

VAASAN PÄIVÄLEHTI

Nr 24 Sunnuntaina, 16 kesäkuuta 2024

ISSN 2954-243X

**Ilmaston-
muutos**

**Vaasan
kaupungin-
teatterissa
36.000 kä-
vijää**

**Vaasalaisia
naisia "Nais-
ten Ääni"-kir-
jastossa**

**Taistelu
diabe-
teksen
epide-
miaa
vastaan**

Tiekirkot

**TÄÄLLÄ OLEMME:
vpress.ovh**



Taistelu diabeteksen epidemiaa vastaan Suomessa: Kehotus yhteistoimintaan

Suomi, kuten monet muutkin kehittyneet maat, kohtaa kasvavaa haastetta tyypin 2 diabeteksen muodossa. Tämä krooninen tila, jolle on ominaista kohonnut verenokeriarvo, on muodostunut merkittäväksi kansanterveysongelmaksi, joka koskee miljoonia ihmisiä ja rasittaa terveydenhuoltojärjestelmiä. Vaikka geneettinen alttius vaikuttaa asiaan, ovat elämäntapatekijät, erityisesti ylipaino ja fyysisen aktiivisuuden puute, tämän sairauden ensisijaiset syyt.

Diabeteksen esiintyvyys Suomessa Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) uusimmat tiedot piirtävät huolestuttavan kuvan. Vuonna 2023 Suomessa arviolta 378 898 henkilöllä oli diagnosoitu tyypin 2 diabetes, mikä vastaa noin 10,8 prosenttia yli 20-vuotiaasta väestöstä. Tämä luku on pysynyt suhteellisen vakaana viime vuosina, mutta diabeteksen kokonaistaesaa on merkittävä.

Diabeteksen vaikutukset

Typin 2-diabeteksen seuraukset ulottuvat paljon yksilön terveyttä laajemmalle. Sairaus liittyy useisiin vakaviin komplikaatioihin, kuten sydänsairauksiin, aivohalvaukseen, munuaisten vajaatoimintaan, sokeuteen ja amputaatioihin. Lisäksi diabeteksen hoito aiheuttaa terveydenhuoltojärjestelmälle merkittävän taloudellisen taakan.

Ehkäisy: Keskeinen strategia diabeteksen torjumiseksi

Hyvä uutinen on, että tyypin 2-diabetes on pitkälti ehkäistävissä. Omaksuamalla terveellisiä elämäntapoja yksilöt voivat merkittävästi vähentää sairastumisriskiään. Nämä ennaltaehkäisevät

toimenpiteet ovat:

Terveellisen painon ylläpitäminen: Ylipaino, erityisesti vatsalihavuus, on merkittävä riskitekijä tyypin 2 diabetekselle. Tavoitteena oleva terveellinen paino ja painoindeksi (BMI) voivat vähentää sairastumisriskiä huomattavasti. 5 kg pois saattaa tehdä ihmeitä. 10 kg pois saattaa parantaa jo puhjenneen sokeritaudin.

Säännöllinen liikunta: Säännölliseen fyysiseen aktiivisuuteen osallistuminen, kuten vähintään 30 minuutin kohtalaisen rasittavaa liikuntaa useimpina viikonpäivinä, on ratkaisevan tärkeää tyypin 2-diabeteksen ehkäisemisessä. Liikunta auttaa parantamaan insuliiniherkkyyttä ja yleistä metabolistaa terveyttä.

Terveellinen ruokavalio: Monipuolisen ruokavalion noudattaminen, joka on runsas hedelmiä, vihanneksia, täysjyviä ja vähärasvaista proteiinia ja samalla rajoittaa prosessoituja ruokia, sokeripitoisia juomia ja epäterveellisiä rasvoja, voi vähentää merkittävästi riskiä sairastua tyypin 2 diabetekseen.

Näiden yksilöllisten toimenpiteiden lisäksi tarvitaan laajempia yhteiskunnallisia pyrkimyksiä sellaisen ympäristön luomiseksi, joka tukee terveellisiä elämäntapoja. Tämä sisältää fyysisen aktiivisuuden edistämisen helposti saatavilla olevien virkistysmahdollisuuksien avulla ja terveellisten ruokavalintojen kannustamisen kansanterveystiedotuksella ja elintarvikepoliittisilla aloitteilla.

Terveydenhuollon ammattilaisten rooli

Terveydenhuollon ammattilaisilla on keskeinen rooli tyypin 2-diabeteksen ehkäisemisessä ja hoidossa. He voivat tarjota henkilökohtaisia riskienarvioita, neuvontaa ja tukea auttaakseen yksilöitä omaksumaan terveelliset elämäntavat. Lisäksi terveydenhuollon ammattilaiset voivat seurata verenokeriarvoja ja tarvittaessa toteuttaa asianmukaisia lääketieteellisiä toimenpiteitä.

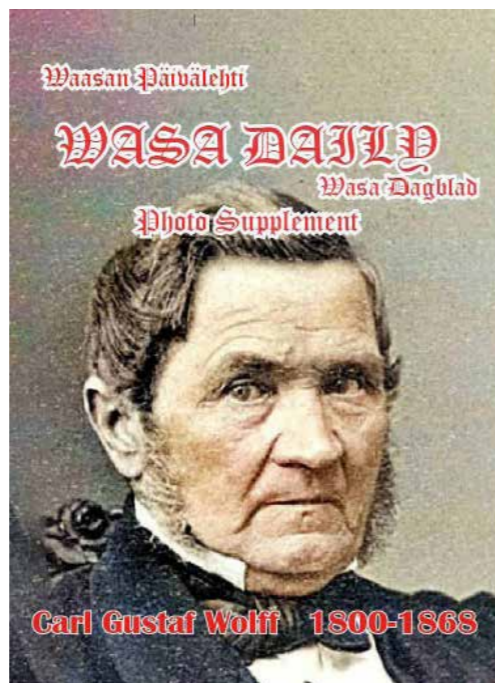


Photo Supplement - vpress.ovh

8-prosenttisia alkoholijuomia kaupoissa viime maanantaista lähtien



8-prosenttisia alkoholijuomia kaupoissa viime maanantaista lähtien. Viime maanantaina, 10. kesäkuuta 2024, astui voimaan uusi laki, joka sallii enintään 8-prosenttisten käymisteitse valmistettujen alkoholijuomien myynnin päivittäistavarakaupoissa. Aiemmin myyntiraja oli 5,5 prosenttia.

Tämä lakimuutos on osa hallituksen alkoholilainsäädännön uudistusta, jonka tavoitteena on vapauttaa alkoholisääntelyä vastuullisiin askelin eurooppalaiseen suuntaan. Lakimuutos on herättänyt sekä positiivista että negatiivista keskustelua.

Päivittäistavarakaupoissa nyt laajempi valikoima

alkoholijuomia

Uuden lain myötä päivittäistavarakaupoissa voi nyt myydä nykyistä vahvempia oluita, siidereitä ja viinejä. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että kaupoista voi ostaa esimerkiksi:

Vahvempia oluita, joiden alkoholipitoisuus on yli 5,5 prosenttia
Siidereitä, joiden alkoholipitoisuus on yli 5,5 prosenttia
Viinejä, joiden alkoholipitoisuus on yli 5,5 prosenttia
Alkon yksinoikeus yli 5,5-prosenttisten alkoholijuomien myyntiin on siis päättynyt.

THL on huolissaan lain vaikutuksista

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) on ilmaissut huolensa lain vaikutuksista. THL:n asiantuntijoiden mukaan lainmuutos voi johtaa:

Alkoholihaittojen lisääntymiseen etenkin riskikäyttäjillä
Sosiaali- ja terveydenhuollon kuormituksen kasvuun
THL perustaa huolensa muun muassa siihen, että alkoholin kokonaiskulutus on Suomessa vähentynyt noin 15 vuoden ajan, mutta alkoholin aiheuttama kuolleisuus lisääntyi edellisen alkoholilain uudistuksen jälkeen vuonna 2018. Tuolloin päivittäistavarakaupassa myytävien juomien alkoholipitoisuuden enimmäismäärä nostettiin 4,7 prosentista 5,5:een.

Aika näyttää, mitkä ovat lain todelliset vaikutukset

On liian aikaista sanoa, mitkä ovat uuden lain todelliset vaikutukset. Aika näyttää, johtaako se alkoholin kulutuksen ja alkoholin aiheuttamien

haittojen lisääntymiseen vai pysyykö kulutus ennallaan.

Vaasassa istutetaan jälleen kymmeniä tuhansia kesäkukkia

Vaasan kaupunkiympäristöä koristaa jälleen upeat kesäkatut. Tämän vuoden kesäistutusten teemana ovat lämpimät oranssin ja viininpunaisen sävyt. Vaasan kaupunki kehottaa asukkaita ja vierailijoita tutustumaan kesäkuukaesitteeseen ja lähtemään kukkakävelyille esitteiden kartan opastamana.

Kesäkukkien suunnittelu Kesäkukkien suunnittelu alkaa jo edellisen vuoden loppupuolella, jolloin valitaan istutusten värimaailma. Tänä vuonna kukkaistutussuunnittelusta vastaa suunnitteluhortonomi Åsa Enholm viheraluehortonomi Leila Roinisen

ohjauksessa.

Kesäkukkakausi Vuoden 2024 kesäkukkakausi alkaa pääsiäisen aikaan, kun Vaasan keskustaan tuodaan tetenarsissit. Toukokuussa kaupunkia koristaa jo noin 28 000 tulppaania ja narsissia, jotka istutettiin viime lokakuussa. Sipulikasvit kukkivat tänä vuonna keltaisen, oranssinpunaisen, vaaleanpunaisen ja violetin sävyissä.

”Toukokuussa alamme myös valmistelemaan ryhmäkasvi-istutuksia kaupunginpuutarhalla, kun kukkatornien ja -astioiden istutus aloitetaan kasvihuoneella,” Enholm kertoo.

Istutukset jatkavat kasvua kasvihuoneessa yöpakkasten ja routaöiden loppumiseen saakka, minkä jälkeen ne tuodaan eri puolille kaupunkia.

TÄTÄ LEHTEÄ VOIT LUKEA MISSÄ TAHANSA:



Kuten tässä Sundomin saaristossa



”Sipulikasvien laka-stuttua maaryhmät lan-noitetaan ja käännetään kukkaistutuksia varten. Juhannukseen mennessä kaikki, noin 19 000 kesäkukkaa, on istutettu,” Enholm jatkaa.

Kesäkukkien ihastuttava vaikutus
Kesäkukat ilahduttavat kaupungin asukkaita ja

vierailijoita noin neljän kuukauden ajan. Tänä vuonna kesäkukat loistavat lämpimän oranssin ja viininpunaisen sävyissä, tehosteväreinä violetti, keltainen ja valkoinen.

Kesäkukkaesitteeseen tutustuminen ja kukkakävely
Kesän kukkaistutuksia esitellään lajeittain

ja istutuspaikoittain kesäkukkaesitteessä. Sähköisen kesäkukkaesitteen voi ladata kaupungin verkkosivuilta.

Vuodelle 2024 on myös suunniteltu kukkakävely Vaasan keskustaan. Kukkakävely on 3,5 kilometrin mittainen reitti, joka kulkee Kauppatorin puistikkojen ja puistojen läpi sekä rantaa pitkin. Reitin varrella on penkkejä, joilla voi levähtää ja nauttia kesäisestä Vaasasta.

Wärtsilän ratkaisut kahden uuden CMA CGM -lautan päästöjen minimoimiseksi

Teknologiakonserni Wärtsilä toimittaa moottoreita, polttokaasun syöttöjärjestelmiä ja potkureita kahteen uuteen Ropax-lauttaan, jotka rakennetaan ranskalaiselle La Méridionale -lentoyhtiölle, joka on



Wärtsilä toimittaa moottoreita, polttoainejärjestelmiä ja potkureita kahteen uuteen Ropax-lauttaan, jotka rakennetaan ranskalaiselle La Méridionale -lentoyhtiölle, joka on CMA CGM ©Stirling Design Internationalin tytäryhtiö

CMA CGM:n tytäryhtiö. Erityisesti päästöjen minimointiin suunnitellut alukset rakennetaan China Merchants Jinling Shipyard (Weihai) Co., Ltd.:ssä ja ne liikennöivät Marseillen ja Korsikan välillä. Wärtsilän tilaus kirjattiin huhtikuussa 2024. Lautat ovat energiamurroksen eturintamassa ja ensimmäisiä aloja, jotka pyrkivät hiilettömään toimintaan. ”Näiden kahden Ropax-aluksen suunnittelu kuvastaa sitoutumistamme oman laivastomme hiilijalanjäljen pienentämiseen. Näistä aluksis-

ta tulee yksi maailman energiatehokkaimmista ja vähäpäästöisimmistä aluksista, ja arvostamme Wärtsilän tukea, sillä sen teknologia ja ratkaisut mahdollistavat tämän tavoitteen”, sanoo CMA CGM:n CMA Ships -liiketoiminnan johtaja Xavier Leclercq. Yhtiö jatkaa työtään ympäristövaikutusten vähentämiseksi ottamalla LNG:n uusien alusten ensisijaiseksi polttoaineeksi ja valmistelemalla niitä käyttämään vaihtoehtoisia polttoaineita, kuten biokaasua ja synteettistä metaania, kun niitä tulee

Viikon taide-elämys:



Robert Wilhelm Ekman
1808-1873

Maan vaikutusvaltaisin taiteilija 1800-luvun puolivälissä, monet pitivät maalauksistaan isänä Suomessa.
Pentti Lyytinen lukee runojaan, luonnos, 1848

saataville suuressa mittakaavassa. Wärtsilä toimittaa kuhunkin alukseen kaksi 12-sylinteristä, yhden 10-sylinterisen ja yhden 8-sylinterisen Wärtsilä 31DF -moottorin. Molemmat lautat hyötyvät Wärtsilän huipuluokan NextDF-tekniologiasta, jota käytetään Wärtsilä 31DF -moottoreissa. Wärtsilä 31DF:n NextDF-versio vähentää merkittävästi metaanipäästöjä ja tyypin oksidien (NOx) LNG:n käytön aikana (verrattuna jo ennustettuihin päästötehokkuuteen Wärtsilä 31DF -standardiin). Wärtsilän toimituksiin kuuluvat myös LNG-käyttöisten alusten polttokaasun syöttöjärjestelmä LNG-Pac sekä Wärtsilän pot-

kurit. ”Pyrkimys kohti nettonollapäästöjä on yksi alan tämän hetken tärkeimmistä haasteista”, sanoo Stefan Nysjö, johtaja, Power Supply, Wärtsilä Marine. ”Siksi olemme innoissamme voidessamme tukea pitkäaikaisia kumppaneitamme CMA CGM:ää ja China Merchants Jinling Shipyard (Weihai) Co., Ltd:tä integroiduilla ratkaisuillemme – varmistaen, että nämä lautat voivat hyötyä erinomaisesta polttoainetehokkuudesta, luotettavuudesta ja kasvihuonekaasupäästöjen merkittävästä vähäenemisestä.” 180 metriä pitkät alukset pystyvät kuljettamaan 1 000 matkustajaa ja rah-
tia. Wärtsilän laitteet

näille lautoille on määrätty toimittamaan vuoden 2025 puolivälissä ja lauttojen odotetaan aloittavan liikennöinnin vuoden 2027 ensimmäisellä puoliskolla Marseillen ja Korsikan välillä.
(Wärtsilä Oyj Abp Lehdistötiedote 5.6.2024)

Uimahallin kesäajat voimassa 1.6.-1.9., halli suljettuna 29.6.-5.8.

Vaasan uimahallin kesäaukioloajat astuvat voimaan 1.6.2024. Uimahalli on suljettu kesäviikonloppuisin sekä kokonaan huoltotauon ajan 29.6.-5.8.

Uimahallin kesän aukioloajat

- Uimahalli on suljettuna kesäviikonloppuisin 1.6.-1.9.
- Uimahalli on kokonaan suljettu huoltotauon ajan 29.6.-5.8.
- 1.-28.6. sekä 6.-31.8. uimahallissa ovat voimassa kesän aukioloajat: www.vaasa.fi/asu-ja-ela/vapaa-aika/liikunta-ja-ulkoilu/uimahalli/kesan-aukioloajat
- Kesäkuun poikkeukselliset aukioloajat:
 - to 6.6: uimahalli on suljettu klo 14.30 alkaen
 - pe 7.6: uimahalli on suljettu koko päivän
 - ma 10.6.: uimahalli on suljettuna klo 6.30-14
 - ke 12.6.: uima-

halli on suljettuna klo 6.30-14

Heinä-elokuun huoltotauon aikana hallissa kunnostetaan muun muassa 50 metrin altaan välisillat sekä vedenkäsittelylaitteita.
Vaasa.fi

Pohjanmaan lastensuojelun palvelut menestyvät kansallisessa vertailussa

THL:n tekemästä vertailusta hyvinvointialueiden välillä käy ilmi, että Pohjanmaalla voidaan tarjota huostaan otetuille lapsille enemmän hoitoa perheissä verrattuna laitoshoitoon. Huostaan otettuja lapsia onnistutaan myös palauttama-

nen tavoite on kehittää yhteiskehittämisen malli, joka mahdollistaa kaikkien osapuolten – asukkaiden, kaupunkisuunnittelijoiden, rakennusliikkeiden ja muiden toimijoiden – osallistumisen suunnitteluprosessiin. Yhdessä he luovat vastuullisuusvaatimukset täyttäviä asemakaavoja sekä innovatiivisia kortteli- ja rakennussuunnitelmia, jotka edistävät hiilineutraaliutta ja kestävää kehitystä.

Energiajärjestelmä ratkaisun ytimessä
Superkorttelin riittävä laajuus mahdollistaa energian lähituotannon optimoinnin osana laajempaa kaupunkitason energiajärjestelmää. Kysyntäjousto-ominaisuudella varustettu älykäs energiajärjestelmä voi optimoida sähkönkulutusta myös hinnan perusteella, mikä osaltaan vähentää energiankulutusta ja kustannuksia.

NSDC-hanke edelläkävijänä
NSDC-hanke on uraauurtava esimerkki siitä, miten yksityisen ja julkisen sektorin yhteistyö voi vauhdittaa hiilineutraalia siirtymää. Hankkeen tuloksia voidaan hyödyntää paitsi Tampereella myös muissa suomalaisissa kaupungeissa ja kansainvälisesti.

Suomen Pankki: Suomen talous virkoaa pienin askelein taantumasta

Suomen talous on toipumassa taantumasta. Inflaatio on hidasta, ja kotitalouksien ostovoiman parantuminen tukee yksityisen kulutuksen elpymistä. Kasvu vauhdittuu lähivuosina, kun taloussuhdanne vahvistuu niin kotimaassa kuin Suomen

vientimarkkinoillakin.

Suomen Pankki on 11.6 julkaisut ennusteen- sa vuosille 2024–2026. Vielä vuonna 2024 BKT supistuu 0,5 %. Vuonna 2025 taantuma on ohi ja talouskasvu vahvistuu 1,2 prosenttiin. Vuonna 2026 BKT kasvaa 1,7 prosenttia. ”Suomen talous virkoaa taantumasta pienin askelin. Talouskasvu jää silti tulevina vuosina vaimeaksi”, toteaa Suomen Pankin vt. ennustepäällikkö Juuso Vanhala.

Inflaatio on hidastunut Suomessa laaja-alaisesti alkuvuoden aikana. ”Hintojen nousupaineet ovat maltillisia. Arvonlisäveron korotus kuitenkin nostaa kuluttajaintoja tämän vuoden syksystä lähtien”, sanoo Vanhala. Inflaatio kiihtyykin 2 prosenttiin vuonna 2025. Vuonna 2026 inflaatio hidastuu 1,6 prosenttiin, kun veronkorotusten inflaatiota kiihdyttävä vaikutus pienenee.

Yksityinen kulutus elpyy vähitellen, koska kotitalouksien ostovoima vahvistuu. ”Suhdannenäkymät kohe-nevat, ja taloudellinen epävarmuus hävenee vähitellen. Samalla rahoitusmarkkinoilla odotetaan korkotason laskevan. Nämä tekijät tukevat yksityisen kulutuksen toipumista”, kertoo Vanhala. Viime vuosia on leimannut taloudellisen epävarmuuden voimakas lisääntyminen. Monet kotitaloudet ovat varovaisia, ja kuluttajien luottamus talouden kehitykseen on varsin heikkoa. Myös julkisen talouden sopeutustoimet, kuten verotuksen kiristyminen ja sosiaalietuuksien heikennykset, hidastavat ostovoiman kasvua.

Yliopistojen valintakokeet uudistuvat 2025 – hakemien useammalle koulutusosalalle helpottuu

Vuodesta 2025 alkaen yliopistojen valintakokeet kokevat merkittävän uudistuksen, joka helpottaa hakemista useille koulutusaloille ja eri yliopistoihin. Jatkossa käytössä on yhdeksän kansallista valintakoetta, joilla voi hakea useisiin eri koulutusohjelmiin. Samalla valintakokeiden aikataulua väljennetään niin, että todistusvalinnalla valittavien ei tarvitse enää valmistautua ja osallistua valintakokeisiin.

Suomen yliopistojen rehtorineuvosto UNIFI ry koulutusvararehtorit ovat antaneet yliopistoille päätettäväksi esityksen uudesta valintakoejärjestelmästä. Uudistuksen myötä valintakokeiden määrä vähenee noin 120 valintakokeesta yhdeksään. Yliopistojen koulutukset päättävät itse, käyttävätkö ne kansallisia valintakokeita opiskelijavalinnoissaan, ja valintaperusteet julkaistaan Opintopolku.fi-palvelussa lokakuun loppuun mennessä.

”Useilla koulutusaloilla on jo pitkä kokemus opiskelijoiden valitsemisesta yhteisillä valintakokeilla. Valintayhteistyö on tutkitusti lisännyt koulutuksellista tasa-arvoa, korkeakoulutuksen saavutettavuutta sekä alueellista liikkuvuutta,” toteaa Unifin koulutusvararehtoriverstön puheenjohtaja Marja Sutela.

Uudistuksen tavoit-

teenä on vähentää hakijoiden kokemaa kuormitusta ja tarjota aidosti mahdollisuus hakea useammalle eri koulutusosalalle ja yliopistoon. Hakija voi jatkossa valita hakulomakkeelle kuusi eri hakukohdetta, mutta käytännössä on ollut mahdotonta valmistautua ja osallistua jopa kuuteen eri valintakokeeseen. Uudistuksen myötä hakija voi hakea kaikkiin haluamiinsa koulutuksiin samalla valintakokeella, ja päällekkäisyyksiä valintakokeiden järjestämisessä vältetään.

Uudistus koskee kevään toisen yhteishaun valintakokeita vuonna 2025. Uusissa valintakokeissa painotetaan hakijoiden kykyä ymmärtää ja soveltaa koetilaisuudessa annettavia aineistoja, ja ennakkomateriaalien määrä vähenee merkittävästi. Ennakkomateriaalit julkaistaan vain muutama päivä ennen valintakoetta, jolloin hakijat eivät joudu aloittamaan valmistautumista ennen todistusvalinnan tulosten julkaisua.

Jokaisessa yhdeksässä valintakokeessa mitataan sellaista osaamista ja valmiuksia, jotka ovat keskeisiä kaikille mukana oleville koulutusaloille. Osassa valintakokeita on lisäksi tiettyjen alojen hakijoille suunnattuja koeosioita, joissa mitataan erityisesti näiden koulutusalojen opinnoissa tarvittavia valmiuksia.

Yliopistot käynnistivät opiskelijavalintojen kehittämishankkeen vuonna 2022 Suomen yliopistojen rehtorineuvosto Unifin aloitteesta. Luonnos uudesta valintakokekokonaisuudesta oli avoimella kommentointikerroksella Otakantaa.fi-palvelussa keväällä 2024. Kommenttien ja koulutusalojen keskus-

telujen perusteella luonnokseen tehtiin tarvittavat muutokset.

Lisätietoa uusista kansallisista valintakokeista julkaistaan yliopistovalinnat.fi-sivustolla sekä Opintopolku.fi-palvelussa lokakuun 2024 loppuun mennessä.

VIIKON SITAATTI

Johanna Tuukkanen
Päätoimittaja
Erikolislääkäri-lehti 2/24
Järjestelmän potilas ei voi hyvin

Sote-uudistus ja siihen liittyvä kriisiviestintä ja poliittisideologinen lainsäädäntö-tempoilu on siirtänyt huomion ihmisten terveyden- ja sairaanhoidosta palvelujärjestelmään ja sen ongelmiin. Hoidamme nyt erilaisia jonoja, ja toiminnan tulosten seurannassa käytämme määrärajoja. Hoidon vaikuttavuudesta puhutaan (onneksi), mutta sen mittaamiseen on käytettävissä vain vähän työkaluja. Potilaasta on tullut järjestelmän ratkaisun välttämätön paha, häiriötekijä, ja käytämme valtavasti aikaa ja voimavaroja potilaiden torjumiseen. Yleislääketieteen professori Päivi Korhosen sanoin ”olemme luoneet kaiken maailman vippaskonstein potilaan torjuntajärjestelmän”. Puheet potilasläheisyydestä ovat jääneet pölyttymään seminaarisalien nurkkiin, ja organisaatiolähtöinen toimintakulttuuri elää hyvin-vointialueilla uutta kukoistuskauttaan.

EU-VAALIT

EU-vaalit 2024: Tulokset Suomessa Suomen MEPit 2024-2029



Kokoomus

Mika Aaltola

Henna Virkkunen

Pekka Toveri

Aura Salla

Vasemmistoliitto

Li Andersson

Merja Kyllönen

Jussi Saramo

SDP

Eero Heinäluoma

Maria Guzenina

Keskusta

Elsi Katainen

Katri Kulmuni

Vihreät

Ville Niinistö

Maria Ohisalo

Perussuomalaiset

Sebastian Thynkkynen

RKP

Anna-Maja Henriksson

TAPAHTUMAT

ILMAJOEN MUSIIKKIJUHLAT

ARMI-oopera
7.6 - 16.6
Solist: Lilli Paasikivi
www.musiikkijuhlat.fi

SEINÄJOEN TAIDEHALLI

7.6.24
Ilmaispäivä kuukauden ensimmäinen perjantai.
Näyttely muunmuassa "Thos Who Kept the Light" (Nastja Säde Rönkkä)
Nyykoolinkatu 25, 60100 Seinäjoki
Seinajoentaidehalli.fi

PRIDE-viikko Vaasassa ja Mustasaaressa

10-16.6.24
<https://www.regnbagsallians.fi/>

VAASA AIR SHOW 15.-16.6.

Suomen suurin lentonäytös vuonna 2024! Suomen Ilmailuliiton päälentonäytös Lentonäytöksen järjestää Vaasan lentokerhon ammattilaisista koostuva tiimi. Organisaatiomme on valmis tekemään osallistumisestasi onnistuneen. Siviili-Ilmailuliiton (SIL) vuosittainen päälentonäytös on myös Ilmavoimien, Maavoimien ja Rajavartiolaitoksen päälentonäytös. Lentonäytös järjestetään yhteistyössä Suomen kokeneimpien lentonäytösjärjestäjien kanssa, joilla on kokemusta 20 kansainvälisen lentonäytöksen järjestämisestä Suomessa, Eu-roopassa ja Aasiassa.

<https://vaasaairshow.fi/fi/etusivu>
Lisää Löylyä Rockfestival - 2 päivää 14-15.6

Lisää Löylyä Rockfestival 14.6 - 15.6 2024 järjestetään Vaasan Vaskiluodossa, (entisen Wasalandian paikalla).
<https://lisaaloyly.fi/>

Pe 14.6 klo 17.00 alkaen ja La 15.6 klo 16.00 alkaen

KALEVAN KISAT Vaasassa 27.-30.6.2024

Yleisurheilun SM-kisat eli Kalevan kisat järjestetään Vaasassa 27.-30.6.2024. Kyseessä on yksi vuoden merkittävimpiä kansallisia urheilutapahtumia Suomessa.
<https://kk2024.fi/>

VAASA FOOTBALL CUP

5.-7.7.2024

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

HERÄTTÄJÄJUHLAT VAASASSA 5.-7.7.2024

Vaasassa järjestetään kesällä 2024 kaupungin toiset herättäjäjuhlat, peräti 60 vuotta edellisten tapahtuman jälkeen. Päivien tunnuskause on "Purjeisiin tuulta anna". Herättäjäjuhlien tapahtuma-alue sijaitsee keskustassa, samoin kuin monet hotellit ja ravintolat, joten kävellen tai pyörällä on helppo liikkua paikasta toiseen. Vaasassa olet oikeasti meren äärellä, sillä matkaa torilta rantaan on vain muutama sata metriä. Rauhallinen iltaikävely rantareitillä, piipahdus leikkipuistossa tai kaupungin upeaan kulttuuritarjontaan tutustuminen onnistuu helposti tapahtuma-alueen välittömässä läheisyydessä. "Körttiradio" lähettää päivien aikana ohjelmaa ympäri vuorokauden.

PIRTTIKYLÄN KOTISEUTUMUSEO

Kesämarkkinat sunnuntaina 7.7.2024 klo 10-15.
På museiområdet finns ett tjugotal försäljare. Musealueella perinteisesti parikymmentä myyntipöytää.
Klimpsoppan från kl 11.00. Klimppisoppa tarjolla klo 11.00 alkaen.
Kaffeservering. Kahvitarjoilu.

TANGOMARKKINAT 40 vuotta

10-14.7.2024
Seinäjoki
<https://www.tangomarkkinat.fi/>

VETERANTRAKTORIPÄIVÄ MAALAHDESSA

Traktorinäyttely 20.07.2024 klo. 10.00-17.00
Kråkbackenilla
<https://malaxveterantraktor.fi/>

LOHTAJAN KIRKKOMUSIIKKIJUHLAT

23.-28.7.2024
www.kirkkomusiikkijuhlat.fi

KORSHOLM MUSIC FESTIVAL

Tjuvstart-Varaslähtö-Early Start
23.7.24 kl 19.30
Vaasan kirkko
"POHJALAISIA"-mykkäelokuva, Jimi Järvinen, urut
www.korsholmmusicfestival.fi

KORSHOLM MUSIC FESTIVAL

24.7 - 31.7.24
Korsholmmusicfestival.fi

VAASA FESTIVAL

1-3.8.2024

<https://vaasafestival.fi/>

TOVE TEUVALLA-OOPERA

Teuvan kirkko
3.8.24 - 11.8.2024
3.8. klo 18
4.8. klo 15
8.8. klo 19
9.8. klo 19
10.8. klo 15
11.8. klo 15
<https://www.korsholmmusicfestival.fi/tove-teuvalla/operan-tove-teuvalla>

VAASAN MARSSI

9.-11.8.2024
Vaasan Kävelyklubi ry/rf
www.vaasanmarssi.fi

WASA FUTURE -FESTIVAL 5-10.8.2024

Wasa Future Festival 2024 järjestetään 5.-10. elokuuta. Tapahtuma kokoa osaavia ja motivoituneita henkilöitä elinkeinoelämästä, yliopistoista, alueellisista päätöksentekooelimitystä ja ministerikunnasta keskittymään ongelmien ratkaisemiseen Vaasassa ja eri puolilla Suomea. Festivalin teemat vaihtelevat teollisista innovaatioista kulttuurisiin näkökohtiin tarjoten alustan yhteistyölle ja ongelmanratkaisulle.

Tilaisuutta voi seurata Wasa Future Festivalin YouTube-kanavalla.
Wasan innovaatiokeskus Gerbyn-tie 18
65230 Vaasa

<https://wasafuturefestival.fi/>

TAITEIDEN YÖ

Odotettua kansanjuhlaa Taiteiden yötä vietetään Vaasassa 15.8.2024 karnevaalien hengessä. Ilmoittautuminen Taiteiden yöhön on avautunut.

VAASA LITTFEST

tila - tillstånd
13.-17.11.2024
vaasa.fi/littfest

RUSK

19-23.11.24
Kamarimusiikkia Pietarsaareissa
Kaipuun kauneus
Kansainvälistä luovuutta vuoden pimeimpään aikaan
ruskfestival.fi

ILMASTONMUUTOS



Copernicus: Toukokuu 2024 - Lämpimin kuukausi koskaan, nyt 11 kuukausi peräkkäin

Maapallon kuume jatkuu hellittämättä. Copernicus Climate Change Servicen (C3S) mukaan toukokuu 2024 oli lämpimin toukokuu koskaan. Tämä polttava kehitys on vain viimeisin luku hälyttävässä trendissä: toukokuu merkitsee 12. peräkkäistä kuukautta, jolloin maailmanlaajuiset lämpötilat ovat rikkoneet ennätyksiä.

Nämä uutiset tulevat samalla kun Maailman ilmatieteen järjestö (WMO) ja Ison-Britannian meteorologian laitos julkaisevat vuosittaisen ja vuosikymmenen kattavan ilmastoprognosis-päivityksensä. Heidän samanaikaisesti julkaisemansa raportti maalaa huolestuttavan kuvan lähivuosille. Se ennustaa, että vähintään yksi viidestä seuraavasta vuodesta tulee todennäköisesti ylittämään vuoden 2023 ja tulla lämpimimmäksi koskaan rekisteröidyksi vuodeksi.

Tämän tiedon merkitys

Ennätysjakso voi vaikuttaa järkyttävältä, mutta ilmastotieteilijöille, kuten C3S:n johtajalle Carlo Buontempolille, se on ennustettava seuraus lämpenevästä planeetasta. Vaikka tämä tietty jakso lopulta päättyy, suurempi kuva on synkkä: merkkejä yleisen trendin kääntymisestä ei ole.

Tämä ennennäkemätön tilanne korostaa ilmastoseurannan tärkeyttä. C3S:n keräämät tiedot ovat ratkaisevan tärkeitä toiminnan ohjaamisessa. Ironista kyllä, nämä "lämpimimmät kuukaudet" saattavat tulevaisuudessa tulla "kylmiksi", jos onnistumme vähentämään kasvihuonekaasupäästöjä rajusti.

Kehotus toimiin

YK:n pääsihteeri António Guterres korostaa tilanteen vakavuutta. Hän painottaa planeettamme lähettämää synkkää viestiä: ennätyslämpötilat ovat ankea todellisuus, jolla on vakavia seurauksia. Olemme kriittisessä vaiheessa, Guterres painottaa, ja välittömiä toimia tarvitaan kiireellisesti.

Otsikoiden ulkopuolella: Tärkeitä Tietoja

Toukokuun 2024 maailmanlaajuinen keskimääräinen pintalämpötila oli 0,65°C korkeampi kuin vuosien 1991–2020 keskiarvo. Tämä merkitsee 11. peräkkäistä kuukautta, jotka ovat ylittäneet 1,5°C esiteollisella tasolla (heinäkuusta 2023 lähtien).

Viimeisten 12 kuukauden (kesäkuu 2023 - toukokuu 2024) maailmanlaajuinen keskilämpötila on korkein koskaan rekisteröity: 0,75°C korkeampi kuin vuosien 1991–2020 keskiarvo ja hämmästyttävästi 1,63°C korkeampi kuin esiteollisella tasolla.

Copernicus- ja WMO-UK Met Office -raportin tiedot käytetään YK:n pääsihteeri Guterresin suuren ilmastoilmoituksen. Tämä korostaa tieteellisten todisteiden merkitystä ilmastomuutosta koskevan globaalien toiminnan edistämiseksi.

ILMASTONMUUTOS

Suuret kaupungit huomattavasti kuumempia kuin ympäröivä maaseutu – Kasvava uhka ilmastonmuutoksen myötä



Kaupungit, erityisesti suuret, ovat yhä kuumempia kuin niitä ympäröivät maaseutualueet. Tämä ilmiö, joka tunnetaan nimellä ”kaupunkien lämpösaareke-ilmiö”, tarkoittaa, että kaupunkimiljöiden lämpötila voi olla huomattavasti korkeampi kuin maaseudulla. Seuraukset ovat vakavia ja voivat vaikuttaa ihmisten terveyteen negatiivisesti lisäämällä muun muassa sydän- ja verisuonitautien, hengitystieongelmien ja lämpöhalvauksen riskiä. Ilmastonmuutoksen uhatessa planeettaamme kaupunkien lämpösaareke-ongelma on yhä akuutimpi.

Lämpösaareke-ilmiön syynä on kaupungeille tyypillinen tekoälyinfrastruktuuri ja ihmisen toiminta. Maaseutuun verrattuna, joka on usein peittyyn ruoholla, viljelykasveilla, pensailla tai metsällä, kaupunkialueilla on huomattavasti enemmän asfaltoituja pintoja. Kasvillisuus auttaa viilentämään ilmaa, kun taas asfaltti ja betoni taas imevät lämpöä, mikä johtaa lämpötilan nousuun.

Rakennukset ja kapeat kadut edesauttavat myös lämmön vangitsemista rajoittamalla ilman virtausta. Myös ihmisen toiminnot, kuten rakennusten lämmitys ja autoilu, lisäävät lämpöä kaupunkimiljöössä.

Kaiken kaikkiaan kaikki nämä tekijät johtavat kaupunkien lämpösaareke-ilmiöön, joka on voimakkaimmillaan yöllä. Silloin kaupunkien lämpötila voi olla jopa 10°C korkeampi kuin maaseudulla. Tämä johtuu siitä, että päivän aikana rakenteisiin ja teihin varastoitunut lämpö vapautuu yön aikana.

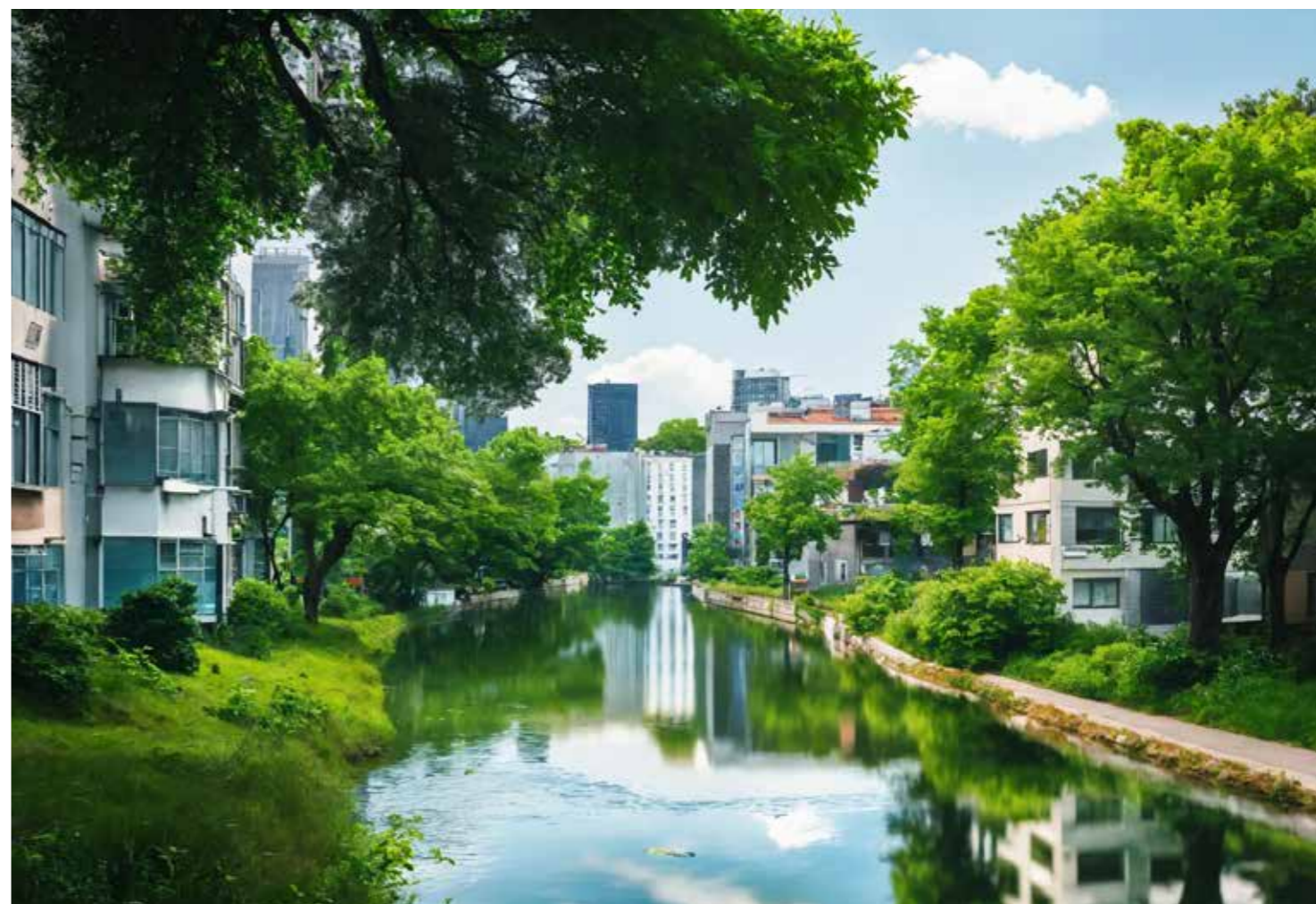
Vaikutus on erityisen selvä suurimmissa kaupungeissa. Esimerkiksi Lontoon ja Pariisin keskustoissa rekisteröidään säännöllisesti lämpötiloja, jotka ovat noin 4°C korkeampia kuin ympäröivällä maaseudulla yöllä. Molemmat nämä kaupungit, kuten monet muutkin Euroopassa ja maailmassa, kokevat lämpösaareke-ongelmaa, joka johtaa kansanterveysongelmiin.

Tämän kasvavan ongelman ratkaisemiseksi kaupunkisuunnittelijat ja paikalliset viranomaiset työskentelevät strategioiden kehittämiseksi kaupunkien lämpösaareke-ongelman vähentämiseksi. Ratkaisut voivat sisältää niin sanotun vihreän ja sinisen infrastruktuurin lisäämistä. Esimerkkejä tästä ovat lisääntynyt kasvillisuuspeite, esimerkiksi viherkattojen avulla, ja enemmän vesipintoja. Näiden muutosten toteuttamiseksi tarvitaan kuitenkin ensin yksityiskohtainen kuva siitä, miten lämpötila vaihtelee vastuulla olevissa kaupunkimiljöissä.

Kaupunkien lämpösaareke-ilmiön hallinta on tärkeä osa työä kaupunkien kestävyden ja elinkelpoisuuden parantamiseksi, erityisesti tulevien ilmastonmuutosten valossa. Vähentämällä lämpösaareke-ongelmaa parannetaan asukkaiden elämänlaatua ja samalla edistää kestävämpää tulevaisuutta. (Lähde: C3S)



Missä Sinä haluaisit asua?



RAITIOVAUNUT



Tatra KT4 -raitiovaunut Tallinnassa

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

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

Historiallinen tausta

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

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



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

Muotoilu ja ominaisuudet

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

Alun perin KT4-raitiovaunuissa oli perinteinen ohjauksjärjestelmä, jossa kiihdytys ja jarrutus hoidettiin manuaalisesti. Monet yksiköt on kuitenkin modernisoitu edistyneemmällä elektronisilla ohjauksjärjestelmillä, mikä parantaa energiatehokkuutta ja ajomukavuutta. Modernisointitoimenpiteisiin on sisällytetty myös sisätilojen päivitys paremmalla valaistuksella, uusilla istuinjärjestelyillä ja parannetuilla esteettömyysominaisuuksilla liikuntarajotteisille matkustajille.

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

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

Säilyttäminen ja tulevaisuus

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

vää insinööritaitoa ja muotoilua.

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

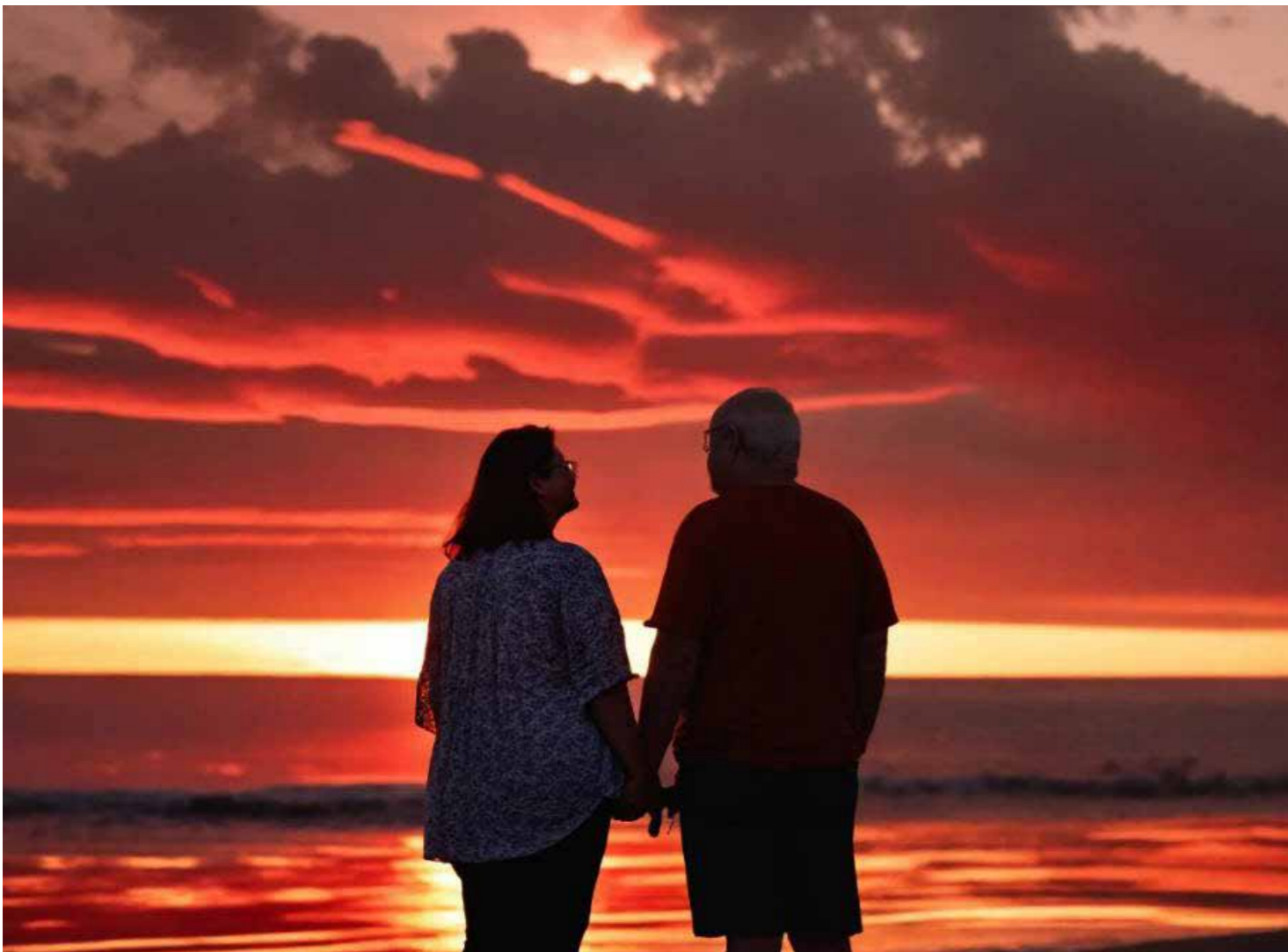
KT4 raitiovaunun tekniset tiedot

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

Yhteenveto

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





Kaikki mitä olet ikinä halunnut tietää tyyppi II diabeteksestä - osa 1 ”Kuinka tavallinen tämä on?”

Noin joka 10. suomalaisella on kakkostyyppin diabetes, osa tietämättään. Julkaisemme laajan sarjan artikkeleita tästä taudista. Kun olet lukenut nämä artikkelit, tiedät ehdottomasti kaiken, mitä tästä on tiedettävää. Juttusarja perustuu osittain lääkäriliitto Duodecumin viime keväänä julkaisemaan ”Käypä hoito”-artikkeliin.

Esiintyvyys ja ilmaantuvuus

Tyyppin 2 diabetes on nopeasti yleistyvä sairaus, joka vaikuttaa yhä useampiin ihmisiin ympäri maailmaa. Huolestuttavaa on, että siihen sairastuvat yhä nuoremmat, ja erityisesti afrikkalais- ja aasialaistaustaisissa väestöryhmissä tauti todetaan jo nuorilla tai lapsilla.

Tärkeimmät luvut ja faktat:

FinDM-tutkimus: Vuonna 2017 alle 20-vuotiaana tyyppin 2 diabetekseen sairastui 98 henkilöä Suomessa.

Tämä tieto perustuu FinDM-tutkimukseen, joka kattaa kaikki terveydenhuollon rekistereistä tunnistetut diabetesta sairastavat vuodesta 1964 vuoteen 2017. Kelan rekisteri: Vuoden 2022 lopussa yhteensä 381 167 henkilöä sai diabeteslääkkeet erityiskorvattuna Suomessa, ja näistä 22 709 henkilöllä hoito oli alkanut samana vuonna. Erityiskorvausoikeuksien kokonaismäärä on kasvanut noin 2 % vuodessa vuosina 2019–2022. Uusien erityiskorvausoikeuksien määrä on kuitenkin pienentynyt

vuodesta 2012 lähtien ja pysynyt viimeisen viiden vuoden aikana tasaisena.

Diabetesrekisteri: Vuoden 2022 lopussa Suomessa oli yhteensä 378 898 tyyppin 2 diabetesdiagnoosin saanutta henkilöä.

Kaikki diabetesta sairastavat eivät käytä lääkettä, eivätkä kaikki lääkettä käyttävät ole Kelan erityiskorvauksen piirissä. Tämä tarkoittaa, että todellinen diabetesta sairastavien määrä on todennäköisesti vielä suurempi kuin rekisterit kertovat.

Seulonta ja diagnosointi:

Moni diabetesta sairastava ei ole tietoinen sairaudestaan. Vuonna 2023 tehdyssä Terve Suomi -väestötutkimuksessa havaittiin, että 3,4 % miehistä ja 2,7 % naisista, joilla ei ollut aikaisempaa diabetesdiagnoosia, oli diabetekseen viittaava veren glukosipitoisuus. Tämä tarkoittaa, että noin joka viides diabetestapaus oli aiemmin tunnistamaton.

Aktiivinen seulonta tyyppin 2 diabeteksen riskitestin ja glukosirasitusten avulla näyttää vähentäneen diagnosoimattomien tapausten määrää. Vuosien 2017 ja 2023 välillä tunnistamattoman diabeteksen osuus kuitenkin kääntyi nousuun eläkeikäisillä naisilla.

Kun otetaan huomioon diagnosoimattomat tapaukset, diabeteksen esiintyvyys 20 vuotta täyttäneillä miehillä oli arviolta 14,1 % ja naisilla 10,8 %. Erityisesti ikääntyneiden keskuudessa diabetes on yleinen: 65 vuotta täyttäneistä miehistä 26 % ja naisista 23 % oli diabetes.

Riskitekijät

Ylipaino on tyyppin 2 diabeteksen tärkein riskitekijä. Vuonna 2023



Terve Suomi -tutkimuksessa todettiin, että yli 20-vuotiaiden miesten keskimääräinen painoindeksi oli 27,9 kg/m² ja naisten 27,7 kg/m². Miehistä 27 % ja naisista 30 % oli lihavia (painoindeksi yli 30 kg/m²).

Ylipainon lisääntymisen taustalla on erityisesti fyysisen aktiivisuuden väheneminen. Tämä on huolestuttavaa erityisesti lasten ja nuorten keskuudessa, joiden liikuntaan tulisi kiinnittää erityistä huomiota.

Lisäksi monilla psykososiaalisilla tekijöillä, kuten pitkäaikaisella stressillä, univaikeuksilla ja masennuksella, sekä sosioekonomisilla kuormitustekijöillä on yhteys tyyppin

2 diabeteksen syntyyn ja etenemiseen.

Kommentti

Tyyppin 2 diabeteksen yleistymisen on vakava kansanterveydellinen haaste, joka vaatii kattavaa lähestymistapaa ehkäisyssä ja hoidossa. Erityisesti ennaltaehkäisyyn panostaminen, kuten liikunnan lisääminen ja terveellisten elämäntapojen edistäminen, on avainasemassa. Samalla on tärkeää varmistaa, että seulontaa ja diagnosointia parannetaan, jotta sairaus voidaan havaita ja hoitaa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

Kaupunkiviljely sisätiloissa vahvistaa immuunijärjestelmää ja parantaa ihon terveyttä

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

Tutkimuksen tausta

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

Keskeiset löydökset

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

Parantunut immuunivaste:

Tutkimuksessa havaittiin lisääntynyt anti-inflammatorisen sytokiinin, erityi-

sesti interleukiini 10

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

Ei muutoksia kontrolliryhmässä:

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

Korkea tyytyväisyys ja sitoutuminen:

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

Terveysvaikutukset

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

Suosituks

Tutkimustulosten perusteella tutkijat suosittelevat seuraavaa:

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

Käytä mikrobirakasta kasvualustaa:

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

Kouluta mikrobien hyödyistä:

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

Jatka lisätutkimuksia:

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

Johtopäätökset

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

Original article: Urban indoor gardening enhances immune regulation and diversifies skin microbiota — A placebo-controlled double-blinded intervention study

Mika Saarenpää a b, Marja I. Roslund b, Noora Nurminen c, Riikka Puhakka a, Laura Kummola c, Olli H. Laitinen c, Heikki Hyöty c, Aki Sinkkonen b
<https://doi.org/10.1016/j.envint.2024.108705>



MUSEOT



Museot kiinni maanantaisin ja tiistaisin

Vaasan kaupungin talouden tasapainottamishjelman mukaisesti kaupungin museot ovat kesäkuusta lähtien suljettuina maanantaisin ja tiistaisin. Muutos astuu voimaan 1. kesäkuuta 2024 alkaen.

Vaasan museot, joita muutos koskee, ovat:

- Pohjanmaan museo**
- Tikanojan taidekoti**
- Kuntsin modernin taiteen museo**
- Vanhan Vaasan museo**

Aiemmin museot ovat olleet suljettuina vain maanantaisin, mutta nyt ne pysyvät suljettuina myös tiistaisin. Tämä muutos on osa laajempaa toimenpideohjelmää, jolla

pyritään tasapainottamaan Vaasan kaupungin taloutta. Tavoitteena on saavuttaa noin 40 miljoonan euron säästöt vuosien 2024–2027 aikana.

Museoiden uudet aukioloajat keskiviikosta sunnuntaihin ovat seuraavat:

- Kuntsin modernin taiteen museo: klo 10–17**
- Pohjanmaan museo: klo 10–17**
- Tikanojan taidekoti: klo 10–17**
- Vanhan Vaasan museo: klo 10–17 (avoinna 1.6.–31.8.2024)**

Vaasan kaupunki pahoittelee mahdollisia haittoja, joita uudet aukioloajat saattavat aiheuttaa asukkaille ja vierailijoille, ja kiittää ymmärrykse-

stä talouden tasapainottamistoimien aikana. Museot toivottavat kaikki tervetulleiksi vierailemaan avoimena olevina päivinä ja tutustumaan kaupungin rikkaaseen kulttuuriperintöön ja taidekokoelmiin.

Muut museot:

Vaasan sotaveteraanimuseo:
Kesän aukiolot 4.6. alkaen tiistai – perjantai 10 – 12 ja 13 – 16, lauantaina 10 – 14.

Vaasan merimuseo:

Avoimna
20.5.-23.8.2024 ma-pe klo 11.30-18.00

KIRKKOMUSIIKKI



Musiikkia Vaasan kirkossa kesällä 2024

Iltamusiikki ke 5.6. klo 19.30
Karolin Wargh, urut ja Carolina Bjön, barokkisello

Iltamusiikki ke 12.6. klo 19.30
Mariam Junolainen, harppu ja Vladimir Reshetko, sello

Iltamusiikki ke 19.6. klo 19.30
Liisa Aaltola, urut Vesimusiikkia uruill

Iltamusiikki ke 26.6. klo 19.30
Seeli Toivio, sello ja Pauliina Hyry, urut

Iltamusiikki ke 3.7. klo 19.30
Jouni Somero, piano

Tulkoon tie sinua vastaan -kolmen kuoron konsertti pe 5.7. klo 20.00
Konsertissa esiintyvät Lapuan kristillisen opiston kuoro, johtaa Maunu Malkamäki, MuSe Jalasjärven seudulta, johtaa Maarja Korts sekä Herättäjä-Yhdistyksen valtakunnallinen kuoro, johtaa Petra Perttula. Ohjelma 15 €.

Siionin virsiä Vaasan kirkon tapulista - Vaasa Brass pe 5.7. klo 22.00
Siionin virsiä Vaasan kirkon tapulista Vaasa Brass joht. Tarja Viitanen

Händel: Messias-oratorio la 6.7. klo 20.00
Kamarikuoro Canticum Maris, Vaasan kaupungin orkesteri, sopraano Iida Antola, kontratenori Teppo Lampela, tenori Tuomas Miettola, basso Jussi Merikanto, basso. Teoksen johtaa kapellimestari Ruut Kiiski, 8. Kuoron valmennus Tarja Viitanen. Liput 35 €, eläkeläiset 30 €, opiskelijat ja koululaiset 10 €. Liput ennakkoon Nettiketin kautta www.netticket.fi sekä ovelta tuntia ennen konsertin alkua.

Iltamusiikki ke 10.7. klo 19.30
Loviisa Tuomisto, laulu, urut ja piano Valtteri Tuomisto, baritoni, kontratenori, piano ja urut

Ukrainalaista hengellistä musiikkia ja ortodoksia kirkkolauluja pe 12.7. klo 18.00
Mieskuoromusiikkia ukrainalaisen lauluyhtye Kaanonin tulkitsemana. Yhtye

esittelee kesällä 2024 suomalaisille kuulijoille uuden konserttiohjelmansa Kirkkomusiikkia ja hengellisiä lauluja, joka koostuu ukrainalaisen kirkko- ja hengellisen sekä klassisen musiikin helmistä. Tämä ohjelma on Kaanonin ja Tšerkasyn alueellisen filharmonian solistin, Ukrainan ansioituneen taiteilijan Juri Iltšukin uusi yhteinen musiikkiprojekti. Se on myös ainutlaatuinen yhdistelmä moniäänistä mieslaulantaan upealla lyyrisellä baritonisävyllä. Yhtyeen taiteellinen johtaja on Ievgen Valovenko. Vapaa pääsy!

Iltamusiikki ke 17.7. klo 19.30
Albert Sahlström, viulu Saima Malmivaara, sello Isabella Pätiälä, piano

Iltamusiikki ti 23.7. klo 19.30
Mykkäelokuva Pohjalaisia, jonka musiikin improvisoi urkutaiteilija Jimi Järvinen

Iltamusiikki ke 7.8. klo 19.30
Monica Heikius, sopraano Pertti Ahonen, klarinetti Birgitta Forsman, urut
Lähde: Suomalainen seurakunta

TIEKIRKOT

Näin löydät tiekirkkoon!

Vuosisatojen ajan kirkot ovat toimineet yhteisöjen lohtupaikkana ja hen-gellisen uudistumisen lähteenä. Modernissa Euroopassa on kuitenkin syntynyt ainutlaatuinen konsepti: tiekirkot. Nämä kirkot on suunniteltu tai muutettu erityisesti matkailijoita varten, tarjoamalla turvapaikan rukoukseen, hiljentymiseen tai yksinkertaisesti rauhalliseen taukoon matkalla.



Saksa: Pioneerit

Saksa pidetään tiekirkkokonseptin synnyinmaana. Ensimmäisen tiekirkon uskotaan avatun vuosikymmeniä sitten Baden-Badenissa, tarjoten lepopaikan väsyneille matkailijoille Autobahnilla. Nämä joskus Autobahn-kappelleiksi kutsutut tiekirkot ylpeilevät usein erottuvalla arkkitehtuurilla, luoden visuaalisesti vaikuttavan maamerkin moottoritien varrelle.

Suomen laaja verkosto

Suomi on omaksunut tiekirkkokonseptin huomattavalla innolla. Yli 200 tiekirkon verkosto kattaa koko maan, tarjoamalla turvapaikan matkailijoille erityisesti kesäkuukausina. Vaikka jotkut sulkeutuvat talveksi, muutamat pysyvät avoinna ympäri vuoden, tarjoten lämpimän ja vieraanvaraisen tilan kaikille.

Rajat ylittäen: Tiekirkkokonseptin leviäminen

Vaikka Saksa ja Suomella on parhaiten toimivat verkostot, tiekirkkokonsepti on hiljalleen saavuttamassa suosiota myös muissa Euroopan maissa. Itävalta, Unkari ja Hollanti ovat vain muutamia esimerkkejä maista, joista löydät nämä matkailijaystävälliset jumalanpalveluspaikat.

Onko Yhdysvalloissa tiekirkkoja?

Tällä hetkellä tiekirkkokonsepti ei ole yhtä laajalle levinnyt Yhdysvalloissa. On kuitenkin esimerkkejä kirkkoja, jotka sijaitsevat isojen moottoritien varrella ja tarjoavat samankaltaista vieraanvaraisuutta matkailijoille. Joillakin on erityisiä lepoalueita tai ne avaavat ovensa rukoukseen ja hiljentymiseen. Lisäksi rastipaikoilla on usein kappeleita tai hiljaisia tiloja, jotka on tarkoitettu tien päällä oleville matkailijoille.

Opasteena nykyaikaiselle matkailijalle

Nopean matkustamisen aikakaudella tiekirkot tarjoavat arvokkaan palvelun. Ne tarjoavat väsyneille matkailijoille paikan löytää hetken rauhaa, yhdistää uudelleen uskonsa tai yksinkertaisesti arvostaa kaunista tilaa. Ainutlaatuinen arkkitehtuuri ja vieraanvarainen tunnelma tekevät niistä enemmän kuin vain levähdyspaikkoja; ne ovat kulttuurisia maamerkkejä ja todisteita hengellisen yhteyden pysyvistä voimasta.

Näin löydät Tiekirkkoon!

Suomessa kesäisin yli 260 Tiekirkkoa avaa ovensa vierailijoille. Moniin näistä kirkkoista pääsee helposti seuraamalla valkoisia Tiekirkko-kylttejä tienvarsilla.

Ennen reissua kannattaa kuitenkin

kurkistaa Tiekirkot.fi -sivustolle, josta löytyvät tarkat tiedot tiekirkkoista. • Voit etsiä Tiekirkkoja käyttämällä karttatahakua ja valitsemalla oman kesämareittisi, jolloin näet, mitkä kirkot osuvat matkan varrelle. • Voit myös selailulla Tiekirkkojen listaa ja etsiä kirkkoja paikkakunnan tai kirkon tyyppin (puu-, betoni- ja kivitiet) perusteella.

Kirkkojen aukioloajat vaihtelevat, joten tarkista tiedot aina sivustoltamme kirkon omalta sivulta. Useimmat kirkot ovat avoinna 5.6.–20.8. klo 11–16, mutta osa Tiekirkkoista palvelee vierailijoita ympäri vuoden. Kirkkoissa voi olla tarjolla jumalanpalveluksia sekä muita tapahtumia, kuten konsertteja ja meditaatiohetkiä.

Suomen ensimmäiset Tiekirkot avautuivat 1990-luvun alussa, aluksi muutamassa Pohjois-Suomen kirkossa. Saksasta saatu ajatus avointen ovien kirkkoista on sittemmin levinnyt laajalle. Mukana on sekä evankelis-luterilaisia että ortodoksisia kirkkoja, ja uusia kirkkoja liittyy mukaan joka vuosi.

Lisäksi voit löytää tietoa Tiekirkkoista Facebookista ja Instagramista tililtä @tiekirkot. Seuraa Tiekirkkoja sosiaalisessa mediassa ja ihastele ihmisten kirkkobongausta hashtagilla #tiekirkko.



Lähialueemme tiekirkkoja

TIEKIRKKO



Pyhän Nikolaoksen Kirkko (Vaasa)

Pyhän Nikolaoksen kirkko Vaasassa on upea esimerkki englantilaisesta goottilaisesta arkkitehtuurista, jonka on suunnitellut arkkitehti Carl Axel Setterberg. Kirkko vihittiin käyttöön 9. syyskuuta 1866 (vanhan ajanlaskun mukaan) pyhän Nikolaos Ihmeidentekijän kunniaksi.

Sisustus ja esineistö

Kirkon sisustus ja esineistö ovat pääosin kauppias Lisizinin lahjoituksia sekä Pietarista hankittuja kirkkoesineitä. Ikonostaasi on rakennettu Pietarin taideakatemian professori G. Solnzevin piirustusten mukaan. Kirkkosalissa oleva kattokruunu on Valamon luostarin lahja viimeisten sotiemme jälkeen.

Avoinna

Avoinna: 25.6.-2.8.2024, ma-pe klo 11-16

Jumalanpalvelukset

Ti 6.8.2024 klo 10: Liturgia. Kristuksen kirkastuminen. Tervetuloa jumalanpalvelukseen!

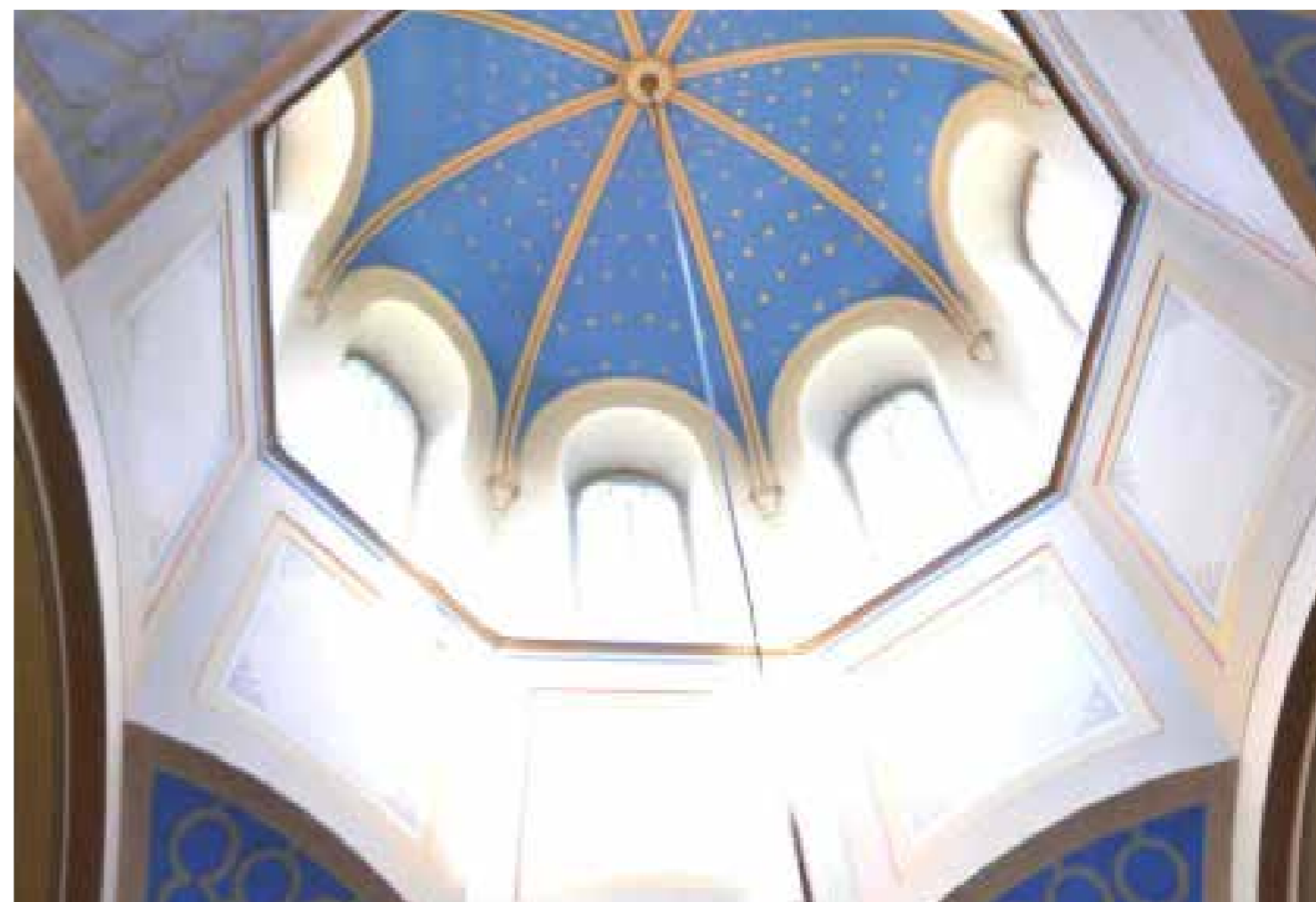
Osoite

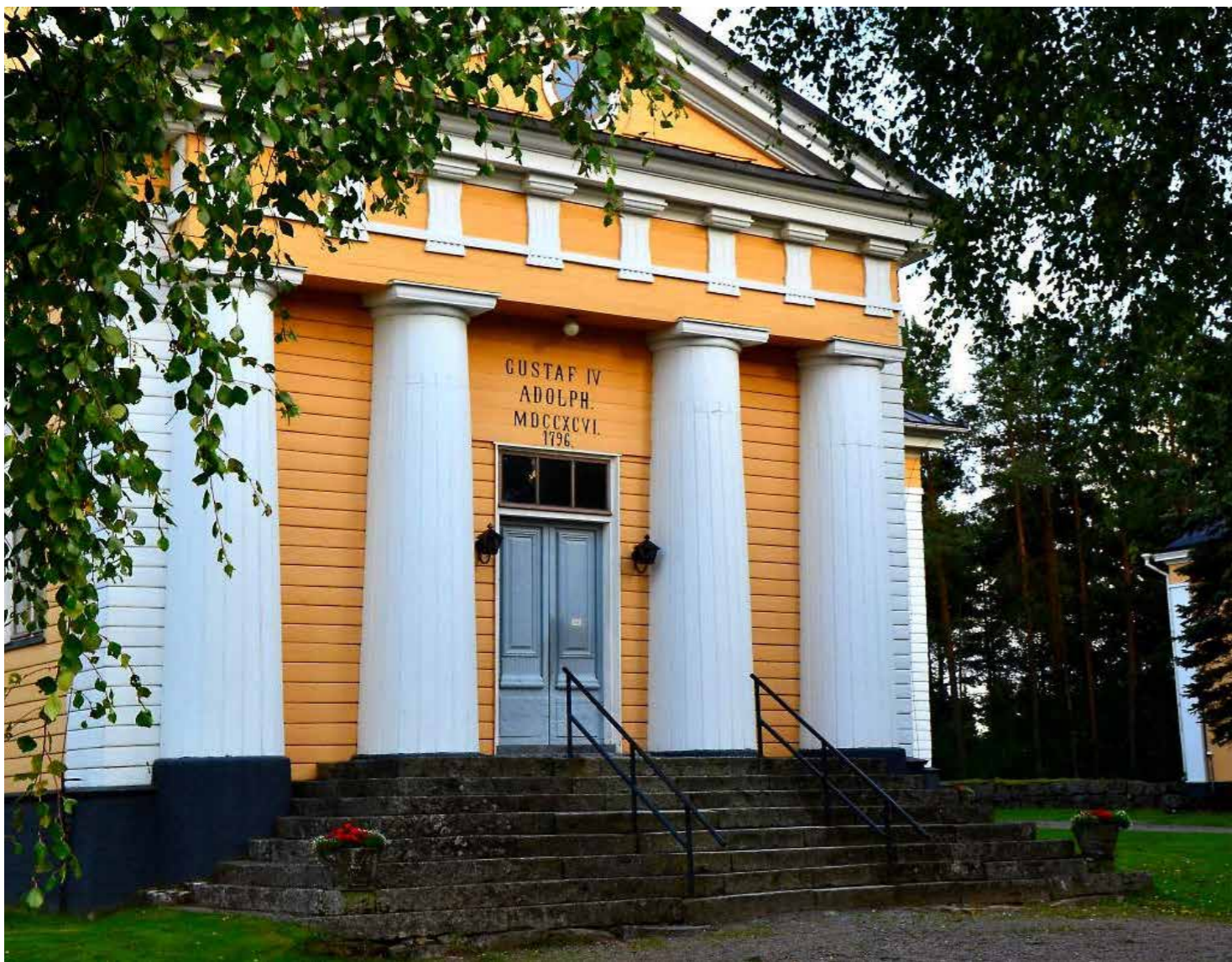
Nikolainkuja 1, 65100 Vaasa

Muut tilaisuudet

Ma 29.7.2024: Korsholman musiikkijuhlat: Pappa Bach ja isä Mozart

Tervetuloa tutustumaan Pyhän Nikolaoksen kirkkoon ja nauttimaan sen rauhallisesta ilmapiiristä sekä kauniista arkkitehtuurista!





Oravaisten kirkko - Historiallinen helmi

Oravaisten kirkko, rakennettu vuosina 1796-97, seisoo ajattomana muistomerkkinä Suomen rikkaasta kirkkorakennusperinteestä. Kirkon piirustukset perustuvat kuuluisan kirkonrakentajan Jacob Rijf'in Nykarlebystä tekemään ehdotukseen, mikä antaa rakennukselle sen ainutlaatuisen arkkitehtonisen viehätöksen. Kirkko läpikävi laajan kunnostuksen viimeksi vuosina 2002-2004, mikä on auttanut säilyttämään sen historiallisen kauneuden tuleville sukupolville.

Kirkon urut, jotka toimitti B.A. Thulé, ovat olleet keskeisessä roolissa kirkon musiikkielämässä syyskuusta 1879 lähtien. Niitä laajennettiin ja parannettiin viimeksi vuonna 1969 Hans Heinrichin toimesta Maksamaalta, ja nykyään niissä on 21 äänikertaa, mikä tekee niistä vaikuttavan osan kirkon sisätiloista.

Saarnatuoli, jonka rakensi rakennusmestari Natanael Rönnblad Pörtöstä vuonna 1816, sekä alttaritaulu vuodelta 1820, jonka maalasi Johan Erik Lind Kokkolasta, lisäävät molemmat kirkon esteettistä ja hengellistä ilmapiiriä. Kaksiosainen alttaritaulu, joka esittää "Ehtoollisen asettaminen" ja "Ristiinnaulitseminen", antaa vahvan taustan seurakunnan tärkeimmälle juhlahetkelle, ehtoolliselle.

Kirkko on avoinna vierailijoille 3. heinäkuuta - 21. heinäkuuta 2023, maanantaista perjantaihin klo 12-16. Ajantasaiset jumalanpalvelusajat, jotka pidetään klo 10, 12 tai 18, löytyvät seurakunnan verkkosivuilta. Kirkon osoite on Kimontie 19, 66800 Oravainen.

Jumalanpalvelusten lisäksi kirkossa järjestetään myös muita tapahtumia. Vöyrin seurakunnan iltamusiikki pidetään keski- tai viikkoisin klo 19 ajalla 31. toukokuuta - 16. elokuuta. Lisätietoja näistä tapahtumista löytyy seurakunnan verkkosivuilta.

Oravaisten kirkko, Jakob Rijf'in suunnittelema puukirkko, jatkaa olemistaan keskeisenä paikkana hartaushetkille ja yhteisöllisyydelle Vöyrin seurakunnassa. Vierailijat ovat aina tervetulleita kokemaan sen rikkaan historian ja osallisuuden kirkon elämään.



TIEKIRKKO



Pyhän Ristin kirkko (Hattulan vanha kirkko)

Tämä historiallinen kirkko on seisonut Vanajaveden rannalla 1400-luvun lopulta lähtien ja toivottaa tervetulleeksi vierailijat, jotka haluavat uppoutua sen keskiaikaiseen historiaan, ihaila 1510-luvun eolisia seinämaalauksia tai vain etsiä rauhaa.

Kirkko on ollut tärkeä kansainvälinen pyhiinvaelluskohde keskialjalta lähtien. Todennäköisesti paikalla oli jo 1400-luvun alussa puukirkko ja ehkä useita sukupolvia puukirkkoja ennen nykyisen tiilikirkon rakentamista. Vaikka Hattula ei ole suoraan Hämeen Härkätien varrella, joka on yksi vanhoista kauppateistä, pääsi kirkkoon sen itäistä reittiä pitkin.

Useat kirkon ominaisuudet tekevät siitä ainutlaatuisen. Yksi niistä on keskialjalta epätavallinen rakennusmateriaali, tiili, joka yhdistää kirkon Hämeen linnan. Hämeen linnan tiilirakentaminen alkoi luultavasti 1300-luvulla ja jatkui 1500-luvulle asti. Yksi Hämeen linnan tiilikohteista oli Herniaisissa, lähellä Pyhän Ristin kirkkoa.

Aukioloajat ja opastetut kierrokset

Pyhän Ristin kirkko on avoinna päivittäin 11.5.-18.8.2024 klo 11-17. Kirkko on suljettu juhannusviikonloppuna (21.-22.6.2024) ja kirkkoseremonioiden aikana. Sisäänpääsy on ilmainen.

Suomenkielisiä opastettuja kierroksia järjestetään päivittäin klo klo 11.00, 12.30, 14.00 ja 15.30. Opastetun kierroksen hinta on 4 €/aikuinen ja jokaiselle kierrokselle mahtuu 30 henkilöä. Ennakkovaraus ei ole mahdollista, eivätkä retket ole saatavilla ryhmille. Tarkista kirkkoseremonioiden nykyiset ajat seurakunnan verkkosivuilta, sillä opastettuja kierroksia ei järjestetä näinä aikoina.

Kirkon jumalanpalvelukset

Messu/jumalanpalvelus pidetään kirkossa joka sunnuntai 30.6.-25.8.2024 klo. 10:00. Tästä johtuen ensimmäinen opastettu kierros järjestetään näinä päivinä klo klo 12.30



TIEKIRKKO



Historiallinen Laihian kirkko: Varhaisen uusklassismin helmi

Laihian kirkko, arkkitehtoninen aarre Laihian kunnassa Vaasasta itään päin, on merkittävä esimerkki varhaisesta uusklassismista Suomessa. Vuosina 1803-1805 suunniteltu ja rakennettu kirkko heijastaa vaasalaisen raatimiehen Herman Höckertin näkemystä ja Tukholman yli-intendentin viraston vuonna 1797 hyväksymiä piirustuksia.

Arkkitehtoniset kohokohdat

Kirkon pohjapiirros muodostaa tasavartisen ristin, mikä on uusklassisen arkkitehtuurin klassinen piirre. Ristin länsivarresta nousee korkea, suorakulmainen torni. Yksi Laihian kirkon ainutlaatuisista piirteistä on pieni kattoratsastaja, joka kohoaa ristin keskeltä. Erityisesti kirkon torni on yksi noin kahdestakymmenestä Suomessa, jossa tornia koristaa kukko.

Kirkon seinät ovat paljaat, paljastaen kauniisti veistetyt hirret, jotka lisäävät rustiikkista viehätystä sen sisätiloihin. Kirkossa on aumakatto ja pyöristetty puuholvi. Kirkossa on istumapaikkoja 1200 hengelle, mikä tekee siitä merkittävän kokoontumispaikan yhteisölle.

Esteettömyys

Laihian kirkko on sitoutunut esteettömyyteen. Etelähaarassa sijaitseva hissi takaa helpon sisäänkäynnin kaikille vierailijoille tilaisuuksien aikana. Kirkossa on induktiosilmukka, joka auttaa kuulokojeen käyttäjiä kuulemaan paremmin.

Pyörätuolilla liikkuville parhain paikka on keskikäytävällä, josta on hyvä näkyvyys ja akustiikka. Lisäksi keskikäytävällä on tuoleja, joita voi hyödyntää esimerkiksi rollaattorin kanssa liikkuvat. Vaikka pääsisääntäytymisen yhteydessä olevat WC-tilat eivät ole inva-essoja, esteettömät WC-tilat löytyvät seurakuntatalosta.

Vierailutiedot

Laihian kirkko toivottaa vierailijat tervetulleiksi kesäkaudella 10. kesäkuuta - 2. elokuuta 2024, maanantaista perjantaihin klo 12-16.

Säännölliset jumalanpalvelukset pidetään joka sunnuntai klo 10, tarjoten mahdollisuuden kokea tämän arvokkaan puukirkon hengellisen ja historiallisen tunnelman.

Yhteystiedot ja sijainti

Varaukset ja lisätiedot saa seurakuntatoimistosta numerosta 06-477 7700. Kirkko sijaitsee osoitteessa Laihiantie 29, 66400 Laihia. Lisää tietoa kirkosta ja seurakunnan toiminnasta löytyy seurakunnan verkkosivuilta.



KIRKKO



Näkymiä Kallion kirkon tornista

Kallion kirkko, joka sijaitsee Helsingin Kallion kaupunginosassa, on vaikuttava harmaagraniittinen kirkkorakennus. Se toimii Kallion seurakunnan pääkirkkona (toinen seurakunnan kirkoista on Alppilan kirkko). Kirkon on suunnitellut arkkitehti Lars Sonck, ja se edustaa kansallisromanttista tyyliä, jossa on yhdistetty vaikutteita kansainvälisestä jugend-tyylistä. Tälle tyyliille ovat ominaisia perinteisten suomalaisten materiaalien käyttö, jyrkät muotokieli sekä luonnosta inspiroidut aiheet ja värit.

Tänä kesänä yleisöllä on ainutlaatuinen mahdollisuus vierailulla 65 metriä korkeassa Kallion kirkon tornissa, josta avautuvat upeat näkymät yli koko Helsingin. Kirkkaana päivänä tornista saattaa nähdä aina Viroon asti, vaikkakaan emme tänään vierailumme aikana voineet todistaa tätä.

Vierailut Kallion kirkon torniin ovat mahdollisia keskiviikosta perjantaihin varausjärjestelmän kautta ja lauantaisin jonottamalla klo 11-17 välisenä aikana. Kierroksen hinta on 10 euroa. Tornierrokselle osallistuminen edellyttää 18 vuoden ikää, eikä kävijän tulisi hengästyä helposti portaita kiivetessään.

Tämä ainutlaatuinen kokemus tarjoaa niin paikallisille kuin turisteillekin tilaisuuden nähdä Helsinki uudesta perspektiivistä ja nauttia kaupungin kauneudesta korkeuksista käsin.







Salaperäiset sammaljätit valtaavat Lasipalatsin aukion

Vihreä sammaljätti varustettuna suksilla ja sauvoilla on kulkenut Amos Rexin kumpujen keskelle, kenties valmiina kartoittamaan tuntemattomia alueita. Vael-tajan mielestä yksi tapa oppia tuntemaan maailmaa on matkustaminen, toinen on aistien avulla – erityisesti kosketuksen kautta. Ehkä siksi jätti kertoo omasta tehtävästään koskettamalla avointa kämmentä toisen käden kahdella sormella. Viittoma toteutuu liikuttamalla sormia kämmenen yli, mikä tarkoittaa viittomakielellä kävellä tai vaeltaa.

Vaeltaja on yksi neljästä jättiläismäisestä vihreästä hahmosta, jotka ovat tilapäisesti juurtuneet Lasipalatsin aukiolle ja Bio Rexin terassille. Kim Simonssonin (s. 1974) Sammaljätit ovat noin neljän metrin korkuisia hahmoja, jotka kommunikoivat keskenään viittomakielellä. Teokset on hankittu osaksi Konstsamfundetin kokoelmaa, joka on yksi laajimmista yksityisistä taidekokoelmista Suomessa.

Sammaljättien pitkä matka kotiin kulkee Helsingin keskustan kautta

Vaeltaja, Keräilijä, Ystävyys ja Valontuoja ovat matkalla takaisin metsään. He pitävät taukoa Lasipalatsin aukiolla Amos Rexin kummuilla kesän yli, jonka jälkeen he jatkavat pikkuhiljaa kohti Amos Andersonin Kemiönsaarella sijaitsevaa kesäpaikkaa, Söderlångvikin kartanoa. Sinne Sammaljätit jäävät pysyvästi ja sulautuvat vähitellen osaksi metsän ekosysteemiä.

“Minulla oli visio suuresta metsään sammaloituneesta hahmosta. Tämän ystävällisen jätin kuka tawhansa voisi kohdata sattumalta metsässä kulkessaan. Tämä unelma toteutuu nyt, kun neljä jättiä muuttaa Söderlångvikin metsään”, sanoo Simonsson.

Sammaljätit löytyvät Söderlångvikin metsästä kevästä 2025 alkaen.

Simonsson kuvailee jättejään utopiiksi sammallapsiksi. Hän on antanut jokaiselle ryhmän jäsenelle oman tärkeän tehtävän, ja jokainen tehtävä on yhtä tärkeä. Yksi kantaa työkaluja, kun taas toinen kantaa suksia selässään. On syytä kiinnittää huomiota myös Sammaljättien käsiin, jotka ovat merkittävässä roolissa; jätit kommunikoivat toistensa ja ympäristönsä kanssa viittomakielellä.

Kuvanveistäjä Kim Simonsson asuu ja työskentelee Fiskarsin taiteilijakylässä Länsi-Uudellamaalla. Hän on työskennellyt keraamisten sammalhahmojen parissa lähes kymmenen vuoden ajan – sammaljätit ovat hänen tähän asti suurimmat teoksensa. Hänet tunnetaan ennakkoluulottomasta tarinankerronnasta ja materiaalien vahvasta tuntemuksesta.

Sammaljätit ovat esillä Lasipalatsin aukiolla 29.4.–20.10.2024. Näyttelyn on kuratoinut Kai Kartio.

Viittomakieli on kaikille

Viittomakielet ovat visuaalisia kieliä, joita käyttävät sekä kuurot, heikkokuuloiset että kuulevat. Ne koostuvat eri viittomista, joissa yhdistyvät käsien, vartalon ja suun liikkeet sekä kasvon ilmeet. Suomessa on käytössä kaksi eri viittomakieltä: suomenruotsalainen sekä suomalainen viittomakieli, jota Kim Simonssonin Sammaljätit puhuvat.

Kevään muut näyttelyt

Keväällä Amos Rexissä nähdään myös kokoelmanäyttely Musta tuntuu, toistaiseksi sekä samaan aikaan avautuva Josefina Nelimarkan näyttely The Cloud of Un/knowning. Näyttelyt ovat avoinna 27.3.–8.9.2024.

(Amos-Rex)





Kokoelmapäällillö Auli Jämsänen näyttää yksi näyttelyn kiehtovaa esinettä, »Kuninkaantuoli«

Aarteita meiltä ja merten takaa: Uudistettu kokoelmanäyttely avautui Pohjanmaan museossa 8. kesäkuuta

Aarteita meiltä ja merten takaa: Uudistettu kokoelmanäyttely avautuu Pohjanmaan museossa 8. kesäkuuta Pohjanmaan museossa Vaasassa avautuu 8. kesäkuuta uudistettu Aarteita meiltä ja merten takaa -kokoelmanäyttely. Näyttely esittelee vaasalaisen pariskunnan, Karl ja Elin Hedmanin, keräämän monipuolisen kokoelman, joka kattaa Pohjanmaan paikallisen kulttuuriperinnön sekä ulkomaisia ja kotimaisia taidearteita, hopeaa ja keramiikkaa myöten.

Karl Hedman oli varakas liikemies ja taiteenkerääjä, joka keräsi kokoel-

maansa esineitä paitsi Pohjanmaalta myös ympäri maailmaa. Näyttelyssä on esillä muun muassa Kiinassa valmistettua posliinia, huonekaluja, kelloja ja soittimia Ruotsista sekä paikallisten käsityöläisten valmistamia esineitä, kuten Märten Hammarströmin tinatuoppeja ja Benvikin keramiikkatehtaan kannuja ja paperipainoja.

Näyttely tarjoaa ainutlaatuisen katsauksen 1700–1800-lukujen rannikko-seudun vaurauteen ja siihen, kuinka merenkulun ansiosta Pohjanmaan alueelle saapui arvokkaita esineitä eri puolilta maailmaa. Näyttelyssä on ennallistettu myös muutamia alkuperäisiä esineryhmiä, joiden avulla kävijät voivat saada tuntumaa siihen, kuinka keräilijä itse suunnitteli

esillepanon kronologiasta vapaana, esteettiset näkökulmat huomioiden.

Kokoelmapäällikkö Auli Jämsänen Vaasan museoista kertoo: »Näyttelyyn on ennallistettu myös muutamia muita alkuperäisiä esineryhmiä. Niiden avulla kävijä voi saada tuntumaa siihen, kuinka keräilijä itse suunnitteli esillepanon kronologiasta vapaana, esteettiset näkökulmat huomioiden.«

Aarteita meiltä ja merten takaa -näyttely on avoinna Pohjanmaan museossa 8. kesäkuuta 2024 alkaen. Näyttely on ehdottomasti näkemisen arvoinen kaikille, jotka ovat kiinnostuneita Pohjanmaan historiasta, kulttuurista ja taiteesta.



Parantavatko naislääkärit potilaita paremmin?

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

Tutkimuksen yleiskatsaus

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

Pääasialliset tulokset

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

Naispotilaat: Naispotilaiden kuolleisuus naislääkärien hoidossa oli

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

Tulosten merkitys

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

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

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

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

yhteistyöympäristöä, joka voi johtaa parempiin terveyden tuloksiin.

Laajemmat vaikutukset

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

Rajoitukset

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

Johtopäätös

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



KIRJASTOT

Uusi valtakunnallinen E-kirjasto: Odotukset ja todellisuus kaukana toisistaan

Pitkään odotettu valtakunnallinen E-kirjasto on vihdoinkin avattu, mutta se ei vastaa lainkaan odotuksiin. Kirjojen valikoima on todella suppea ja monia kieliä puuttuu kokonaan. Sisäänkirjautuminen on hankalaa ja vaatii näköjään joka kerta pankkitunnuksia. Palvelu ei vastaa vielä lainkaan tavallisten kirjastojen tarjoamia mahdollisuuksia.

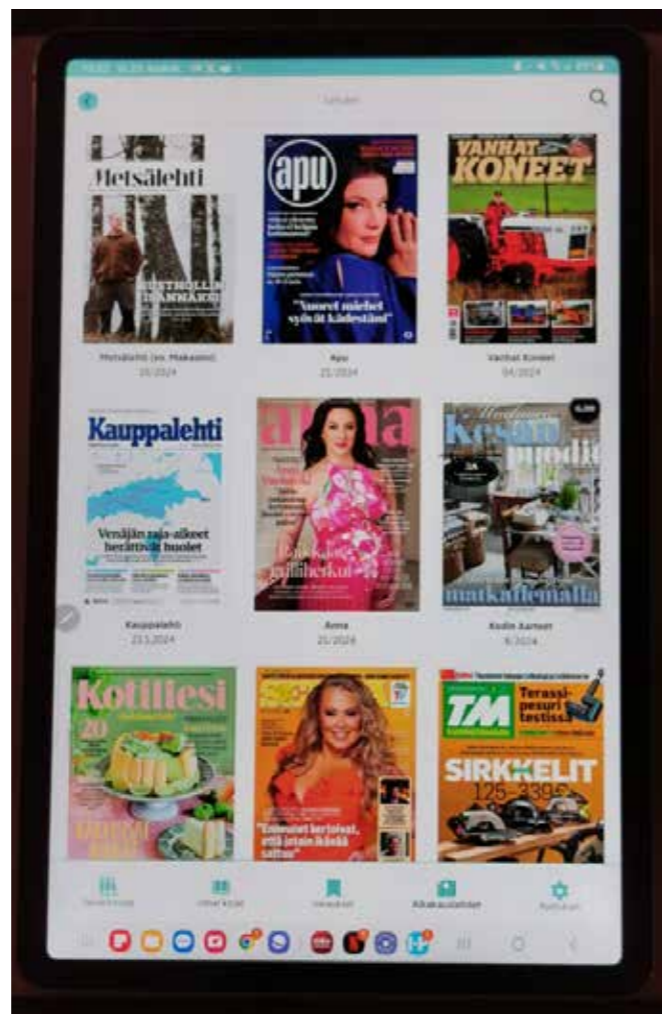
Kirjojen puute ja suppea valikoima

Kirjastosta löytyy vain satoja kirjoja, mikä vastaa vain pientä osaa todellisen kirjaston hyllyistä. Kirjojen valikoima on myös erittäin suppea, ja ruotsinkielisiä kirjoja on vain muutamia kymmeniä. Ymmärrettävää on, että monet ruotsinkieliset kunnat eivät ole mukana projektissa, mutta se ei tee palvelusta valtakunnallista.

Käyttöongelmia ja rajallinen saatavuus

Sisäänkirjautuminen e-kirjastoon on hankalaa ja vaatii joka kerta pankkitunnuksia tai vastaavaa. Parempi vaihtoehto olisi kerran tunnuksien, joiden jälkeen käyttäjä saisi automaattisen käyttöoikeuden. Ainoa toiminto, joka onnistuu sujuvasti, on lehdistöpuoli. Siellä on saatavilla useita aikakauslehtiä ja päivälehtiä, sellaisia kuin Apu Anna, Seura ja monta harrastuslehteä, kuten TM ja MikroBitti. Päivälehdistö löytyy Kauppalehti ja Maaseudun tulevaisuus. Valikoima ei vastaa läheskään Press-readerin tasoa.

Noin 15% suomalaisista ei pääse e-kirjastoon edes maksamalla. Tämä on häpeällistä, kun puhutaan



Kotimaisia viihdelehtiä löytyy aika kattavasti

valtakunnallisesta palvelusta. Kaikille muille palvelu on toki maksuton.

Lisäominaisuuksien puute

E-kirjastossa ei ole monia ominaisuuksia, joita tavalliset kirjastot tarjoavat. Esimerkiksi laina-ajan päättymisestä ei tule ilmoitusta, ja varausten määrää on rajoitettu. Myös lempikirjojen löytäminen voi olla vaikeaa, sillä kaikki teokset eivät ole saatavilla.

Laina-aika on 2 viikkoa. Pitäisikö Suomessa yrittää Archive.orgin menetelmä että laina-aika on tunti, eli kirjaa voi lukea silloin kun on aikaa, ja sitten lainaa tisen kerran kun on aika, Lyhyellä laina-ajalla kirjat riittäisi rajoitettukin kirjamäärä parem-

min.

Valtakunnallinen e-kirjasto on pettymys. Se ei vastaa odotuksia ja on käyttökelpoinen vain tietyissä rajoissa. Toivottavasti palvelu kehittyy tulevaisuudessa ja vastaa paremmin suomalaisten tarpeisiin. Vaikutelma on että tämä on avattu ihan keskenräisenä,

E-kirjaston taustavoima on Kansalliskirjasto yhteistyössä yleisten kirjastojen kanssa.

Eri asia tässä on se että Kansalliskirjaston muut palvelut ovat aivan maailman huip-puluokkaa. Tuskin missään muussa maassa on niin kattavasti digitoituja historiallisia sanomalehtiä ja kirjoja kuin Suomessa,



Kansalliskirjasto on yksi Suomen tärkeimmistä instituutioissa. Kansalliskirjaston monumentaalinen rakennus sijaitsee vastapäätä Helsingin tuomikirkkoa. Ja voimme olla vakuuttuneita siitä että Kansalliskirjasto saa E-kirjastosta toimivan version.





Nina Kokkinen. Kuva: Noora Lehtovuori

Tutkijatohtori Nina Kokkinen johdattaa idän henkisyteen 16.6. Tikanojan taidekodissa

Sunnuntaina 16. kesäkuuta 2024 järjestetään Tikanojan taidekodissa asiantuntijakierros tutkijatohtori Nina Kokkinen johdolla. Kierros on suomenkielinen klo 13 ja englanninkielinen klo 14. Kierros sisältyy museolipun hintaan.

Kierroksella tutustutaan "Idän henkisyys" -näyttelyyn Kokkinen opastuksella. Kokkinen on toiminut näyttelyn kuraattorina ja tutkinut suomalaisten taiteilijoiden mielikuvia "mystisestä idästä" jo useiden vuosien ajan.

Näyttelyssä on esillä teoksia Akseli

Gallen-Kallelalta, Pekka Halolta ja Hugo Simbergiltä, jotka olivat kaikki kiinnostuneita esoteerisesta henkisyudesta. Kokkinen on tutkinut myös Eva Bremerin, Meri Genetzin, Ilona Hariman ja Lyyli Visannin tuotantoa, joista osa on esillä Tikanojan taidekokoelmassa.

Kokkinen on palkittu Edvard Richter -palkinnolla ja julkaissut useita tietokirjoja, kuten "Hengen aarteet. Esoteerisuus Suomen taide maailmassa 1890–1950" (Parvs 2020) ja "Moderni esoteerisuus ja okkultismi Suomessa" (Vastapaino 2020). Hän on kuratoinut myös

useita näyttelyitä, kuten "Sielun silmä" -näyttelyn, joka käsitteli selvänäköisyyden teemaa.

Museolipun hintaan sisältyvä asiantuntijakierros järjestetään sunnuntaina 16.6.2024 suomeksi klo 13 ja englanniksi klo 14. Tikanojan taidekoti on avoinna keskiviikosta sunnuntaihin klo 10–17.

Näyttelyssä on nähtävillä laaja valikoima kulttuurihistoriallista esineistöä sekä noin sata taideteosta 1800-luvun lopulta nykypäivään.



Rudolf Koivu (1890-1946)



Uusi Kaisantunneli avattiin pyöräilijöille ja jalankulkijoille Helsingissä

Helsingin ydinkeskustan uusi Kaisantunneli avasi ovensa pyöräilijöille ja jalankulkijoille sunnuntaina 4. toukokuuta 2024 sopivasti kansallisen pyöräilyviikon alkaessa. Noin 220 metrin mittainen tunneli kulkee Helsingin rautatieaseman ratapihan alla ja yhdistää Kaisaniemen puiston ja Oodin ja Kansalaistorille. Ennen vanhaan pyöräilymatka näiden pisteiden välillä rautatieaseman eteläpuolitse oli 600 metriä. Ja useassa liikennevalossa piti odottaa.

Tunneli on suunniteltu erityisesti pyöräilijöiden tarpeita silmällä pitäen mutta kyllä sen läpi on mukana

kävelläkin. Siellä on oma pyöräilykaista, pyörähiisi ja noin tuhannen pyörän pysäköintitila nimeltä Pyörätalli. Tämä ei ole kuitenkaan vielä auki. Pyöräkorjaamokin löytyy jatkossa Pyörätallista.

Jalankulkijoille tunneli tarjoaa esteettömän ja helpon kulkuyhteyden Kaisaniemen puistoon ja Oodiin. Tunnelin Oodin puoleiseen päähän on rakennettu portaat, joita pitkin pääsee junalaitureille. Myös Kaisaniemen puiston puolelle on rakennettu 40 pyörän runkolukituslaitetta.

Kaisantunnelin rakentaminen on

kestänyt kolme vuotta ja sen kustannukset ovat nousseet alkuperäisestä 25 miljoonasta eurosta 32 miljoonaan euroon. Urakka on kuitenkin sujunut suunnitelmien mukaan ja liikenteessä ei ole ollut häiriöitä.

Uusi Kaisantunneli on merkittävä parannus Helsingin ydinkeskustan liikennejärjestelmään ja se tulee varmasti helpottamaan pyöräilijöiden ja jalankulkijoiden liikkumista.

Kartta: © OpenStreetMap-kartoittajat



ELÄMÄNKERTAKIRJASTO

Jane Trygg-Kaipiainen - Monipuolinen vaikuttaja ja luova tahtonainen

NAISTEN ÄÄNI

Suomi
Finland
100

Kuuntele

Jane Trygg-Kaipiainen elämää ohjaa voimakas vaikuttamisen tahto ja epäkohtien korjaaminen.

Lapsuus

Jane on syntynyt Sakari Topeliuksen päivänä Heidekenillä, eli hän on aito turkulainen. Hänen syntymäkotinsa oli Raunistulassa. Isä oli monen sukupolven turkulainen. Äiti oli



Eeva Kauppi oli tunnettu vaasalainen psykiatri ja kansanedustaja

Naisten Ääni -hanke: Tuhannen naisen tarinat elämänekertakirjastoon

Ainakin 50 Vaasaan liittyvä tarina! Ja äsken on tullut kaksi lisää!

Suomalaisen yhteiskunnan ja kulttuurin historia on pitkälti rakentunut ihmisten teois-ta ja vaikutuksesta, mutta naisten osuus tässä tarinassa on jäänyt usein vähälle huo-miolle. Naisten tekemiset, vaikutukset ja elämänekertomukset ovat olleet ällistytävän niukasti kirjattuja yhteiseen muistiin. Tämän muuttamiseksi on syntynyt Naisten Ääni -hanke, jonka tavoitteena on tuoda naisten tarinat ja vaikutusvalta osaksi suomalaista historiakertomusta.

Suomen itsenäisyyden 100-vuotisjuhluvuonna 2017 lanseerattu Naisten Ääni -verkkojulkaisu on osa Suomalaisen Naisliiton aloittamaa pyrkimystä tuottaa laajamittaisia aineistoa suomalaisten naisten elämästä ja vaikutuksesta yhteiskuntaan. Hankkeen keskiössä on halu tuottaa ja levittää tietoa siitä, mitä naiset ovat tehneet,

miten he ovat vaikuttaneet yhteiskunnan kehitykseen, miten he ovat eläneet ja miten he ovat selviytyneet elämän haasteista.

Keväällä 2024 julkaistiin tuhannes elämänekerta, ja niitä on sen jälkeen tullut runsaasti lisää. Ainakin viidessäkymmenessä tarinassa kerrotaan vaasalaisista naisista tai naisista joiden elämä liittyy kaupunkiimme.

Mainittakoon muutama tunnettu vaasalainen joiden elämäkerta löytyy Naisten Ääni-kirjastossa: Irma Rewell, Ritva Hyöky, Eeva Kauppi, Alexandra Frosterus-Sältin, Rosi-na Heikel,

Verkkojulkaisuun toivotaan monipuolista osallistumista, ja mukaan ovat tervetulleita niin valtakunnalliset, paikalliset kuin sukujenkin naiset. Tavoitteena on nostaa esiin erilaisia tarinoita ja kokemuksia: arjen sankarittaria, järjestötyössä ahertaneita, näkyviä ja näkymättömiä, äänekkäitä ja hiljaisia. Haluamme koota aineiston, joka kuvastaa suomalaisten naisten monipuolista panosta yhteiskuntaan ja kulttuuriin.

Naisten Ääni -verkkojulkaisuun voi kirjoittaa uusia elämäkerta-artikkeleita tai kopioi-da jo aiemmin julkaistuja artikkeleita naisjärjestöjen lehdissä, kunhan alkuperäiseltä julkaisijalta on lupa uudelleenjulkaisuun. Lisäksi haastamme järjestöt ja yksittäiset kansalaiset mukaan keräämään ja dokumentoimaan naisten tarinoita omilla paikka-kunnillaan. Tavoitteena on tehdä Naisten Ääni -hankkeesta naisten voimannäyttö ja samalla luoda ainutlaatuinen aineistokokonaisuus suomalaisten naisten elämästä.

Tule mukaan -sivulle on koottu lisää ajatuksia ja ideoita siitä, miten jokainen meistä voi osallistua Naisten Ääni -hankkeeseen ja tehdä suomalaisten naisten tarinoista näkyvämpiä ja merkityksellisempiä. Liity joukkoomme ja auta meitä kertomaan suomalaisten naisten unohtumattomia tarinoita! Naisten Ääni-kirjasto on verkossa pysyvästi ja tulee palvemaan myös tutkijoita tulevina vuosikymmeninä – tai vuosisatoja!

Alexandra Theodora Frosterus-Sältin, unohdettu vaasalainen taiteilija

NAISTEN ÄÄNI

Suomi
Finland
100

Kuuntele

Kuka on Suomen tunnetuin ja samalla unohdettuin naispuolinen taiteilija? Kenen teoksia miljoonat suomalaiset ovat ihastelleet yli sadan vuoden ajan? Kuka vaasalainen taiteilija on ollut unohdettu kymmenien vuosien ajan ilman, että Vaasassa olisi ainotakaan muistomerkkiä tai patsasta hänelle, puhumattakaan siitä, ettei kaupungissa ole yhtään hänen mukaansa nimettyä katuakaan? Kuka on taiteilija, jonka terveyttä edistäviä piirustuksia koululaisemme ovat katselleet 120 vuoden ajan? Kuka naispuolinen taiteilija on inspiroinut Eppu Normaalin koskettavaan lauluun "Murheellisten laulujen maa"? Kuka on vaasalainen taiteilija, jonka piirustukset olivat osasyynä siihen, että Suomessa oli historian alussa kieltolaki? Kuka on vaasalainen taiteilija, jonka taulu on presidentin kansliassa? Tämä kuuluisa taiteilija on tohtori Alexandra Theodora Frosterus-Sältin.

Lapsuus

Alexandra Frosterus syntyi 6. joulukuuta 1837 Inkoossa. Hänen vanhempansa olivat teologian professori Benjamin Frosterus ja Wilhelmina Sofia af Gadolin. Benjamin Frosterus oli syntynyt Pudasjärvellä 28. huhtikuuta 1792. Kalajoen kirkkoherran Johan Frosteruksen ja tämän ensimmäisen vaimon Marian Westzyntiuksen poikana. Robert Frosterus, Kuopion ensimmäinen piispa, oli hänen velipuolensa. Benjamin Frosterus väitelti teologiassa vuonna 1821 ja vihittiin papiksi 1824. Hänestä tuli kirkkohistorian professori vuonna 1829. Benjamin muutti perheineen 1. toukokuuta 1838 Vaasaan. Hänestä tuli silloiselta nimeltään Mustasaaren ja Vaasan seurakunnan kirkkoherra. Alexandra vietti lapsuutensa Hagan pappilassa. Talo seisoo edelleen samalla paikalla lähellä Vanhaa Vaasa ja toimii nykyään Vaasan ruotsinkielisen seurakunnan edustustilana.



Alexandra Theodora Frosterus-Sältin 1860-luvulla (Museolaitos, kuva väritetty)

Alexandra Frosterus-Sältin, tunnettu vaasalainen taiteilija

Pali-Maja, Marie Johansdotter Berg - Skrev första dikten om alkoholens negativa sidor

NAISTEN ÄÄNI

Suomi
Finland
100

Kuuntele

Marie Johansdotter Berg, känd under sin pseudonym Pali-Maja, föddes den 10 december 1784 i Pali, en gårdsgrupp vid Österlandsvägen i Pörtom. Hennes far, Johan Hansson Uppgård, hade flyttat till Pörtom från Pjelas i Närpes, sedan han gift sig med Maria Greta Uppgård och därmed blivit ägare till hälften av ett hemman med namnet Uppgård. Då hemmanet skiftades fick familjen flytta till en äng med namnet Pali eller Pali, ett namn som lever kvar ännu i vår tid. Familjen hade 14 barn, varav 9 klarade sig till vuxen ålder. Isak Smeds berättar om familjen i den diktbok som publicerades år 1882: "Alla barnen var utrustade med klokt huvud och lyckliga anlag att lära allt vad som föll dem i hägen."

Hon avled den 11 oktober 1867 i Närpes. Hon var på sin tid den mest produktiva kvinnliga poeten i vårt land. På sin tid var hon en av de mest aktade personerna i Närpesnejden. År 1882 publicerades en bok innehållande de dikter som återfunnits och i förordet till denna skriver lektor Isak Smeds från Petalax: "Den skaldinna, vars visor otvivelaktigt allmännast sjungas över hela Österbotten och vilken jag i barndomen i min hembygd hört med så stor beundrad och aktning omtalas."

Pali-Maj måste nog ha varit väldigt begåvad, för redan som 18-åring blev hon "skolmästarinna" och i den rollen handhade hon undervisningen av barn i många byar i Närpes. Redan som 18-åring började hon skriva dikter. Som 20-åring besökte hon Stockholm, en resa som gick med båt från Närpes. Hennes medresenärer lär ha betecknat henne som en "sångfågel".

År 1814 födde hon en son vars far var Mats Matsson Snickars från Normäs i Närpes. På den tiden var utomäktenskapliga förbindelser både skamliga och olagliga. Hon fick sota för detta "brott" med böter, men värre var att hon fick lida för sitt skamfilade anseende resten av sitt liv.



Pärbilden till den diktsamling med Pali-Majas dikter som utgavs år 1882

Pali-Maja, Pirttikylässä syntynyt tuottoisa runoilija. Ruotsinkielinen artikkeli.

Tässä elämänekertakirjasto löytyy:
<https://www.naistenaani.fi/>

THL: Huono-osaisimmilla asuinalueilla hävitään eniten rahaa oman alueen rahapeliautomaatteihin

Alueilla, joilla huono-osaisuus on yleistä, hävitään eniten rahaa oman asuinalueen rahapeliautomaatteihin, selviää THL:n tutkimuksesta. Myös rahapeliautomaattien saatavuus eli automaattien määrä suhteessa asukasmäärään, on korkeinta huono-osaisimmilla postinumeroalueilla, vaikka automaattien määrä on kaikkiaan vähentynyt merkittävästi.

Tutkimuksessa huono-osaisuudella tarkoitettiin alueen matalaa tulo- tasoa, vain peruskoulun käyneiden asukkaiden korkea osuutta sekä korkea työttömyysastetta. Tutkimuksen aineistot ovat vuodelta 2022, jolloin rahapeliautomaattien määrä Manner-Suomessa oli yhteensä noin 12 000. Automaattien määrä oli laskenut peräti noin 10 000:lla aiemmasta tarkastelusta, joka tehtiin vuosina 2018–2019.

Asuinalueilla, joissa huono-osaisuus on yleistä ja automaatteja on paljon, ovat asukaskohtaiset tappiot kaikkein suurimmat. Vahvimmin automaattien saatavuuteen ovat yhteydessä alueen asukkaiden alhainen tulo- ja koulutustaso.

”Tätä voi ajatella eräänlaisena noidankehänä. Mitä enemmän huono-osaisuutta asuinalueella on, sitä enemmän kulutetaan rahapeliautomaatteihin ja sitä tiheämmin auto-

maatteja myös alueelta löytyy. Hävityt rahat lisäävät eriarvoisuutta ja pelihaittojen riskiä entisestään”, toteaa erikoistutkija Jani Selin THL:stä.

”Rahapeliautomaattien määrä on vähentynyt huomattavasti pakollisen tunnistautumisen sekä pandemian myötä, jolloin esimerkiksi kaupat poistivat niitä tiloistaan. Automaatteja on kuitenkin edelleen saatavilla enemmän huono-osaisilla asuinalueilla”, Selin jatkaa.

Rahapeliautomaattien sijoittelun tarkempi sääntely tarpeen

Arpajaislain mukaan automaattien sijoittelu tulee suunnitella siten, että niiden pelaamisesta aiheutuvat haitat ovat mahdollisimman vähäisiä. Suomessa on käytössä rahapeliautomaattien hajasijoittelumalli eli niitä on sijoitettu arkisiin ympäristöihin, kuten kauppoihin, huoltoasemille ja kioskeille. Automaatteja on myös erillisissä pelisaleissa.

”Arpajaislain sanamuodot haittojen minimoinnista eivät tutkimuksemme tulosten valossa toteudu, vaikka rahapeliautomaattien sijoittelusta on keskusteltu vuosia”, toteaa tutkimuspäällikkö Susanna Räsänen THL:stä.

Hallitusohjelmaan on kirjattu, että automaattien siirtoa erillisiin tiloihin selvitetään. Selvittämisen tarve on mainittu myös käynnissä olevan rahapelijärjestelmänsäntöasettamispäätöksessä.

Automaattien sijoittelun tiukempi sääntely on THL:n tutkijoiden mukaan perusteltua rahapelihaittojen ja alueellisen eriarvoisuuden vähentämiseksi.

”Niin kauan, kun automaattien sijoittelua ei säädellä vaan ratkaisut tekee peliyhtiö itsenäisesti ja nojaten liiketaloudellisiin perusteisiin, automaattien keskittyminen haavoittuville asuinalueille jatkuu”, Räsänen arvioi.

Ensimmäinen tutkimus laatuaan Tutkimuksessa yhdistettiin Tilastokeskuksen aluetason väestötietoja sekä tarkkoja rahapeliautomaattipelaamista koskevia kulutustietoja. Tulokset ovat kansainvälisesti ainutlaatuisia.

”Tämä on tietävästi ensimmäinen tutkimus, joka perustuu täsmällisiin tietoihin paikallisten asukkaiden pelikulutuksesta oman asuinalueensa automaatteihin”, Selin kuvailee.

Lisäksi myöhemmin tänä vuonna julkaistaan tutkimustuloksia Espoon, Helsingin ja Vantaan osalta.

”Tulevat tutkimustuloksemme perustuvat aluetason sosioekonomisiin tietoihin ja anonymisoiuihin pelikulutustietoihin, joten ne antavat entistä tarkempaa tietoa automaattien saatavuuden, pelikulutuksen ja sosioekonomisten tekijöiden yhteydestä”, kertoo tutkija Pasi Okkonen THL:stä. (THL.FI)





Amos Rex: Generation 2026 -näyttelyn juryn puheenjohtajaksi on valittu Harold Hejazi

Generation 2026 -juryn puheenjohtajaksi on kutsuttu kanadalainen taiteilija ja pelisuunnittelija Harold Hejazi. Näyttelyyn haetaan teoksia eri taiteen aloilta ja Hejazi tuo tuomaristoon monipuolista osaamista osallistavasta esitystaiteesta, pelitaiteesta sekä sosiaalisesta vaikuttamisesta taiteen keinoin. Generation-triennaali on joka kolmas vuosi pidettävä Amos Rexin näyttely, joka esittelee laajan kattauksen teoksia 15–23-vuotiailta taiteilijoilta. Näyttelyyn on avoin haku, ja näyttelyyn tulevat teokset valitsee jury. Näyttelyn teoshaku alkaa 1.10.2024.

Taiteilija ja pelisuunnittelija Harold Hejazi on kutsuttu Amos Rexin Generation 2026 -juryn puheenjohtajaksi. Hejazi on monipuolinen taiteen ja pedagogian ammattilainen, joka työskentelee laaja-alaisesti osallistavan

esitystaiteen, pelisuunnittelun ja yhteisön osallistamisen parissa. Helsingissä asuva Hejazi on viime vuosina tutkinut videopelien käyttöä teatteritaiteessa, ja hän käsittelee muun muassa rotuun, marginalisointiin ja nykyaikaiseen monikulttuurisuuteen liittyviä teemoja.

– Nyt on seuraavan taiteilijasukupolven aika nousta. Odotan teoksia, jotka kohtaavat aikamme sosiaaliset ja poliittiset haasteet. Haluan nähdä pelottomia, radikaaleja ja innovatiivisia töitä, jotka kutsuvat osallistumaan ja pohtimaan, sanoo Hejazi.

Juryssa Amos Rexiä edustavat museonjohtaja Kieran Long, avustava kuraattori Krista Mamia, yleisötyön kuraattori Laura Porola sekä kuraattori Terhi Tuomi. Vuoden 2023 Generation-taiteilijoita edustavat Aino Kontinen sekä Yoon-

sik Kim.

Näyttelyyn on avoin haku. Teoshaku-aika on 1.–31.10.2024, ja mukaan voi hakea kaikki vuosina 2001–2009 syntyneet ja Suomessa toimivat taiteilijat ja taiteen tekijät. Mukaan valitaan noin 40 taiteilijaa ja näyttelyyn haetaan teoksia eri taiteenaloilta. Generation-triennaali järjestetään neljännen kerran vuonna 2026.

Valituille Generation 2026 -taiteilijoille tarjotaan mahdollisuus hakea Föreningen Konstsamfundetilta projektipurahaa näyttelyä varten.

Kuva: Generation 2026 -näyttelyn juryn puheenjohtaja Harold Hejazi Amos Rexissä. Stella Ojala / Amos Rex

Multatuotteet, kompostimulta ja Legionellabakteerit: Varoituksia ja Vinkkejä



Kotipuutarhurit, olkaa tarkkana!

Multa- ja kompostituotteiden käsittelyssä saattaa piillä terveysriski, sillä niissä voi olla legionellabakteereja. Tämä ei ole uusi huoli – vuonna 2023 multa tunnustettiin tartunnanlähteeksi viidessä legionelloositapauksessa, kun kaikkiaan tapauksia oli 54. Tämä herättää kysymyksen: Mitä meidän tulisi tietää legionellabakteereista, niiden historiasta ja hoidosta?

Legionellabakteerit ovat saaneet nimensä vuonna 1976 pidetyn Amerikan legionelalaistapaamisen mukaan. Monet osallistajat sairastuivat keuhkokuumeeseen. Epidemian jälkeen löydettiin Legionella-suvun bakteereja hotellin vesijärjestelmässä. Legionellabakteerit ovat yleisiä luonnonvesissä ja maaperässä, ja ne voivat aiheuttaa vakavia sairauksia ihmisille erityisesti vesijärjestelmissä, kuten suihkuissa, porealtaissa ja jäähdytysjärjestelmissä.

Legionellabakteerit leviävät hengitysteiden kautta hengitettävän aerosolin välityksellä. Ne voivat aiheuttaa vakavan keuhkokuumeen, erityisesti ikääntyneille ja heikentyneen vastustuskyvyn omaaville henkilöille. Keuhkokuumeen oireita voivat olla kuume, yskä, hengenahdistus ja rintakivut. Mikäli epäillään legionellan aiheuttamaa keuhkokuumetta, on tärkeää hakeutua lääkärin hoitoon välittömästi.

Legionellan aiheuttamaa keuhkokuumetta hoidetaan yleensä antibiooteilla, kuten atsitromysiinillä tai levofloksasiinilla. Hoidon tehokkuuteen vaikuttaa potilaan yleiskunto ja mahdolliset muut sairaudet. Lisäksi on tärkeää minimoida altistuminen legionellabakteereille ennaltaehkäisevien toimenpiteiden avulla.

Kun käsitellään multa- ja kompostituotteita, on hyvä noudattaa erityistä varovaisuutta. Vältä niiden pölyttämistä ilmaan, suojaa käsissä olevat haavat ja käytä suojakäsineitä. Pese kädet huolellisesti käsittelyn jälkeen ja säilytä multapussit poissa auringonvalolta. Ennaltaehkäisevien toimenpiteiden noudattaminen on avain legionellabakteerien aiheuttamien riskien minimoimiseksi.

Tässä on THL:n tänö keväänä julkaistut ohjeet:

Vältä mullan ja kompostin pölyttämistä hengitysilmaan. Suojaa käsissä olevat haavat ja rikkinäinen iho.

Käytä suojakäsineitä ja pese lopuksi kädet huolellisesti.

Avaa multapussi siten, että suuaukko on pois päin kasvoista.

Kostuta multaa tai kompostia tarvittaessa alhaisella vedenpaineella, kuten vesikanun avulla.

Pese multa- tai kompostimateriaalityövälineistä alhaisella vedenpaineella.

Säilytä multapussit poissa auringosta, sillä auringossa säilytetyn pussin sisälämpötila 20–40°C on ihanteellinen legionellabakteerien lisääntymiselle.

Jos pölyämistä ei voida muutoin vähentää, FFP-2 ja FFP-3-tason suojaimet suojaavat altistumiselta. Muista asetella suojain tiiviisti kasvoille. (Lähde: mm thl.fi)

URHEILU

Kalevan kisat Vaasassa 27.-30.6

Vaasa valmistautuu Kalevan kisoihin: Kaarlenkentä valmistellaan kilpailuun



Kalevankisat2018 - 3000 m, Jyväskylä

Vasemmalta oikealle: Sandra Eriksson, Camilla Richardsson, Astrid Snäll, Linnea Harala, Lotta Mäkinen, Emma Hakala, Hilka Kontro, Pihla Hokkanen, Amanda Virtanen, Oona-Mari Hakulinen, Mona Forselles, Janna Hautala.

Kuva: Tuomas Vitikainen

Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0

Yleisurheilun SM-kisat, Kalevan, järjestetään kaupungin tiedotteen mukaan Vaasassa 27.–30. kesäkuuta 2024. Se on yksi Suomen johtavista valtakunnallisista urheilutapahtumista, ja Vaasan kaupunki on valmistautunut tapahtumaan jo usean vuoden ajan. Kalevan kisojen odotetaan houkuttelevan Vaasaan noin 20 000 kävijää. Tapahtuman toteuttaminen edellyttää alueen urheiluseuroilta merkittävää yhteistyötä. Pääjärjestäjä on Vaasan Urheiluseura yhteistyössä Palosaaren Urheiluseuran, Vaasan Tovereiden, Vaasan Vasaman, Vähänkyrön Viestin ja IF Femmanin kanssa.

Liikuntapäällikkö Mika Lehtonen kertoo, että Vaasan kaupunki on aloittanut tapahtumaan valmistautumisen jo useita vuosia sitten. Yksi näkyvimmistä parannuksista on Kaarlenkentän uuden tulostaulun asentaminen, joka korvasi vanhan viime vuonna.

”Uusi digitaalinen tulostaulu on 14,7 x 5,8 metrin LED-näyttö, jossa voimme näyttää tulosten lisäksi suoria lähetyksiä kentältä ja uusintoja hidastettuna. Vanha maalaus oli mekaaninen”, Lehtonen kertoo. Kevään aikana Karlsplanin pääkatsomon päädyt lasitetaan, mikä on merkittävä muutos. ”Pääkatsomossa on aika kylmä, koska se on varjossa. Lasiseinät vä-

hentävät vetoa ja tuulta, Lehtonen kertoo.

Kentän juoksuradat pestään ja linjat maalataan uudelleen. Lisäksi koko suunnitelmaan tehdään pieniä korjauksia ja vanhat sähkö- ja datakaapelit vaihdetaan uusiin. Myös kentällä olevien laitteiden ja varusteiden tulee olla hyvässä kunnossa kilpailua varten.

”Päivitämme laitteita, kuten keihäitä, luoteja, poikkipalkkeja ja rakennustelineitä. Kalevan kisojen jälkeen kaikki kentän käyttäjät pääsevät hyötymään uusista laitteista, Lehtonen sanoo.

Tapahtumalla on merkittävä vaikutus liikenteeseen, ja väliaikaisia liikennejärjestelyjä ja pysäköinti-alueita on suunniteltu jo pitkään.

Tästä tiedotetaan tarkemmin lähempänä tapahtumaa. Kalevan kisat ulottuvat myös Kaarlenkentän ulkopuolelle. ”Naisten ja miesten kävelykilpailut käydään uudella kevyen liikenteen väylällä Onkilahden kauniissa merenrantaympäristössä”, Lehtonen kertoo.

Kalevan kisoissa nähdään sekä kansallisia huippu-urheilijoita että lupaavia nuoria lahjakkuuksia. Kilpailu ajoittuu EM-kisojen ja olympialaisten väliin, joten on mahdollista, että Karlsplanissa nähdään myös yleisurheilun EM-kisojen suomalaismitalisteja Roomasta.

– Toivomme, että vaasalaiset merkitsevät Kalevan kisat kalenteriinsa ja kokoontuvat sankoin joukoin seuraamaan kisoja, Lehtonen sanoo.

RUSSIA'S UNPROVOKED ATTACK ON UKRAINE

The G7 Summit's Key Result for Us Is More Air Defense Systems for Our Cities – Address by the President Volodymyr Zelensky



13.6.2024

Dear Ukrainians!

I have just had a meeting with President Biden, a good meeting, a useful one. Throughout these days, I have been in touch with our military, with a daily report from the Commander-in-Chief, and constant reports from the Minister of Defense, other government officials, and intelligence about the situation at the front, in the main directions in our Donetsk and Kharkiv regions, the needs of our warriors, and the details of supplies.

Today, almost all our meetings here – at the G7 Summit, and on the sidelines of the Summit – are focused on what our military is saying, on our needs and our capabilities right now, if the supply is sufficient and timely. With all the leaders, we are talking about speeding up the delivery of the announced packages to Ukraine. In particular, we have just talked about this with President Biden. Today, I also spoke with Justin Trudeau, the Prime Minister of Canada, about the new support – thank you, Jus-

tin! I also had a meeting with Rishi Sunak, the Prime Minister of the United Kingdom, and it will also contribute to the supplies. And a meeting with Fumio Kishida, the Prime Minister of Japan. I also had a good meeting with Giorgia Meloni, the President of the Council of Ministers of Italy. Thank you, Giorgia, for this meaningful summit and for all your support for Ukraine – for Ukrainians, for the protection of our children and families in Ukraine, all those whose lives are under attack from Russian terror.

The key result for us is that there will be more air defense systems for our cities. "Patriots" is practically a Ukrainian word now. There will also be more equipment and other necessary supplies for the front. Decisions have been made regarding the use of Russian assets for the benefit of Ukraine, with the G7 taking a significant first step regarding \$50 billion. Thank you!

We have already signed seven security agreements with all G7 countries. In total, seventeen agreements have already been signed, and we are preparing to sign another ten.

Today, I had a meeting with the IMF Managing Director to discuss support for our state, our institutions, and our society, of course. I am grateful for the understanding. I also had a very inspiring meeting with the President of the World Bank. We discussed, among other things, support for our energy sector, access to the necessary funds for people, companies, and government institutions to restore destroyed energy capabilities and build new ones. I am grateful to the World Bank and personally to its President for the willingness to work on this.

And I would like to thank all our partners today for supporting the Peace Summit and helping to engage leaders and states. Together, the world can definitely restore justice and a just peace. We are doing everything for this. The day after tomorrow the inaugural Peace Summit will take place where we will take the first real step towards a just peace.

Glory to Ukraine!

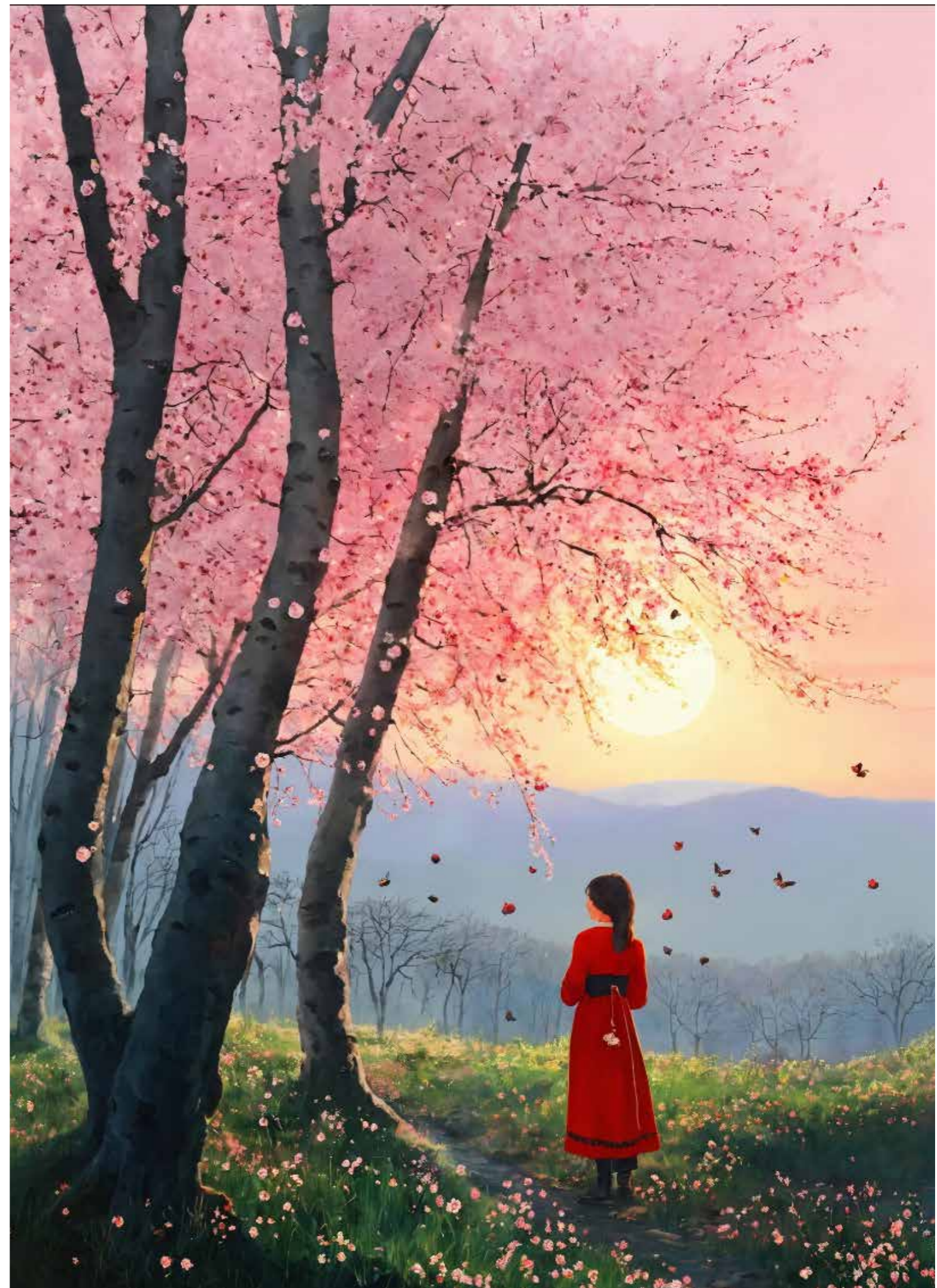
Licens: Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. Länk: www.president.gov.ua

Eino Leino, 1915

LEMMENLAULU

Lemmen aamu, rauhan huomen!
Katso, juhlii luonto laaja,
tunne, tuoksuu kukka tuomen,
kuule, laulaa lehto taaja!
Meidän aamu, meidän huomen!
Ennen häät on ortten alla,
kuin tuo kuihtuu kukka tuomen,
puuntuu puolat kankahalla.

Onnen aamu, armas huomen,
tuoksuu rinnan nuoren terttu,
katso, juhlii luonto Suomen,
laulaa lemmen leppäkerttu!
Meidän hetki, meidän kevät!
Ennen voittoa kuolo kesän
kuin nää kihlat himmenevät,
jäähtyy liesi meidän pesän.



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



KESÄKUUN HOROSKOOPPI

Oinas (21.3.–19.4.)
Tänä kesäkuussa Oinaat ovat täynnä energiaa ja intoa. On aika tarttua härkää sarvista – tai grillimakkaraa pihdeillä! Muista kuitenkin, että kesä on rentoutumisen aikaa, joten anna myös itsellesi lupa vain olla ja nauttia. Pienet mokat grillijuhlissa tuovat vain lisää naurua ja hyviä tarinoita!

Härkä (20.4.–20.5.)
Härät nauttivat kesäkuusta täysin rinnoin – erityisesti herkkuja maistellen. Älä huoli, vaikka kesän jäätelöannokset hiukan venyttävät vyötäröä; tärkeintä on nauttia hetkestä. Kaiva esiin ne värikkäät kesävaatteet ja anna muillekin syy hymyyn, kun tepastelet kaupungilla kuin kävelevä hedelmäslaatti.

Kaksoset (21.5.–20.6.)
Kaksoset ovat kesäkuussa seurallisia ja täynnä ideoita. Olisi hyvä, jos edes puolet niistä toteutettaisiin, mutta älä hätäänny, jos suurin osa jää haaveiksi. Juhannustaikojen kokeileminen ystävien kanssa tuottaa varmasti naurua ja ehkä jopa yllättäviä tuloksia. Muista, että joskus spontaanit ideat ovat niitä parhaita!

Rapu (21.6.–22.7.)
Ravut viettävät kesäkuussa paljon aikaa veden äärellä, oli se sitten ranta, järvi tai oma kylpyamme. Rauhoitu ja anna mielen levätä. Pidä kuitenkin varasi: lokit saattavat nähdä eväspakettisi ja hyökätä kuin piknikkirovot. Varaa siis aina ylimääräinen keksi – sekä itsellesi että yllätysvieraille.

Leijona (23.7.–22.8.)
Leijonat loistavat kesäkuussa kilpaa auringon kanssa. Juhannustansseissa huomaat vetäväsi puoleesi katseita, vaikkeet edes yrittäisi. Muista kuitenkin aurinkorasva – palanut Leijona ei ole yhtä charmikas kuin kultaisena hehkuna. Kesän seikkailut odottavat, joten anna palaa!

Neitsyt (23.8.–22.9.)
Neitsyt löytävät itsensä järjestämässä kesäjuhlia, joissa jokainen servietti on viikattu täydellisesti. Muista kuitenkin rentoutua ja nauttia, vaikka kaikki ei menisikään suunnitelmien mukaan. Pieni kaos kuuluu kesään, ja se tuo mukanaan unohtumattomia muistoja – ja ehkä hieman tahraista, mutta onnellista naurua.

Vaaka (23.9.–22.10.)
Vaa'at tasapainottelevat kesäkuussa työn ja hovin välillä. Älä anna kesäflirttien viedä tasapainoasi – tai jos annat, tee se tyyliillä! Kesän festivaalit ja puistopiknikit tarjoavat runsaasti mahdollisuuksia nauttia elämästä. Muista, että paras asuste on hymy – ja ehkä se hellehattu, joka suojaa auringonpistokselta.

Skorpioni (23.10.–21.11.)
Skorpionit ovat kesäkuussa salaperäisiä ja vetovoimaisia kuin aina. Rannalla makoilu tuo pintaan syvällisiä ajatuksia ja ehkä pari romanttista kohtaamista. Vältä kuitenkin liiallista analysointia – kesä on kevyiden ajatusten aikaa. Anna itsellesi lupa heittäytyä hetkeen ja ehkä jopa nauraa itsellesi.

Jousimies (22.11.–21.12.)
Jousimiehet ovat kesäkuussa seikkailunhaluisia. Pakkaa reppu ja suuntaa tuntemattomaan – vaikka se tuntematon olisikin vain naapurikylien jäätelökioski. Kesä on täynnä mahdollisuuksia uusiin kokemuksiin, joten älä pelkää hypätä mukaan. Muista kuitenkin, että hyvät kengät ovat seikkailijan paras ystävä.

Kauris (22.12.–19.1.)
Kauriit keskittyvät kesäkuussa rauhoittumiseen ja omien akkujensa lataamiseen. Salli itsellesi hetkiä, jolloin voit vain olla ja ihmetellä kesän kauneutta. Puutarhanhoito, lukeminen ja rauhalliset kävelyt ovat juuri sitä, mitä tarvitset. Muista nauttia pienistä iloista, kuten aamukasteen kimalluksesta nurmikolla.

Vesimies (20.1.–18.2.)
Vesimiehet ovat kesäkuussa täynnä luovuutta ja outoja ideoita. Ota kaikki ilo irti tästä ajasta ja anna mielikuvituksen lentää. Kesän DIY-projektit ja spontaanit illanvietot ystävien kanssa tuovat iloa ja naurua. Muista, että kesä on parasta aikaa hölmöilylle – älä siis ota itseäsi liian vakavasti.

Kalat (19.2.–20.3.)
Kalat ovat kesäkuussa herkkiä ja romanttisia. Anna itsellesi lupa unelmoida ja nauttia kesän taianomaisuudesta. Rantakävelyt ja tähti-taivaan tuijottelu ovat juuri sitä, mitä tarvitset. Muista, että kesäromanssit ovat ihania, vaikka ne kestäisivätkin vain hetken – jokainen hetki on arvokas.

Mukavaa ja nauruntäyteistä kesäkuuta kaikille!

HUUMORIA SADAN VUODEN TAKAA

KOKONAAN SAIRAS

– Te näytätte hieman rasittuneelta.
– Kumpu tietäisitte, missä tilassa olen! Maksani ei ole kunnossa, vatsaani kivittää, jalkani ovat turvoksissa, kaulani on kokonaan tulehtunut, enkä minä itsekään voi oikein hyvin.

UUTISET

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

SYNTYNYT TANSSIMAAN

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

MISTÄ LAPSET TULEVAT

Siellä oli kolmen loistokkaasti pukeutuneen hyvin pienen tytön ryhmä, joilla oli haukkuja ja nauhoja ja arvokkaita leluja ja naapurin nukkeja, ja heidän lähellään leikki hiekalla noin samanikäinen köyhä pikkutyttö, niukasti pukeutunut ja kotitekoinen primitiivi. nukke sylissänsä. Kolme hienoa lasta keskustelivat mielenkiintoisesta kysymyksestä, mistä he olivat kotoisin, mikä osoittautui erittäin mielenkiintoiseksi taaperoikäisten spekulatioiden aiheeksi.

– Olen kotoisin ruususta, äiti sanoi, lausui yksi pienistä elävistä nukeista.
– Ja minä taas, keskeytti nro 2, minun on täytynyt tulla kaalin päästä.
– Minä, kyllä, haikara nosti minut, sanoi numero kolme. Sitten hän, joka oli noussut ruususta, kääntyi halveksivasti ja ylpeänä köyhän, niukasti pukeutuneen tyttölapsen puoleen ja sanoi jaloisesti:
– Ja sinä, siellä, mistä sinä tulit?
– Voi, vastasi pikku Tuhkimo, olemme niin köyhiä, niin hirveän köyhiä kotona, että äidin ja isän on itse tehtävä lapsensa.

ILMAINEN SÄHKKE

Mac Carty Aberdeenista vierailee Yhdysvalloissa. Eräänä päivänä hänen on lähetettävä sähkö sukulaiselle. Kun hän kysyy hintaa lennätintuomistossa, hänelle kerrotaan, että lähettäjän nimi ei maksa mitään.
– Mahtavaa, sanoo tiedustelija. Olen intiaanipäällikön jälkeläinen ja nimeni on Minätulenhuomennajunalla.

HITAASTA KUIN ILTATAIVAS.

– Kyllä, voit vapaasti suudella sinua,

Cissi.

– Hmm.
– Aiotteko olla hirveän vihainen minulle, jos annan sinulle suukon, Cissi?
– Mnah
– Voinko antaa sinulle suukon, Cissi?
– sanon int
– Tarkoittaako ne kyllä vai ei?
– He sanovat kyllä, Affe!
– Mikset sitten halua sanoa niitä? Voinko suudella sinua vai en?
– Miettikää sitten!
– Kyllä, en voi antaa sinulle suudella!
– No, ajattele nyt sitä
– . No, kyllä, suudella sinua, Cissi?
– No, ajattele viisaasti, Affe!

HAMPAAT

– Isoisä! Kuinka usein saamme hampaat?
– Kolme kertaa, kahdella ensimmäisellä kerralla saamme ne ilmaiseksi, mutta kolmannella joudumme maksamaan itse.

EI KESTÄ PÄIVÄNVALOA

– Sanotteko, että hänellä on työ, joka ei kestä päivänvaloa?
– Kyllä, hän kehittää levyjä valokuvaajan kanssa!

TEATTERIESITYKSEN JÄLKEEN.

Mies: - Vaimoni, olit roolissa todella poikkeuksellinen! Ylittämätön. Kukaan ei olisi voinut tehdä sitä paremmin kuin sinä!
Nainen: - Olet imarreltava! Itse asiassa

roolin olisi pitänyt esittää nuori ja kaunis nainen.
Herrasmies: - Ei ollenkaan. Olet todistanut päinvastaisen!

OIKEUDESSA

Puolustusasianajaja: — Paras todiste siitä, että tuli tuli täysin yllätyksenä syytetylle, on se, että hän tilasi tulipaloo edeltävänä päivänä kotiin 4 koria pilsneriä.
Tuomari: - Neljä koria! Onko syytetty alkoholisti?
Syytetty: - Ei, ei, mutta ajattelin, että palomiehille saattaa tulla jano.

ARVON TÄYDELLISYYS

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

YKSINKERTAINEN

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

Mikä talo tämä on?



Viime viikon talo:
Funkkis

PhitoScetch

Viikon astronominen kuva:



Pluto

NASA's New Horizons spacecraft captured this high-resolution enhanced color view of Pluto on July 14, 2015. The image combines blue, red and infrared images taken by the Ralph/Multispectral Visual Imaging Camera (MVIC). Pluto's surface sports a remarkable range of subtle colors, enhanced in this view to a rainbow of pale blues, yellows, oranges, and deep reds. Many landforms have their own distinct colors, telling a complex geological and climatological story that scientists have only just begun to decode. The image resolves details and colors on scales as small as 0.8 miles (1.3 kilometers).
NASA / Johns Hopkins University Applied Physics Laboratory / Southwest Research Institute
Public domain

Ensi viikolla:



Lukijoilta

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

waasanpaivalehti@gmail.com

Ilmoita WP:ssä

Tässä historiallisessa ja hypermodernissa päivälhdessä ensimmäisten joukossa mainostamisella voi olla PR-arvoa.
Ilmoitushinta on 6 €/palstamillimetri. Vakiolmoitukset ovat halvempia (25 mm korkea = 140 €, 50 mm = 280 €, 75 mm = 400 €). Toistuvat ilmoitukset = 30 % alennus. Lähetä ilmoitukset osoitteeseen
waasanpaivalehti@gmail.com
jpg-, tiff- tai png-muodossa. Mainokset pienennetään sitten 46 mm:n sarakkeen leveyteen.

Waasan Päivälehti
waasanpaivalehti@gmail.com