchmaking-evenemang
Nätverkande och innovation i centrum

EnergyWeek erbjuder en unik möjlighet att nätverka med ledande experter inom området och lära sig om de senaste innovationerna. På agendan står bland annat digitalisering, cirkulär ekonomi, smarta städer samt energireglering och affärsverksamhet.

Evenemanget ordnas i samarbete med Vasaregionens Utveckling Ab VASEK, Teknologicentret Merinova, Österbottens handelskammare, Österbottens Expo, Vasa universitet och Enterprise Europe Network.

EnergyWeek ordnas i Vasa stadshus, Senatsgatan 1. Deltagarna uppmanas att anmäla sig i förväg på stadens webbplats.

Här är mycket ytterligare information:
<https://www.energyweek.fi/>

NYHETER



MUSEER

En magnifik samling mynt och medaljer utställd på Österbottens museum

En mångsidig samling. I utställningen visas pengar från olika epoker, såsom perioden med svenskt och ryskt styre, självstyreperioden och republiken Finland.

Det finns rariteter, som mynt över tusen år gamla, stora kopparmynt eller ploomus, och medaljer, varav den äldsta går tillbaka till 1631.

Mauritz Hallbergs arv

Statsrådet Mauritz Hallberg (1851–1924) var en passionerad samlare som tillsammans med sin son Ejnar Hallberg (1880–1974) kompletterade samlingen. Hallbergsgården donerade samlingen till museet 1956 och nu har allmänheten möjlighet att utforska denna unika skattkammare.

Publikationer

Dessutom har museet gett ut en bok om medaljerna ur Hallbergsamlingen 2021 och mynten håller på att bli en tvådelad publikation, vars första del kommer ut under våren.

Välkommen att utforska historien

Österbottens museum erbjuder en unik möjlighet att dyka in i svunna tiders värld med hjälp av sin samling av mynt och medaljer. Det renoverade pengarummet är öppet under museets öppettider. Foto: Christoffer Björklund (Källa: STTinfo/Vasa stad)

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



STADSTEATERN

Vasa Stadsteater tar sig an identitetskris och sexualitet i ny pjäs

Vasa Stadsteater har premiär på Cock, en pjäs av Mike Bartlett, i februari. Pjäsen utforskar teman som identitetskris, sexualitet och svårigheten att definiera sig själv. Sini Pesonen, som tidigare regisserade Det försvunna landet på teatern 2022, återvänder för att regissera Cock.

Cock berättar historien om John, som har haft ett långvarigt förhållande med en man, men som nu för första gången känner sig attraherad av en kvinna. Oförmögen att förstå sina känslor kallar John på sin pojkväns far för att få hjälp att fatta ett beslut. Pjäsen ifrågasätter vem som får definiera vad vi vill om vi inte kan definiera det själva.

Regissören Sini Pesonen beskriver pjäsens text som "fin och intelligent". Hon hoppas att produktionen ska vara som John,

som inte vill definiera sig själv. Oiva Nuojua, som spelar huvudrollen, säger att Johns karaktär är fascinerande, men saknar kontakt med sig själv, vilket hindrar honom från att få kontakt med andra.

I rollerna ser vi Oiva Nuojua, Petteri Hautala, Sonja Halla-aho och Jorma Tommila. Pjäsen rekommenderas för publik över 15 år och varar i cirka två och en halv timme, inklusive en paus. Produktionen är ett samarbete med Vasa Seta rf.

Cock har premiär på Vasa Stadsteaters Julia-scen torsdagen den 20 februari. En förhandsdiskussion hålls på Teaterrestaurang Kulma dagen innan.

Cock (2025). Oiva Nuojua och w Petteri Hautala. Foto: Kasper Dalkarl



VASA UNIVERSITET

Vasa universitet utvecklar byggnader till flexibla energikällor

Vasa universitet har fått betydande finansiering från Business Finland för ett forsknings- och utvecklingsprojekt som kommer att revolutionera energianvändningen i byggnader. I FlexiPower-projektet utvecklas en "Building as a Battery" (BaaB)-lösning som gör det möjligt att använda byggnaders befintliga infrastruktur som flexibla energikällor.

Målet med projektet är att skapa och kommersialisera en lösning som gör det möjligt för byggnaders värme- och kylsystem att dynamiskt reagera på elsystemets behov. Denna innovation erbjuder ett kostnadseffektivt och skalbart sätt att balansera elnätet utan stora initiala investeringar i batterier eller annan infrastruktur.

"Inom fastighetsägare har projektet fått ett varmt mottagande, framför allt på grund av att inga stora initiala investeringar krävs", säger Edi Sandblom från Vaasan universitet. "Marknaden är mycket osäker och därför är det svårt att beräkna återbetalningstiden för investeringar."

BaaB-lösningen kan generera betydande intäkter för fastighetsägare. Dessutom stöder den dem i att minska sitt koldioxidavtryck och främja ansvarsfull energihandtering och hållbar utveckling. Den ökande användningen

av förnybara energikällor kräver flexibla lösningar för att balansera elsystemet. FlexiPower-projektets lösningar ger ett innovativt och effektivt tillvägagångssätt för detta. I projektets inledningsfas kommer man att fokusera på att testa och validera lösningen i verkliga byggnader i samarbete med partner. Målet är att undersöka lösningens lämplighet på flera olika marknader, både i Finland och utomlands. Projektet fortsätter till våren 2026.

Varför är detta en intressant nyhet?

Nytt perspektiv: Att använda byggnader som energikällor är ett nytt och innovativt sätt att se på energiproduktion och distribution.

Kostnadseffektivitet:

Lösningen kräver inga stora initiala investeringar, vilket gör den attraktiv för fastighetsägare. Hållbar utveckling: Projektet stöder användningen av förnybara energikällor och minskar koldioxidavtrycket. Ekonomisk potential: BaaB-lösningen kan generera betydande intäkter för fastighetsägare. Denna nyhet är intressant för många läsare, som fastighetsägare, aktörer inom energibranschen, forskare och de som är intresserade av miljön. Den ger information om en ny och lovande teknik som kan revolutionera energianvändningen i byggnader och främja hållbar utveckling.

Källa: Vasa Universitet



ATENEUM

Utställningen på Ateneum revolutionerar synen på 1800-talets kvinnliga konstnärer

Konstmuseet Ateneum öppnar den 7 mars 2025 sina dörrar för utställningen "Gränsöverskridare", som ger ett unikt perspektiv på kvinnliga konstnärers liv och arbete under denna period. Utställningen lyfter fram bortglömda konstnärer och deras nätverk samt presenterar verk som aldrig tidigare visats i Finland.

På 1800-talet var kvinnliga konstnärer tvungna att resa utomlands, särskilt till Tyskland, för att få en utbildning av hög kvalitet. Resandet var långsamt och farligt, och kvinnorna var tvungna att hålla sig till strikta sociala normer. Utställningen presenterar verk av mer än 50 kvinnliga konstnärer som sprängde gränserna för sin tid. De skapade sig karriärer i en tid då kvinnor inte hade rösträtt och förväntades välja mellan familj

och karriär.

På utställningen visas verk av bland annat **Fanny Churberg**, **Alexandra Frosterus-Sältin** och Helene Schjerfbeck's förebilder. Dessutom visas teckningar av Finlands första kvinnliga vetenskapliga illustratör, Hilda Olson.

"Breaking the Boundaries" är en fortsättning på Ateneums arbete som pionjär inom forskning om kvinnliga konstnärer. Utställningen lyfter fram Tysklands betydelse som konstland och ger ett nytt perspektiv på 1800-talets konsthistoria. Utställningen är öppen fram till 24.8.2025.

18.2.2025 Ateneum, Pressmeddelande

FOTO: Maria Martinau: Flickan (odaterad). Finlands Nationalgalleri / Konstmuseet Ateneum. Bild: Finlands Nationalgalleri / Hannu Aaltonen.



HÄLSA OCH SAMHÄLLE

Över 65-åringar kan gå till privatläkare i höst för 28 euro

Finlands regering planerar att införa ett nationellt valfrihetsförsök där personer över 65 år kan besöka en privat allmänläkare för samma avgift som i den offentliga hälsovården, det vill säga 28 euro per besök.

Förslaget, som nu skickats på remiss, syftar till att förbättra tillgängligheten till hälsovård för äldre och avlasta den offentliga sjukvården.

Valfrihetsförsöket, som förverkligas genom FPA-ersättningar, ska pågå från den 1 september 2025 till slutet av 2027. Under hösten 2025 kan försöket utnyttjas för två läkarbesök, medan det från 2026 gäller tre besök per år. FPA ersätter den del av besökskostnaden som överstiger 28 euro direkt till tjänsteleverantören.

Fokus på snabba läkarbesök och centrala undersökningar

Förutom läkarbesök omfattar försöket ersättning för vissa diagnostiska undersökningar, såsom blodprov, urinprov, EKG och lungröntgen. FPA fastställer listan över ersättningsbara undersökningar separat. Laboratorieprover och provtagningar som ordinerats av en allmänläkare inom försöket ersätts till hälften av det fastställda maxpriset.

Enligt socialtrygghetsminister Sanni Grahn-Laasonen ska försöket främst gynna dem som är i behov av mer sjukvård i takt

med ökad ålder men som inte längre omfattas av företagshälsovård. "Målet är att förbättra tillgången till primärhälsovård för pensionärer och minska köerna till läkarbesök," säger hon.

Större valfrihet och kortare köer

Syftet med försöket är att utveckla FPA-ersättningssystemet som en del av den övergripande hälsovården, ge patienterna mer valfrihet och minska belastningen på den offentliga hälsovården.

"Genom försöket kan vi erbjuda en snabbare väg till allmänläkare utan förhandsbedömning och ge patienter större möjlighet att själva välja läkare och vårdplats. Möjligheten att träffa samma läkare vid flera tillfällen bidrar också till bättre kontinuitet i vården," säger Grahn-Laasonen.

Försöket beräknas öka FPA:s ersättningskostnader med cirka 27,6 miljoner euro år 2025, varav statens andel är ungefär 14,2 miljoner euro. Under 2026 och 2027 beräknas kostnaderna stiga till cirka 82,9 miljoner euro per år, där staten står för 42,6 miljoner euro årligen.

Regeringen har reserverat sammanlagt 335 miljoner euro för att utveckla FPA-ersättningar under perioden 2024–2027. Förslaget ingår i regeringens andra tilläggsbudget för 2025 och behandlas i samband med den.

Försöket inleds hösten 2025 och avslutas vid årsskiftet 2027. Källa: Statsrådet

RYSSLANDS KRIG MOT UKRAINA

Rysslands krig: ett dystert treårigt resultat



Tre år efter konflikten början träder en hård verklighet fram ur skuggorna av de ryska positionsmiderna. Berättelsen om en segerrik "särskild militär operation" håller på att blekna bort och har ersatts av en nykter bedömning av förluster och misslyckanden.

Mänskliga kostnader: De mänskliga förlusterna är häpnadsväckande, med ryska förluster som uppskattas till 250 000, vilket är betydligt mer än de ursprungliga prognoserna. Antalet dödsoffer är särskilt alarmerande, eftersom det bara under 2024 dog 37 soldater per kvadratkilometer ockuperat territorium, vilket är klart fler än de 5,5 förluster per kvadratkilometer som Röda armén drabbades av under andra världskriget.

Nederlag till sjöss: Svartahavsflottan, som en gång var en symbol för rysk sjömakt, är i praktiken lamslagen. Trots ockupationen av Krim befinner sig flottan fortfarande i en flaska i Novorossijsk och kan inte delta i konflikten. En flotta av ukrainska drönare, byggd från grunden på bara tre år, dominerar nu norra Svarta havet, vilket markerar ett överväldigande nederlag för Ryssland.

Natos utvidgning: Konflikten har påskyndat Natos expansion, och Sverige och Finland, som båda traditionellt varit neutrala, har gått med i alliansen. Detta

har avsevärt minskat avståndet mellan Natos trupper och Ryssland, och Östersjön är nu i praktiken under Natos kontroll. Nato-truppernas närhet till S:t Petersburg, som nu ligger bara 150 kilometer bort, väcker oro över sårbarheten i Rysslands strategiska resurser.

Teknologisk eftersläpning: Ryssland har hamnat på efterkälken i teknikkapplöpningen eftersom landet inte har anpassat sig till modern krigföring. Trots det mäktiga militärindustriella komplexet har de enda betydande framstegen varit förvärvet av iranska "Shaheds" och flygande bomber. Samtidigt har Ukraina anammat "drönarrevolutionen", producerat egna drönare och effektivt motverkat det ryska flygvapnet.

Ekonomisk blödning: Den verkliga kostnaden för kriget är fortfarande ett mysterium. Även om de frysta EU-medlen på 300 miljarder US-dollar är direkta ekonomiska förluster är de övergripande ekonomiska effekterna okända. Bristen på insyn i samband med krigsutgifter ger näring åt oron för misskötsel och korruption.

Den bistra verkligheten i kriget som målas upp av ryska oppositionsmedier väcker allvarliga frågor om Rysslands långsiktiga strategi och dess förmåga att uppnå sina mål. Nästa kapitel i denna konflikt ser ut att bli ännu mer utmanande, eftersom Ryssland står inför ett ökat tryck på flera fronter.

KLIMATFÖRÄNDRINGEN

Glaciärer försvinner i oroväckande takt: Ny studie visar accelererande isförlust

En banbrytande internationell studie, som involverar ett globalt team av forskare som kallas GlaMBIE, har avslöjat den alarmerande hastighet med vilken glaciärer smälter över hela världen. Forskningen, som publiceras i den ansedda tidskriften Nature, målar upp en skarp bild av en accelererande isförlust, med potentiellt betydande konsekvenser för havsnivåer, ekosystem och vattenresurser.

Studien, som analyserade förändringar i glaciärernas massa från 2000 till 2023, fann att glaciärer globalt förlorade häpnadsväckande 273 ± 16 gigaton is varje år. För att sätta det i perspektiv motsvarar en gigaton en miljard ton – tänk dig en miljard bilar! Det är en ofattbar mängd is som försvinner årligen.

Ännu mer oroande är att isförlusten har ökat dramatiskt. Studien visar en ökning av ismältningen med 36 ± 10 % mellan den första halvan av den studerade perioden (2000-2011) och den andra halvan (2012-2023). Denna acceleration understryker de intensifierade effekterna av klimatförändringarna. Det är som en snöboll som rullar nerför en backe och ökar i hastighet och storlek allt eftersom.

Forskarna beräknade också den totala isförlusten sedan år 2000. Globalt sett har glaciärer tappat cirka 5 % av sin totala ismassa. Även om detta kan tyckas vara en liten procentandel är de regionala variationerna mycket mer alarmerande, från en förlust på 2 % i vissa områden till en katastrofal förlust på 39 % i andra. Dessa regionala skillnader belyser klimatföränd-



ringarnas ojämna effekter, där vissa områden är mycket mer sårbara än andra.

En av de viktigaste upptäckterna är den stora omfattningen av glaciärernas smältning jämfört med inlandsisarna. Studien visar att förlusten av glaciärernas massa är cirka 18 procent större än förlusten från Grönlands istäcke och mer än dubbelt så stor som förlusten från Antarktis istäcke. Detta understryker den avgörande roll som glaciärer spelar för att bidra till havsnivåhöjningen.

Denna studie är ett bevis på kraften i kollaborativ vetenskap. GlaMBIE-teamet sammanställde en mängd data från olika källor, inklusive mätningar på marken och satellitobservationer. Genom att kombinera och analysera dessa data kunde de skapa den mest omfattande och exakta bedömningen av den globala förändringen av glaciärernas massa hittills.

Även om den globala genomsnittliga isförlusten ligger i linje med tidigare uppskattningar, avslöjade studien betydande regionala variationer, vilket belyser begränsningarna i tidigare forskning. Dessa nya upptäck-

ter ger en viktig grund för att förstå skillnaderna mellan olika observationsmetoder och för att förbättra klimatmodellerna. Denna förbättrade förståelse är avgörande för att kunna göra mer exakta förutsägelser om framtida havsnivåhöjningar och dess konsekvenser.

Denna forskning är en väckarklocka. Den accelererande takten i glaciärsmältningen är ett tydligt och obestridligt tecken på en uppvärmd planet. Konsekvenserna är djupgående och hotar kustsambhällen, stör ekosystem och påverkar tillgången till sötvatten för miljontals människor. Vi måste agera beslutsamt för att minska utsläppen av växthusgaser och mildra effekterna av klimatförändringarna. Tiden för självblåtenhet är över. De smältande glaciärerna berättar en historia för oss, och vi måste lyssna. Det är en påminnelse om att vetenskap, samarbete och en känsla av brådska är våra bästa verktyg för att ta itu med denna globala utmaning.

Källa: GlaMBIE-teamet. Gemenskapens uppskattning av den globala glaciärmassans förändringar från 2000 till 2023. Nature (2025). <https://doi.org/10.1038/s41586-024-08545-z>

Creative Commons Erkännande 4.0 Internationell Licens

VECKANS CITAT:

Timothy Snyder
den 14 februari.
2025:
München 1938
och nu:

Timothy David Snyder, född 1969, är en amerikansk historiker som specialiserat sig på Central- och Östeuropas historia, Sovjetunionen och Förintelsen. Han är Richard C. Levin professor i historia vid Yale University och permanent fellow vid Institute for Human Sciences i Wien



Bild: Wikimedia Commons, Ot Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

”Att blidka Ryssland, om det leder till rysk seger nu eller senare, kan mycket väl skapa förutsättningar för ett världskrig. Ett Ryssland som förstör Ukraina, i praktiken med amerikansk hjälp, skulle vara ett helt annat land. Ukrainska resurser, liksom Tjeckoslovakiens resurser 1938, skulle göra angriparen till en mycket starkare makt. Detta är en obekväm punkt, men en som måste beaktas. Ukraina har den bästa armén i Europa, och den mest stridshärdade. Det är det enda landet i väst som har utkämpat ett stort krig under detta årtionde. Den förnyar sig snabbare än vad andra kan kopiera. Allt detta, och jordbruket, mineralerna och hamnarna, kan gå förlorade för Ryssland. Och sedan, efter en tid naturligtvis, står Europa inför ett mycket mäktigare land, ett land som är gjort för krig, ett land vars ledare tror att krig fungerar.”

Eftergifter i München - av Timothy Snyder: <https://snyder.substack.com/p/appeasement-at-munich>

TELEVISION

Missa inte denna film: "Aftersun"

Aftersun, regisserad av Charlotte Wells i hennes långfilmsdebut, är en djupt gripande och subtilt berättad historia om minnen, kärlek och det komplexa bandet mellan en far och hans dotter. Filmen utspelar sig under en solig semester i Turkiet på 1990-talet, där 11-åriga Sophie (Frankie Corio) och hennes unga far Calum (Paul Mescal) tillbringar tid tillsammans. Genom Sophies vuxna blick, gestaltad via gamla videospelningar, vävs en berättelse som är lika mycket en reflektion över det förflutna som en skildring av ögonblicket.



Det här är en film man skall se från början till slut med eftertanke. Och det kan vara njutbart att se den två gånger.

En av filmens stora styrkor är dess förmåga att fånga det vardagliga med en närmast poetisk känslighet. Wells använder bleka färger, suddiga videoklipp och ett långsamt tempo för att återskapa känslan av ett minne - inte bara som det var, utan som det känns i efterhand. Detta gör "Aftersun" till en film som lever i det outtalade, där små gester och tysta stunder bär på en enorm emotionell vikt. Scenerna vid poolen, de klumpiga danserna och de allvarliga samtalen mellan far och dotter bygger upp en intim känsla av närhet, men också en vag, gnagande känsla av att något är fel under ytan.

Paul Mescal levererar en enastående prestation som Calum, en far som bär på en inre tyngd han försöker dölja för sin dotter. Hans leende är varmt, men hans blick avslöjar en sorg som aldrig

helt förklaras - och det är just denna återhållsamhet som gör hans porträtt så hjärtskärande. Frankie Corio, i sin debutroll, är en uppenbarelse som Sophie. Hennes naturliga framtoning och kemi med Mescal gör deras relation trovärdig och rörande, och hon balanserar barnets nyfikenhet med en begynnande medvetenhet om livets komplikationer.

Något som bör framhållas är hur "Aftersun" undviker att ge enkla svar. Filmen handlar mindre om vad som händer och mer om hur det känns - både för Sophie då och för den vuxna Sophie som ser tillbaka. Det är en studie i melankoli och nostalgi, men också i kärlekens skörhet. Vissa tittare kan kanske tycka att tempot är för långsamt eller att bristen på en tydlig dramatisk båge är frustrerande, men för de som är villiga att sjunka in i dess stämning är belöningen stor.

Den sista scenen i filmen visar hur dottern avreser till sin mamma och pappan vandrar ut i tomheten. Scenen kan tolkas på många sätt, men en tolkning är att detta var den avslutande lyckliga veckan i pappans liv, en vecka då han fick uppleva ett hans liv hade betydelse och att han hade någon som älskade honom,

Fotot och musiken förtjänar också ett omnämnande. Bilderna, ofta inspelade med en handhållen känsla, förstärker filmens personliga ton, medan det sparsmakade soundtracket - inklusive en känsloladdad användning av "Under Pressure" - träffar precis rätt i filmens mest avgörande ögonblick.

Sammanfattningsvis är "Aftersun" en liten film med ett stort hjärta. Den lyckas fånga något universellt om relationer och tidens gång utan att någonsin bli sentimental eller övertydlig. Det är en debut som markerar Charlotte Wells som ett namn att hålla ögonen på, och en uppvisning i skådespeleri från Mescal och Corio som stannar kvar långt efter att eftertexterna rullat klart. För den som söker en tankeväckande och känslösam upplevelse är detta ett måste.

Filmen finns på Yle Arena fram till den 21.5.2025.



UKRAINA

Den ukrainske presidentens ödesdigra arbetsbesök i USA den 28 februari



All materials featured on the www.president.gov.ua site are licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. The use of

any materials posted on the website is permitted provided you link to www.president.gov.ua regardless of full or partial use of materials.

KOMMUNAL- och OMRÅDESVALET 2025

Välfärdsområdes- och kommunalvalet 2025

Valdag söndagen den 13 april 2025.

Förhandsröstning i Finland

den 2 april–8 april 2025

Förhandsröstning utomlands
den 2 april–5 april 2025

Svenska folkpartiet i Österbotten utser sina sista kandidater i välfärdsområdesvalet

28.2.2025 Svenska folkpartiet (SFP)
|Pressmeddelande

SFP:s valkrets i Österbotten ställer upp sina sista kandidater i landskapsvalen i Österbotten och Mellersta Österbotten den 28 februari. SFP presenterar en komplett lista över Österbottens kandidater, dvs. 73 kandidater.

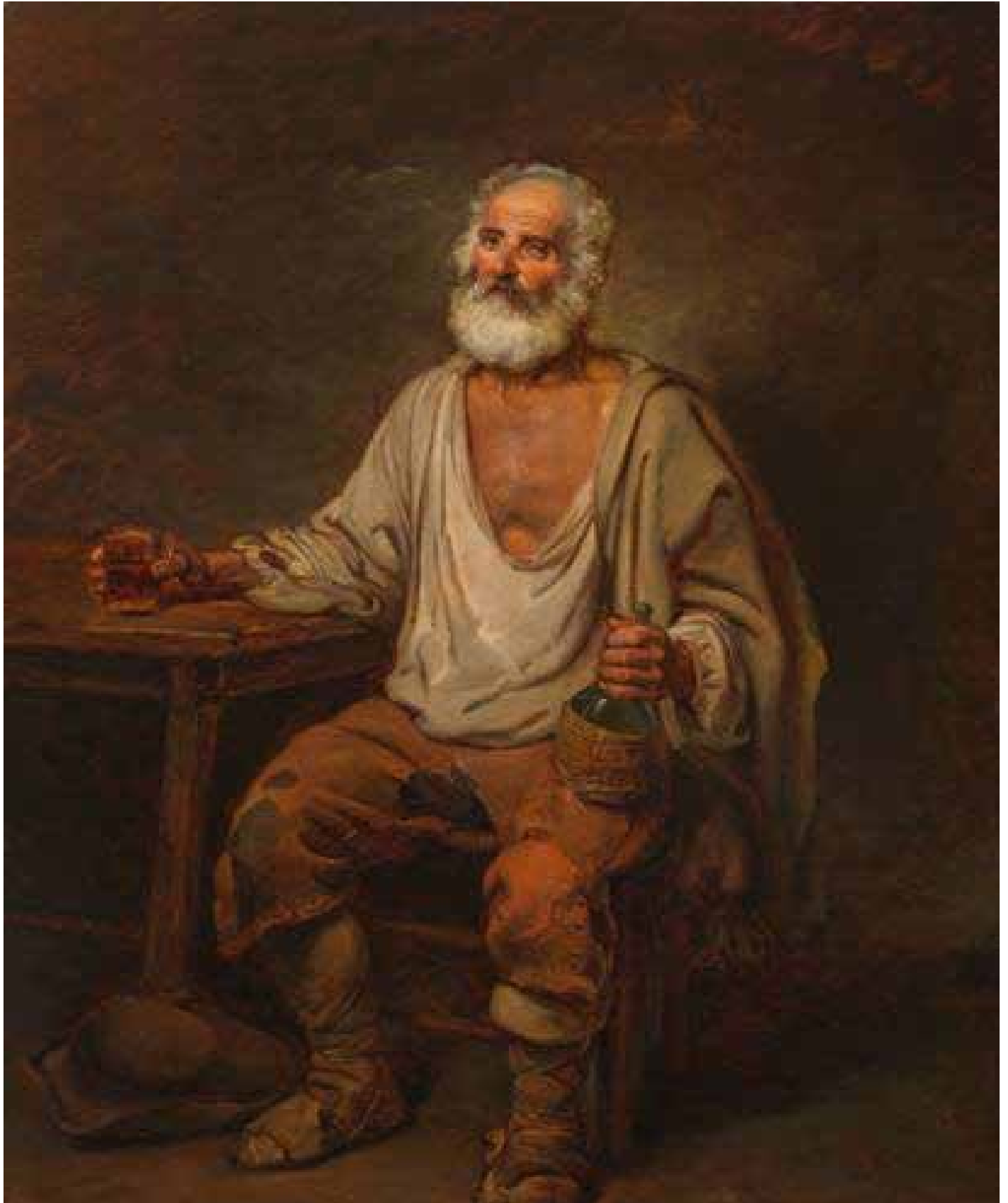
– Det är både betryggande och mycket positivt att så många har visat intresse för att bidra till vår välfärd, vilket visar att viljan att ta ansvar för det gemensamma bästa är stark. Jag är stolt och tacksam över att vi kan presentera så utmärkta alternativ för väljarna i både Österbotten och Mellersta Österbotten. Nu är det väljarnas tur att hitta sin egen kandidat, säger Samuel Broman, distriktsordförande.

Kandidater i SFP:s välfärdsområdesval

Walter Söder, Vasa
Bruno Köhler, Vasa
Jan-Erik Möuts, Vasa
Tomas Bäck, Korsholm
Patrik Björkman, Korsholm
Camilla Roslund-Nordling, Pedersöre
Amra Basic, Närpes
Tommy Holm, Malex
Mikael Perjus, Kristinestad
Ida Wikman, Kaskö
Jens Antus, Vörå
Monica Asplund, Korsholm
Ann-Britt Backull, Vörå
Eva-Stina Berg, Malax
Ove Bergman, Vörå
Jan Bonn, Vasa
Johanna Borg, Närpes
Rainer Bystedt, Vörå
Mira Bäck, Vasa
Christina Bodbacka, Kronoby
Hanna Bonn, Malex
Roger Eriksson, Luoto
Lisbeth Fagerström, Vasa
Jan-Anders Fagerhed, Larsmo
Greger Forsblom, Pedersöre
Marja Forsén, Närpes
Åsa-Britt Forth-Snellman, Korsholm
Steven Frostdahl, Nykarleby
Ulla Grönvall-Streng, Jakobstad
Mikael Gädda, Korsholm
Annica Haldin, Jakobstad
Simon Hellbom, Vasa
Faruk Hodzic, Korsnäs
Johanna Holmäng, Pedersöre
Jenni Ingo, Korsholm
Mikaela Jansson, Pedersöre
Sven Jerkku, Närpes
Gunilla Jusslin, Vörå

Kanon Kaptens, Luoto
Kaj Kärr, Kristinestad
Anton Lind, Vasa
Hans-Erik Lindgren, Kronoby
Eva Lindqvist, Pedersöre
Yngve Lithén, Korsholm
Jan-Anders Lundenius, Kaskö
Ramieza Mahdi, Vasa
Marita Mattfolk, Vörå
Minna Nygård, Korsholm
Steve Nyholm, Nykarleby
Kenneth Nylund, Nykarleby
Kaj Nyman, Jakobstad
Maria Palm, Nykarleby
Pauliina Peltorinne-Cederström, Nykarleby
Jessica Påvall, Luoto
Camilla Ribacka, Korsnäs
Joacim Sandbacka, Kronoby
Anne Salovaara-Kero, Vasa
Kristian Schrey, Vasa
Johanna Smeds, Korsholm
Ann-Sofie Smeds-Nylund, Närpes
Sari Somppi, Vasa
Åsa Stenbacka, Korsholm
Maria Storgård, Vasa
Carina Storhannus, Kristinestad
Eva-Maria Strömsholm, Vasa
Rolf Sund, Korsholm
Marcus Suojoki, Jakobstad
Maria Tokou, Kruunupyä
Mia West, Malex
Ingrid Wester, Jakobstad
Kim Yli-Pelkola, Jakobstad
Anton Åkerman, Närpes
Erica Åminne, Kronoby

VECKANS KONSTUPPLEVELSE



Alexander Lauréus

4.1.1783, Turku

20.10.1823, Rooma, Italia

Vindrickande man, 1822

EVENEMANG

LILLA TEATERN, HELSINGFORS

Musikalen Katrina

Ifall man inte hann se denna banbrytande musikal på Wasa Teater så går det bra att resa till Helsingfors och se den där:

Föreställningar:

12.3 kl 18.30
17.3 kl 18.30
19.3 kl 18.30
20.3 kl 18.30
24.3 kl 18.30
25.3 kl 18.30
28.3 kl 18.30
29.3 kl 18.30
5.4 kl 18.30
8.4 kl 18.30
9.4 kl 18.30
25.4 kl 18.30
26.4 kl 18.30
29.4 kl 18.30
30.4 kl 18.30
2.5 kl 18.30
3.5 kl 18.30

”Den unga Katrina lockas av kärleken att flytta från Österbotten till Åland för att bli sjömanshustru. Trots att hon blir lämnad ensam, lyckas hon gång på gång med ren viljekraft kliva över och besegra varje hinder som ödet ställer i hennes väg”.

<https://hkt.fi/esitykset/katrina/>

UMEÅ: Norrlandsoperans konsertsal

5.3.2025 kl 19.30

Botnia Classic: Tidens spegel

- Vasa Baroque
- Seinäjoki stadsorkester
- Karleby Winteracordeon
- Musikfestspelen i Korsholm

www.norrlandsoperan.se

ATENEUM

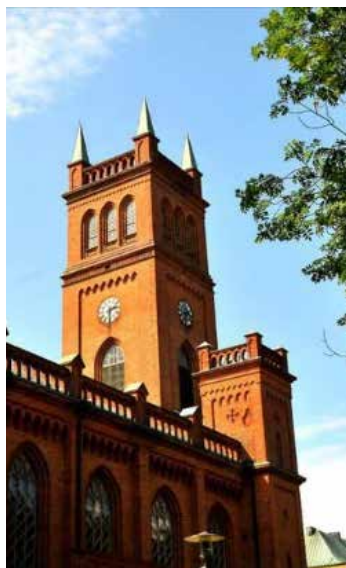
När Ateneum öppnar dörrarna till utställningen Gränsöverskridarna den 7 mars 2025, bjuds besökarna in till en fascinerande resa genom tid

och rum. För första gången samlas verk av de modiga kvinnor som, trots sin tids begränsningar, korsade geografiska och sociala gränser för att skapa konst.

Bland de framträdande namnen finns två konstnärer från Vasa – den djärva landskapsmålaren **Fanny Churberg** och den skickliga porträtt- och genremålaren **Alexandra Frosterus-Såltin**.

Kyrkornas klingande vecka:

Under Kyrkornas klingande vecka kan man lyssna på så gott som alla Vasa evangelisk-lutherska församlingars körer och orkestrar. Det är fritt inträde till alla konserter.



Missa Concordiae fredag 28.3 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan. Sing the Joy, dirigent Sini Usmi.

Barnens fest lördag 29.3 klockan 15 i Lillkyro kyrka. Församlingarnas barnkörer. Canticum Maris a cappella söndag 30.3 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan. Dirigent Tarja Viitanen.

Kyrkokörerna och kantorerna onsdag 2.4 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan.

Ungdomskören Merina torsdag 3.4 klockan 19

i Brändö kyrka. Dirigent Tarja Viitanen.

TOMMYS: TILLSAMMANS IGEN

RITZ

5.3.2024 KL 19 - 21.30

Hans Martin, Nicklas Källdström

<https://ritz.fi/events/>

Vaasa-Vasa Baroque

La / Lö 22.3 klo / kl. 16.00

Musiikkia Veturitallissa / Musik i Lokstallet

Sinfonioita yhdelle viululle – Stradellan sonaateja ja kirjeitä

Symfonier för en violin – Stradellas sonater och brev Pirkanmaan barokki & Aira Maria Lehtipuu

Tähän konserttiin on vapaa pääsy! Avoimet ovet Veturitallissa koko päivän, tule tutustumaan Wärtsilän alueeseen.

<https://vaasabaroque.com/>

VASA HUMORFESTIVAL 2025

2-4.4.2025

Arr. Finlandssvensk kulturutveckling

Vaasa-Vasa Baroque

Su / Sö 27.4 klo / kl. 17.00

Stadshusets festsal

Händel ja Roman Lontoossa – Händel möter Roman i London

Kajsa Dahlbäck, sopraano / sopran

Drottningholms barockensemble (SWE)

<https://vaasabaroque.com/>

VASA KÖRFESTIVAL XXXI

22-24.5.2025

Vasa Körfestival är ett internationellt storevenemang för körmusik. Sångarsångens glada och sociala avslutningsfest är öppen för alla körer.

MUSIKFESTSPELEN I ILMAJOKI

”STORA OFREDEN 1713-1721”

6-15.6.2025

”Denna mäktiga och aktu-

ella opera tar hatets år och våra förfäders öden tillbaka till Kyrö älvs stränder.

Big Wrath är en skakande och närande berättelse om familjeband, moderskärlek, uthållighet och kraften i samarbete under en tid, när Ryslands brutala anfallskrig mot Finland brände ner Österbotten till svart jord.”

www.musiikkijuhlat.fi

NÄRPES TEATER

”Maskinisterna”, en pjäs om Bröderna Wickström och deras motorfabrik. med manus och regi av Erik Kiviniemi.

Urpremiär 28.6.25 klo 19

Andra föreställningar:

1.-7 kl 19
3.7. kl 19
7.7. kl 19
8.7. klo 19
10.7 kl 19
13.7. kl 17
15.7. kl 19
16.7. kl 19
17.7. kl 19
19.7. kl 19

KASKÖ MUSIKSOMMAR

9-12.7.25

Festival för klassisk musik i Finlands minsta stad.

”Havets närhet, Kaskö stads historia, tvåspråkigheten, den vackra trähusmiljön”

Konstnärliga ledare Anna-mari och Samuli Peltonen

LOCHTEÅ KYRKOMUSIKFESTSPEL

22-27.7.25

Kyrkomusik från tusenåriga traditioner

www.kirkkomusiikkijuhlat.fi

MUSIKFESTSPELEN KORSHOLM

23.7.–30.7.2025

Över hundra artister från hela världen samlas i slutet av juli för en vecka fylld av musik och gemenskap.

RYMD-NYHETER

MÅNEN

Det första mobiltelefonsystemet på månen: Ett jättekliv för månkommunikation av finländska Nokia



https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lunar_Gateway_-_Human_Lunar_Lander_Development.jpg

Månländskapet är på väg att bevittna en teknisk milstolpe, ett ögonblick som för alltid kommer att förändra hur vi uppfattar kommunikation bortom jorden. Samtidigt som Intuitive Machines IM-2-uppdrag, med en rad NASA-experiment, förbereder sig för landningen i Mons Mouton den 6 mars, bär det också med sig en banbrytande finsk innovation: Nokias Lunar Surface Communications System (LSCS), det första mobiltelefonsystemet som konstruerats för månen.

Detta är inte bara en symbolisk gest; det är ett viktigt steg mot att etablera en hållbar mänsklig närvaro på månen och bortom. Nokias LSCS, som finansieras genom NASA:s Tipping Point-initiativ, är ett 4G/LTE-kommunikationssystem, ett bevis på företagets långvariga expertis inom mobilteknik. Den är utformad för att underlätta sömlös kommunikation mellan Intuitive Machines-landaren, en Lunar Outpost-rover, och Micro Nova-behållaren,

vilket visar genomförbarheten av cellulär anslutning i den tuffa mån miljön.

Föreställ dig en framtid där astronauter på månen utan ansträngning kan överföra högupplöst video, skicka och ta emot kommando- och kontrollmeddelanden och dela viktiga sensor- och telemetridata, allt via ett tillförlitligt mobilnätverk. Detta är löftet i Nokias LSCS. Det handlar inte bara om att ringa telefonsamtal; Det handlar om att bygga grunden för en robust kommunikationsinfrastruktur som kommer att stödja framtida månfärder, vetenskaplig forskning och till och med potentiella månbo-sättningar.

Utmaningarna med att etablera ett mobilnät på månen är enorma. Mån miljön kännetecknas av extrema temperaturvariationer, strålning och frånvaron av atmosfär. Nokias LSCS har konstruerats för att klara dessa utmaningar, vilket visar företagets engagemang för att utveckla robust och tillförlitlig teknik för rymdforskning. Systemets ultrakompakta design är också avgörande för att minimera nyttolastens vikt och maximera

effektiviteten för månfärder.

Initiativet är ett stort steg framåt för Finland och befäster Finlands ställning som föregångare inom rymdteknik. Nokias engagemang i Artemis-kampanjen är ett bevis på landets växande expertis inom detta område. Det är en källa till nationell stolthet och ett bevis på finländsk uppfinningsriktighet på den globala arenan.

Detta är mer än bara en teknisk demonstration; Det är ett visionärt steg mot framtidens rymdforskning. Förmågan att etablera tillförlitliga kommunikationsnätverk på månen är avgörande för att möjliggöra långsiktig mänsklig närvaro och vetenskaplig forskning. Det är som att lägga grunden för en månstad och se till att astronauterna kan hålla kontakten och dela data i realtid.

Det är särskilt anmärkningsvärt att ett finländskt företag går i spetsen för detta arbete. Nokias långa historia av innovation inom mobilteknik tillämpas nu på utmaningarna med rymdforskning. Detta projekt belyser vikten av offentlig-privata partnerskap för att driva tekniska

framsteg.

Detta är dock bara början. Nästa steg blir att utveckla detta 4G/LTE-system till ett mer robust och skalbart nätverk, som potentiellt kan innehålla 5G eller till och med framtida generationer av mobilteknik. Det slutliga målet är att skapa en sömlös kommunikationsinfrastruktur som kan stödja ett brett spektrum av månaktiviteter.

Detta projekt väcker också viktiga frågor om rymdforskningens framtid. När vi beger oss längre ut i kosmos måste vi överväga de etiska och miljömässiga konsekvenserna av våra handlingar. Det är viktigt att vi utvecklar hållbara tekniker och metoder som minimerar vår påverkan på mån miljön.

I slutändan är Nokias LSCS en symbol för mänsklig ambition och vår obehagliga strävan efter kunskap. Det är en påminnelse om att även de mest ambitiösa drömmarna kan bli verklighet med innovation, samarbete och en anda av utforskning. Månen kallar och Nokia hjälper oss att svara.

När maten inte går ner: Akalasi

Akalasi är en sällsynt sjukdom i övre magmunnen på grnsen mellan matstrupen och magsäcken som gör det smärtsamt och svårt att äta. Det är som en grind som inte går att öppna: ringmuskeln i den nedre delen av matstrupen slappnar inte av ordentligt, vilket gör att maten inte når magsäcken. Detta kan leda till ett brett spektrum av symtom och ha en betydande inverkan på livskvaliteten. Det finns olika behandlingar, och även om behandlingen inte kan bota sjukdomen kan symtomen lindras väldigt bra..



Thomas Willis (1621-75)

Detta är ingen ny sjukdom. Den engelske läkaren Thomas Willis (1621-75) skrev en redogörelse för denna sjukdom 1674 och han behandlade sjukdomen genom att vidga matstrupen med ett valben.

Sällsynt, men inte okänd

Akalasi är en relativt ovanlig sjukdom, men den är inte okänd. Av 150 000 tusen människor (t.ex. i Österbottens välfärdssområde) insjuknar i genomsnitt en person i denna sjukdom varje år. Det förekommer hos människor i alla åldrar, men oftast bryter det ut mellan 30 och 60 års ålder. Orsaken till sjukdomen är

inte helt klarlagd, men forskarna misstänker att det rör sig om en autoimmun sjukdom där kroppens eget immunförsvar angriper nervceller i matstrupen. En virusinfektion kan potentiellt fungera som en utlösande faktor.

Nervfibrerna som får den övre magporten att öppnas fungerar inte längre, så magporten förblir stängd. Genetiska faktorer kan också spela en roll.

Om en person har varit i Sydamerika bör man ta hänsyn till att han eller hon kan ha Chagas sjukdom, en parasitsjukdom som ger samma symtom som akalasi.

Symtomen varierar

Symtomen på akalasi kan variera från person till person. När en patient besöker en läkare i ett tidigt skede av sjukdomen antar man ofta att det är sura uppstötningar och att man ger läkemedel mot det.

De vanligaste symtomen är:

Svårigheter att svälja: Mat, särskilt fast föda, verkar inte gå ner och det känns som om maten "fastnar" i matstrupen. Hicka kan förekomma.

Bröstmärta: Matstrupskrampor kan orsaka smärta bakom bröstbenet.

Uppstötningar: Mat eller vätska kan stiga tillbaka in i munnen, även timmar efter att ha ätit.

Viktminskning: Att äta kan vara så svårt att det leder till viktminskning.

Hosta och lunginfektion: Att få upp maten igen kan orsaka hosta och till och med lunginfektioner om mat kommer in i luftvägarna.

När maten inte kommer in fritt i magsäcken ansamlas den i matstrupen, som gradvis expanderar.

Diagnos kräver undersökningar

Att diagnostisera akalasi kan vara utmanande, eftersom sym-



Utvidgad matstrupe i en röntgenbild

tomen kan likna dem vid andra sjukdomar i matstrupen. För att komma fram till en diagnos krävs oftast ett antal undersökningar, till exempel:

Esofagoskopi (gastroskopi):

Matstrupen granskas genom ett flexibelt rör, vilket gör att förändringar i slemhinnan kan ses och biopsier kan tas vid behov.

Manometri är den viktigaste undersökningen. Den mäter funktionen och trycket i matstrupens muskler. Vid akalasi avslöjar manometri typiska förändringar, såsom avslappning av sfinktern och frånvaron av esofagus kontraktila rörelser. Numera görs undersökningen oftast som precisionsmanometri, där katetern har sensorer med centimeters mellanrum,

Röntgen: En röntgen av matstrupen kan hjälpa till att upptäcka utvidgning av matstrupen och bromsa matens passage.

Det finns flera typer av behandling

Det finns inget botemedel mot akalasi, men symtomen kan lindras och livskvaliteten kan förbättras med olika behandlingar. Behandlingsmetoderna

inkluderar:

Medicinering: Mediciner kan hjälpa till att slappna av matstrupens sfinkter. Läkemedel, såsom nitro- och kalciumblockerare, lindrar symtomen och används i väntan på vård eller i situationer där annan behandling av någon anledning inte är möjlig. Botulinum-injektioner används också för detta ändamål, problemet med dem är den korta varaktigheten av effekten, efter sex månader av injektionerna är endast en av två asymtomatisk.

Pneumatisk dilatation: Matstrupsfinktern vidgas med hjälp av en ballong. Vanligtvis behövs 2-3 behandlingar för att få ett bra resultat.

Kirurgi: Vid operation försvagas matstrupens sfinkter så att maten kan passera bättre.

POEM-procedur: En nyare, endoskopisk assisterad procedur där esofagussfinktern är försvagad. Kirurgiska robotar används nu inom kirurgin, vilket har förbättrat operationsresultaten och minskat komplikationerna.

Perkutan endoskopisk myotomi (POEM) är en ny behandlingsmetod där ingreppet utförs genom ett gastroskop,

Prognosen är oftast god

Prognosen för akalasi är oftast god, så länge sjukdomen diagnostiseras och behandlas i tid. Med hjälp av behandlingar kan symtomen oftast kontrolleras väl och patienterna kan leva ett normalt liv, och sjukdomen påverkar oftast inte den förväntade livslängden när den behandlas. Det är dock viktigt att komma ihåg att akalasi är ett kroniskt tillstånd som kräver regelbunden övervakning och ibland upprepade behandlingar.

DIN HÄLSA

Kaffe skyddar mot Alzheimer – men drick sockerfritt!

Kaffe har länge ansetts vara mer än bara en morgonuppgigare. Studier har antytt att det kan finnas en potential att skydda mot neurodegenerativa sjukdomar som Alzheimers och Parkinsons. Nu har en stor, långsiktig studie gett övertygande bevis, som bekräftar sambandet och, vilket är avgörande, avslöjar en viktig varning: den skyddande effekten gäller endast osötat och koffeinhaltigt kaffe.

Forskningen, som publicerades i American Journal of Clinical Nutrition, följde över 200 000 deltagare i UK Biobank under en median på nio år. Forskarna spårade noggrant deras kaffekonsumtion och kategoriserade den efter typ: sockersötat, artificiellt sötat, osötat, koffeinhaltigt och koffeinfritt. De analyserade sedan förekomsten av Alzheimers sjukdom och relaterade demenssjukdomar (ADRD), Parkinsons sjukdom (PD) och dödlighet relaterad till dessa tillstånd.

Resultaten var slående. Individuella som konsumerade den högsta mängden osötat, koffeinhaltigt kaffe (minst tre koppar om dagen) visade en signifikant minskad risk för både ADRD och PD jämfört med dem som inte drack kaffe. Specifikt hade de en 25% lägre risk för ADRD och en 29% lägre risk för PD. Denna skyddande effekt sträckte sig även till att minska risken för död från neurodegenerativa orsaker, även om detta fynd inte var statistiskt signifikant.

Studien avslöjade dock också en avgörande detalj: denna skyddande effekt försvann när socker, antingen naturligt eller artificiellt, tillsattes till kaffet. Varken sockersötat eller artificiellt sötat kaffe visade något signifikant samband med en minskad risk för neurodegene-

rativa sjukdomar. Inte heller koffeinfritt kaffe gav några skyddande fördelar.

Denna distinktion är viktig. Även om tidigare studier har antytt ett samband mellan kaffe och minskad risk för demens, har de ofta misslyckats med att skilja mellan olika kaffetyper. Denna nya forskning klargör bilden och betonar att fördelarna specifikt är knutna till kombinationen av koffein och frånvaron av sötningsmedel.

Varför spelar det här roll?

Alzheimers och Parkinsons är förödande neurodegenerativa sjukdomar som drabbar miljontals människor över hela världen. Att hitta sätt att minska risken för dessa tillstånd är en viktig folkhälsofråga.

Denna studie erbjuder en enkel, tillgänglig livsstilsförändring som potentiellt kan göra en betydande skillnad.

Vad är vetenskapen bakom det?

Även om de exakta mekanismerna fortfarande undersöks, finns det flera teorier. Koffein, ett känt stimulant, har visat sig ha neuroprotektiva egenskaper. Det kan blockera adenosinreceptorer i hjärnan, som är involverade i att bromsa nervaktiviteten och främja sömn. Genom att blockera dessa receptorer kan koffein hjälpa till att skydda hjärnceller från skador.

Dessutom innehåller kaffeböror en mängd andra föreningar, inklusive antioxidanter, som kan hjälpa till att skydda celler



från skador orsakade av fria radikaler. Dessa antioxidanter kan också spela en roll i de neuroprotektiva effekterna av kaffe. Tillsatsen av socker kan dock motverka dessa positiva effekter genom olika mekanismer, såsom att främja inflammation eller påverka insulinkänsligheten. Ytterligare forskning behövs för att fullt ut förstå det komplexa samspelet mellan kaffe, koffein, socker och hjärnan.

Vad bör du göra?

Om du gillar kaffe och är orolig för risken för neurodegenerativa sjukdomar, tyder den här studien på att byta till osötat, koffeinhaltigt kaffe kan vara ett fördelaktigt val. Att sikta på minst tre koppar om dagen

verkar ge det mest betydande skyddet. Det är dock viktigt att rådgöra med din läkare innan du gör några betydande förändringar i din kost, särskilt om du har underliggande hälsotillstånd.

Denna nya forskning ger starka bevis för att osötat, koffeinhaltigt kaffe kan spela en roll för att skydda mot Alzheimers och Parkinsons sjukdom. Även om mer forskning behövs för att fullt ut förstå de mekanismer som är involverade, ger den här studien en värdefull inblick i de potentiella fördelarna med denna populära dryck – så länge du hoppar över sockret.

SJÖFARTSMUSEER

Vasa sjöfartsmuseums Wasa King-modell visas nu i Tallinn



Vasa sjöfartsmuseums värdefulla fartygsmodell av färjan Wasa King är nu en del av den nya utställningen "Estonia – ett fartygs historia" på Estlands sjöfartsmuseum i Tallinn. Utställningen, som är öppen 28.9.2024–30.3.2025, berättar historien om Estoniafärjan, som är betydelsefull för Estlands historia, och dess roll i sjöfarten på Östersjön.

Skeppsmodellen Wasa King är en exakt miniatyrkopia av skeppet, som under olika epoker var känt under flera namn, som Viking Sally, Silja Star och slutligen Estonia. Fartyget byggdes 1980 på Meyer Werft-varvet i Tyskland och dess livscykel inkluderade flera rutter och ägarbyten. År 1991 döptes fartyget om till Wasa King och seglade från Vasa till Umeå innan det flyttades till rederiet Estline och fick namnet Estonia.

Utställningen i Tallinn lyfter fram skeppets roll i Estlands historia och dess betydelse för estländarna. Kryssningsfartyget symboliserar landets restaurering, uppnåendet

av västerländska värderingar och internationell enighet. Utställningen ger en inblick i färjans historia, från dess konstruktion till dess tragiska slut natten till den 28 september 1994, då Estonia sjönk i Östersjön och tog 852 människor med sig.

Vasa sjöfartsmuseums modell Wasa King är en betydande del av utställningen, eftersom den presenterar fartygets ursprungliga struktur och interiör i detalj. Skaldellen hjälper besökaren att förstå skeppets historia och dess förändringar under olika tidsepoker. Modellen har väckt stort intresse bland både estniska och internationella besökare.

Utställningen fokuserar inte på att undersöka orsakerna till förlisningen, utan fokuserar på att hedra minnet och möjligheten att reflektera över skeppets historia och betydelse. Närvaron av Wasa King-modellen ger mer djup och autenticitet till utställningen och ger besökarna en värdefull inblick i sjöfartens historia i Östersjön och Estlands betydelse för Estland och dess folk.

Wasa King återvänder till Vasa sjöfartsmuseum före slutet av maj, så denna fina modell tillverkad i Tyskland kan beundras här i Vasa i sommar.



Helvi Riihimäki från Vasa sjöfartsmuseum förde Wasa King-modellen till Tallinn. Bilder från Tallinn: Helvi Riihimäki

Estonias förlisning

För 30 år sedan, den 28 september 1994, inträffade en tragisk olycka när M/S Estonia som seglade mellan Tallinn och Helsingfors sjönk. Ombord fanns cirka 1 000 passagerare och besättning. Förlisningen ägde rum under stormiga väderförhållanden och varade bara i cirka 30 minuter. Olyckan krävde 852 människors liv, vilket gör den till en av de värsta sjöolyckorna i historien. Olyckan väckte stor internationell uppmärksamhet och ledde till betydande förändringar i sjösäkerheten. Händelsen är fortfarande ihågkommen av många och påverkar fortfarande sjötrafiken i regionen.

HÄLSA

Om du är över 70 år kan dessa mediciner påverka ditt minne



När vi åldras blir våra kroppar mer mottagliga för effekterna av mediciner. För personer över 70 kan vissa vanligt föreskrivna läkemedel öka risken för minnesförlust eller kognitiv försämring, inklusive Alzheimers sjukdom.

Att förstå dessa mediciner och deras potentiella biverkningar är avgörande för att upprätthålla kognitiv hälsa under senare år. Hur mediciner påverkar minnet Hjärnans komplexa kemi är känslig för störningar, särskilt hos äldre vuxna. Många läkemedel kan störa signalsubstanser, minska syretillförseln till hjärnan eller orsaka biverkningar som förvirring eller dåsighet. När dessa faktorer kvarstår kan de bidra till minnesproblem och i vissa fall öka risken för neurodegenerativa sjukdomar.

Läkemedel kopplade till minnesförlust och kognitiv försämring Här är några kategorier av mediciner som kan påverka minnet hos äldre vuxna:

1. Antikolinergika

Antikolinerga läkemedel blockerar acetylkolin, en neurotransmittor som är avgörande för minne och inlärning. Äldre vuxna är särskilt utsatta för de kognitiva effekterna av dessa droger.

Exempel:

Difenhydramin (finns i receptfria sömnhjälpmiddel och allergimediciner)

Oxybutynin (används för överaktiv blåsa)

Amitriptylin (ett antidepressivt

medel)

Risker: Kronisk användning har kopplats till en ökad risk för Alzheimers sjukdom.

2. Bensodiazepiner

Bensodiazepiner skrivs ofta ut mot ångest, sömnlöshet eller muskelavslappning, men de kan avsevärt påverka den kognitiva funktionen.

Exempel:

Diazepam (Diapam)

Lorazepam (Temesta)

Alprazolam (Xanor)

Risker: Dessa läkemedel kan orsaka dåsighet, förvirring och minnesstörningar. Långvarig användning är förknippad med en högre risk för demens. Och dåsigheten kan ge ökad risk för olyckor. Om du ramlar på natten i ditt hem kan du få en höftfraktur och sitta i rullstol i många veckor eller månader. Så om du är gammal, använd inte dessa droger åtminstone inte under en längre tid, om möjligt.

3. Statiner

Statiner används i stor utsträckning för att sänka kolesterolet, vilket är avgörande för kardiovaskulär hälsa. Vissa studier tyder dock på en potentiell koppling till minnesproblem hos vissa individer.

Exempel:

Atorvastatin (lipitor)

Simvastatin (Zocor)

Risker: Även om det inte är definitivt bevisat, rapporterar vissa patienter minnesdimma, särskilt med höga doser. Det finns inga vetenskapliga bevis för att statiner skulle kunna orsaka demens, bara anekdoter. Påståendet att statiner

kan påverka minnet fick genomslag 2008 när Orli Etingin, dåvarande vice ordförande för medicin vid New York-Presbyterian Hospital, sa till en tidning i USA att atorvastatin som ofta används även i Finland "gör kvinnor dumma". Inga bevis egentligen, så sluta inte med din statinmedicin på grund av denna anekdot.

4. Antidepressiva medel

Vissa typer av antidepressiva medel, särskilt tricykliska antidepressiva medel, kan ha antikolinerga egenskaper som försämrar minnet.

Exempel:

Nortriptylin

Imipramin

Risker: Kognitiva effekter kan vara milda men kan förvärras vid långvarig användning.

5. Opioider

Föreskrivna för smärtlindring kan opioider ha lugnande effekter som försämrar korttidsminnet och kognitiv klarhet.

Exempel:

Oxykodon (OxyContin)

Morfin

Fentanyl

Risker: Långvarig eller högdosanvändning kan förvärra minnesproblem och öka risken för delirium.

6. Antihistaminer

Första generationens antihistaminer, som vanligtvis finns i allergimedier, kan passera blod-hjärnbarriären och påverka kognitiv funktion.

Exempel:

Klorfeniramin

Difenhydramin (Benadryl)

Risker: Långvarig användning kan leda till minnesdimma och förvirring, särskilt hos äldre vuxna.

7. Sömhjälpmiddel och muskelavslappande medel

Läkemedel som används för att underlätta sömnen eller slappna av muskler har ofta lugnande egenskaper som kan försämra minnet och uppmärksamheten.

Exempel:

Zolpidem (Ambien)

Cyklobensaprin (Flexeril)

Risker: Långvarig användning kan eventuellt öka risken för kognitiv försämring.

Vad kan du göra?

1. Se över dina mediciner

Om du eller en nära och kära är över 70, se regelbundet över alla mediciner med en vårdgivare.

Fråga om några läkemedel kan ersättas med säkrare alternativ eller om dosen kan justeras.

2. Var uppmärksam på polyfarmaci Att ta flera mediciner ökar risken för läkemedelsinteraktioner och biverkningar. Konsolidering av behandlingar eller eliminering av onödiga läkemedel kan minska dessa risker.

3. Anta icke-farmaceutiska strategier

I vissa fall kan livsstilsförändringar minska behovet av mediciner som försämrar minnet:

Öva god sömnhygien istället för att lita på sömntabletter.

Hantera ångest eller depression genom rådgivning eller mindfulness-övningar.

Åtgärda smärta med sjukgymnastik eller akupunktur.

4. Håll dig fysiskt och mentalt aktiv

Regelbunden motion, en hälsosam kost och kognitiva aktiviteter (som pussel eller läsning) kan hjälpa till att lindra de kognitiva effekterna av mediciner.

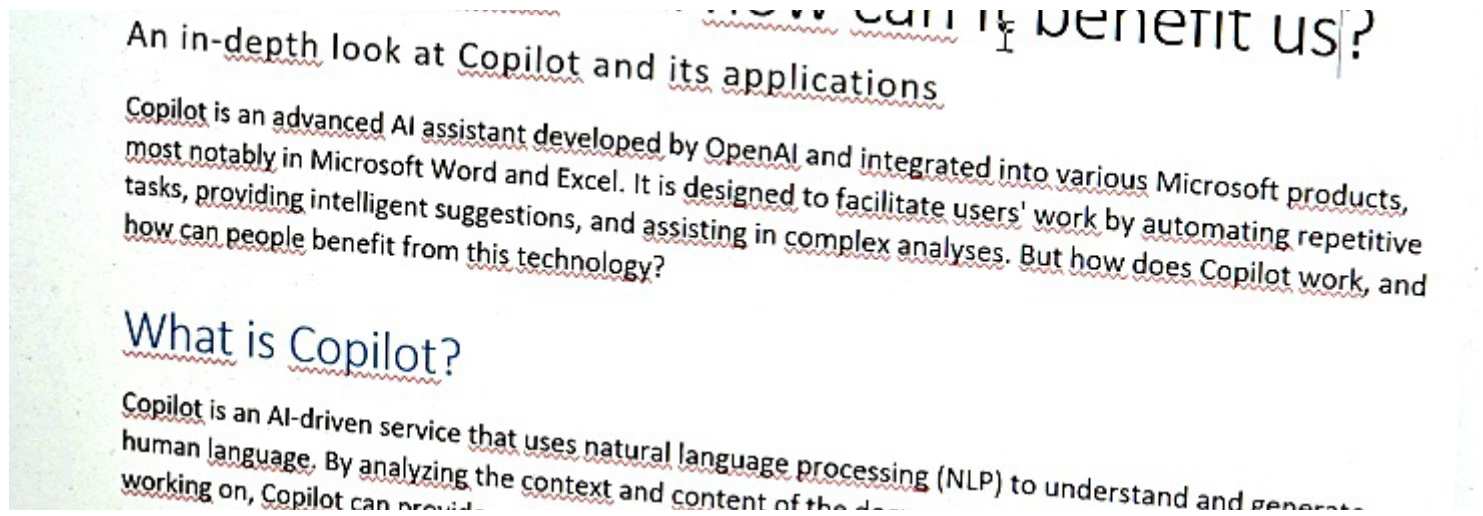
Medan många mediciner kan stödja hälsa och välbefinnande, medför vissa risker för minne och kognitiv funktion, särskilt hos äldre vuxna.

Genom att förstå dessa risker, diskutera problem med vårdgivare och utforska alternativa behandlingar är det möjligt att minimera påverkan på minnet och behålla ett skarpt sinne långt in i de gyllene åren.

AI

Vad är Copilot och hur underlättar det vår vardag?

En djupdykning i Copilot och dess användningsområden



Copilot är en avancerad AI-assistent utvecklad av OpenAI och integrerad i olika Microsoft-produkter, mest framträdande i Microsoft Word och Excel. Den är designad för att underlätta användarnas arbete genom att automatisera repetitiva uppgifter, ge intelligenta förslag och hjälpa till med komplexa analyser.

Men hur fungerar Copilot, och hur kan människor dra nytta av denna teknologi?

Vad är Copilot?

Copilot är en AI-driven tjänst som använder naturlig språkbehandling (NLP) för att förstå och generera mänskligt språk. Genom att analysera kontexten och innehållet i de dokument och kalkylblad du arbetar med, kan Copilot ge förslag som förbättrar effektiviteten och kvaliteten på ditt arbete. Det är som att ha en medarbetare som kan hjälpa till med allt från att skriva och redigera text till att skapa och analysera data.

Användningsområden för Copilot

Copilot kan användas på många olika sätt för att förbättra arbets-

flödet och produktiviteten. Här är några exempel:

- **Textredigering och skrivhjälp:** I Microsoft Word kan Copilot ge förslag på grammatik och stilistiska förbättringar, hjälpa till att formulera idéer och skapa innehåll baserat på korta instruktioner.
- **Dataanalys:** I Microsoft Excel kan Copilot automatisera beräkningar, skapa komplexa formler och analysera stora datamängder för att hitta mönster och ge insiktsfulla rekommendationer.
- **Sammanfattning av dokument:** Copilot kan sammanfatta långa texter och dokument, vilket sparar tid och gör det lättare att snabbt få en överblick över viktig information.
- **Mötesanteckningar:** Copilot kan automatiskt generera mötesanteckningar och action-punkter, vilket säkerställer att inget viktigt missas under möten.
- **Språköversättning:** Copilot kan hjälpa till att översätta text mellan olika språk, vilket underlättar internationell kommunikation och samarbete.
- **Jämförelse med ChatGPT:** ChatGPT, också utvecklat av OpenAI, är en annan avancerad språkmodell som används för att generera text och konversera med användare. Men hur skiljer sig ChatGPT från Copilot?
- **Användningsområde:** Medan Copilot är integrerad

i specifika applikationer som Word och Excel för att förbättra arbetsflödet, är ChatGPT en mer generell språkmodell som kan användas för en mängd olika uppgifter, inklusive konversation.

• **Integration:** Copilot är djupt integrerat i Microsofts ekosystem, vilket gör det till en kraftfull assistent för kontorsarbete. ChatGPT kan däremot integreras i en mängd olika plattformar och applikationer via API:er, vilket gör det mer flexibelt.

• **Funktionalitet:** Båda modellerna använder NLP och maskininlärning för att generera text, men Copilot är mer fokuserad på att assistera med specifika kontorsuppgifter, medan ChatGPT har en bredare användningshorisont.

Kan Copilot rita bilder och diagram?

För närvarande är Copilot främst fokuserad på text- och datarelaterade uppgifter. Det betyder att det inte kan skapa bilder eller diagram direkt. Däremot kan det hjälpa till att strukturera data på ett sätt som gör det lättare att skapa visuella representationer i verktyg som Excel. Copilot kan ge förslag på hur data ska analyseras och vilken typ av diagram som skulle vara mest lämpligt, men själva skapandet av diagrammet utförs av användaren.

Framtidsutsikter och potential

Teknologin bakom Copilot utvecklas ständigt, och det finns potential för att den ska kunna hantera ännu fler uppgifter i framtiden. Med fortsatt utveckling av AI och maskininlärning kan vi förvänta oss att Copilot kommer att bli ännu mer integrerad i olika arbetsflöden och kunna hjälpa till med en ännu bredare uppsättning uppgifter. Copilot representerar ett stort steg framåt när det gäller att använda AI för att förbättra produktiviteten och effektiviteten i arbetslivet. Genom att automatisera rutinnuppgifter och ge intelligenta förslag kan Copilot frigöra tid och resurser, vilket gör det möjligt för människor att fokusera på mer kreativa och strategiska aspekter av sitt arbete.

Sammanfattningsvis är Copilot ett kraftfullt verktyg som kan förändra hur vi arbetar. Genom att integrera AI i våra dagliga arbetsflöden kan vi uppnå högre nivåer av effektivitet och produktivitet, samtidigt som vi minskar den tid och ansträngning som krävs för att utföra rutinmässiga uppgifter.

* AI

DeepSeek: Kinas AI-revolution – Vem har mest nytta av den?



I takt med att artificiell intelligens (AI) utvecklas i rasande fart har världen sett en rad nya teknologier ta form, och aktörer världen över tävlar om att ligga i framkant.

Bland dessa finns DeepSeek – en innovativ AI-plattform som nyligen lanserats från Kina. Vad gör DeepSeek unikt, och hur skiljer det sig från tidigare AI-modeller?

Vad är DeepSeek?

DeepSeek är en avancerad AI-plattform som utformats för att förbättra maskininlärning, naturlig språkförståelse och kognitiv databehandling. Plattformen är skapad av några av de främsta forskarna och ingenjörerna inom området och syftar till att tänja på gränserna för vad som är möjligt med AI idag. DeepSeek kräver identifiering av användaren är gratis att använda.

Några av DeepSeeks mest framstående egenskaper inkluderar:

Förbättrad språkförståelse: Plattformen kan tolka mänskligt språk på en djupare nivå och förstå kontext, ton och intention. Detta gör interaktionen mer naturlig. Multi-modal kapacitet: Den kombinerar data från text, bild och ljud på ett smidigt sätt och möjliggör omfattande analys. Sjävlärande algoritmer: DeepSeek har förmågan att utvecklas på egen hand genom ny data, vilket minimerar behovet av kontinuerliga mänskliga ingrepp.

Snabb bearbetning i realtid: Detta gör plattformen särskilt attraktiv för användningsområden som kundtjänst och realtidsanalyser.

Hur skiljer sig DeepSeek från äldre AI-modeller?

DeepSeek markerar ett stort kliv framåt jämfört med tidigare AI-lösningar på flera punkter: Komplexitet och djup: Tidigare AI-modeller byggde ofta på fördefinierade

algoritmer och saknade flexibiliteten att anpassa sig till ny information. DeepSeek använder djupinlärning för att analysera data på ett mer avancerat sätt.

Integration av multimodal data: Medan äldre modeller fokuserade på enstaka datatyper (till exempel text eller bild), kombinerar DeepSeek flera datatyper, vilket gör det användbart i många fler situationer.

Användarvänlighet: DeepSeek är utformat med slutanvändaren i fokus, vilket innebär att gränssnittet är anpassningsbara och kan skräddarsys för olika behov. Etik och transparens: I kontrast till äldre modeller har DeepSeek byggts med tydliga ramar för rättvisa, ansvar och öppenhet.

Vem kan ha mest nytta av DeepSeek?

DeepSeek har potential att revolutionera en rad branscher. Företag som hanterar stora datamängder, exempelvis inom sjukvård, finans eller

kundtjänst, kan dra stor nytta av dess förmåga att analysera data snabbt och exakt. Samtidigt är det ett verktyg som också kan hjälpa forskare, beslutsfattare och till och med privatpersoner i deras dagliga arbete – särskilt när det gäller att förstå komplex information eller fatta snabba beslut.

Förstår DeepSeek svenska och finska?

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

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

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

DeepSeekin menestys globaalissa tekoälyympäristössä johtuu sen jatkuvasta kyvystä oppia ja sopeutua eri kielisiin ja kulttuurikonteksteihin. Ehkä jonain päivänä voimme keskustella vapaasti ruotsiksi ja suomeksi tällä tekniikalla – mutta toistaiseksi kehityspotentiaalia on. Kehittyneiden oppimisteknologioiden, multimodaalisen integraation ja eettisten kehysten yhdistelmällä DeepSeek asettaa uuden standardin sille, mitä tekoäly voi saavuttaa. Yrityksille, tutkijoille ja innovaattoreille, jotka etsivät seuraavan sukupolven tekoälyratkaisuja, tämä on nimi, jota kannattaa pitää silmällä. Mutta se on myös muistutus siitä, kuinka pitkälle tekoälyllä on vielä matkaa – eikä vähiten omien pohjoismaisten kieltemme hallitsemisessa.

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

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

AI

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

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



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

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

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

Framväxten av AI-genererade poddar

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

ETA: Estimated time of arrival, Beräknad an-

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

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

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

JPG: Joint Photographic Experts Group (Ett populärt bildfilformat)

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

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

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

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

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

Bankomat: Uttagsautomat (din vänliga lokala bankomat)

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

VIP: Mycket viktig person (Någon som får specialbehandling)

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

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

Det här är bara ett

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

Wasa Dagblad

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

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

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

Tidningen finns tillgänglig gratis på nätet.

Läsarnas texter är välkomna!

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

Chefredaktör är Hans Björknäs.

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

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

E-post: wasadagblad@gmail.com

HOROSKOP FÖR MARS 2025

Mars´ skämt- samma stjärn- prognos

Väduren (21.3–19.4)
Vårens energi flödar
i dina ådror! Tyvärr
glömmer du ditt pa-
raply överallt. Ta det
lugnt – du är väl inte
gjord av socker (tror
vi)?

Oxen (20.4–20.5)
Vinterslasket gör dig
butter, men du låtsas
som att du trivs. Kryp
upp i soffan, drick en
liter te och vägra er-
känna att mars räknas
som vårmånad.

Tvillingarna (21.5–
20.6)
Du är full av idéer och
planer! Synd bara att
du förverkligar typ
en av dem. Men hey,
att tänka på att göra
något är ju nästan
samma sak som att
göra det, eller hur?

Kräftan (21.6–22.7)
Du känner dig kän-
losam och nostalgisk.
Försök att inte ringa
ditt ex eller gråta över
gamla väderprognos-
ser. Våren kommer –

jag lovar!

Lejonet (23.7–22.8)
Solen tittar äntligen
fram, och du kan
återvända till din
naturliga livsmiljö –
uppmärksamhetens
centrum. Bara kom
ihåg att solglasögon
inte gör mars till en
somrig månad.

Jungfrun (23.8–22.9)
Du storstädar redan
för våren, men våren
verkar inte storstäda
för dig. Andas djupt
och acceptera att
dammtussar är som
vänner – de kommer
alltid tillbaka.

Vågen (23.9–22.10)
Vet du vad du vill? Nej.
Men det är okej, för du
råkade redan blanda
ihop tre lattebeställning-
ar på kaféet. Äventyret
kan börja!

Skorpionen (23.10–
21.11)
Du är mystisk och oe-
motståndlig – förutom
när du försöker dra
på dig vinterstövlarna
i all hast. Låt våren
komma i sin egen takt,
som en riktigt bra
thriller.

Skytten (22.11–21.12)
Mars för med sig sto-
ra möjligheter! Eller
bara mer snömodd.
Men din inställning
avgör allt, så håll
skorna torra och hu-
möret uppe.

Stenbocken (22.12–
19.1)
Du har en plan för
våren. Universum
har en annan. Flexi-
bilitet är nyckeln till
framgång – och till
att inte bli arg när
bussarna är försena-
de.

Vattumannen (20.1–
18.2)
Din kreativa hjärna
uppfinner en ny vår-
trend. Tyvärr är det
sandaler och ragg-
sockor. Kanske inte
än, men vi uppskat-
tar din vision!

Fiskarna (19.2–20.3)
Födelsedagar och
vårkänslor gör dig till
en romantisk dröm-
mare. Bara se till att
inte vandra rakt ut i
en snödriva medan
du beundrar vårso-
len. Dröm stort – men
håll koll på var du
går!



DAGENS TECKNING

BLACK PIPE:



*Han som grever en grop åt näin alin så kan en hiänd he han sjölv fal-
der teit*

HUMOR FÖR ETT- HUNDRA ÅR SEDAN

FRÅN EN SMÅBARNSSKOLA I WIBORG

Barnen hade fått i uppdrag, att teckna figurer vilka skulle åskådliggöra, vad barnen tänkte bli som stora. Sålunda hade en gosse tecknat ett segelfartyg, han ville alltså bli en sjöman, en annan en automobil, han skulle bli chaufför etc.

Lilla Elsa hade icke alls tecknat. På lärarinnans fråga, varför hon ej gjort någon teckning svarade flickan
— jag tänker bli gift, men jag vet ej hur det ritas.

I FÄNGELSET

Fängelsedirektörn: Vad, Ni är åter här! Jag trodde att Edert sista besök här skulle ha förbättrat er? Fången: Det gjorde det herrn, men jag vill bli ännu bättre.

STÖLD PÅ KOMMANDE

Filmskådespelerskan: Jag ber att Ni i eder tidning skall skriva om stölden av mina juveler!
Reportern: När egde den rum?
Filmskådesp.: Nästa måndag.

DYR KLÄNNING

Hustrun: Jag vill ha en ny klädning.
Doktorn-mannen: Jaså då måste jag se igenom min patientlista, kanske någon ännu har kvar sin blindtarm.

ATT RÄKNA RÄTT. OCH FEL.

Läraren: Varför adderar Du alltid orätt.
Eleven: Jag vet inte.
Läraren: Hjälper någon dig?
Eleven: Jo, min pappa.
Läraren: Vad är han då?
Eleven: Kypare.

ATT BANTA

— Jag sade ju dig, att du skulle säga nej andra gången man bjöd dig kaka.
— Jag gjorde det, men de bjöd mig tre gånger och då visste jag inte hur jag skulle göra.

ÅLDER

Två nygifta unga fruar sitta och småprata. Den ena berättar om sitt äktenskap:
»Tänk — min man är dubbelt så gammal som jag, de' ä' synd i alla fall!»
Den andra: Hur gammal ä' han då??
— Ja, jag är 22(!) som du vet och

han är 44.
Stämmer det inte??
— Ja de' ä' ju hemskt — tänk när du blir 44, då blir han — 88 år!!!

MAT OCH DRYCK

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

ÖVERVIKT

Redaktör Julie Hirn var som känt i besittning av en imponerande kroppshydda. En dag kom han vandrande ned för Esplanaden. I hörnet av Mikaelsgatan stod en grupp pojkar och gapade med öppen mun vid åsynen av Hirns

Veckans astronomiska bild:



Nasa blue marble.jpg

A composite image of the Western hemisphere of the Earth.

NASA/ GSFC/ NOAA/ USGS

Public domain

Nasa blue marble.jpg | Copy

[[File:Nasa blue marble.jpg|Nasa_blue_marble]] | Copy

2000

Nästa vecka:



Från läsarna

Vi tar väldigt gärna emot inläggfrån 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! Säsänd gärna inlägg till:
wasadagblad@gmail-com

Annonsera i WD

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

WASA DAGBLAD
wasadagblad@gmail.com