

WAASAN PÄIVÄLEHTI

Nr 27 Lauantai, 6 heinäkuuta, 2025

ISSN 2954-243X

Sundomin uusi kalakauppa

Kronvikin pyörätie valmis

Uusi katutaideteoksia

Sundom böckling

Helpotusta keliakikoille: Saa suudella

Vaasa LITFfest - syksyn kulttuuritapahtuma

WAASAN PÄIVÄ- LEHTI



TÄÄLLÄ OLEMME:

vpress.ovh

TÄNÄÄN

Hyvä ottaa huomioon hellepäivinä

Ilmastomuutos tuo mukanaan yhä kuumempia kesiä myös Suomessa. Siinä missä helteet olivat aiemmin satunnaisia, nykyään ne voivat kestää viikkoja ja lämpötila voi kohota jopa 30 asteen yläpuolelle useana päivänä peräkkäin.

Etelä-Euroopassa mitattiin kesällä 2025 ennätyksellisiä 46 asteen lukemia, ja vaikka Suomessa tuskin nähdään aivan samoja lämpötiloja, helteet vaikuttavat meilläkin terveyteen, jaksamiseen ja arjen sujumiseen. Tässä muutamia keskeisiä asioita, jotka on hyvä ottaa huomioon hellepäivinä.

Nesteytys on kaiken A ja O

Helle saa kehon haihduttamaan normaalia enemmän nestettä hien ja hengityksen kautta. Tämän vuoksi veden juominen on äärimmäisen tärkeää. Janon tunne ei aina ole luotettava mittari elimistön nestetasapainosta, erityisesti iäkkäillä ihmisillä. Vettä tulisi juoda säännöllisesti pitkin päivää, vaikka ei tuntisikaan janoa. Alkoholi, kahvi ja virvoitusjuomat eivät ole hyviä nesteyttäjiä, sillä ne voivat jopa lisätä nesteen poistumista elimistöstä.

Lapset, vanhukset ja kroonisesti sairast ovat erityisen herkkiä nestehukalle. Esimerkiksi ikäihmisillä janon tunne saattaa olla heikentynyt, ja lapsilla kehon nestetarastot ovat pienemmät.

On tärkeää huolehtia heidän juomisestaan ja tarjota vettä usein.

Suojaa itsesi auringolta

Suora auringonpaiste voi aiheuttaa paitsi palovammoja myös lämpöhalvauksen riskin. Kevyet, vaaleat ja ilmavat vaatteet auttavat pitämään kehon viileämpänä. Hattua tai lippistä on hyvä käyttää, ja aurinkorasva suojaa ihoa palamiselta. Ulkona oleskelua kannattaa rajoittaa päivän kuumimpina tunteina, noin klo 11–16 välillä.

Myös sisätiloja voi pitää viileämpinä sulkemalla verhot ja ikkunat päivän ajaksi ja avaamalla ne vasta illalla tai yöllä, kun ilma viilenee. Jos mahdollista, oleskelu varjoisissa paikoissa tai ilmastoituissa tiloissa auttaa kehoa pysymään viileänä.

Lämpö vaikuttaa uneen ja jaksamiseen

Monet kokevat helteellä uni- vaikeuksia, koska kehon on vaikeampi viilentyä nukkumista varten. Viileä suihku ennen nukkumaanmenoa, kevyt iltapala ja hyvä ilmanvaihto voivat helpottaa nukahtamista. Vältä raskasta liikuntaa ja syömistä juuri ennen nukkumaanmenoa, sillä ne nostavat kehon lämpötilaa entisestään.

Päivän aikana on hyvä keventää tekemisiä, jos mahdollista. Raskasta fyysistä työtä tai urheilua ei kannata ajoittaa kuumimpaan aikaan. Keho väsy nopeammin kuumassa, ja hikoilu kuluttaa sekä nestettä että suoloja, mikä voi aiheuttaa huimausta ja päänsärkyä.

Lemmikit ja helle

Myös lemmikit kärsivät kuumuudesta. Koiria ei tulisi ulkoiluttaa kuumimpaan aikaan, eikä niitä saa jättää yksin kuumaan autoon edes lyhyeksi aikaa. Vesi on tärkeää myös eläimille, ja niitä voi viilentää esimerkiksi märällä pyyhkeellä tai antamalla niiden levätä viileässä tilassa.

Seuraa viranomaisohjeita

Kun hellealto iskee, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Ilmatieteen laitos ja pelastusviranomaiset antavat ajankohtaisia ohjeita. Ne kannattaa lukea ja ottaa vakavasti, sillä ne perustuvat tutkimukseen ja asiantuntijatietoon. Hellevaroitusta ei ole vain sanahelinä – se tarkoittaa, että kuumuus voi aiheuttaa terveysongelmia

ja vaaratilanteita erityisesti riskiryhmille.

Yhteisöllisyys on tärkeää

Hellepäivinä kannattaa kiinnittää huomiota myös lähimmäisiin. On hyvä kysyä, miten naapurit, sukulaiset tai tuttavat pärjäävät – erityisesti jos he ovat iäkkäitä tai sairaita. Yhdessä selvittää paremmin myös kuumista jaksista.

Vaikka helle voi tuntua mukavalta lomatunnelman luojana, siihen liittyy monia terveysriskejä. Kun varautuu ajoissa ja toimii järkevästi, kuumista päivistä voi selvitä turvallisesti ja nauttia kesästä parhaalla mahdollisella tavalla.

Photo Supplement



**Björken och stjärnan
Koivu ja tähti
The Birch and the Star
Береза и звезда**

UUTISET

SUNDOM

Uusi kalakauppa avasi ovensa Sundomissa – Kvarkens fisk keräsi väkijoukkoja avajaispäivänään



Maanantaina avattiin uusi herkkuruokakauppa Kvarkens fisk Sundomissa, Kronviksvägenin ja Sundomvägenin risteyksessä.

Lämpimästä kesäsäästä huolimatta paikalle saapui paljon asiakkaita tutustumaan laajaan kalavalikoimaan ja herkkuihin.

Vuoden suunnittelun tuloksena

Liikkeen takana ovat Thomas Sund ja Stefan Smedman, jotka ovat suunnitelleet projektia kokonaisen vuo-

den. Sijainti on erinomainen, sillä alueesta on kehittymässä Sundomin ostoskeskus. Lähistöllä toimivat jo S-Market, kananmunakauppa ja kahvila, joten Kvarkens fisk täydentää alueen ruokatarjontaa loistavasti.

Kokeneet tekijät ja laaja valikoima

Kaupassa työskentelee seitsemän henkeä, muun muassa Nina Holmsten, Heidi Mattsson ja Tom Mäntysaari. Erityisesti huomiota herättää kokenut kokki Mårten Berg, joka tuo liikkeeseen ammattitaitoaan.



Kvarkens fisk tarjoaa laajan valikoiman kalatuotteita, kuten paikallisen suosikin Sundomin böcklingin, mutta myös muita kala- ja lihaherkkuja. Kauppa ei ole vain Sundomin asukkaille, vaan myös saaristoon matkaaville, jotka haluavat ostaa tuoretta kalaa retkelleen.

Tervetullut lisä Sundomin ruokakauppoihin

Aiemmin Sundomin kalatarjonta on ollut niukkaa K-Marketissa ja S-Marketissa, joten uusi kauppa on monien mieleen.

Aukioloajat

Aukioloajat voivat muuttua kysynnän mukaan, mutta aluksi kauppa on auki:

Tiistai–torstai: 10–17

Perjantai: 10–18

Lauantai: 10–15

Laajan valikoimansa, kokenut henkilöstönsä ja hyvän sijaintinsa ansiosta Kvarkens fiskista tulee varmasti suosittu kohde kala- ja herkkujen ystäville.

Ja muistathan – **kala on terveellistä!**

UUTISSET

TÄMÄN UUTISLEHDEN VOIT LUKEA IHAN MISSÄ TAHANSA



Voit lukea tämän lehden missä tahansa, kuten tässä kirkko-puistossa

BLOGGIKIRJOITTAJAT

Kirjoita Waasan Päivälehteen – Etsimme bloggaajia!

Rakastatko ajatustesi, kokemustesi tai asiantuntemuksesi jakamista? Waasan Päivälehti etsii intohimoisia kirjoittajia, jotka haluavat luoda mielenkiintoista sisältöä lukijoillemme.

Kirjoitapa sitten paikallisista uutisista, kulttuurista, elämäntavasta, yrittäjyydestä tai omista kokemuksistasi – äänesi on tervetullut!

Kirjoittaminen *Waasan Päivälehdelle* on loistava tapa saada tekstit laajemmin luetuiksi, tutustua uusiin ihmisiin ja kehittää luovuuttasi. Aiempaa kokemusta ei tarvita – tärkeintä on into ja ideat! Arvostamme monipuolisia näkökulmia ja uusia ääniä, jotka kuvastavat yhtei-

sömme elinvoimaa.

Kiinnostuitko? Lähetä meille blogi-idea tai pieni näyteteksti, ja julkaisemme tekstisi mielellämme. Tule mukaan tekemään *Waasan Päivälehteä* paikka merkityksellisille keskusteluille ja inspiroiville tarinoille!



Ota yhteyttä sähköpostitse waasanpaivalehti@gmail.com lisätietoja varten. Odotamme innolla kuulevamme sinusta!

TYÖTTÖMYYS

Pohjanmaan työttömyys 7%, koko maan 11.5%

Pohjanmaan työllisyysalue säilyttää asemansa yhtenä Suomen työllisimmistä alueista, vaikka työttömien määrä on kasvanut merkittävästi viime vuodesta. Toukokuussa työttömyysaste oli Pohjanmaan työllisyysalueella 7,0 prosenttia, kun se koko maassa oli 11,5 prosenttia.

Pohjanmaan työllisyysalue käsittää yhdeksän kuntaa: Kaskisen, Korsnäsken, Laihian, Maalahden, Mustasaaren, Närpiön, Uudenkaarlepyyn, Vaasan ja Vöyrin. Huhtikuuhun verrattuna työttömyysaste nousi alueella 0,1 prosenttiyksikköä.

Työttömien määrä kasvussa

Vaikka työttömyysaste on edelleen alhainen, työttömyys on lisääntynyt huolestuttavasti. Toukokuun lopussa Pohjanma-

an työllisyysalueella oli 4 337 työtöntä työnhakijaa, mikä on 683 henkilöä enemmän kuin vuosi sitten. Kasvu oli 18,7 prosenttia.

Suurin kasvu työttömien määrässä tapahtui Vaasassa, jossa oli 546 enemmän työtöntä työnhakijaa kuin vuotta aiemmin. Prosentuaalisesti suurin nousu oli kuitenkin Kaskisissa, jossa työttömyys kasvoi 33 prosenttia eli 13 henkilöllä.

Ainoastaan Maalahdessa työttömyys väheni viime vuodesta 13 prosentilla. Kunnista korkein työttömyysaste oli Kaskisissa (11,6 %) ja alhaisin Maalahdessa (3,3 %). Vaasan työttömyysaste oli 8,9 prosenttia.

Lomautukset lisääntyneet

Kokoaikaisesti lomautettuja oli toukokuussa 338 henkilöä, mikä on 70 enemmän kuin huhtikuus-

sa. Lomautusten lisääntyminen kertoo yritysten vaikeuksista nykyisessä taloustilanteessa.

Avoimet työpaikat vähenivät

Työmarkkinatorille ilmoitettujen avoimien työpaikkojen määrä on laskenut jyrkästi. Toukokuussa ilmoitettiin 417 uutta avointa työpaikkaa, mikä on 330 vähemmän kuin vuotta aiemmin. Kuukauden aikana avoinna oli yhteensä 747 työpaikkaa, mikä on peräti 862 vähemmän kuin vuosi sitten.

Avoimien työpaikkojen määrän lasku kertoo työmarkkinoiden kiristymisestä ja yritysten varovaisemmasta rekrytointiasenteesta.

Työvoimakoulutus suosittu

Positiivisena signaalina työvoimakoulutus säilytti suosionsa

työllisyyspalveluissa. Vaikka työllistymistä edistäviin palveluihin osallistuneiden kokonaismäärä väheni hieman, työvoimakoulutus ja omaehtoinen opiskelu säilyttivät asemansa.

Suurin lasku oli valmennuksissa, joihin osallistui 60 henkilöä vähemmän kuin vuotta aiemmin. Työvoimakoulutus tarjoaa työttömille mahdollisuuden parantaa ammatillista osaamistaan ja lisätä työllistymismahdollisuuksia.

Pohjanmaan tilanne heijastelee koko maan työllisyyshaasteita, mutta alueen suhteellisen alhainen työttömyysaste osoittaa sen kilpailukyvyyn säilyneen muuta maata parempana taloudellisesti haastavista olosuhteista huolimatta.

UUTiset

SUNDOM

Kronvikin pyörätie on nyt valmis - asfaltointia myöten



Sundomin ja Kronvikin asukkaat voivat vihdoin nauttia turvallisemmassa ja sujuvammasta kulkemisesta: uusi pyörätie Kronvikintien varrella on valmistunut.

2,6 kilometrin pituinen yhdistetty jalkakäytävä ja pyörätie tarjoaa parannetun yhteyden erityisesti koulumatkalaisille Kronvikin ja Sundomin välillä.

Kyseessä on Vaasan kaupungin ja Etelä-Pohjanmaan ELY-keskuksen yhteishanke, jonka tavoitteena on ollut parantaa liikenneturvallisuutta alueella. Uusi väylä kulkee Sundomintien ja Vanhan Kronvikintien välillä, halloen kaunista maaseutua, jossa vasemmalla puolella on metsää ja oikealla peltoaukeita.

Tämä on tärkeä hanke erityisesti koululaisille. Nyt sekä jalankulkijat että py-

öräilijät pääsevät kulkemaan turvallisesti ja omalla väylällään.

Pyörätie on ollut murkepintaisena käytössä jo viime syksystä lähtien, mutta toukokuussa 2025 se sai asfalttipinnoitteen, joka parantaa käyttömukavuutta ja kestävyyttä. Viimeistelytöinä on nyt siistitty tienvarren oja ja yleisilmettä, ja hanke on kokonaisuudessaan valmis.

Koulumatkat turvallisemmiksi

Erityisesti pyörätie palvelee alueen koululaisia, jotka kulkevat Sundomin alakoulun ja Kronvikin koulun välillä. Aiemmin koulumatkat joutuivat osin kulkemaan vilkasliikenteisen tien reunassa, mikä aiheutti huolta turvallisuudesta.

Uusi erillinen väylä tuo ratkaisun tähän ongelmaan. Nyt lapset ja nuoret voivat liikkua omalla reitillään ilman pelkoa liikenteen seassa py-

öräilystä tai kävelemisestä.

Tämä on selkeä parannus aiempaan. Voidaan todella tyytyväisiä, että turvallisuus on nyt huomattavasti paremmalla tasolla.

Hyvät pysäköintimahdollisuudet pyörille

Pyöräilyä tukemaan on rakennettu myös uusia pyöräpysäköintikatoksia. Stråkantien ja Vanhan Kronvikintien päihin on sijoitettu yhteensä 14 katettua pyöräpaikkaa. Näin pyörän voi jättää suojaisaan paikkaan jatkoyhteyksiä tai koulupäivää varten.

Katokset lisäävät myös reitin houkuttelevuutta niille, jotka haluavat yhdistää pyöräilyn esimerkiksi linja-autoyhteyksiin tai kävelyyn.

Yhteistyö takaa jatkuvan huollon

Hanke on ollut kaupungin ja ELY-keskuksen yhteistyön tulos. Vaasan kaupungin kadunrakentamisen yksikkö on vastannut toteutuksesta, mut-

ta kun työmaa on nyt saatu päätökseen, pyörätie siirtyy virallisesti ELY-keskuksen hallintaan.

Tämä tarkoittaa, että ELY-keskus vastaa jatkossa väylän kunnossapidosta – muun muassa talvikunnossapidosta ja tarvittavista korjauksista. Myös palautteet ja kehitysehdotukset pyörätien käyttöön liittyen voi jatkossa ohjata suoraan ELY-keskukselle.

Arkea helpottava investointi

Kronvikin uusi pyörätie on esimerkki siitä, kuinka pieneltä tuntuva infrastruktuurihanke voi merkittävästi vaikuttaa arjen turvallisuuteen, sujuvuuteen ja kestävään liikkumiseen. Samalla se on investointi tulevaisuuteen – kannustus liikkumaan pyörällä ja jalan turvallisissa olosuhteissa.

Lähde: Vaasa.fi

SUNDOM

Sundomin savusilakka eli ”böckling” ja Sundomin savukala saamassa nimisuojaajaa



Kaksi Pohjanmaan perinteistä kalatuotetta – Sundomin savusilakka ja Sundomin savukala – ovat nyt askeleen lähempänä virallista tunnustusta.

Ruokavirasto on aloittanut nimisuojarahakemusten käsittelyn, ja jos prosessi onnistuu, nämä arvostetut kalatuotteet saavat suojatun maantieteellisen merkinnän (PGI). Tämä nostaisi niiden aseman samalle tasolle kuin esimerkiksi ranskalaisella sampanjalla – nimisuojaus takaa, että vain tietyllä alueella ja perinteisin menetelmin valmistetut tuotteet saavat käyttää arvostettua nimeä.

Kestävän kalastusperinteen suojeleminen

Sundom Fiskargillen aloitteesta Österbottens Fiskarförbund on vuoden 2024 aikana laatinut ja viimeistellyt hakemukset Sundomin savusilakalle (eli ”böcklingille”) ja Sundomin savukalalle. Hakemukset toimitettiin Ruokavirastolle vuodenvaihteessa, ja nyt ne ovat viranomaisen arvioitavana.

– Tavoitteemme on varmistaa, että nämä perinteet säilyvät tuleville sukupolville. Nimisuojaus suojaa tuotteiden laatua ja alkuperää, jotta kukaan ei voi väärinkäyttää Sundomin kalan hyvää mainetta, kertoo Österbottens Fiskarförbundin toiminnanjohtaja Marina Nyqvist.

Suojattu maantieteellinen merkintä tarkoittaa käytännössä, että tuotteen on oltava valmistettu tietyllä alueella – tässä tapauksessa Sundomin kylässä – vaikka itse kala voitaisiin pyytää myös muilta vesialueilta. Tärkeintä on perinteinen valmistustapa, joka antaa tuotteille niiden ainutlaatuisen maun ja ulkonäön.

Sata vuotta samaa tekniikkaa – leppäpuu ja silmätömät silakat

Sundomin kalansavustuksen historia ulottuu 1700-luvulle, mutta nykyisen kaltaiseksi se kehittyi 1900–1920-luvuilla, jolloin alueelle rakennettiin erityinen savustusuunimalli. Tämä tekniikka on säilynyt muuttumattomana, ja sitä käytetään yhä tänäkin päivänä.

– Sundomin savusilakka tunnetaan kultaisesta väryksestään ja pehmeästä, savuisesta mausta. Yksi sen tunnuspiirteistä on, että se myydään ilman silmiä – perinteisesti silakka pujutetaan vartaaseen juuri silmien kautta ennen savustusta, kertoo Tom Blom, Sundom Fiskargillen puheenjohtaja.

Uuneja lämmitetään yksinomaan lepillä, mikä antaa kalalle sen erityisen aromin. Samaa menetelmää käytetään myös muiden Sundomin savukalojen, kuten siian, ahvenen, lohen ja jopa katkarapujen valmistuksessa.

Pitkä prosessi, mutta historiallinen mahdollisuus

Nimisuojausprosessi on hidasta – Ruokavirasto voi pyytää hakemuksia täydennettäväksi, ja lopullinen EU:n hyväksyntä voi viedä useita vuosia. Kuitenkin jo nyt paikalliset kalastajat ja savustamot pitävät hanketta merkittävänä.

– Tämä on mahdollisuus viedä Sundomin kala maailmalle. Jos saamme suojatun merkinnän, se ei ainoastaan vahvista alueen

brändiä, vaan myös tukee paikallista elinkeinoelämää, sanoo Blom.

Hanketta on rahoitettu Euroopan meri-, kalatalous- ja vesiviljelyrahaston (EMFF) varoilla Österbottens fiskeleaderin kautta.

Mitä nimisuoja tarkoittaisi kuluttajille?

Jos hakemus hyväksytään, kuluttajat voivat ostaa Sundomin savusilakkaa ja savukalaa täysin varmuudella siitä, että tuote on valmistettu alkuperäisellä menetelmällä ja alueella. Samalla tuotteiden arvo ja kysyntä saattavat nousta.

– Tämä on paitsi Sundomille, myös koko Pohjanmaalle tärkeä asia. Olemme ylpeitä kalastusperinteestämme ja haluamme varmistaa, että se säilyy aidossa muodossa, Nyqvist tiivistää.

Nyt jäädään odottamaan Ruokaviraston ja EU:n päätöstä – mutta Sundomin kylässä uskotaan, että savusilakan ja savukalan kultainen perinne saa pian ansaitsemansa tunnustuksen.

UUTISET

VAASA LITTFEST

Vaasa LittFest marraskuussa – kulttuurifestivaali, jota kannattaa odottaa



Pajtim Statovci. Foto: Ano Kurki / Otava

Kun marraskuun pimeys laskeutuu Vaasan ylle, kaupunki täyttyy jälleen valosta – kulttuurin, kirjallisuuden ja ajatustenvaihdon muodossa. Vasa LittFest, joka järjestetään 13.–15.11.2025, kokoaa yhteen kirjallisuuden ystävät, huippukirjailijat ja ajankohtaiset teemat ainutlaatuisiksi festivaaliviikonlopuksi.

Vuoden 2025 teema on Raja(t). Se avaa keskustelua fyysisistä, kulttuurisista, kielellisistä ja mielen sisäisistä rajoista – mutta ennen kaikkea niiden ylittämisestä. Kirjallisuus on kautta aikojen liikkunut rajoja pidemmälle, ja juuri se on LittFestin ydintä tänä vuonna.

Ensimmäisten julkistettujen

vieraiden joukossa on useita kotimaisia ja pohjoismaisia tähtinimiä. Finlandia-palkittu Pajtim Statovci tuo festivaaleille viimeisimmän teoksensa *Lehmä* synnyttää yöllä (2024), josta on tullut kansainvälinen menestys. Teoksen käännösoikeudet on myyty mm. Yhdysvaltoihin, Saksaan ja Italiaan. Statovcin aiemmat romaanit, kuten *Kissani* Jugoslavia ja *Bolla*, ovat lumonneet sekä kriitikot että lukijat.

Ruotsista saapuu *Mika-el Niemi*, joka tunnetaan parhaiten August-palkitusta teoksestaan *Populärmusik från Vittula* (2000). Niemi on tarinankerronnan mestari, joka kuvaa elämää Tornionlaaksossa, kolmen kulttuurin risteyksessä. Hänen tuorein romaaninsa *Sten i siden* on sukuromaani, joka sijoittuu pohjoisen karuihin maise-

miin.

Monipuolinen taiteilija *Laura Malmivaara* puolestaan esiintyy yhdessä Vaasan kaupunginorkesterin ja säveltäjä Arttu Takalon kanssa. Esitys yhdistää kirjallisuutta, musiikkia ja näyttämötaidetta. Malmivaara esittää otteita romaanistaan *Iltatähti säestyksen kera* – harvinaisen yhdistelmä kirjallista ilmaisua ja elävää musiikkia.

Kirjailijavieraiden joukossa on myös folkloristi ja *Metsän kansa* -sarjan luoja Mikko Kamula, joka kertoo Suomen historiallisista rajoista. Kamulan historialliset romaanit ammentavat suomalaisesta kansanperinteestä ja vievät lukijan 1400-luvun rajamaille. Sarjan uusin osa *Pohjolan neito* ilmestyi tänä vuonna.

Tietokirjailija ja tiedetoimittaja Marcus Rosenlund tarkastelee festivaaleilla maapallon rajoja. Hänen kirjoissaan liikutaan sääilmiöiden, avaruuden ja mikromaailman rajoilla. Uusimmassa teoksessaan Rosenlund pureutuu maanalaaiseen maailmaan – siihen, mitä löytyy pinnan alta.

Tunnelma ei ole kuitenkaan pelkästään vakava. Lavalle nousee myös suosittu *mur-relyyrikko* ja kirjailija Heli Laaksonen, jonka esitys nähdään Vaasan kaupungintalossa. Laaksonen lämmin huumori ja luontorakkaus näkyvät hänen runoissaan ja

proosassaan – kuten teoksissa *Pulu uis* ja *Luonnos*.

Yksi festivaalin erikoisiltoista vie kuulijat mystiikan ja rikoshistorian maailmaan. Kirjailijapari Tiina ja Marko Hautala haastattelevat uskontotieteilijä Tuomas Äystötä, jonka true crime -henkinen teos *Paholaisen perilliset* (2025) käsittelee satanismipaniikin historiaa. Illan paneelissa myyttien ja magian maailmaan sukeltavat myös etnologi ja kirjailija Jenna Kostet, tunnettu nykynöitä Kuparikettu sekä kirjailija ja käsityöläinen Riina Peltonen, joka on tutkinut Pohjanmaan taika- paikkoja.

– Ohjelma antaa mahdollisuuden pohtia identiteettiä, politiikkaa, historiaa ja yhteiskuntaa sekä yksilöllisestä että globaalista näkökulmasta. Haluamme herättää keskustelua myös kirjallisuuden ulkopuolella, sanoo kulttuurituottaja Ilkka Nyqvist.

Vasa LittFest ei ole vain kirjallisuustapahtuma – se on kohtaamispaikka, jossa rajat ylitetään ajatuksin, kielellisesti ja sukupolvien välillä. Tapahtuman koko ohjelma julkaistaan syksyn aikana osoitteessa vasa.fi/littfest.

Vaasa LittFest 2025 – festivaali, joka ylittää rajat ja yhdistää ihmiset.

UUTiset

VAASAN YLIOPISTO JA VAMK

Vaasan Yliopisto ja VAMK ovat vahvat ja kilpailukykyiset - yhdessä



Vaasan yliopisto ja Vaasan ammattikorkeakoulu (VAMK) ovat ottaneet merkittävän askeleen kohti yhteistä tulevaisuutta – uusi korkeakoulukonserni on nyt virallisesti perustettu.

Tämä historiallinen yhdistyminen vahvistuu 70 prosentin yliopiston omistuosuudella VAMK:ssa, jolloin Vaasan kaupungin osuus on 30 prosenttia. Molemmat opilaitokset säilyttävät nimensä, mutta uusi konserniniimi julkistetaan syksyllä.

Tämä strateginen liike luo Pohjanmaalle vahvan, kansainvälisesti kilpailukykyisen korkeakoulu-yhteisön, joka vastaa osaajapulaan ja vahvistaa tutkimuksen vaikuttavuutta. Yhteistyö ei ole uutta – korkeakoulut ovat jo pitkään tehneet tiivistä yhteistyötä erityisesti tekniikan alan opetuksessa, Technobothnian laboratorioden ja Tritonia-kirjaston kautta.

”Tavoittemme on luoda kansainvälisesti merkittävä korkeakoulukokonaisuus,

joka tarjoaa opiskelijoille joustavia opintopolkuja ja laadukkaita oppimisympäristöjä aina tohtorikoulutukseen asti,” sanoo Vaasan yliopiston rehtori Minna Martikainen.

Uusi konserni tähtää alueelliseen, kansalliseen ja kansainväliseen vaikuttavuuteen. Resursseja hyödynnetään tehokkaammin, tutkimusryhmiä vahvistetaan ja yhteistyötä yritysten kanssa tiivistetään. ”Kehitämme tutkimusinfrastruktuuria, mikä vahvistaa myös Suomen vientipotentiaalia,” korostaa

VAMK:n toimitusjohtaja Hannu Vahtera.

Tämä yhdistyminen ei ole vain hallinnollinen muutos – se on strateginen investointi tulevaisuuteen, jossa koulutus, tutkimus ja työelämä kohtaavat entistä tehokkaammin.

Kuva: Vaasan yliopiston ja VAMKin kampusalue Palosaaressa. Kuva Vaasan yliopisto. Kuva vapaasti käytettävissä.

UUTISET

Vaasan yliopisto monipuolisesti mukana Wasa Future Festivalilla 11.–16.8.2025

Elokuussa järjestettävästä Wasa Future Festivalista on tulossa suurempi ja kansainvälisempi kuin koskaan aiemmin. Vaasan yliopisto on jälleen vahvasti mukana festivaalin ohjelmassa koko viikon ajan 11.–16.8.2025.

Tapahtuma tarjoaa runsaasti sisältöä tieteestä, energiasta, teknologiasta, taiteesta ja yhteiskunnallisista kysymyksistä kiinnostuneille.

Festivaalin pääteemoja vuonna 2025 ovat ympäristö, innovaatiot ja energia. Monipuolinen ohjelma koostuu luennoista, paneelikeskusteluista, näyttelyistä, seminaareista ja työpajoista. Tapahtuman keskuspaikkana toimii Wasa Innovation Center (Gerbyntie 16), mutta ohjelmaa järjestetään myös muualla, kuten Vaasan yliopistolla ja Tritoniassa.

Kestävä kehitys, tiede ja taide kohtaavat

Festivaaliviikon avaa maanantaina 11.8. keskustelutalouselämys, jossa pureudutaan ylikulutuskulttuuriin, ilmastomuutokseen ja luontokadon ratkaisuihin. Illalla avataan myös näyttävä Butterfly-näyttely, joka yhdistää taiteen, tieteiden ja teknologian. Näytellyssä tarkastellaan globaaleja vuorovaikutussuhteita ihmisyyden, teknologian ja ympäristön välillä.

Tiistaina 12.8. Vaasan yliopisto on vahvasti esillä heti aamusta, kun rehtori Minna Martikainen, hallituksen puheenjohtaja Mari Kiviniemi ja vararehtorit Mika Grundström, Martin Meyer ja Tanja Risikko avaavat päivän. Keskusteluissa ovat mukana



myös energia-alan asiantuntijat Jan Segerstam ja Kimmo Kauhaniemi. Samana päivänä järjestetään monialainen Butterfly Symposium, jossa käsitellään kestävyyttä digitalisaatiossa, energiassa ja liiketoiminnassa. Puhujina ovat muun muassa arkkitehdit Juhani Risku ja Anne Stenros.

Muita tiistain teemoja ovat tekoäly, alueelliset energiajärjestelmät, kasvihuonekaasupäästöt sekä yhteiskunnan resilienssi. Päivä huipentuu kansainväliseen Thought Leaders Roundtable -keskusteluun energiasiirtymästä sekä kiinnostavaan paneeliin populismin vetovoimasta ja johtajuudesta, jossa mukana ovat mm. professori Esa Hyryläinen, Mari Kiviniemi ja journalisti Olli Seuri.

Avaruutta, nuoria ja valottomia elämyksiä

Keskiviikkona 13.8. festivaalin teemana on energia ja teknologia. Päivä alkaa Space Day -tapahtumalla, jonka järjestävät

European Space Agency Business Incubation Center ja ESA PhiLab. Nuorille suunnattu Butterfly Immersive Learning Experience tarjoaa elämyksellisen tavan tutkia tulevaisuuden ilmiöitä Rebekah Rousin johdolla. Illalla koetaan tunnelmallinen Lights-off experience, jossa taideteoksia ja esityksiä koetaan ilman sähkönvaloa.

Kohti pohjoista innovaatiota Torstaina 14.8. pureudutaan Pohjoismaiden mahdollisuuksiin houkutella investointeja. Vaasan yliopiston ja Boreniuksen järjestämässä paneelissa keskustellaan siitä, kuinka Suomesta tehdään johtava kansainvälinen sijoituskohde. Keskustelijoina ovat mm. ministeri Joakim Strand, Casper Herler ja Minna Martikainen.

Samana iltana Butterfly-näyttely on avoinna normaalia pidempään osana Vaasan Taideteiden yötä. Lisäksi Tritoniassa avataan australialaisen Katey O'Sullivanin taidenäyttely.

Kulttuuria ja hyvinvointia

Perjantaina 15.8. festivaali jatkuu uuden pohjoismaisen kulttuurin ja hyvinvoinnin merkeissä. Ohjelmassa on muun muassa virtuaalitodellisuuteen perustuvia työhyvinvointipelejä ja luokkia. Viikonlopun ohjelma varmistuu myöhemmin.

Yliopisto rakentamassa kestävämpää tulevaisuutta

Wasa Future Festivalin tavoitteena on yhdistää eri alojen osaajia ja etsiä ratkaisuja yhteiskunnan suuriin haasteisiin. Vaasan yliopiston osallistuminen ilmentää sen strategista tavoitetta olla aktiivinen toimija aluekehityksessä ja globaalissa muutoksessa.

Ajantasainen ohjelma ja lisätiedot löytyvät Wasa Future Festivalin verkkosivuilta: [wasafuturefestival.fi](https://www.wasafuturefestival.fi)

KUVA Waasa Futurefestival 2023

LÄHDE: Vaasan Yliopisto

UUTISET

TEKOÄLYKURSSI

VAMK ja Vaasan Yliopisto tarjoaa tekoälykursin yrittäjille ja muillekin – Maksuton verkkokurssi avaa tekoälyn mahdollisuudet liiketoiminnassa



Tekoäly (AI) on muuttamassa yritysten toimintatapoja nopeampaa tahtia kuin koskaan aiemmin. Sen avulla voidaan automatisoida rutiinitehtäviä, parantaa asiakaspalvelua ja jopa luoda kokonaan uusia liiketoimintamalleja.

Mutta miten pk-yritykset ja yksittäiset yrittäjät voivat hyödyntää tekoälyä käytännössä? Vaasan ammattikorkeakoulu (VAMK) ja Vaasan yliopisto tarjoavat nyt ratkaisun: maksuttoman verkkokurssin, joka auttaa tunnistamaan tekoälyn mahdollisuudet omassa liiketoiminnassa.

Tekoäly ei ole enää tulevaisuutta – se on täällä nyt

AI2Business-hankkeen uusi verkkokurssi on suunnattu erityisesti pk-yrityksille, yrittäjille ja kaikille, jotka haluavat oppia, miten tekoälyä voidaan hyödyntää liiketoiminnan kehittämisessä. Kurssi tarjoaa käy-

tännönläheistä tietoa ilman, että osallistujilta vaaditaan syvällistä teknistä osaamista.

”Yritykset kaipaavat konkreettista tietoa tekoälyn hyödyntämisestä. Tavoitteenamme on vauhdittaa tekoälykyvykkyyden rakentumista,” sanoo AI2Business-hankkeen projektipäällikkö Sanna Peltonen VAMK:sta.

Kurssi on saatavilla englanniksi, ja sen voi suorittaa täysin omaan tahtiin. Tämä tekee siitä erityisen joustavan vaihtoehdon kiireisille yrittäjille ja työntekijöille.

Miten tekoäly muuttaa liiketoimintaa?

Monet yritykset näkevät tekoälyn pelkästään työkalujen automatisoinnin välineenä, mutta sen merkitys on paljon laajempi. ”Tekoäly ei ainoastaan tehosta prosesseja, se muuttaa liiketoimintalogiikkaa,” korostaa Vaasan yliopiston professori Marko Kohtamäki.

Kurssilla käsitellään tekoälyä kolmesta eri näkökulmasta:

Liiketoiminta – Miten tekoäly voi tuoda kilpailuetua?

Teknologia – Mitä sovelluksia on olemassa?

Muotoilu – Miten tekoälyratkaisut voidaan suunnitella käyttäjäystävällisiksi?

”Tekoälyn hyödyntämisessä ei ole kyse vain teknologiasta. Jos ratkaisu ei palvele käyttäjää, se jää helposti irralliseksi,” muistuttaa Peltonen.

Käytännön esimerkit: Miten yritykset jo hyödyntävät tekoälyä?

Kurssilla esitellään kolme konkreettista yritysälähtöistä tekoälykokeilua, jotka havainnollistavat tekoälyn käyttöä eri liiketoiminnan osa-alueilla:

Dokumenttien käsittely – Automaattinen tiedonlouhinta ja raporttien luonti.

Hintojen ennustaminen – Dynaamiset hinnoittelumallit markkinatilanteen mukaan.

Tuotannon laadunvalvonta – Koneoppimisen avulla voidaan havaita virheet reaaliajassa.

”Nämä kokeilut perustuvat yritysten todellisiin tarpeisiin ja näyttävät, miten tekoälyä voidaan soveltaa eri toimialoilla,” kertoo Vaasan yliopiston apulaisprofessori Jani Boutellier.

Miten osallistua maksuttoman kurssiin?

Kurssi on tällä hetkellä pilotointivaiheessa, ja siihen voi osallistua ilmaiseksi. Se sopii erityisesti pk-yritysten työntekijöille ja johtajille, mutta kaikille aihe-

esta kiinnostuneille.

Osallistuminen on helppoa:

Rekisteröidy kurssille AI2Business-hankkeen Moodle-alustalla: <https://moodle.muovadigital.net/mod/page/view.php?id=680>

Opiskele omaan tahtiin – materiaali on saatavilla 24/7.

Saat todistuksen suorituksesta, jolla voit osoittaa osaamistasi.

Kurssi on osa EU-rahoitteista AI2Business-hanketta, ja osallistujia pyydetään rekisteröitymään myös hankkeen seurantarjestelmään. Tämä auttaa mittaamaan tekoälykoulutuksen vaikuttavuutta Suomessa.

”Osallistujan ei tarvitse huolehtia yksityiskohdista – ohjaamme jokaista vaiheessa,” vakuuttaa Peltonen.

Tekoäly on tulevaisuutta – ota siitä kiinni jo nyt

Tekoäly tarjoaa yrityksille valtavia mahdollisuuksia, mutta sen hyödyntäminen edellyttää ymmärrystä siitä, miten se sopii omaan liiketoimintaan. Tämän kurssin avulla yritykset voivat ottaa ensimmäiset askeleet tekoälyn maailmaan ilman suuria investointeja.

Onko sinulla yritys, joka haluaa pysyä kehityksen kärjessä? Ilmoittaudu nyt ja aloita oppiminen!

*AI2Business-hanke on osa Euroopan unionin rahoittamia hankkeita, ja sen tavoitteena on edistää pk-yritysten tekoälyosaamista. Lisätietoja hankkeesta: VAMK:n verkkosivut.

UUTiset

KESTÄVÄ TERVEYDENHUOLTO

Omalääkäri ja omahoitaja on terveydenhuollon avain

Terveydenhuollon ammattilaiset näkevät omalääkäri- ja omahoitajamallin keskeisenä ratkaisuna kansalaisten luottamuksen palauttamiseksi horjuvaan terveydenhuoltojärjestelmään.

Kestävä terveydenhuolto -verkon tuoreen selvityksen mukaan pysyvä hoitosuhde mahdollistaisi potilaan yksilöllisemmän kohtaamisen ja hoidon jatkuvuuden parantamisen.

Suomalaisten luottamus terveydenhuoltoon on romahtanut huolestuttavasti viime vuosina. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n Terve Suomi -raportin mukaan vuonna 2024 vain noin puolet suomalaisista luotti terveystalouteen, kun vuonna 2020 vastaava osuus oli vielä 76 prosenttia.

Terveydenhuollon tutkimusyhtiö NHG:n touko-kesäkuussa 2025 toteuttamaan kyselyyn vastasi 580 terveydenhuollon ammattilaista. Tutkimusjohtaja Riikka-Leena Leskelän mukaan luottamuksen vahvistaminen edellyttää korjauksia sekä järjestelmän että arjen tasolla.

Pysyvä hoitosuhde ratkaisuna

Useat ammattilaisvastaajat pitivät tärkeimpänä ratkaisuna pysyvää hoitosuhdetta. Malli, jossa omalääkäri ja -hoitaja toimivat työparina, nähtiin keinoa turvata hoidon jatkuvuutta ja laatua. Omalääkäri- ja -hoitajamallia kannatettiin vastaajien taustasta riippumatta, ja sen uskottiin mahdollistavan paremmin potilaan yksilöllisen ja kiireettömän kohtaamisen.

Lääkäriliitto on esittänyt kunnianhimoisen tavoitteen: vuoteen 2030 mennessä jokaiselle



suomalaiselle taataan omalääkäri, johon saa helposti yhteyden ja jonka vastaanotolle tarvittaessa pääsee kahdessa viikossa. Tavoitteen saavuttaminen vaatii välitöntä toimeenpanon käynnistämistä.

Luottamusta horjuttavat pitkät odotusajat

Selvityksen mukaan kansalaisten luottamusta terveydenhuoltoon kohtaan horjuttavat erityisesti pitkät odotusajat, resurssien puute ja kokemus huonosta kohtelusta. Vastaajat korostivat tarvetta nopeampaan ajanvaraukseen, hoitoon pääsyyn ja hoidon jatkuvuuteen – samoihin asioihin, joista kansalaiset olivat Terve Suomi -raportissa huolissaan.

Hoitopolkujen tulisi olla selkeitä, hyvin kuvattuja ja edetä johdonmukaisesti. Niistä tulisi viestiä riittävästi ja niiden tulisi olla helposti kenen tahansa löydettävissä. Riittävät henki-

löstöresurssit nähtiin avaimena ammattilaisten työkuorman hallintaan ja jaksamiseen.

Henkilökohtainen kohtaaminen säilytettävä

Vaikka digipalvelut tarjoavat monille tehokkaita kanavia hoidon järjestämiseen, vastaajat korostivat tarvetta säilyttää henkilökohtaisen kohtaamisen mahdollisuus – erityisesti iäkkäille tai erityistä tukea tarvitseville. Monimuotoiset palvelumallit nähtiin ratkaisuna, jolla voidaan huomioida erilaiset tarpeet.

Ammattilaiset näkivät parannettavaa myös potilaan kohtaamisessa. Vastauksissa korostui halu kohdata potilas yksilönä, ei vain tapauksena, ja kohtaamisiin toivottiin myös lisää aikaa.

Universaali järjestelmä vahvistaisi luottamusta

Professori Heikki Hiilamo Helsingin yliopistosta ehdottaa ratkaisuksi universaalia terveydenhuoltojärjestelmää, joka

palvelee kaikkia suomalaisia tasapuolisesti. Universaalilla järjestelmällä hän tarkoittaa sitä, että verorahoilla kustannetaan samantasoisia palveluita kaikille, ilman eriarvoisia kategorioita.

Julkinen terveydenhuolto lisää kansalaisten luottamusta ja on pitkällä aikavälillä myös taloudellisesti kestävin tapa järjestää palvelut, Hiilamo tiivistää. Lisäksi järjestelmään tarvitaan kannustimia, jotka palkitsevat sairauksien ehkäisemisestä, eivät vain niiden hoitamisesta.

THL:n johtava tutkija Liina-Kaisa Tynkkynen korostaa, että luottamuksen heikkeneminen on otettava vakavasti. Hänen mukaansa on tärkeää kuunnella paremmin niin kansalaisia kuin terveydenhuollon ammattilaisia, kun mietitään seuraavia askelia kansallisen ja alueellisen terveydenhuollon uudistamisessa.

ASTRONOMIA

3I/ATLAS, syksyinen vieras ulkoavaruudesta



Tähtitieteilijät ovat löytäneet merkittävän taivaallisen vierailijan, joka on matkustanut miljardeja kilometrejä ja mahdollisesti miljoonia vuosia päästäkseen aurinkokuntaamme.

Komeetta 3I/ATLAS, jonka NASAn rahoittama ATLAS-teleskooppijärjestelmä löysi ensimmäisen kerran 1. heinäkuuta 2025 Chilessä, on vasta kolmas tunnettu tähtienvälinen kohde, joka on koskaan havaittu.

Termi ”tähtienvälinen ” viittaa tähtien väliseen valtavan tilaan, jossa esineet voivat ajelehtia ikuisuuksia kylmässä pimeydessä ennen kuin toisen tähtijärjestelmän painovoima vangitsee ne. Toisin kuin komeetat, jotka ovat peräisin aurinkokunnastamme ja seuraavat ennustettavia elliptisiä kiertoratoja Auringon ympäri, 3I/ATLAS seuraa sitä, mitä tähtitieteilijät kutsuvat hyperboliseksi kiertoradaksi – mikä tarkoittaa, että se kulkee aurinkokuntamme läpi kerran ja jatkaa matkaansa avaruuteen, eikä koskaan palaa.

”Tämä komeetta tulee selvästi aurinkokuntamme ulkopuolelta”, selittää kohteen kiertorataa tutkivat NASAn tutkijat.

Kun seuraamme sen lentorataa taaksepäin, on selvää, että 3I/ATLAS on matkustanut tähtienvälisen avaruuden halki poikkeuksellisen kauan ennen kuin se saapui tänne.

Komeetan löytäminen alkoi itse asiassa useita viikkoja ennen kuin se virallisesti tunnistettiin. Arkistohavainnot useista ATLAS-teleskoopeista ympäri maailmaa ja Kalifornian Palomarin observatorion Zwicky Transient Facilitystä paljastivat, että kohde oli ollut näkyvissä jo 14. kesäkuuta 2025. Löytöhetkellä 3I/ATLAS oli noin 410 miljoonan kilometrin päässä Auringosta, Jupiterin kiertoradan alueella.

Tämän vierailijan tekee erityisen kiehtovaksi sen nopeus ja alkuperä. Tähtienvälinen komeetta syöksyy avaruuden halki noin 137 000 kilometrin tuntinopeudella, nopeus, joka kasvaa lähestyessään Aurinkoa. Tähtitieteilijät ovat todenneet, että 3I/ATLAS lähestyi aurinkokuntaamme Jousimiehestä, tähdistöstä, joka osoittaa galaksimme keskustaan, Linnunrataan.

Komeetan nimeäminen noudattaa vakiintuneita tähtitieteellisiä käytäntöjä. ”3” osoittaa, että se on kolmas tunnettu täh-

tienvälinen kohde ’Oumuamuan (löydetty vuonna 2017) ja 2I/Borisovin (löydetty 2019) jälkeen. Nimitys ”I” merkitsee sen nimenomaan tähtienväliseksi, kun taas ”ATLAS” kunnioittaa sen löytänyttä kartoitusteleskooppijärjestelmää.

Toisin kuin edeltäjänsä ’Oumuamua, joka näytti enemmän asteroidilta, 3I/ATLASilla on selkeitä komeetan ominaisuuksia. Tähtitieteilijät voivat havaita sen aktiivisen ytimen kooman ympäröimänä – kirkkaan kaasuja pölypilven, joka muodostuu, kun komeetan jäinen pinta alkaa haihtua lisääntyvän auringon säteilyn vaikutuksesta. Tämä toiminta vahvistaa, että 3I/ATLAS sisältää haihtuvia aineita, jotka ovat selvinneet pitkästä matkastaan tähtienvälisen avaruuden jäisessä tyhjiössä.

Komeetta ei aiheuta uhkaa maapallolle. Sen lähin lähestyminen planeettaamme on noin 1,8 tähtitieteellisen yksikön päässä – noin 170 miljoonan mailin päässä. 30. lokakuuta 2025 3I/ATLAS saavuttaa lähimmän pisteensä Aurinkoa noin 1.4 tähtitieteellisessä yksikössä, juuri Marsin kiertoradalla, ennen kuin se alkaa poistua aurinkokunnastamme.

Tähtitieteilijät ympäri maail-

maa kilpailevat tutkiakseen tätä kosmista aikakapselia niin kauan kuin voivat. Komeetan pitäisi pysyä maanpäällisten teleskooppien näkyvissä syyskuuhun 2025 asti, minkä jälkeen se kulkee liian läheltä Aurinkoa turvallista havainnointia varten. Se ilmestyy uudelleen Auringon toiselle puolelle joulukuun 2025 alkuun mennessä, mikä tarjoaa viimeisen mahdollisuuden yksityiskohtaiseen tutkimukseen.

Tutkijat ovat erityisen kiinnostuneita komeetan koostumuksen analysoinnista, mikä voisi antaa tietoa muiden tähtijärjestelmien muodostumisprosesseista. 3I/ATLASin kemiallinen allekirjoitus saattaa paljastaa yksityiskohtia sen alkuperäisestä tähtien naapurustosta ja olosuhteista, jotka sinkosivat sen tähtienväliseen avaruuteen miljoonia tai miljardeja vuosia sitten.

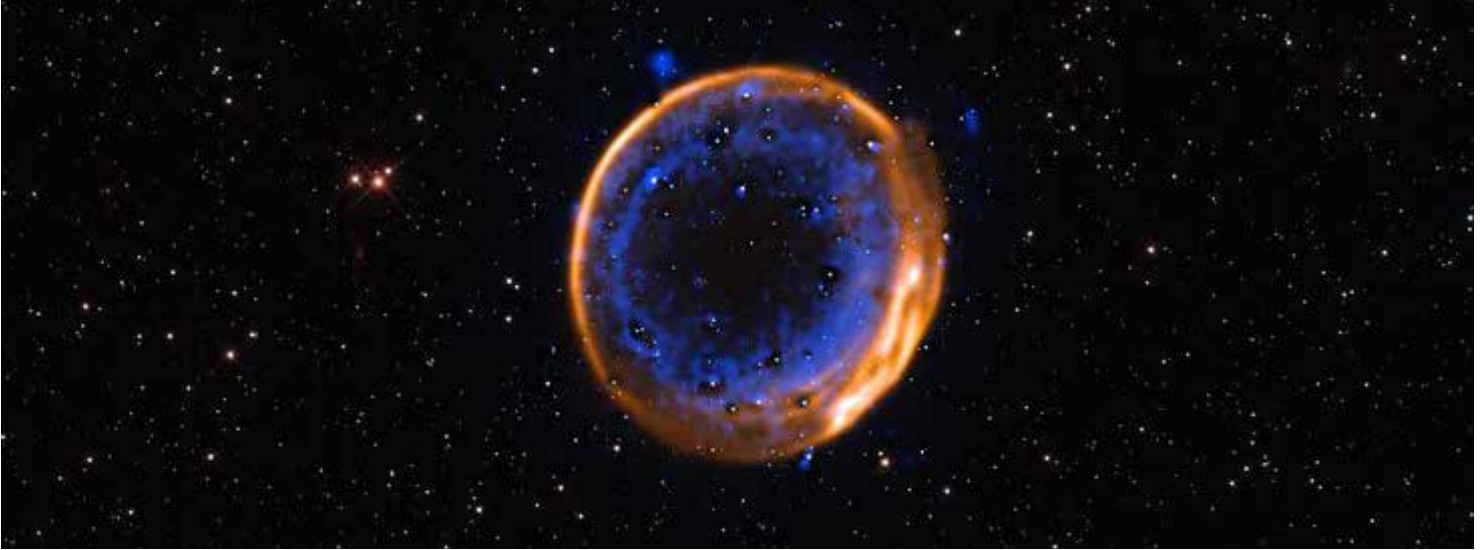
Kun tämä syksyn vierailija jatkaa lyhyttä matkaansa kosmisen naapuruston läpi, se toimii muistutuksena galaksimme dynamisesta luonteesta, jossa esineet voivat kulkea tähtien välisiä valtavia etäisyyksiä tarjoten meille toisinaan välähdyksiä laajempaan maailman-kaikkeuteen aurinkokuntamme rajojen ulkopuolella.

Lähde: NASA

UUTiset

ASTRONOMIA

KAKSOISRÄJÄHDYS: Tähtitieteilijät vangitsivat ensimmäistä kertaa kuvan tähdestä, joka tuhoutui peräkkäisissä räjähdyksissä



Uusi, häikäisevä kuva paljastaa kosmisessa mittakaavassa tapahtuneen katastrofin – valkoinen kääpiötähti räjähti kerran, sitten uudelleen, jättäen jälkeensä kauniin mutta väkivaltaisen jäänteiden.

Euroopan eteläisen observatorion (ESO) Erittäin Suurella Teleskoopilla (VLT) tehtyjen havaintojen ansiosta tähtitieteilijät ovat vihdoinkin saaneet kiinni todisteet ”kaksiräjähdys-supernovasta”, pitkään teoreettisena pidetystä ilmiöstä, jossa kuollut tähti räjähtää peräkkäin kahdesti. Löytö, joka julkaistiin keskiviikkona Nature Astronomy -lehdessä, muuttaa perusteellisesti ymmärrystämme maailmankaikkeuden tärkeimmistä räjähdyksistä – samoista, jotka synnyttivät veressämme olevan raudan ja paljastivat kosmoksen laajenemisen kiihtyvän.

Tähtitieteen arvoitus ratkaistu

Useimmat supernovat ovat massiivisten tähtien väkivaltaisia kuolemia, mutta tyyppiä Ia supernovat – kuten tässä tapauksessa – ovat erilaisia. Ne syntyvät valkoisista kääpiöistä,

aurinkomme kaltaisten tähtien tiheistä, maankokoisista jäänteistä. Vuosikymmenien ajan tähtitieteilijät uskoivat, että nämä räjähdykset tapahtuvat, kun valkoinen kääpiö kerää tarpeeksi materiaalia kumppanitähdestään saavuttaakseen kriittisen massan, mikä laukaisee yhden, valtavan räjähdyskseen.

Mutta nyt VLT:n Multi Unit Spectroscopic Explorer (MUSE) -instrumentti on siepannut jotain ennen näkemätöntä: suoran todisteen kaksoisräjähdyskseen.

”Tämä on ensimmäinen kerta, kun olemme nähneet suoria todisteita siitä, että valkoinen kääpiö voi räjähtää kahdesti,” sanoo tutkimuksen päätekijä Priyam Das UNSW Canberrasta, Australiasta. ”Se on kuin kosminen matryoshka-nukke – ensimmäinen räjähdys laukaisee toisen, ja lopputulos on supernova, jota emme ole täysin ymmärtäneet aiemmin.”

Kaksoisräjähdyskseen sormenjälki

Ratkaiseva todiste löytyi SNR 0509-67.5 -supernovajäänteestä, joka leijuu avaruudessa

kuin tuhon kaiku. Analysoimalla sen rakennetta ryhmä havaitsi kaksi erillistä kalsiumkerrosta – kaksiräjähdyskseen varmaa tunnusmerkkiä.

Tapahtumakulku:

Ensimmäinen räjähdys – Valkoinen kääpiö, joka on kerännyt ympärilleen varastettua heliumia kumppanitähdestään, muuttuu epästabiiliksi. Helium syttyy, aiheuttaen voimakkaan pintaräjähdyskseen.

Toinen räjähdys – Paineaalto kulkee sisänpäin, puristaen tähden ydintä, kunnes se myös räjähtää lopullisessa, tuhoisassa räjähdyskseen.

”Ulompi räjähdys puristaa tähteä kuin ruuviin puristin, luoden pohjan toiselle, paljon väkivaltaisemmalle räjähdyskseen,” selittää havaintoja johtanut Ivo Seitenzahl. ”Tämä todistaa, että valkoisten kääpiöiden ei tarvitse saavuttaa kriittistä massaa räjähtääkseen – ne voivat tuhoutua aikaisin spektaakkeliessa kaksivaiheisessa itsemurhassa.”

Miksi tämä muuttaa kaiken

Tyyppin Ia supernovat ovat kosmisiä mittanauhoja, joilla tähtitieteilijät mittaavat maailmankaikkeutta. Niiden ennustettava kirkkaus johti pimeään energian Nobel-palkittuun löytämiseen vuonna 2011. Mutta jos jotkut näistä räjähdyskseen tapahtuvat kaksiräjähdysmekanismien kautta, niiden johdonmukaisuus – ja siten kosmiset mittauksemme – saattavat vaatia uudistusta.

”Tämä löytö pakottaa meidät uudistamaan käsityksiämme näiden räjähdysten fysiikasta,” sanoo Das.

Kosminen näytelmä

Tieteen lisäksi jäänteestä itsestään on tullut henkeäsalpava näky – kaksiräjähdyskseen muovaama hehkuva sumu, jonka kalsiumkerrokset (sinisinä kuvassa) jäljittelevät tuhon kaikuja.

Tämän löydön myötä tähtitieteilijöillä on nyt uusi palapelin pala – sellainen, joka saattaa muuttaa käsitystämme tähtien kuolemasta, raudan syntymästä kosmoksessa ja jopa maailmankaikkeuden laajenemisesta.

Kuva/teksti: ESO/VLT/MUSE

UUTiset

KELIAKIA

Vallankumouksellinen verikoe voi muuttaa keliakian diagnoosin potilailla, jotka jo noudattavat gluteenitonta ruokavaliota



Miljoonille keliakiaa sairastaville ihmisille ympäri maailmaa tarkan diagnoosin saaminen on aina ollut turhauttava.

Perinteinen testaus edellyttää gluteenin syömistä immuunivasteen laukaistumiseksi, jonka lääkärit voi-

vat havaita, mutta monet potilaat ovat jo poistaneet gluteenin ruokavaliostaan voidakseen paremmin. Nyt Gastroenterology-lehdessä julkaistu urauurtava tutkimus tarjoaa toivoa ratkaisusta, joka voisi mullistaa keliakian diagnosoinnin.

Nykyinen diagnostinen dilemma

Keliakiaa sairastaa noin 1,4 % maailman väestöstä, mutta monet tapaukset jäävät diagnosoimatta tai diagnosoidaan väärin. Tila ilmenee, kun immuunijärjestelmä hyökkää vahingossa ohutsuoleen vasteena gluteenille, vehnässä, ohrassa ja ruukiassa esiintyvälle proteiinille. Tämä autoimmu-

nireaktio vahingoittaa suolen limakalvoa ja voi johtaa vakaviin komplikaatioihin, jos sitä ei hoideta.

Tällä hetkellä keliakian diagnosointi perustuu spesifisten vasta-aineiden havaitsemiseen veressä ja suolistovaurioiden vahvistamiseen biopsian avulla. Nämä testit toimivat kuitenkin tarkasti vain, kun potilaat käyttävät aktiivisesti gluteenia. Ihmisille, jotka ovat jo omaksuneet gluteenittoman ruokavaliion – usein vuosien selittämättömien ruoansulatusoireiden jälkeen – lopullisen diagnoosin saaminen vaatii ”gluteen-ihastetta”: gluteenin tarkoituksellista palauttamista ruokavaliionsa useiden viikkojen tai kuukausien ajan.

Tämä prosessi voi olla erityisen vaikea potilaille, jotka ovat kokeneet merkittävää helpotusta oireisiinsa gluteenittomalla ruokavaliolla. Monet ovat ymmärrettävästi haluttomia sairastumaan uudelleen vain diagnoosin vahvistamiseksi, varsinkin kun hoito pysyy samana: tiukka gluteenin välttäminen.

Uusi lähestymistapa: T-solujen kohdistaminen

Uusi tutkimus keskittyy immuunivasteen eri osa-alueeseen – T-soluihin, jotka ovat valkosoluja, joilla on ratkaiseva rooli kehon immuunijärjestelmässä. Keliakiassa tietyt T-solut tunnistavat gluteenin uhkaksi ja järjestävät suolistoa vahingoittavan tulehdusvasteen.

Tästä löydöstä tekee erityisen jännittävän se, että nämä gluteenispesifiset T-solut näyttävät säilyvän verenkierrossa, vaikka potilaat noudattaisivat tiukkaa gluteenitonta ruokavaliota. Tämä pysyvyys luo mahdollisuuden diagnoosiin, joka ei riipu aktiivisesta gluteenin kulutuksesta.

Tutkijat kehittivät verikokeen, joka mittaa IL-2:n (interleukiini-2) erityistä, kun verinäytteitä stimuloidaan gluteenilla laboratoriossa. IL-2 on proteiini, jota T-solut vapauttavat, kun ne kohtaavat kohdeantigeeninsä – tässä tapauksessa gluteenin. Testi osoitti huomattavaa tarkkuutta keliakiapotilaiden tunnistamisessa, jopa niiden, jotka olivat olleet gluteenittomia pitkiä aikoja.

Tieteen pohjalla

Tutkimuksessa käytettiin kahta päälähestymistapaa: kokoveren määrittäminen IL-2 (WBAIL-2) ja seerumin IL-2-mittaus gluteenistimulaation jälkeen. Molemmat menetelmät osoittivat suurta herkkyyttä ja spesifisyyttä, mikä tarkoittaa, että ne tunnistivat tarkasti keliakiaa sairastavat ihmiset ja sulki pois ne, joilla ei ollut sairautta.



Toisin kuin aiemmat T-solupohjaiset diagnostiset lähestymistavat, jotka vaativat monimutkaisia laboriotekniikoita, kuten tetrameerimäärityksiä, tämä uusi menetelmä on suhteellisen yksinkertainen ja se voidaan ottaa käyttöön tavallisissa klinisissä laboratorioissa. Tämä käytännöllisyys on ratkaisevan tärkeää laajan käyttöönoton kannalta.

Todellinen vaikutus

Tämä läpimurto voi muuttaa lukemattomien ihmisten elämää, jotka epäilevät sairastavansa keliakiaa, mutta eivät ole saaneet lopullista diagnoosia. Se on erityisen tärkeä useille ryhmille:

Keliakiapotilaiden perheenjäsenet, jotka ovat saattaneet ottaa gluteenittoman ruokavalion varotoimenpiteenä käyttöön ja haluavat nyt tietää tilansa ilman gluteenihaastetta.

Ihmiset, joilla on jatku-

via oireita gluteenittoman ruokavalion noudattamisesta huolimatta, ja joiden on määritettävä, onko heillä todella keliakia tai jokin muu sairaus.

Henkilöt, jotka on diagnosoitu vuosia sitten ilman asianmukaista testausta ja jotka haluavat vahvistuksen diagnoosistaan potilastietoja ja perhesuunnittelua varten.

Lapset ja nuoret, joille gluteenihaasteet voivat olla erityisen haastavia ja häiritä kasvua ja kehitystä.

Eteenpäin

Vaikka nämä tulokset ovat lupaavia, tutkimus on vielä validointivaiheessa. Testille on tehtävä lisää klinisiä tutkimuksia ennen kuin se tulee potilaiden saataville. Tutkijoiden on myös määritettävä optimaaliset protokollat, kuten kuinka kauan potilaiden on oltava gluteenittomia, ennen kuin testistä tulee luotettava ja pystyykö se erottamaan

keliakian eri vaiheet.

Kehitys avaa ovia myös keliakiapotilaiden parempaan seurantaan. Testi voisi mahdollisesti auttaa lääkäreitä arvioimaan, noudattavatko potilaat gluteenitonta ruokavaliota ja reagoiko heidän immuunijärjestelmänsä asianmukaisesti hoitoon.

Toivo horisontissa

Keliakiayhteisölle tämä tutkimus edustaa enemmän kuin vain uutta diagnostista työkalua – se on tie vastauksiin ilman gluteenihaasteiden fyysistä ja henkistä kuormitusta. Tieteen kehittyessä saatamme pian nähdä tulevaisuuden, jossa keliakian diagnoosi on yhtä yksinkertainen kuin rutiininomainen verikoe riippumatta siitä, mitä lautasellasi on.

Tämä läpimurto korostaa autoimmuunisairauksien jatkuvan tutkimuksen tärkeyttä ja osoittaa, kuinka sairauksien perusmekanismien ymmärtäminen voi johtaa käytännön ratkaisuihin, jotka parantavat potilaiden elämää

Viittaus:

Moscatelli, Olivia G., Amy K. Russell, Lee M. Henneken, Linda Fothergill, Allan Motyer, Hugh Reid, Jamie Rossjohn, m.fl. 2025. ”Keliakian veripohjainen T-soludiagnoosi”. *Gastroenterologia* 0 (0). <https://doi.org/10.1053/j.gastro.2025.05.022>.

Kuva: Nacho Jankowski
Creative Commons CC0
1.0 Universal Public Domain -omistus.

UUTISET

TERVEYDEHOITO

Uusi mahdollisuus 65 vuotta täyttäneille – yksityiselle yleislääkärille julkisen hinnalla syyskuusta alkaen



65 vuotta täyttäneet voivat hakeutua 1.9.2025 alkaen suoraan yksityisen yleislääkärin vastaanotolle ja maksaa siitä enintään julkisen perusterveydenhuollon asiakasmaksun verran. Edellytyksenä on, että lääkäri on liittynyt mukaan niin sanottuun valinnanvapauskokeiluun. Kokeilu koskee yli viidesosaa Suomen väestöstä.

Eduskunta on hyväksynyt määräaikaisten sairausvakuutuslain muutoksen. Sen myötä 65-vuotiaat ja sitä vanhemmat voivat käydä yksityisellä yleislääkärillä huomattavasti tavanomaista edullisemmin. Samalla heille tarjoutuu uudenlainen

mahdollisuus valita, käyttävätkö he julkisia vai yksityisiä yleislääkäripalveluita.

Kela toteuttaa valinnanvapauskokeilun yhdessä yksityisten terveydenhuollon palveluntuottajien kanssa 1.9.2025–31.12.2027.

Selkeät hinnat, ei yllättäviä kuluja

Kokeilussa yleislääkärin vastaanotto maksaa asiakkaalle enintään 28,20 euroa (vuonna 2025). Asiakkaalta ei peritä käynnistä muita maksuja, kuten toimisto- tai palvelumaksuja.

– Tavoitteena on, että ikääntyvät saavat tarvitsemansa lääkäripalvelut silloin, kun niitä tarvitaan. Omavastuun määrittely selkeyttää asiakkaalle tulevia kustannuksia ja parantaa siten asiakkaan asemaa, Kelan lainsäädännön kehittämisjohtaja Auli Valli-Lintu sanoo.

Vuonna 2025 kokeiluun liittyviä lääkärikäyntejä voi olla enintään kaksi ja vuosina 2026 ja 2027 enintään kolme. Käynti voi myös olla video- tai puhelinvastaanotto. Kela julkaisee verkkosivuillaan listan kokeiluun osallistuvista palveluntuottajista lähempänä kokeilun alkua.

– Kokeilussa asiakas voi valita itselleen sopivan lääkärin ja jatkaa hoitoa tutun ammattilaisen kanssa, mikä tukee myös hoidon jatkuvuutta, Valli-Lintu jatkaa.

Kokeilussa Kela korvaa myös tiettyjä tutkimuksia, kuten laboratoriokokeita ja kuvantamistutkimuksia, jotka lääkäri määrää vastaanotolla. Asiakas maksaa puolet tutkimusten hinnasta. Tutkimuksille asetetaan enimmäishinnat, joiden tarkoitus on varmistaa, ettei asiakkaalle synny yllättäviä kustannuksia ja että palveluiden hinnat pysyvät kohtuullisina.

Kela julkaisee luettelon korvattavista tutkimuksista ja niiden enim-

mäishinnoista verkkosivuillaan ennen kokeilun alkua.

Kokeilun vaikutuksia seurataan tutkimuksella

Kokeilun onnistuminen edellyttää, että riittävä määrä yksityisiä palveluntuottajia lähtee mukaan kokeiluun.

Kokeiluun liittyy tutkimus, jonka avulla arvioidaan kokeilun onnistumista ja sitä, kannattaa-ko vastaavia käytäntöjä vakiinnuttaa osaksi terveydenhuollon palvelujärjestelmää. Siinä tarkastellaan esimerkiksi hoitoon pääsyn nopeutta, hoidon jatkuvuutta ja asiakaskokemusta sekä vaikutuksia hyvinvointialueiden palvelukuormaan ja koko palvelujärjestelmän kustannuksiin.

Suomessa on noin 1,3 miljoonaa 65 vuotta täyttäneitä, joten kokeilu koskee yli viidesosaa koko väestöstä.

LÄHDE: KELA, lehdistötiedote

UUTiset

VAASA

Soutuveneet nyt lainattavissa Ukkokarilla ja Vähäsäkyrössä – Onkilahden vene odottaa vielä laituria



Vaasan asukkaat pääsivät päättämään osallistuvan budjetoinnin kautta, että kaupunki hankkii kolme soutuvenettä, jotka ovat nyt lainattavissa Ukkokarilla ja Vähäsäkyrössä.

Onkilahden soutuvene liittyy joukkoon heinäkuussa, kun sen rantaan saadaan valmiiksi tarvittava laitur.

Vapaasti lainattavissa kolme uutta soutuvenettä

Vaasan kaupunki on hankkinut kolme uutta soutuvenettä sekä pelastusliivit niiden käyttöä varten. Veneitä voi lainata ilmaiseksi kolmesta eri paikasta:

Saaristoravintola Ukkokari (Gerbyssä)

Café Kanttorila (Vähäsäkyrössä)

Café Onkilahti (veneen lainaus alkaa viikolla 33)

Juhannukseen mennessä veneet ovat olleet lainattavissa Ukkokarilla ja Vähäsäkyrössä, mutta Onkilahden soutuvene jää vielä hetkeksi odottamaan, koska sen käyttöä varten rakennetaan uusi laitur. Työ on määrä valmistua viikolla 33 (elokuussa), jolloin veneen voi lainata Onkilahden kahvilasta lähellä ulkokuntosalia olevalta rannalta.

Miten veneet lainataan?

Veneitä voi lainata enintään kahdeksi tunniksi kerrallaan. Lainajan on oltava täysi-ikäinen, ja yhteen veneeseen mahtuu neljä henkilöä. Veneet ovat lukittuina rannoilla, ja avaimet sekä pelastusliivit saa lainauspisteistä.

Toimipisteiden aukioloajat:
Saaristoravintola Ukkokari –

aukioloajat tarkistettava ravintolan verkkosivuilta

Café Kanttorila (Vähäkyrö) – auki ti-su klo 12–18

Café Onkilahti – veneen lainaus alkaa viikolla 33

Osallistuva budjetointi toteuttaa asukkaiden toiveita

Soutuveneidän hankinta on osa Vaasan kaupungin osallistuvaa budjetointia, jossa asukkaat pääsevät vaikuttamaan oman ympäristönsä kehittämiseen. Tänä vuonna hankintaan käytettiin 15 000 euroa.

Aiemmin osallistuvan budjetoinnin kautta on toteutettu muun muassa:

Kirsikkapuisto
Kukkaniitty
Avantouintipaikka
Lisää penkkejä ja roskiksia rantareitille

Uudet soutuveneet tarjoavat mahdollisuuden rentoutumiseen

ja liikuntaan Vaasan kauniissa saaristossa. Niiden käyttö on ilmaista, joten ne ovat erinomainen vaihtoehto kesäiseen päiväretkeen.

Kommentti:

Tämä hanke on loistava esimerkki siitä, miten pieniä mutta merkittäviä parannuksia voidaan tehdä yhdessä asukkaiden kanssa. Soutuveneet lisäävät ulkoilumahdollisuuksia ja tuovat lisää elämää Vaasan rannoille. Onkilahden venelaiturin valmistuminen elokuussa täydentää tarjontaa, joten kesän loppuosa tarjoaa vielä lisää mahdollisuuksia vesille lähtemiseen.

Jos et ole vielä kokeillut soutamista, nyt on hyvä tilaisuus – ilmaiseksi ja helposti!
LÄHDE: vaasa.fi

UUTiset

LOMAILU

Suomalaiset panostavat kotimaanlomaan – kesäloma-budjetit nousussa, turvallisuus etusijalla



Suomalaiset ovat tänä kesänä valmiita satsaamaan lomailemiseen entistä enemmän. Nordean uusimman kyselyn mukaan kesälomabudjetti on noussut lähes 15 prosenttia viime vuoteen verrattuna, keskimäärin 1 178 euroa kotitaloutta kohden.

Yli puolet suomalaisista suunnittelee kesälomansa viettävänsä pelkästään kotimaassa, ja turvallisuusnäkömät vaikuttavat yhä enemmän ulkomaanmatkavalintoihin.

Budjetit kasvussa, erityisesti lapsiperheillä

Nordean perinteinen Kesälomabudjetti-kysely paljastaa, että suomalaiset ovat tänä vuonna löysäneet lomakukkariaan hieman enemmän. Vaikka 60 prosenttia kotitalouksista suunnittelee käyttävänsä lomaan enintään 1 000 euroa, keskiarvo on noussut 1 178 euroon (viime vuonna 1 032 euroa). Erityisesti

lapsiperheet ja pääkaupunkiseudun asukkaat suunnittelevat kalliimpia lomia – jopa 20 prosenttia lapsiperheistä budjetoit yli 2 000 euroa kesäretkelleen.

”Kotitalouksien taloustilanne on parantunut, ja epävarmuus on vähentynyt inflaation hidastuessa sekä korkojen laskeessa. Ostovoiman kohentuminen näkyy jo lomasuunnitelmissa, ja talouden piristyminen tulee jatkossa vahvistumaan,” kommentoi Nordean Suomen henkilöasiakkaiden johtaja Jani Eloranta.

Turvallisuus ja vastuullisuus ohjaavat matkavalintoja
Kotimaanmatkailu on edelleen suosituin vaihtoehto: 70 prosenttia suomalaisista aikoo vierailla Suomessa, ja 52 prosenttia ei suunnittele lainkaan ulkomaanreissua. Ulkomaille suuntaa tänä kesänä hieman enemmän matkailijoita (27 %) kuin vuonna 2024, mutta turvallisuushuolenaiheet vaikuttavat merkittävästi kohdevalintoihin.

Peräti 45 prosenttia suomalaisista kertoo nyt välttelevänsä tiettyjä alueita turvallisuussuhkien vuoksi

(viime vuonna 38 %). Erityisesti sotilaalliset konfliktit ja poliittinen epävakaus ohjaavat reissusuunnitelmia. Samalla vastuullisuus on nousemassa tärkeäksi tekijäksi: ylikuormitettujen turistikohteiden välttely, kestävät liikkumistavat ja ihmisoikeuksia kunnioittavat kohteet ovat nousussa.

”Suomalaiset ottavat vastuullisuuden vakavasti, ja se näkyy myös lomavalinnoissa. Iltoisen siitä, että ilmasto- ja ihmisoikeusnäkökulmat ovat yhä tärkeämmässä asemassa matkasuunnittelussa,” Eloranta sanoo.

Kustannusten nousu ei haittaa – säästöt pysyvät tärkeinä

Vaikka hintojen nousu on ollut viime vuosina kova, 76 prosenttia suomalaisista ei koe sen vaikuttaneen merkittävästi lomarahoitukseen. Kuitenkin 55 prosenttia myöntää jonkinasteisen vaikutuksen, vaikka trendi onkin ollut laskusuuntainen kolmesta vuodesta.

Lomat rahoitetaan yhä pääosin pal-

koista ja säästöistä. Luottokorttien käyttö on hieman lisääntynyt, mutta kulutusluotot ovat edelleen vähäisessä roolissa. Säästöjen merkitys on laskenut huippuvuoden 2022 jälkeen, mutta ne säilyttävät asemansa keskeisenä rahoitusmuotona.

Tutkimustiedot

Nordean tilauksesta Kantar Finland toteutti kyselyn 19.–26.5.2025. Kyselyyn vastasi 1 005 18–79-vuotiaasta suomalaista. Otoksen virhemarginaali on $\pm 1,4-3,1$ % (95 %:n luottamusväli).

Nordean tutkimus vahvistaa sen, että suomalaiset arvostavat turvallista ja vastuullista lomaa – ja ovat valmiita panostamaan siihen entistä enemmän. Tänä kesänä matkailu suuntaa vahvasti kotimaahan, mutta myös ulkomaanreissuissa valitaan tarkoin kohteet, joissa voi nauttia rauhallisesta ja mielekkästä lomakokemuksesta.

Lähde: nordea.fi

UUTISET

TILASTOKESKUS

Vieraskielisten määrä on tuplaantunut kymmenessä vuodessa



Suomen väestörakenne muuttuu nopeasti. Vuoden 2024 lopussa maassamme asui jo yli 600 000 henkilöä, joiden äidinkieli on muu kuin suomi, ruotsi tai saame.

Tilastokeskuksen tuoreen väestötilaston mukaan vieraskielisten määrä oli vuoden lopussa 610 148. Se on yli 50 000 enemmän kuin vuotta aiemmin — ja kaksinkertainen verrattuna kymmeneen vuoden takaiseen tilanteeseen.

Vieraskielisten osuus koko väestöstä oli 10,8 prosenttia. Kasvun taustalla on sekä maahanmuutto että muuttuvat syntyvyystrendit. Samalla kun vieraskielisten määrä on noussut, on suomen-, ruotsin- ja saamenkielisten määrä vähentynyt lähes 20 000 henkilöllä vuoden aikana.

Venäjä edelleen suurin kieliryhmä

Suurin yksittäinen vieraskielinen ryhmä on edelleen venäjänkieliset, joita oli Suomessa vuoden 2024 lopussa 102 487. Seuraavina tulevat vironkieliset (49 563) ja arabiankieliset (43 534). Mielenkiintoista on, että vironkielisten määrä laski vuoden aikana — toisin kuin muiden suurten kieliryhmien.

Väkiluku kasvaa, mutta epätasaisesti

Suomen virallinen väkiluku oli vuoden lopussa 5 635 971. Kasvua kertyi 32 120 henkilöä, mikä on toiseksi suurin väestön lisäys 60 vuoteen. Väkiluvun kasvuun vaikutti erityisesti ukrainalaisten kotikuntastatus: vuonna 2024 yli 13 000 Ukrainan kansalaista sai kotikunnan Suomesta.

Kuitenkin kasvu jakautuu alueellisesti hyvin epätasaisesti. Väkiluku kasvoi 85 kunnassa, mutta väheni 223:ssa. Eniten asukkaita menettivät Kouvola, Savonlinna ja

Kotka. Kasvukunnista erottuivat Helsinki, Espoo ja Tampere, joissa väestönlisäykset olivat tuhansia.

Kainuun väkiluku alle 70 000

Maakunnittain tarkasteltuna väkiluku kasvoi erityisesti Uudellamaalla (+22 763) ja Pirkanmaalla (+6 097), kun taas Kymenlaakso (-1 216) ja Etelä-Pohjanmaa (-610) menettivät eniten väkeä. Kainuussa väkiluku painui alle 70 000 asukkaan.

Suhteellisesti nopeinta kasvu oli **Kaskisissa**, Kustavissa ja Espoossa. Vastaavasti suurimmat suhteelliset menetykset nähtiin Soinissa, Virolahdella ja Hyrynsalmella.

Ulkomaalaistaustaiset keskittyvät etelään

Ulkomaalaistaustaisia henkilöitä oli Suomessa 623 949, eli 11,1 prosenttia väestöstä. Pääkaupunkiseutu on selkeä keskittymä: lähes puolet ulkomaalaistaustaisista asuu siellä. Vantaalla heidän osuutensa on jo 29,2 %, Espoossa 25,1 % ja Närpiössä 23,0 %.

Maakunnittain ulkomaalaistaustaisien osuus oli korkein Uudellamaalla (19,3 %) ja Ahvenanmaalla (18,7 %). Ahvenanmaan erityispiirteenä on, että ulkomaalaistaustaisista 40 prosenttia on ruotsalaistaustaisia. Matalin osuus oli Etelä-Pohjanmaalla (4,5 %).

Syntymäkohortit kertovat väestön ikärakenteesta

Vuoden 2024 lopussa suurin ikäluokka Suomessa oli vuonna 1990 syntyneet eli 34-vuotiaat. Heitä oli yhteensä 78 162, joista noin neljännes on syntynyt ulkomailla. Tämä kuvastaa sitä, miten myös aiempien vuosikymmenten muuttoliike vaikuttaa yhä väestörakenteeseen.

Suomen väestön monimuotoisuus kasvaa nopeasti. Vieraskielisten ja ulkomaalaistaustaisten määrän nousu ei ole vain tilastollinen ilmiö, vaan muuttaa arkea kouluissa, työpaikoilla ja palveluissa. Samalla se tuo mukanaan mahdollisuuksia — mutta myös tarpeen suunnitella yhteiskunnan rakenteita entistä inklusiivisemmiksi ja kestävämmiksi.

TEKOÄLY

Tekoälyversiot 2025: Kumpi on paras Sinulle ja Sinun tarpeisiin?



Tekoälymaisemasta on tullut huomattavan monipuolinen, ja useat tehokkaat tekoälyavustajat kilpailevat käyttäjien huomiosta.

Jokainen merkittävä toimija – ChatGPT, Claude, Gemini, DeepSeek ja muut – tuo mukanaan ainutlaatuisia vahvuuksia ja kykyjä. Näiden erojen ymmärtäminen voi auttaa sinua valitsemaan oikean tekoälytyökalun tarpeisiisi.

Suuret toimijat ja niiden vahvuudet

ChatGPT on edelleen tunnetuin nimi tekoälyavussa, ja se on erityisen hyvä saavutettavuus ja helppokäyttöisyys. Viimeaikaiset päivitykset ovat tuoneet kuvien luomisen kaikkien käyttäjien saataville GPT-4o-mallin kautta, ja sekä ilmaiset että maksulliset tasot tarjoavat vanhan toiminnallisuuden. ChatGPT:n vahvuus piilee sen tasapainoisessa lähestymistavassa erilaisiin tehtäviin, vaikka siitä joskus puuttuu erikoisvaihtoehtojen tekninen tarkkuus.

Claude on vakiinnuttanut asemansa ensisijaisena valintana monimutkaisiin päättely- ja luoviin tehtäviin. Käyttäjät ylistävät jatkuvasti Clauden

harkittuja, vivahteikkaita vastauksia ja sen kykyä käsitellä hienostunutta analyysiä. Claude on erityisen vahva koodaus-tehtävissä, ja hän tarjoaa monien mielestä ”ihmismäisimmän” keskustelukokemuksen. Claude ei kuitenkaan tällä hetkellä tarjoa sisäänrakennettuja kuvanluontiominaisuuksia. Google **Gemini** hyödyntää Googlen valtavia resursseja ja integrointia olemassa oleviin Google-palveluihin. Äskettäisen Imagen 4 -päivityksen myötä Gemini tarjoaa nyt vaikuttavia kuvanluontiominaisuuksia, jotka tuottavat korkealaatuisia kuvia jopa 2K-resoluutiolla. Gemini loistaa multimodaalisissa tehtävissä ja hyötyy Googlen hakuintegraatiosta, mikä tekee siitä erityisen hyödyllisen tutkimuspainotteisessa toiminnassa.

DeepSeek on noussut houkuttelevaksi vaihtoehdoksi erityisesti käyttäjille, jotka etsivät tehokkaita tekoälyominaisuuksia ilman maksuvaatimuksia. Se kilpailee GPT-4:n ja Clauden kanssa monissa teknisissä tehtävissä ja loistaa erityisesti ohjelmoinnissa ja kiinan kielen käsittelyssä.

Kuvien luontiominaisuudet. Kaikki tekoälyavustajat eivät luo kuvia yhtä hyvin. ChatGPT tarjoaa kuvien luomisen sekä

integroidun GPT-4o-mallinsa että klassisen DALL-E-järjestelmänsä kautta, mikä tekee siitä sekä ilmaisten että maksullisten käyttäjien käytettävissä. Geminiin uusin Imagen 4 -päivitys on parantanut merkittävästi sen visuaalista luomista, ja käyttäjät ovat huomanneet paremman kuvanlaadun ja paremman tekstin renderöinnin kuvissa. Claudelta puuttuu monista vahvuuksistaan huolimatta tällä hetkellä natiivikuvan luominen. Se on kuitenkin erinomainen, kun on kyse käyttäjien lataamien kuvien analysoinnista ja kuvaamisesta. DeepSeek ei myöskään sisällytä kuvien luomista nykyiseen ominaisuusjoukkoonsa, vaan keskittyy tekstipohjaisiin tehtäviin ja koodausapuun.

Paras eri käyttötapauksiin

Yleiseen käyttöön ChatGPT on usein käytännöllisin valinta ominaisuuksien, saavutettavuuden ja laajalle levinneen dokumentaation tasapainon vuoksi. Sen ilmainen taso tarjoaa huomattavia toimintoja, kun taas maksulliset päivitykset tarjoavat edistyneitä ominaisuuksia tehokäyttäjille. Tekniset ammattilaiset ja kehittäjät suosivat usein Claudea sen ylivoimaisten päättelykykyjen ja koodausavun vuoksi tai DeepSeekiä sen vahvan ohjelmointisuorituskyvyn ja kustannustehokkuuden vuoksi. Gemini vetoaa erityisesti käyttäjiin, jotka ovat jo upotettuihin Googlen ekosysteemiin, ja niihin, jotka tarvitsevat vankkoja tutkimusvalmiuksia yhdistettynä kuvien luomiseen.

Suorituskyky ja saavutettavuus

Viimeaikaiset vertailutestit paljastavat mielenkiintoisia malleja tekoälyn suorituskyvyssä. DeepSeek tarjoaa jatkuvasti korkealaatuisia teknisiä tuloksia

ja on silti täysin vapaa käyttäjä. Claude säilyttää maineensa harkitusta analyysistä ja monimutkaisista päättelytehtävistä. ChatGPT tarjoaa luotettavan, helppokäyttöisen suorituskyvyn erilaisissa sovelluksissa, kun taas Gemini tarjoaa vahvan tasapainoisen suorituskyvyn erinomaisella Google-palveluintegraatiolla. Saavutettavuustekijä vaihtelee merkittävästi alustoittain.

Katse eteenpäin

Tekoälyavustajien maisema kehittyä edelleen nopeasti, ja jokainen alusta kehittää erilaisia persoonallisuuksia ja kykyjä. Yhden selkeän voittajan sijaan käyttäjät hyötyvät yhä enemmän siitä, että he ymmärtävät, mikä työkalu toimii parhaiten tiettyihin tehtäviin. Monet tehokäyttäjät säilyttävät pääsyn useille alustoille ja vaihtavat niiden välillä käsillä olevan tehtävän mukaan. Useimmille tavallisille käyttäjille ChatGPT tarjoaa parhaan yhdistelmän ominaisuuksia, saavutettavuutta ja tukiresursseja. Ne, joilla on erityistarpeita – olipa kyse sitten edistyneestä koodauksesta (Claude tai DeepSeek), kuvanluontitutkimuksesta (Gemini) tai kustannustietoisesta teknisestä työstä (DeepSeek) – voivat kuitenkin löytää tarpeisiinsa paremmin sopivia erikoisvaihtoehtoja. Tärkeintä on sovittaa tekoälyavustaja ensisijaiseen käyttötapaukseen ja pysyä samalla avoin vaihtoehtojen kokeilemiselle, kun nämä alustat jatkavat nopeaa kehitystään. Näiden järjestelmien välinen kilpailu hyödyttää viime kädessä käyttäjiä, edistää innovaatioita ja parantaa ominaisuuksia koko tekoälyavustajajekosysteemissä.

UUTISET

VALTIONEUVOSTO

Suomi johtamaan medianvapautta edistävää kansainvälistä koalitiota



Vasemmalta oikealle: Viron ulkoministeri Margus Tsahkna, Saksan ulkoministeri Johann Wadephul sekä ulkoministeri Elina Valtonen. Kuva: EU

Media Freedom Coalition -koalitiassa. Kaksiuotinen tehtävä toteutetaan yhdessä Saksan kanssa, ja se alkaa heinäkuun alussa, kun Viro luovuttaa puheenjohtajuuden.

Media Freedom Coalition on vuonna 2019 perustettu maa-koalitio, joka kokoaa yhteen 51 maata kuudelta mantereelta. Koalition tavoitteena on edistää median- ja sananvapautta sekä parantaa toimittajien turvallisuutta maailmanlaajuisesti. Aloite syntyi Ison-Britannian ja Kanadan johdolla vastauksena kasvaviin uhkiin mediaa kohtaan.

Ulkoministeri Elina Valtonen korosti Suomen sitoutumista tehtävään: ”Yhteispuheenjohtajuutemme painopisteenä ovat toimittajien suojelu, medialukutaidon vahvistaminen sekä laajemmat globaalit sananva-

pauden kysymykset. On ilo tehdä yhteistyötä Saksan kanssa näissä tärkeissä kysymyksissä.”

Suomen valinta ei ole sattuma. Maa sijoittui viidenneksi viimeisimmässä World Press Freedom -indeksissä, mikä osoittaa sen vahvan sitoutumisen medianvapauteen. Suomi näkee medianvapauden keskeisenä demokraattisen yhteiskunnan tukipilarina ja tärkeänä kokonaisvaltaista turvallisuutta luovana tekijänä.

Koalition työ on konkreettista ja suoraa. Se puuttuu tapauksiin, joissa toimittajat, toimittajaryhmät tai mediaorganisaatiot ovat uhattuina. Vaikuttaminen tapahtuu julkisten lausuntojen kautta sekä suorilla diplomaattisilla yhteydenotoilla viranomaisiin, joko pääkaupungeista käsin tai koalitiomaiden suurlähetystöjen välityksellä.

Työ ei rajoitu vain kriisinhalintaan. Koalitio toimii tiiviissä yhteistyössä kansalaisyhteiskunnan, toimittajien ja muiden mediatyöntekijöiden sekä te-

emaan perehtyneiden juristien kanssa. Tämä laaja-alainen lähestymistapa takaa, että toimet perustuvat todellisiin tarpeisiin ja asiantuntemukseen.

Suomen puheenjohtajuus on osa laajempaa sitoutumista medianvapauteen. Medianvapautta koskevat kysymykset ovat vahvasti esillä myös Suomen ETYJ-puheenjohtajuuskaudella 2025, mikä osoittaa johdonmukaisen linjauksen kansainvälisessä politiikassa.

Medialukutaidon vahvistaminen on yksi Suomen painopisteistä. Tämä on erityisen ajankohtaista aikana, jolloin disinformaatio ja vääriä tietoja leviää nopeasti sosiaalisen median kautta. Medialukutaito on keskeinen väline, jolla kansalaiset voivat erottaa luotettavan tiedon epäluotettavasta.

Toimittajien suojelu on toinen keskeinen teema. Ympäri maailmaa toimittajat kohtaavat uhkia, väkivaltaa ja jopa hengenvaatimuksia työnsä vuoksi. Kansainvälinen yhteistyö on

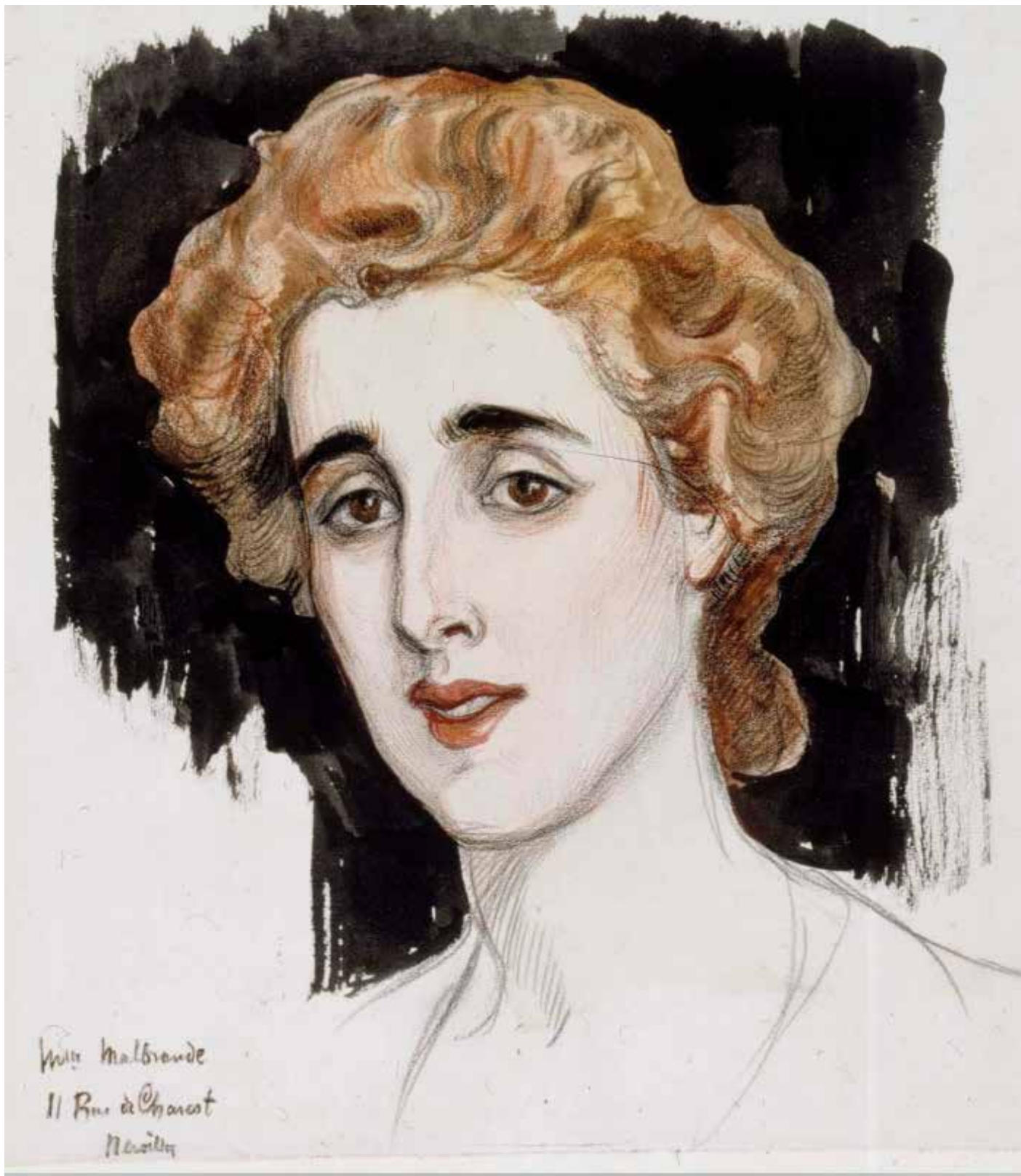
välttämätöntä, jotta voidaan varmistaa toimittajien turvallisuus ja heidän mahdollisuutensa tehdä työtään vapaasti.

Saksan kanssa toteutettava yhteispuheenjohtajuus tarjoaa mahdollisuuden yhdistää maiden eri vahvuudet ja kokemukset. Molemmilla mailla on pitkät perinteet demokratian ja sananvapauden puolustamisessa, minkä odotetaan tuovan lisäarvoa koalition työhön.

Puheenjohtajuus on myös tunnustus Suomen työstä medianvapauden puolesta. Se osoittaa kansainvälisen yhteisön luottamuksen Suomen kykyyn johtaa tätä tärkeää työtä kriittisessä maailmantilanteessa, jossa median rooli demokratian ylläpitäjänä on korostunut entisestään.

Suomen johtama kausi alkaa heinäkuussa, ja sen odotetaan tuovan uusia konkreettisia toimia medianvapauden edistämiseksi globaalisti.

VIIKON TAIDE-ELÄMYS



Albert Edelfelt

21.7.1854, Kiialan kartano, Porvoon mlk

18.8.1905, Haikko, Porvoon mlk

M:lle Malbrande, naisenpää

TAPAHTUMAT

NÄRPES TEATER

”Maskinisterna”, ruotsinkielinen näytelmä Wickströmin veljeksistä ja heidän moottori-
tehtaastaan. käsikirjoituksesta
ja ohjauksesta Erik Kiviniemi.
Ensi-ilta 28.6.25 klo 19
Muut esitykset:

7.7. klo 19

8.7. klo 19

10.7. klo 19

13.7. klo 17

15.7. klo 19

16.7. klo 19

17.7. klo 19

19.7. klo 19

DRÖMMEN FESTIVAL

5.7.2025

Universitetsstranden 5

Vasa

The dreamiest festival of
the summer, a mix of love,
joy and community, with the
music we all love!

<https://www.drommenfestival.fi/>

Seinäjoen Tangomarkkinat

9.-13.7.2025

<https://tangomarkkinat.fi/>

BIGDAY SUMMER FESTIVAL

Vaasa

11.7.-12.7.2025

<https://www.bigdayfestival.fi/>

KORSHOLMAN MUSIIKKIJUHLAT



23.7.-30.7.2025

Yli sata taiteilijaa eri puolilta
maailmaa kokoontuu heinä-
kuun lopussa viettämään mu-
siikin ja yhdessäolon viikkoa.
Tänä vuonna 43. vuosikym-
menen juhlaohjelmistoon on
koottu laaja ja monipuolinen
ohjelma, jonka teemana on
”Sillat” ja alateemana ”Kulje-
taan yhdessä”.

Festivaalin ohjelmistosta
löytyy klassista musiikkia,

tangoa, kansanmusiikkia, las-
tenkonsertteja ja ensimmäistä
kertaa myös balkanmusiikkia

VAASA FESTIVAL 2025

31.7.-2.8.2025

Music, food and wine

Vaasan sisäsatamassa

<https://vaasafestival.fi/>

WASA FUTURE -FESTIVAALI

11-16.8.2025

Wasa Future Festival 2026
järjestetään 11.-16. elokuuta.
Tapahtuma kokoaa osaavia ja
motivoituneita henkilöitä elin-
keinoelämästä, yliopistoista,
alueellisista päätöksentekoe-
limistä ja ministerikunnasta kes-
kittymään ongelmien ratkaise-
miseen Vaasassa ja eri puolilla
Suomea.

Tilaisuutta voi seurata Wasa
Future Festivalin YouTube-ka-
navalla.

Wasan innovaatiokeskus

Gerbyntie 18

65230 Vaasa

<https://wasafuturefestival.fi/>



TAITEIDEN YÖ

14.8.2025

”Toivottavasti näemme taas tä-
män vuoden Taiteiden yössä”
<https://www.vaasa.fi/koe-ja-nae/kulttuuria-vaasassa-ja-seudulla/taiteiden-yo/>

RITZ

25.7.25 klo 19

MARI PALO – TANGO

Yksi Suomen halutuimmista
sopraanoista sukeltaa tangin
maailmaan.

Korsholman musiikkijuhlat

VAASAN KAUPUNGINORKESTRI

27.7.25

KONSERTTI ROYAL

Amélie lähtee Belgradiin ystä-
vineen

Korsholman musiikkijuhlat KOKKOLAN SUUSKAMARI-KOKKOLAN SYYSKAMARI

Elokuu 2025 & 2026

www.kokkolansyyskamari.com

VAASAN KAUPUNGINTEATTERI

PIAF

Ensi-ilta 11.9.2025 KLO 18

Romeo-sali

”Syyskuussa 2025 ensi-iltan-
sa Vaasan kaupunginteatterin
Romeo-näyttämöllä saa mu-
siikkinäytelmä Piaf – en kadu
mitään, joka kertoo Pariisin
kadulta maailman maineeseen
nousseen Édith Piafin ainutlaa-
tuisen elämäntarinan.”

Piafin roolin tulkitsee teatterin
näyttelijä Sonja Halla-aho.

<https://www.netticket.fi/piaf-vaasa>

Jorma Panula - kapellimestarikurssin konsertti

19.9.2025 klo 18

Vaasan kaupungintalo

Yhteistyössä Panula-akatemi-
an kanssa.

Vaasan kaupunginorkesteri

joht. Kapellimestarikurssin
oppilaat

”Jorma Panulan kursseilla
Vaasassa on vuosikymme-
nien saatossa nähty niin ka-
pellimestarimaailman tulevia
maailmantähtiä kuin tärkeää
perustyötä tekeviä pedagogeja.
Huikean kokemuksen omaava
maestro Panula löytää musii-
kista olennaisen, ja kurssien
suosio kertoo, että hän osaa
myös välittää sen oppilailleen.
Kapellimestarikurssin päätös-
konsertissa laitetaan viikon
aikana hankitut opit täyteen
käyttöön!”

Vaasan kaupunginorkesteri

Las Vegas

2.10.2025 klo 18

joht. Antti Rissanen

sol. Juki Välipakka & Chiara
Orlandi

Come Fly With Me, Fly Me to
the Moon, My Way, I Wanna
be Loved by You.... <https://www.vaasa.fi/koe-ja-nae/kulttuuria-vaasassa-ja-seudulla/vaasan-kaupunginorkesteri/las-vegas/>

VAASAN KAUPUNGINTEATTERI

TARPEETTOMIA IHMISIÄ

Ensi-ilta 23.10.2025 KLO 19

Julia-sali

Kotimaisen näytelmäkirjalli-
suuden vaikuttavimpia draa-
moja.

<https://www.netticket.fi/tarpeettomia-ihmisia-vaasa>

VAASAN KAUPUNGINTEATTERI

IKUISESTI NUORI

Ensi-ilta 31.10.2025 KLO 19

Romeo-sali

”Ikuisesti nuori on riemukas
musiikkikomedialla, joka on
täynnä elinvoimaista iloa. Kun
ikäänymme, muuttumeko
vanhoiksi? Vai olemmeko aina
ikuisesti nuoria?”

<https://www.netticket.fi/ikuisesti-nuori-vaasa>

KÄLKKÄBRA Kokkolan Oopperajuhlat

14-16.11.25

”Ihmislähtöisille ja ooppe-
raa oopperan vuoksi”

www.kpkamariooppera.fi

VASA LITTFEST 2025

13.-15.11.2025.

Vaasa LittFest on kaksikieli-
nen kirjallisuusfestivaali, jota
on järjestetty Vaasassa vuo-
desta 2001 lähtien. Festivaali
tarjoaa syvällisiä keskusteluja,
jotka avaavat tärkeitä teemoja
ja ajatuksia. Tämän vuoden
teemana on Raja(t), kirjalli-
suuden syventäviä päiviä on
luvattu!

RUSK

18-22.11.2025

Kamarimusiikkia Pietarsaare-
sa

Taiteellinen johtaja

Anna-Maria Helsing

Vuoden säveltäjä

Dobrikna Tabakova

www.ruskfestival.fi

BEATLES GOES KOKKOLA

Snellman-sali, Kokkola

21.11.2025 klo 18

Vaasan kaupunginorkesteri

joht. Jussi Lampela

Markku Veijalainen, juontaja

”Vaasan kaupunginorkeste-
ri vieraillee suosituilla Beat-
les-ohjelmallaan Kokko-
lassa yhdessä 1960-luvun
popkulttuurista kaiken tietävän

NÄHTÄVYYS

VALTIONEUVOSTON LINNA

Historiallinen tilaisuus: Valtioneuvoston linna avaa ovensa yleisölle – tutustu hallintovaltaa kätkevään rakennukseen ennen peruskorjausta



Valtioneuvoston linna valaistuna sinisellä ja valkoisella Suomen täytyessä 100 vuotta 2917.
Valokuva: Htm, Wikimedia Commons
Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0

Harvinainen tilaisuus osuu lauantaille 6. syyskuuta 2025, kun Valtioneuvoston linna avaa ovensa yleisölle.

Rakennus, joka on toiminut Suomen hallinnon keskuksena yli 200 vuotta, saa vieraita tutustumaan sen historiallisiin tiloihin klo 8.00–17.00. Tapahtuma tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden nähdä linnan sisätilat ennen laajaa peruskorjausta.

Engelin mestariteos kertoo Suomen historiaa

Valtioneuvoston linnan päärakennus valmistui vuonna 1822, ja sen suunnitteli arkkitehti Carl Ludvig Engel. Rakennus on ollut lähes koko

Suomen itsenäisyyden ajan hallituksen ja virkamiesten työskentelypaikkana. Avointen ovien päivänä vieraat pääsevät kulkemaan samojen käytävien läpi, joilla ministrit ja virkamiehet ovat liikkuneet vuosikymmenten ajan.

Kierroksella nähdään muun muassa linnan kuuluisa pääportaikko, joka on kantanut merkittävän osan Suomen poliittisesta historiasta. Portaikon toisen kerroksen tasanteella opiskelija Eugen Schauman ampui kenraalikuvernööri Nikolai Bobrikovin kesällä 1904. Tapahtuma oli käännekohta Suomen suhteessa Venäjän keisarikuntaan.

Pääsy hallituksen sydämeen

Avointen ovien päivän ohjelman kuuluu mahdollisuus tutustua sekä valtioneuvoston istuntosaa-

liin että tasavallan presidentin esittelysaliin. Näissä tiloissa on tehty lukemattomia kansallisesti merkittäviä päätöksiä, ja ne ovat olleet osa Suomen demokratian kehitystä.

”Monille vieraille tulee yllätyksenä, kuinka vaatimattomat ja klassiset nämä tilat ovat. Ne eivät ole liioiteltuja, värikkäitä tai yltäkylläisiä, välineellistävät Suomen pragmaattista hallintokulttuuria”

Viimeinen tilaisuus ennen peruskorjausta

Tämän vuoden avoimet ovet ovat erityisen merkittävät, sillä ne tarjoavat viimeisen mahdollisuuden nähdä rakennus ennen laajaa peruskorjausta. Remontin yksityiskohdista ei ole vielä julkistettu tarkemmin, mutta sen odotetaan kestävän useita vuosia.

”Korjaus on välttämätön, jotta rakennus säilyttää toimivuutensa ja historiallisen arvonsa tuleville sukupolville”, Valtioneuvoston kanslian edustaja sanoo.

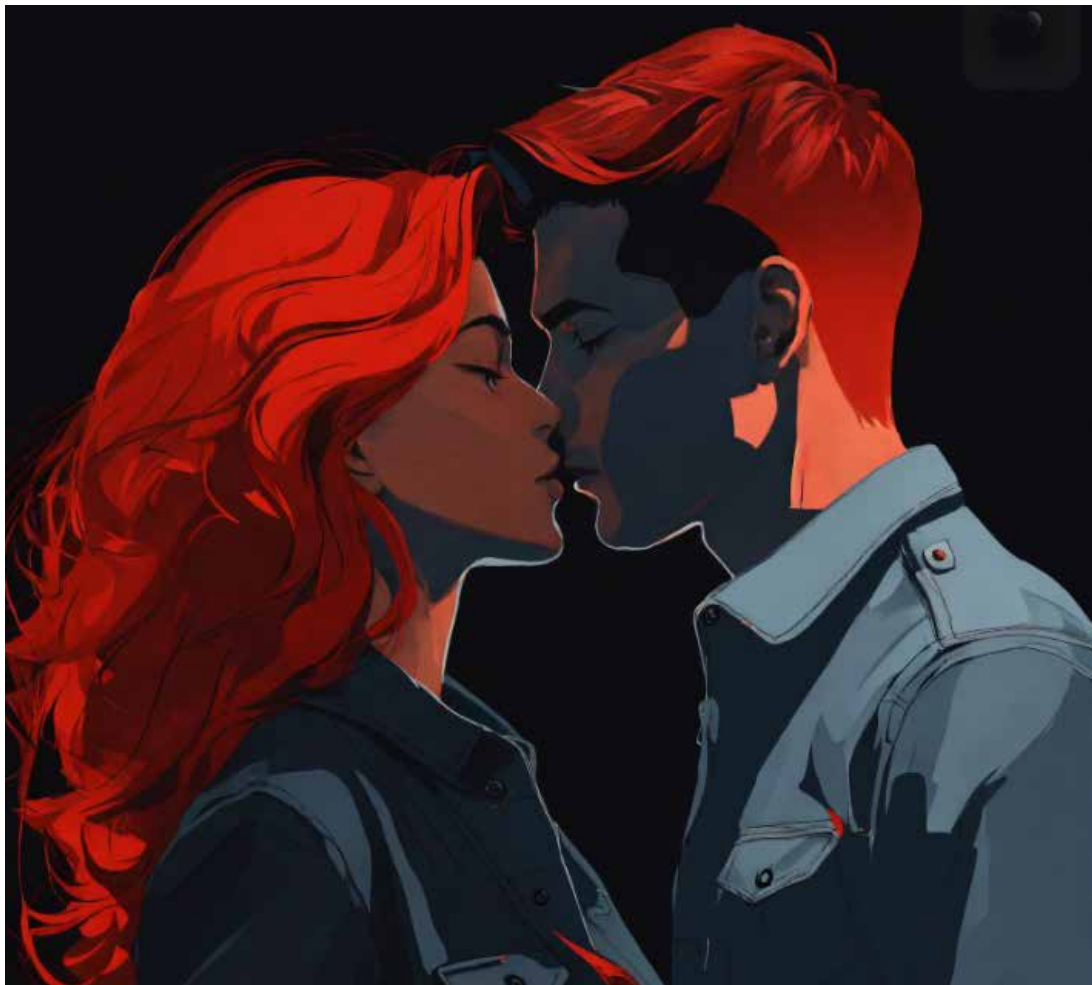
Käytännön tiedot ja ohjeet

Tapahtumaan ei tarvitse ilmoittautua etukäteen, ja pääsy on ilmaista. Lisätietoja, kuten turvallisuusohjeita ja vierailureittiä, kerrotaan tarkemmin elokuun lopussa. Linnan odotetaan keräävän satoja, jopa tuhansia vieraita, joten jonotusta on mahdollista.

Valtioneuvoston linna sijaitsee Helsingin keskustassa Senaatintorin laidalla, ja sinne on helppo päästä julkisilla kuljetusvälineillä. Tapahtuma tarjoaa harvinaisen tilaisuuden kokea Suomen hallinnon historiaa läheltä – älä missaa!

KELIAKIA

Helpotusta keliakikoille – Suudelmat eivät ole vaarallisia



Uusimmat tutkimustulokset osoittavat, että gluteenin siirtyminen suudelman kautta on keliakian omaaville merkityksettömän pientä. Columbia Universityn tutkijaryhmän johtama selvitys, joka esiteltiin Digestive Disease Week® 2025 -tapahtumassa, tarjoaa tieteellisesti perustellun näkemyksen aiheesta.

Tutkimuksen rakenne ja metodologia

Kliininen tutkimus käsitti 10 paria, joissa toisella kumppanista on keliakia. Koejärjestelyssä gluteenia sisältävä kumppani nautti 10 suolakексиä (yhteensä noin 2

g gluteenia), minkä jälkeen pari suuteli 10 sekunnin ajan. Kokeessa testattiin kahta eri skenaariota:

Suudelma viiden minuutin kuluttua gluteenin nauttimisesta

Suudelma heti gluteenin nauttimisen jälkeen, kun kumppani oli juonut 4 unssia (n. 120 ml) vettä

Tulokset ja analyysi

Molemmissa testitilanteissa mitatut gluteenipitoisuudet keliakian omaavan kumppanin syljessä jäivät alle 20 ppm:n (parts per million),

joka on EU:n ja FDA:n vahvistama turvaraja gluteenittomille tuotteille. Erityisesti vedenjuonti ennen suudelmaa vähensi gluteenipitoisuutta entisestään.

”Tulokset osoittavat, että gluteenin siirtyminen suudelman kautta on kliinisesti merkityksetöntä”, toteaa tutkimusta johtanut professori Anne Lee Columbia Universitystä. ”Vaikka gluteenia voidaan mitata erittäin herkällä analyysitekniikalla, todellinen riski keliakian omaaville on olematon.”

Kliininen merkitys

Tutkimuksen tulokset tarjoavat lääketieteellisen perustan seuraaville suosituksille:

Keliakian omaavat voivat suudella turvallisesti, vaikka kumppani olisi juuri nauttanut gluteenia sisältäviä elintarvikkeita

Vedenjuonti ennen suudelmaa vähentää gluteenin siirtymistä entisestään

Ei ole tarpeen välttää suudelmaa tai noudattaa pitkiä odotusaikoja gluteenin nauttimisen jälkeen

Taustatietoa

Keliakia on autoimmuunisairaus, jossa gluteeni aiheuttaa ohutsuolen limakalvon vaurioita. Vaikka tutkimus koskee ensisijaisesti keliakian omaavia, sen tulokset voivat olla hyödyllisiä myös gluteenille herkille henkilöille.

Tämä ensimmäistä kertaa systemaattisesti toteutettu tutkimus tarjoaa lääkäreille ja ravitsemusterapeuteille tieteellisesti perustellut ohjeet asiakkaille. Tutkimusryhmä suosittelee lisätutkimuksia isommalla tutkimusryhmällä vahvistamaan tuloksia.

Lähteet

Lee A. et al. (2025). Assessing gluten transfer via kissing; a prospective study of celiac-discordant couples. Digestive Disease Week 2025, abstract Mo1242.

KELIAKIA

Pitäisikö minun harkita keliakiatestiä?

Uuden lääketieteellisen diagnoosin saaminen on usein huolettava tapahtuma. Diagnosoitua sairautta voi olla vaikea hoitaa, ja hoidosta huolimatta monet oireet usein jatkuvat. Ponnisteluista huolimatta monet sairaudet pahenevat ja voivat johtaa komplikaatioihin.

Keliakia ei ole sellainen sairaus!

Keliakiadiagnoosin saaminen on sen sijaan erittäin positiivinen kokemus. Kun olet elänyt monenlaisten oireiden kanssa suurimman osan elämästäsi, löydät nyt sairauden, jota on helppo hoitaa – ilman lääkitystä. On hyvin todennäköistä, että voit elää normaalia elämää ja olla oireeton loppuelämäsi.

Siksi on tärkeää harkita keliakiatestiä.

Hyvä asia on, että keliakian mahdollisuus on helppo vahvistaa tai sulkea pois. Yksinkertainen verikoe riittää.

Milloin siis kannattaa harkita keliakiatestiä? Mieti seuraavia tekijöitä, jotka saattavat olla sinulle merkityksellisiä:

OIREET:

- ☐ Minulla on huomattavasti enemmän ilmavaivoja kuin kenelläkään muulla tuntemallani.
- ☐ Minulla on yleensä ripulia, ei erityisen voimakasta, mutta melkein joka päivä.
- ☐ Minulla on vaikea ummetus, eikä mikään lääkitys tunnu auttavan.
- ☐ Kun menen vessassa, ulosteeni kelluu vedessä.
- ☐ Äitini yleensä kertoo minulle, että olin lapsena hyvin ”laiha” ja minulla oli vaikeuksia lihoa.
- ☐ Kun kävin hammaslääkäriässä lapsuudessani, hän sanoi, että minulla on ”outo hammaskiille”.
- ☐ Kun olin koulussa, kouluterveydenhoitaja antoi minulle purkilisen rautatabletteja ja sanoi, että minulla on ”pahaa verta”.
- ☐ Myöhemmin lääkärinikin yllättyi siitä, että hemoglobiini oli niin alhainen.
- ☐ Ihmiset kertovat minulle, että heillä on ”sumuinen aivo”, keskittymisvaikeuksia ja joskus vaikeuksia löytää sanoja. Luulen, että minullakin on sitä.
- ☐ Minulla on paljon enemmän päänsärkyä ja migreeniä kuin muilla.
- ☐ Minulla on usein kutiava ihottuma kyynärpäiden ja polvien ulkopuolella, joskus pienillä rakkuloilla.
- ☐ Olemme yrittäneet saada lapsia pitkään, mutta emme ole onnistuneet.
- ☐ Minulle on otettu useita suolistoröntgenkuvia vuosien varrella ilman, että mitään vikaa on koskaan löydetty.

SUVUSSA OLEVAT TAUDIT:

- ☐ Isälläni/äidilläni/siskollani/veljelläni/lapsellani on keliakia
- ☐ Minulla on ainakin kaksi kaukaista sukulaista, joilla on keliakia

AIEMMAT SAIRAUDET:

- ☐ Minulla on kilpirauhasen yli-/alitoiminta (kilpirauhasen liika-/



hypotyreoosi)

- ☐ Minulla on kaljuja iholoikkuja päänahassani (alopecia areata)
- ☐ Minulla on valkoisia pigmenttittömiä läiskiä ihollani (vitiligo)
- ☐ Olen ollut sairauslomalla masennuksen/työuupumuksen vuoksi
- ☐ Olen laktoosi-intolerantti
- ☐ Minulla on insuliinilla hoidettu diabetes diagnosoitu nuorena
- ☐ Minulla on diagnosoitu osteoporoosi, vaikka en ole edes 50-vuotias vuotta vanha
- ☐ Minulla on kuiva suu ja kuivat silmät, ja lääkäriini sanoo, että kyseessä on Sjögrenin oireyhtymä
- ☐ Minulla on tunnottomuutta jaloissani, ja lääkäriini kutsuu sitä perifeeriseksi neuropatiaksi

Jos olet rastittanut ruudun jossakin näistä ryhmistä, pyydä lääkäriäsi tekemään keliakian seulonta yksinkertaisella verikokeella nimeltä S-KeliSeu seuraavan terveystarkastuksen aikana. Jos se on täysin normaalia, sinulla ei ole keliakiaa. Mutta jos testi osoittaa, että sinulla on keliakia, onnittelut! Koska tämä on tärkeä diagnoosi, joka saa sinut tuntemaan olosi paljon paremmaksi kuin ennen loppuelämäsi ajan!

TERVEYS

TERVEYS

Jyväskylän yliopisto: Vyötärölihavuus lisää virtsankarkailua



Tuore tutkimus osoittaa selvän yhteyden vyötärölle kertyvän rasvan ja ponnistusvirtsankarkailun välillä keski-ikäisillä naisilla. Erityisesti sisäelinten ympärille ja vatsan alueelle kertyvä rasva lisää riskiä lantionpohjan toimintahäiriöihin.

Jyväskylän yliopistossa tehty laaja tutkimus paljastaa huolestuttavan yhteyden naisten kehonkoostumuksen ja lantionpohjan toimintahäiriöiden välillä. Väitöskirjatutkija Mari Kuutti johtama tutkimus seurasi 376 jyvaskyläläistä perustervettä naista neljän vuoden ajan ja osoittaa, että vyötärölihavuus lisää merkittävästi virtsankarkailun riskiä.

Yli puolella naisista lantionpohjan ongelmia

Hälyttävä löydös tutkimuksessa

oli se, että jo tutkimuksen alussa yli puolella osallistujista oli jokin lantionpohjan toimintahäiriö. Yleisin näistä oli ponnistusvirtsankarkailu, joka ilmenee esimerkiksi yskiessä, aivastaessa tai liikkuesssa tapahtuvana tahattomana virtsankarkailuna. Tutkimus keskittyi naisiin, jotka olivat tutkimuksen alussa 47–55-vuotiaita. ”Kehonkoostumuksen yhteyttä lantionpohjan toimintahäiriöiden oireisiin on tutkittu pääasiassa hyödyntämällä vain kehonpainoindeksiä ja vyötärön ympärysmittaa”, Mari Kuutti kertoo tutkimuksen taustasta.

Vyötärön rasva erityisenä riskitekijänä

Tutkimus paljasti, että erityisesti vyötärön alueelle ja sisäelinten ympärille kertyvä rasva lisää ponnistusvirtsankarkailun riskiä. Merkittäviä riskitekijöitä olivat suurempi kokonaisrasvapitoisuus, vyötärön ympärysmi-

ta ja kehonpainoindeksi.

”Tulokset osoittivat, että suurempi kehon kokonaisrasvapitoisuus sekä suurempi rasvapitoisuus vatsan, vyötärön ja torson alueella sekä sisäelinten ympärillä olivat yhteydessä ponnistusvirtsankarkailun oireisiin”, Kuutti selventää.

Tutkimuksessa käytettiin tavalista tarkempia mittaamenetelmiä, kuten bioimpedanssia ja kaksienenergiistä röntgenabsorptiometriä, jotka mahdollistivat kehonkoostumuksen yksityiskohtaisen analysoinnin.

Elämäntavat vaikuttavat lantionpohjan terveyteen

Lantionpohjan toimintahäiriöt yleistyvät luonnollisesti naisen lähestyessä vaihdevuosi-ikää. Estrogeenin puutos ja sidekudoksen ikääntyminen heikentävät lantionpohjan rakenteiden toimintaa. Myös raskaudet, synnytykset ja muut vatsaontelon

painetta lisäävät tekijät vaikuttavat asian kehittymiseen.

Tutkimus kuitenkin korostaa, että elämäntavoilla on merkitystä. Syömiskäyttäytyminen ja fyysinen aktiivisuus vaikuttavat kehonkoostumukseen, joka puolestaan on yhteydessä lantionpohjan toimintahäiriöiden syntyyn.

”Kehonkoostumus on osittain elämäntapojen muokkaama, joten sen mittaaminen voi auttaa tunnistamaan toimintahäiriöiden riskin”, tutkijat toteavat.

Ennaltaehkäisy avain ongelman hallintaan

Tutkimuksen tulokset antavat toivoa siitä, että lantionpohjan toimintahäiriöitä voidaan ehkäistä elämäntapamuutoksilla. Terveellinen syöminen ja säännöllinen liikunta, jotka auttavat hallitsemaan painoa ja erityisesti vyötärölihavuutta, voivat vähentää virtsankarkailun riskiä.

TERVEYS

NUORTEN TERVEYS

THL:n Kouluterveyskysely: Nuoret voivat aikaisempaa paremmin



Kevään 2025 Kouluterveyskyselyn ennakkotulokset osoittavat, että peruskoulun yläluokkalaisten hyvinvointi on kohentunut. Erityisesti tyttöjen terveydentila on parantunut, vaikka ahdistuneisuus ja kiusaaminen jatkavat haasteina.

Nuorten terveydentila kohentunut

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL:n keväällä 2025 toteuttaman Kouluterveyskyselyn mukaan 78 prosenttia peruskoulun 8.–9.-luokkalaisista kokee terveydentilansa melko hyväksi tai erittäin hyväksi. Osuus on noussut viidellä prosenttiyksiköllä vuodesta 2023., THLÖ:n tiedotteen mukaan. Ero tyttöjen ja poikien välillä on kuitenkin merkittävä: 85 % pojista arvioi terveytensä hyväksi, kun tytöillä vastaava luku on 72 %.

– Kehityssuunta on ilahduttava. Pandemiavuosien jälkeen nämä nuorten hyvinvointia kuvaavat myönteiset uutiset ovat tervetulleita, kommentoi THL:n ylilääkäri Terhi Aalto-Setälä.

Kuitenkin 22 % nuorista kokee terveytensä keskinkertaiseksi tai huonoksi – tytöistä tätä mieltä on 28 % ja pojista 15 %.

– Moni nuori kokee edelleen terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Omaa hyvinvointiaan voi vahvistaa huolehtimalla arjen perusasioista. Riittävä uni, liikunta, säännöllinen ruokailu ja kohtuullinen digilaitteiden käyttö ovat tärkeitä hyvinvoinnin peruspilareita, jotka kannattaisi perheissä yhdessä laittaa kuntoon, Aalto-Setälä neuvo.

– Moni nuori kokee edelleen terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi. Omaa hyvinvointiaan voi vahvistaa huolehtimalla arjen perusasioista. Riittävä uni, liikunta, säännöllinen ruokailu ja kohtuullinen digilaitteiden käyttö ovat tärkeitä hyvinvoinnin peruspilareita, jotka kannattaisi perheissä yhdessä laittaa kuntoon, Aalto-Setälä neuvo.

Ahdistuneisuus yhä yleistä, erityisesti tytöillä

Ahdistuneisuus on pysynyt nuorten keskuudessa korkealla viime vuosina. Kouluterveyskyselyssä ahdistuneisuutta mitattiin GAD-7-mittarilla, joka perustuu nuorten omiin kokemuksiin, ei lääketieteellisiin diagnooseihin.

Tulosten mukaan 34 % tytöistä ja 9 % pojista koki keväällä 2025 koltalaista tai vakavaa ahdistuneisuutta. Lukemat eivät ole juurikaan muuttuneet edellisestä kyselystä.

– Nuorten raportoima ahdistuneisuus lisääntyi koronaepidemian aikana selvästi ja on edelleen varsin yleistä, sanoo THL:n tutkimuspäällikkö Olli Kiviruusu.

– Pitkään korkealla pysyneitä lukuja selittävät pandemian lisäksi todennäköisesti monet muutkin tekijät. On hyvä, että nuoret osaavat

tunnistaa mielenterveyden oireita ja puhua niistä avoimesti. Samalla on lisääntynyt ymmärrys siitä, että negatiiviset tunteet ovat osa elämää, eikä kaikki oireilu vaadi hoitoa. Pitkittynyt ja vakava oireilu vaatii kuitenkin aina ammattiavun, Kiviruusu painottaa.

Kiusaaminen jatkuu, mutta ei yleisty

Kiusaamista on seurattu Kouluterveyskyselyssä vuodesta 1996. Viimeisimmän kyselyn mukaan 8 % 8.–9.-luokkalaisista on kokenut kiusaamista vähintään viikoittain. Ero sukupuolten välillä on pieni: 7 % tytöistä ja 9 % pojista kertoi joutuneensa kiusatuksi.

– Jatkuva kiusaaminen on vakava asia, mutta myös yksittäiset loukkaavat, pelottavat tai väkivaltaiset teot ovat haitallisia. Kiusaamistilanteiden tunnistaminen ja tehokas puuttuminen niihin on oppilaitoksissa pitkäjänteistä työtä, sanoo kehittämisspäälikkö Jenni Helenius.

– Pitkittyneet kiusaamistilanteet voivat olla monimutkaisia, ja niiden selvittämisessä tarvitaan kodin ja koulun yhteistyötä sekä usein myös moniammatillista yhteistyötä, hän lisää.

Laaja aineisto – täydelliset tulokset syksyllä

Kevään 2025 Kouluterveyskyselyyn vastasi yhteensä noin 270 000

nuorta, mukaan lukien perusopetuksen 4.–5.- ja 8.–9.-luokkalaiset sekä lukion ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijat.

THL julkaisee nyt muutaman ennakkotuloksen osana KUVA-seurantaindikaattoreita. Katava tilastoraportti julkaistaan 17. syyskuuta, ja samana päivänä päivitty tulospalvelu osoitteessa thl.fi/kouluterveyskysely/tulokset. Lisäksi tuloksia käsitellään Hyvinvointiareena-koulutustapahtumassa 22.–23.9.

Yhteenveto:

78 % 8.–9.-luokkalaisista kokee terveytensä hyväksi (5 % nousu vuodesta 2023).

Ahdistuneisuus pysyy korkeana (34 % tytöistä, 9 % pojista).

Kiusaaminen koskee 8 % nuorista.

Täydelliset tulokset julkaistaan syyskuussa.

Nuorten hyvinvointi on parantunut, mutta ahdistuneisuus ja kiusaaminen vaativat edelleen systemaattista työtä. Perheiden, koulujen ja terveydenhuollon yhteistyöllä voidaan tukea nuorten hyvinvointia entistä enemmän.

PAKINA

”Uusi aikakausi painonhallinnassa”



Image: HFIF-bild

Hän astui sisään klinikkaan kuin olisi astunut moniin vaarallisiin paikkoihin aiemminkin – pää pystyssä, katse tarkka, hartiat rennot mutta valmiina. Kukaan ei kiinnittänyt häneen huomiota. Juuri niin hän halusi.

Mutta hän huomasi kaiken. Ylipainoinen mies muovituolissa, katse matossa. Hoitaja näpyttämässä ruutuaan. Juliste seinällä kiiltävällä painatuksella: ”Uusi aikakausi painonhallinnassa – Tirzepatidi.” Hän pysähtyi. Luki sen uudelleen.

Ilmeaine, niin he sanoivat. Parempi kuin mikään aiemmin. Ei enää laihdutuspilettejä, ei jojoilevaa ruokavaliota. Ei jatkuvaa syyllisyyttä ja käyttämättömiä kuntosalikortteja. Tirzepatidi toimi.

Ja juuri siksi se oli vaarallinen.

Hän tiesi, mitä ihmiset puhuivat. Että yksi pistos

viikossa sai kilot sulamaan. Että se muutti elämiä. Että se voisi pysäyttää liikalihavuus-epidemian. Ihmiset, jotka olivat kamppailleet painonsa kanssa vuosikymmeniä, laihtuivat nyt kymmeniä kiloja – nopeasti.

Mutta hän tiesi myös: jos jokin kuulostaa liian hyvältä ollakseen totta, se usein on juuri sitä.

Hän istuutui odotushuoneeseen ja kuunteli. Hoitaja huusi nimeä. Nainen nousi – ehkä nelikymppinen, selvästi ylipainoinen, mutta silmissä toivoa, jota ei voinut olla huomaamatta. Hän ei kävellyt, hän leijui.

”Tirzepatidia?” nainen kysyi.

Hoitaja nyökkäsi. ”Yksi pistos viikossa. Tunnet kylläisyyttä aiemmin. Syöt vähemmän. Paino putoaa. Seuranta on tärkeä – pahoinvointia, ummetusta, joskus haimatulehduksen riski. Mutta useimmat sietävät sen hyvin.”

Nainen nyökkäsi. Hän oli kuullut kaiken ennenkin. Mi-

täpä merkitsi pieni pahoinvointi, kun koko elämä oli ollut täynnä tuomitsemista?

Hän sulki silmänsä. Muisteli lukemaansa. Tirzepatidi kehitettiin alun perin tyypin 2 diabeteksen hoitoon. GLP-1- ja GIP-reseptoriagonisti – vaikeita sanoja, selkeä vaikutus: se jäljittelee kehon omia kylläisyshormoneja. Mutta vielä enemmän: tutkimuksissa ihmiset laihtuivat jopa 22 prosenttia painostaan. Enemmän kuin koskaan aiemmin. Jopa enemmän kuin semaglutidilla.

Paradigman muutos. Ja se tarkoitti miljardeja.

Hän avasi silmänsä. Nainen oli poissa. Toinen juliste kiinnitti hänen huomionsa: ”Yksi pistos. Kerran viikossa. Todellisia tuloksia.”

Hän nousi ylös. Käveli tiskille. Pyysi esitettä.

Virkailija hymyili. ”Kiinnostunut kokeilemaan?”

Hän nyökkäsi hitaasti. ”Ihan vain uteliaisuudesta.”

”Kyse ei ole vain ulkonäöstä,” nainen sanoi. ”Kyse on hengissä pysymisestä.”

Faktaruutu:

Tirzepatidi (kauppanimillä mm. Mounjaro) on Suomessa hyväksytty lääke, alun perin kehitetty tyypin 2 diabeteksen hoitoon. Se vaikuttaa kahteen suolistohormoniin ja voi johtaa merkittävään painonpudotukseen. Tutkimuksissa potilaat ovat laihtuneet jopa 22 % painostaan. Lääke voi aiheuttaa sivuvaikutuksia, kuten pahoinvointia ja ruoansulatusongelmia, ja sen hinta ja saatavuus ovat herättäneet keskustelua.

Hän ei vastannut. Hän tiesi jo. Lihavuus tappoi – hiljaa. Sydänsairaudet, diabetes, kuluneet nivelet. Tirzepatidi oli ase. Tarkka ja terävä. Ja maailma oli valmis.

Mutta ihmeessä oli säröjä. Hinta – useita tuhansia euroja vuodessa. Saatavuus – jo nyt rajallinen. Eettiset kysymykset – yhä ratkaisematta. Saavatko terveet käyttää sitä vain laihtuakseen? Ohittavatko rikkaat muut jonossa? Mitä tapahtuu, kun lääkitys lopetetaan – palaavatko kilot?

Hän astui ulos klinikasta ja kohtasi viiman. Ajatteli naista ja tämän katseen toivoa. Ajatteli miljoonia, jotka odottivat pelastusta ruiskussa. Ajatteli lääkejättejä, jotka jo laskivat voittojaan.

Ajatteli oikeudenmukaisuutta.

Sitten hän nosti kauluksen ja katosi kadulle.

Jotain suurta oli tulossa.

Ja hän olisi valmis.

KAUPUNKISUUNNITTELU

KAUPPATORI

Kauppatorista tulee meidän kaikkien olohuone!



Vaasan Kauppatori uudistuu – tutustu suunnitelmiin ja kerro mielipiteesi!

Vaasan kaupungin sydän, Kauppatori, on muuttumassa merkittävästi. Nyt on valmistunut uusi yleissuunnitelman luonnos Kauppatorin ja Hovioikeudenpuistikon alueelle, ja kaupunkilaisia kutsutaan tutustumaan suunnitelmaan ja antamaan palautetta 4.7. mennessä.

Suunnitelma pohjautuu vuonna 2022 järjestetyn maisema-arkkitehtikilpailun voittajaehdotukseen ”Vaasan helmi”. Tavoitteena on yhdistää alueen historiallinen arvo nykyaikaiseen kaupunkikulttuuriin ja luoda elävä, viihtyisä ja kaikkien saavutettavissa oleva tori – kaupunkilaisten yhteinen olohuone.

Vihreä, leikkisä ja esteetön Torikauppa säilyy alueen keskellä, mutta sen ympärille rakennetaan korotettuja, vehreitä oleskelualueita. Nämä ”olohuoneet” rajataan porrastetuilla istuskelualueilla ja istutuksilla. Puiden katveeseen tulee penkkejä, kaupunkikeinuja, pelipöytiä sekä saaristoteemainen leikkipaikka.

Torin pohjoisosaan, nykyisten toripaviljonkien väliin, kaiverretaan kivetykseen kartta Vaasan saaristosta. Alueelle rakennetaan myös taideteos, joka muodostaa vesihöyryä – leikkiä ja taidetta yhdistävä elementti, joka mahdollistaa alueen käytön myös tapahtumissa.

Kaikille – ympäri vuoden
Esteettömyys on suunnittelun keskiössä. Uudet lämmitettävät kulkuyhteydet, parannettu valaistus ja

pyöräpaikat tekevät alueesta viihtyisän ja toimivan kaikenikäisille vuodenajasta riippumatta.

Torin eteläreunalle rakennetaan uusi joukkoliikenteen pysäkkialue katoksineen. Kolme bussia voi pysähtyä samanaikaisesti, ja odottajille on luvassa lisää istumapaikkoja ja kiipeilykasveilla somistettuja rakenteita. Olemassa oleva pergola säilytetään osittain.

Puistikosta taideaksi
Hovioikeudenpuistikkoon luodaan taiteen keinoin tila- maisia kohtaamispaikkoja. Kulttuurihistorialliset arvot on huomioitu huolellisesti, ja alue uudistetaan ympäristöystävällisesti. Puurivit, istutukset ja kestävät materiaalivalinnat tukevat myös Vaasan ilmastotavoitteita.

Mahdollisuuksia ja seuraavat vaiheet

Kauppatorin uudistus sisältyy kaupungin investointisuunnitelmaan vuodelle 2027. Toteutuminen riippuu kuitenkin tulevasta rahoituksesta.

Juuri nyt on asukkaiden aika vaikuttaa. Mielipiteet ja kommentit voi lähettää Vaasan kaupungin kirjaamoon osoitteeseen registraturen@vasa.fi tai tuoda henkilökohtaisesti osoitteeseen Vaasanpuistikko 10. Kaikki palaute käsitellään ennen seuraavaa vaihetta, jolloin suunnittelu siirtyy rakennussuunnitteluun ja sen jälkeen mahdolliseen toteutukseen.

Lisätietoa ja kuvia suunnitelmasta löytyy kaupungin verkkosivuilta:

☐ www.vasa.fi/katusuunnitelmat

Tulevaisuuden Kauppatori ei ole vain paikka, josta kävellään läpi – se on paikka, johon halutaan jäädä.

TAIDE

KATUTAIDE

Vaasan katutaide tuo väriä ja iloa kaupungin eri kulmiin



Vaasassa nähdään tänä kesänä upeita katutaideteoksia, jotka herättävät ihastusta ja keskustelua. Taidetta voi ihailla useilla kaupunginosilla osana kansainvälistä Meeting of Styles -tapahtumaa.

Vaasan kadut ja rakennukset saavat uuden ilmeen, kun kansainvälisesti tunnustetut katutaiteilijat ja paikalliset tekijät täyttävät kaupungin väreillä ja tunnelmalla. Uusia seinämaalausauksia on syntynyt muun muassa Palosaarelle, Hietalahteen ja Vöyrinkaupungille, ja ne tuovat taidetta arkipäivään kaupunkilaisten ja vierailijien iloksi.

Taide kaikkien saataville

Teoksia voi ihailla esimerkiksi Mansikkasaareen vievän tien varrella, Hietalahden Tiilitehtaankadulla sekä Tiklaspuiston laidalla. Maalaukset on tehty Vaasan Sähköverkon muuntarakennuksiin, jotka ovat nyt taiteen värittämiä nähtävyyksiä. Lisäksi kesän aikana alikul-

kukäytäviin tulee uusia värikkäitä teoksia.

– Meeting of Stylesin kaltaiset tapahtumat rikastuttavat kaupunkikulttuuria ja tuovat uusia ilmaisumuotoja julkiseen tilaan. Tämä edistää myös nuorten osallisuutta ja luo taiteelle myönteisemmän kaupunkiympäristön, sanoo kulttuurituottaja Ilkka Nyqvist.

Kansainvälinen taide Vaasan kaduilla

Meeting of Styles -tapahtuma järjestetään 27.–29. kesäkuuta Wasa Graffitilandiassa, ja se tuo yhteen huipputaiteilijoita ympäri maailmaa. Tapahtuma tarjoaa kaupunkilaisille mahdollisuuden nähdä taiteen syntyä omassa lähiympäristössään.

– Tavoitteenamme on tuoda avoin ja ilmainen taidegalleria kaikkien ulottuville, kertoo Katukulttuuri Ry:n puheenjohtaja Aku Siik.

Vaasan uusi katutaide ei ainoastaan piristä kaupunkikuvaa, vaan myös herättää keskustelua ja yhdistää yhteisöjä. Käy ihmettelemässä värikkäitä teoksia – taide odottaa sinua kadunkulmassa!





TAIDE

KATUTAIDETTA

Nuoret loivat upeaan katutaideeteokseen Vaasan palvelutalolle



Yhteisöllinen graffiti-projekti tuo väriä Carl & Carolinan seinään

Vaasan katukuvaan on syntynyt uusi silmiinpistävä taideteos, kun nuoret ja graffititaiteilija Tony Laine loivat yhdessä monumentaalisen seinämaiseman palvelutalo Carl & Carolinan varaston ulkoseinään. Viiden päivän taidelägerin tuloksena syntynyt teos on nyt kaupunkilaisten iloksi Fredrikinkadun parkkipaikalta nähtävillä.

Ensimmäinen graffitilägeri herätti innostusta

Vaasan kaupungin nuorisotyö järjesti 2.-6. kesäkuuta ensimmäistä kertaa graffitilägerin, johon osallistui yhdeksän eri-ikäistä nuorta. Ohjaajana toimi paikallinen graffititaiteilija Tony Laine, jolla on pitkä kokemus katutaiteen parissa.

”Tämä oli täydellinen tapa yhdistää taiteellinen ilmaisu nuorisotyöhön”, kertoo nuorisotyön koordinaattori Anne Lamminen. ”Nuoret saivat oppia tekniikoita ja samalla ymmärtää, miten katutaide voi olla laillista ja arvostettua.”

Taidetta, jolla on merkitystä

Uusi teos koristaa nyt Carl & Carolinan palvelutalon varastora-

kennuksen seinää Fredrikinkadulla. Stiftelsen, joka omistaa kiinteistön, antoi taiteilijoille vapaat kädet teoksen suunnittelussa.

”Suostuimme heti kun meille ehdotettiin tätä. Lopputulos on todella upea!”, ihastelee Carl & Carolinan toiminnanjohtaja Lena Sjöholm-Fahllund.

Tony Laine kertoo suunnitelleensa teoksen siten, että hän vastasi yläosan toteutuksesta, kun nuoret tekivät alaosan hänen ohjeidensa mukaan.

Enemmän kuin vain taidetta

Lägerillä oli useita tavoitteita:

Yhteisöllisyys: 12-17-vuotiaat nuoret tutustuivat toisiinsa ikäerosta huolimatta

Klotterin ehkäisy: Laillisten ilmaisumuotojen tarjoaminen vähentää vandalismia

Taitojen siirtyminen: Kokeneempi taiteilija jakoi tietoaan nuoremmille

”Me vanhemmat graffititaiteilijat haluamme näyttää, että tämä on oikeaa taidetta”, sanoo Laine. ”Tällaiset projektit auttavat muuttamaan katutaiteen kuvaa positiivisemmäksi.”

Tulevaisuuden suunnitelmat

Menestyksestä innostuneena nuorisotyö harkitsee lägerin toistamista ensi kesänä.

”Näemme tässä hienon mahdollisuuden kehittää toimintaa”, Lamminen kertoo. ”Kiinnostusta on sekä nuorilta että kiinteistöjen omistajilta, jotka haluavat kaunistaa tilojansa.”

Nuorille osallistujille kokemus oli arvokas:

”Oli mahtavaa saada osallistua johonkin, minkä kaikki voivat nähdä ja arvostaa”, kertoo yksi nuorista. ”Ja ammattilaiselta oppiminen oli uskomatonta!”

Uusi taideteos ei ole vain kaunistanut palvelutalon seinää - se on luonut yhteyksiä sukupolvien välille ja osoittanut katutaiteen positiivisen voiman.



LEHDET

LEHDISTÖ

Åbo Underrättelser siirtyy lähes kokonaan digiin – paperilehti jatkossa vain kerran viikossa



Åbo Underrättelser on Suomen vanhin päivälehti. Sen ensimmäinen numero ilmestyi 3 tammikuuta 1824

Suomen vanhin yhä ilmestynvä sanomalehti, Åbo Underrättelser, vähentää painettujen lehtien ilmestymispäiviä merkittävästi.

Lokakuusta alkaen lehti jaetaan paperisena vain kerran viikossa, kun se nykyisin ilmestyy viitenä päivänä viikossa. Digitaalinen julkaisu jatkuu kuitenkin viidesti viikossa. Ensimmäisenä muutoksesta kertoi Turun Sanomat.

Päätöksen taustalla ovat nousevat tuotantokustannukset. Erityisesti postimaksujen ja paperin hinnan nousu on pakottanut lehteä harkitsemaan jakelun ja painamisen kustannustehokkuutta.

– Tiedän, että muutokset herättä-

ävät tunteita. Mutta vähentämällä ilmestymispäiviä ja panostamalla huolella tehtyyn painettuun lehteen kerran viikossa, sen sijaan että maksaisimme jakelu- ja painokustannuksia viidestä ilmestymispäivästä viikossa, voimme säilyttää sen, mikä on tärkeintä: luotettavan, paikallisen ja ainutlaatuisen ruotsinkielisen journalismin, joka elää aikansa ehdoilla, sanoo ÅU Median toimitusjohtaja ja vastaava julkaisija Susanna Landor Turun Sanomien mukaan.

Vuonna 1824 perustettu Åbo Underrättelser (ÅU) on Suomen vanhin edelleen ilmestynvä sanomalehti. Lehti on ruotsinkielinen ja sen levikkialue kattaa koko Varsinais-Suomen, erityisesti Turun, Parainen, Kaarinan ja Kemiön saaren seudut.

ÅU jaetaan useita kertoja vuo-



Kuvassa Åbo Underrättelserin etusivu 1.12.1939. Neuvostoliitto oli edellisenä päivänä hyökännyt Suomeen ja siitä alkoi talvisota

nessa peittojakeluna kaikkiin kaksikielisiin talouksiin Varsinais-Suomessa, kaikkiin talouksiin ja yrityksiin Turun keskustassa sekä saariston alueilla. Wikipedian mukaan peittojakelun levikki on noin 60 000 kappaletta kerrallaan.

Tällä hetkellä ÅU ilmestyy tiistaista lauantaiahin, mutta tarkkaa viikonpäivää, jolloin paperiversio jatkossa ilmestyy, ei ole vielä ilmoitettu.

Lehteä julkaisee ÅU Media Ab, joka nousi poikkeukselliseen asemaan suomalaisessa lehdistössä sen jälkeen, kun ruotsalainen mediayhtiö Bonnier osti enemmistön muista ruotsinkielisistä sanomalehdistä Suomessa. Vuonna 2023 Bonnier hankki enemmistöosuuden KSF Mediasta (mm. *Hufvudstadsbladet*, *Västra Nyland*, *Östnyland*) ja vuonna 2024 koko HSS Median (mm.

Vasabladet, *Syd-Österbotten*, joiden taitto sen seurauksena tehdään Ruotsin Sundsvallissa). Näin ÅU Mediasta tuli ainoa täysin suomalaisessa omistuksessa oleva ruotsinkielinen mediatalo Manner-Suomessa.

Ruotsinkielinen lehdistö on muutenkin murroksessa. Esimerkiksi *Vasabladet* ilmestyy maanantaisin vain digitaalisena, ja toinen vaasalainen päälehti *Ilkka-Pohjalainen* julkaistaan painettuna kuutena päivänä viikossa. Vaasan uusiin sanomalehti, *Vaasa-Pohjanmaa*, on pääosin digitaalinen, mutta ilmestyy muutamia kertoja vuodessa myös paperilehtenä – yleensä ilmaisjakeluna. Ja ehkä voimme tässä yhteydessä mainita omaa uutislehteämme, *Waasan Päivälehtiä*, joka on osa uutta suuntausta: se ilmestyy digitaalisena sunnuntaisin.

LEHDISTÖ

Lehtemme päätoimittaja haastateltavana Hufvudstadsbladetissa

Hufvudstadsbladetin 17.6.2025 julkaistu artikkeli, jonka kuvaava otsikko on "Hans, 79, ei halua jäädä eläkkeelle", maalaa toiveikkaan ja inspiroivan kuvan ikääntymisestä ja työstä nyky-yhteiskunnassa.

Keskiössä on Hans Björknäs, 79-vuotias mies, joka jo kauan sitten eläkeiästä huolimatta päättää aktiivisesti jatkaa kehittymistään ja osallistua yhteiskuntaan opintojen ja työn kautta. Hänen tarinansa ei ole vain henkilökohtainen voitto, vaan se korostaa myös laajempaa yhteiskunnallista trendiä ja välttämätöntä uudelleenajattelua siitä, miten näemme eläkkeelle jäämisen ja ikääntyneiden roolin työmarkkinoilla.

Artikkeli alkaa jyrkällä ristiriidalla eläkejärjestelmän alkupe-
räisen tarkoituksen – tarjota viisi
turvattua vuotta eläkkeelle jää-
misen jälkeen – ja nykyisen to-
dellisuuden välillä, jossa eläme-
me huomattavasti pidempään.
Tämä väestörakenteen muutos
on johtanut siihen, että lähes
puolet kaikista eläkeikäisistä,
kuten Hans Björknäs, haluaa
jatkaa työntekeä. Hans, joka
valmistuu nyt uudelleen 79-vuo-
tiaana, symboloi tätä uutta aika-
kautta, jossa eläkkeelle jääminen
nähdään jonkin uuden alkuna
eikä loppuna. Hänen osallistu-
misensa ekologian opintoihin
Svenska social- och kommunal-
högskolanissa, vaikka hän on
kaksi kertaa vanhempi kuin mo-
nien opiskelutovereidensa van-
hemmat, todistaa aidosta halusta
oppia ja kehittyä. Hans kuvai-
lee tutkimuksia kiinnostaviksi
ja yhteisöä stimuloivaksi, mikä
korostaa älyllisen stimulaation
ja sosiaalisen vuorovaikutuksen
arvoa iästä riippumatta.

Keskeisenä osana artikkelia

on Barbro Schaumanin esittely
ja EU-rahoitteinen Restart-han-
ke, joka on Åbo Akademin,
Yrkeshögskolan Novian ja Ke-
miönsaaren kunnan yhteisty-
öhanke. Hankkeen tavoitteena
on muuttaa asenteita ikääntynei-
tä kohtaan ja tuoda esiin heidän
arvokkaita taitojaan työmarkki-
noilla. Schauman korostaa hy-
vää uutista, jonka hanke haluaa
välittää: ikääntyneillä ihmisillä
on valtavasti potentiaalia, jol-
la on hyödyllisiä taitoja, joita
yhteiskunta jää paitsi suoma-
laisen työelämän jäykkyyden
ja ikäsyrynnän vuoksi. Monet
ikäntyneet haluavat jatkaa ty-
öntekoa, mutta eivät välttämättä
kokopäiväisesti, mikä edellyttää
joustavampia työmahdollisuuksia.

Artikkelissa korostetaan
myös elinikäisen oppimisen
merkitystä, josta Hans Björknäs
on esimerkki pitkällä lääkäri-
urallaan. Hän korostaa, kuinka
tieto kertyy vuosikymmenten
aikana ja kuinka kokemus on
ratkaisevan tärkeää erityisesti
lääketieteen kaltaisissa amma-
teissa. Tämä näkökulma haas-
taa yksipuolisen keskittymisen
ikäntymisen negatiivisiin puo-
liin, kuten muistisairauksiin,
ja muistuttaa meitä siitä, että
suuri enemmistö ikääntyneistä
on kognitiivisesti ehjiä ja täysin
kykeneviä osallistumaan. Hä-
nen oma tarinansa, jossa syd-
änkohtausta neljä vuotta sitten ei
estänyt häntä työskentelemästä,
vaan pikemminkin johti uudel-
leensuuntautumiseen, korostaa
hänen sopeutumiskykyään ja
tarmokkuuttaan. Hänellä on ed-
elleen pieni lääkäriin vastaanotto
Vaasassa, jossa hän on hoitanut
joitakin potilaita vuodesta 1972
lähtien, mikä osoittaa syviä ja
merkityksellisiä suhteita vuosi-
kymmenten ajalta.

Kiehtovana näkökohtana nos-
tetaan esiin "toinen ura", käsite,
joka on yleistynyt Japanissa,
jossa väestön ikääntyminen on
johtanut siihen, että jopa 80



prosenttia työikäisistä japanilai-
sista haluaa jatkaa työskentelyä
eläkeiän jälkeen. Hans Björknäs
on itse omaksunut tämän kirjoit-
tamalla kirjoja ja julkaisemalla
omaa sanomalehteään verkos-
sa vuodesta 2021 lähtien, mikä
puolestaan johti journalismin
opintoihin. Hän korostaa toi-
sen uran suuria etuja: vapautta
valita työ, jonka ei välttämättä
tarvitse elättää perhettä, vaan
joka perustuu kiinnostukseen
ja haluun. Tämä avaa yksilöille
mahdollisuuksien maailman tote-
uttaa pitkään uinuvia unelmia
tai tutkia uusia intohimoja.

Artikkelissa palataan suo-
malaisen eläkejärjestelmän
haurauteen. Kun historiallisen
kahden palveluntarjoajan osuu-
den odotetaan laskevan yhteen
muutamassa vuosikymmenessä,
on selvää, että Suomella ei ole
varaa menettää ketään, joka voi
osallistua. Työterveyslaitoksen
erikoistutkija Taina Leinonen
vahvistaa, että pidemmät työ-
urat hyödyttävät paitsi yksilöitä,
myös hyvinvointijärjestelmän
kestävyyden kannalta.

Tästä oivalluksesta huoli-
matta korostetaan, että Re-

start-hankkeella on vaikeuksia
tavoittaa ensisijaista kohderyh-
mää: juuri 60 vuotta täyttäneitä
ja eläkkeelle jäämistä. Eläkelä-
isyhdistyksissä toimivat eivät
useinkaan ole niitä, jotka ovat
kiinnostuneita palaamaan ty-
öelämääns. Hans Björknäs ja-
kaa tämän kokemuksen, mutta
korostaa samalla, kuinka tär-
keää on, että yksilö voi nauttia
eläkepäivistään juuri niin kuin
haluaa – olipa kyse sitten mat-
kustamisesta, levästä, puutar-
hanhoidosta tai seuralälmästä.
Sinun tulee välttää yksinäisyyttä
ja masennusta.

Artikkeli päättyy Hans
Björknäsin horjumattomaan
eteenpäin suuntautuneeseen
ajatteluun. Hänellä ei ole suun-
nitelmia rentoutua, ja toivoen,
että hänen lapsenlapsensa alo-
ittavat opinnot samassa yliopis-
tossa syksyllä, he saattavat pian
olla kolme sukupolvea opiske-
lemassa samaan aikaan. Tämä
viimeinen lausunto on voima-
kas symboli elinikäisestä oppi-
misesta, sukupolvien välisestä
inspiraatiosta sekä kehityksen
ja panoksen katkeamattomasta
kierteestä.

ASTRONOMIA

ASTRONOMIA

Tähtitieteilijät julkaisivat uskomattoman tuhansien värien kuvan kierteisgalaksista



**Tähtitieteilijät ovat luo-
neet mullistavan kuvan
Kuvanveistäjän galak-
sista (NGC 253), joka
paljastaa sen rakenteen en-
nen näkemättömässä yksity-
iskohtaisuudessa.**

Tämä 11 miljoonan valovuoden päässä sijaitseva kierteisgalaksi näyttää tuhansia eri sävyjä, jotka kertovat sen tähtien, kaasujen ja pölyn jakautumisesta. Kuva on täynnä niin paljon tähtiä ja valoa, että galaksi näyttää sumuiselta. Sen kultaoranssi ydin vaalenee ulospäin syvän sinisiksi spiraalikäsiksi, jotka häviävät avaruuden mustuuteen. Kirkkaat vaaleanpunaiset tähtien syntyalueet ja tummat pölyjuovat täplittävät galaksin, luoden upean maiseman.

Tämän uskomattoman kuvan on mahdollistanut Euroopan eteläisen observatorion (ESO) Erittäin Suuri Teleskooppi (VLT) ja

sen Multi Unit Spectroscopic Explorer (MUSE) -laite. Tutkijat ovat käyttäneet yli 50 tuntia galaksin tarkkailuun ja yhdistäneet yli 100 erillistä kuvaa, jotta he saivat kattavan näkymän galaksin 65 000 valovuoden leveyisestä alueesta.

Galaksin salaisuudet paljastuvat

Galaksit ovat valtavia ja monimutkaisia järjestelmiä, joiden evoluutio riippuu pienimmästään toiminnasta. ”Kuvanveistäjän galaksi on täydellinen kohde tutkimukselle,” selittää ESO:n tutkija Enrico Congiu, joka johti uutta tutkimusta, julkaistu lehdessä *Astronomy & Astrophysics*. ”Se on tarpeeksi lähellä, jotta voimme nähdä sen rakenteen yksityiskohtaisesti, mutta myös tarpeeksi suuri, jotta sitä voidaan tutkia kokonaisuutena.”

Perinteiset kuvat galakseista sisältävät vain muutaman värin,

mutta tämä uusi kartta näyttää tuhansia sävyjä. Tämä antaa tähtitieteilijöille tarkan kuvan galaksin tähtien iästä, koostumuksesta ja liikkeestä.

Tärkeitä löytöjä

Tutkimuksen ensimmäisissä analyyseissä ryhmä löysi noin 500 planetaarista sumua – kaasukehiä, jotka muodostuvat aurinkomaisista tähdistä loppuvaiheessaan. ”Lähellä olevien galaksien ulkopuolella löydämme yleensä alle 100 tällaista sumua galaksia kohden,” sanoo tutkimuksen toinen tekijä, Heidelbergin yliopiston tohtoriopiskelija Fabian Scheuermann.

Planetaariset sumut ovat tärkeitä etäisyyden mittareita. ”Niiden avulla voimme varmistaa galaksin etäisyyden, mikä on ratkaiseva tieto kaikelle muulle tutkimukselle,” selittää Ohio State Universityn professori Adam Leroy, joka osallistui tutkimukseen.

Mitä seuraavaksi?

Tulevaisuudessa tutkijat aikovat käyttää tätä ainutlaatuista karttaa selvittääkseen, kuinka kaasu virtaa galaksin läpi, muuttuu tähdeksi ja vaikuttaa sen kehitykseen. ”Yksi suurimpia mysterejä on, kuinka pienet prosessit voivat vaikuttaa niin valtavaan kokonaisuuteen,” pohtii Congiu.

Tämä tuhansien värien kuva on sekä taideteos että tieteellinen läpimurto – upea muistutus siitä, kuinka kaunis ja monimutkainen maailmankaikkeutemme on.

CREDIT: ESO ORG
Creative Commons Attribution 4.0
International License

KUKKAKORISTEET

VAASA

Kesäkukat puhkeavat jälleen – istutukset valmiina juhannukseen



Vaasan keskustaa koristavat jälleen kesän värikkäät kukat, jotka ilahduttavat sekä paikallisia asukkaita että vierailijoita.

Juhannuksen alla istutukset ovat nyt täydessä kukassaan, ja ne tarjoavat silmille ilon noin neljän kuukauden ajan. Tänä vuonna kukkaistutuksissa on hallitsevia lilaan, vaaleanpuhaisen, sinisen ja purppuran sävyjä – todellinen värien riemu, joka kestää läpi kesän.

Pääsiäisliljoista juhannuskukkiiin – vuosittainen kukkamatka

Vaasan kukkakausi alkaa jo maaliskuuhuhtikuussa Tête-à-tête-narsisien istuttamisella. Toukokuussa aloittavat orvokit sekä syksyllä istutetut tulppaanit ja narsissit, joiden keltaiset, liilat ja valkoiset kukat täyttävät kadut. Mutta vasta nyt, juhannuksen kynnyksellä, kesän todellinen värien riemu alkaa.

– ”Valmistelut alkavat toukokuussa, kun kasvatamme kukkia kasvihuoneissa. Yöpakkausten riskin väistyttyä kukkaruukut ja kukkatornit

siirretään kaupungin kaduille ja toreille,” kertoo Vaasan kaupungin viheralueiden suunnitteluhortonomi Åsa Enholm.

Keväällä kukkineet sipulikasvit korvataan kesäkukilla, joiden vuoksi maata lannoitetaan ja kynnetään huolellisesti ennen istutusta – kaiken tulee olla valmista juhannuksen tienoilla.

Kukkakierros – tutustu Vaasan värikkäimpään puoleen

Jo neljättä vuotta järjestetään kukkakierros, 3,5 kilometrin mittainen retki, joka kulkee kaupungin kauneimpien kukkaistutusten ohi. Reitti vie Esplanadin puiston halki, Sali-torin liepeille ja rantabulevardia pitkin – täydellinen kesäaktiiviteetti niille, jotka haluavat nauttia luonnon kauneudesta keskellä kaupunkia.

– ”Kukilla on ainutlaatuinen kyky levittää iloa ja luoda yhteishenkeä. Kukkakierroksen avulla haluamme kannustaa sekä lapsia että aikuisia pysähtymään ja nauttimaan ympärillä olevasta kauneudesta,” sanoo Enholm.

Kaupungin kaduilla ja toreilla kukkivista kasveista on laadittu erityinen kesäkukkabrosyyri, joka on ladattavissa kaupungin verkkosivuilta. Siitä löytyy kaikki lajit ja niiden istutuspaikat, joten omien suosikkien löytäminen on helppoa.

Kukat eivät ole vain koriste – ne tekevät työtä

Vaasan kukkaistutukset eivät ole vain kauniita – ne tekevät tärkeää työtä kaupungin ympäristön ja hyvinvoinnin eteen.

Biodiversiteetti: Kukat houkuttelevat mehiläisiä, perhosia ja muita pölyttäjiä, jotka ovat elintärkeitä ekosysteemille.

Kaupunkimiljöö: Viheralueet ja kukat parantavat kaupungin ilmanlaatua ja lieventävät lämpöaaltojen vaikutuksia.

Mielenterveys: Tutkimusten mukaan kukat ja viheralueet vaikuttavat positiivisesti ihmisten hyvinvointiin.

Tänä vuonna erityistä huomiota on

kiinnitetty pitkään kukinta-aikaan eri lajien yhdistelmien avulla, jotka kukkivat vuorotellen koko kesän ajan.

Kasvava perinne

Vaasan kukkaistutuksista on tullut rakastettu perinne, jota odotetaan innolla joka kevät. Projektin on esimerkiksi siitä, kuinka pienet yksityiskohdat voivat tehdä suuren eron kaupunkikuvassa.

– ”On hienoa nähdä, kuinka kukat muuttavat kaupunkikuvaa ja herättävät positiivista keskustelua. Monet pysähtyvät ottamaan kuvia tai vain nauttimaan tuoksuista,” kertoo Enholm.

Jos haluat nähdä kukkaistutukset kauneimmillaan, suosittelemme kävelyretkeä juhannusviikonloppuna. Ja muista – ota kamera mukaan!

Lataa kesäkukkabrosyyri tästä (https://www.vaasa.fi/app/uploads/2025/04/kukkaesite_2025.pdf) suunnitellaksesi oman kukkaretkesi Vaasan läpi.

Lähde: vaasa.fi



WAASAN PÄIVÄLEHTI
Nr 23 Sunnuntaina, 8 kesäkuuta, 2025
ISSN 2954-243X
Kaupunginteatterin vuosi
Uusi aikakausi painonhallinnassa
Mustasaari on halvin mökkeilykunta
Inkeri Julkunen Pohjanmaan museossa
Guillain-Barre
Finlandia-näyttely

WAASAN
PÄIVÄ-
LEHTI

Waasan Päivälehti



Tervetuloa sanomalehtien uudelle aikakaudelle! Sano terveisiä Waasan Päivälehdelle – älykkäälle uutislähteelle, jota voit lukea missä tahansa ja joka pitää sinut hyvin orientoituneena.

Joten mikä on Waasan Päivälehti? No, se on viikoittainen annoksesi uutisia, tietoa, naurua, oivalluksia ja kaikkea muuta, mikä tekee elämästäsi hieman viisaampaa ja hauskenpaa. Ja paras kaikista? Se on ilmainen! Aivan, luit oikein. Ei piilomaksuja, ei tilauksia. Uskomme, että uutisten pitäisi olla kaikkien saatavilla, olitpa rannalla Thaimaassa tai suosikkikahvilassasi nurkan takana.

Me Waasan Päivälehdessä tiedämme, että suomalaiset rakastavat kahviaan. Joka sunnuntaiaamu voit nauttia suosikkikahvistasi ja samalla päivittää itsesi maailman tapahtumista. Ota siis kahvikuppi esiin, istu mukavasti ja lue.

Maaailmassa, joka on täynnä tylsiä uutisia, lehtemme tarvitaan piristämään päivää. Tervetuloa Waasan Päivälehteen - teemme uutisista helpommin nauttavia!

www.vpress.ovh

SÄHKÖSAVUKKEET

NIKOTIINI

THL: Sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien käyttö kolminkertaistunut – synkkä varjo nuorten yllä!

Salakavala uhka leviää suomalaisnuorten keskuudessa. THL:n uudet luvut paljastavat karun todellisuuden: sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien käyttö on räjähtänyt käsiin.

Erityisesti tyttöjen, jopa niiden jotka eivät ole koskaan polttaneet tupakkaa, kokeiluhaluus on kasvanut hälyttävästi. Onko tämä uusi nikotiinin aalto murtautunut suomalaisnuorten elämään? Nuorten tupakoinnin ehkäisemiseksi?

Suomen yhdeksäsluokkalaisten ovat joutuneet uuden, näkymättömän vihollisen uhreiksi. Vuonna 2024 sähkösavukkeet ja nikotiinipussit nousivat yleisimmin käytetyiksi tupakka- ja nikotiinituotteiksi. Sähkösavukkeiden käyttö on kolminkertaistunut vain viidessä vuodessa: kun vuonna 2019 käyttäjiä oli seitsemän prosenttia, viime vuonna luku kohosi jo 21 prosenttiin. Tilanne on kriittinen, ja sen seuraukset voivat olla tuhoisat.

Tyttöjen hälyttävä nousu – pojat astuneet askeleen taaksepäin?

Synkin käännekohta piilee siinä, että sähkösavukkeiden kokeilu on yleistynyt erityisesti tytöillä, jotka eivät ole koskaan koskeneet tupakkaan. Vuonna 2024 peräti 18 prosenttia tupakoimattomista tytöistä oli kokeillut sähkösavukkeita – nousua 13 prosenttiyksikköä vuodesta 2019. Tämä on

suora isku vuosikymmenten ehkäisevää työtä vastaan. Mikä saa nuoret tytöt hakeutumaan näiden vaarallisten tuotteiden pariin?

Samaan aikaan tupakoimattomilla pojilla sähkösavukkeiden kokeilu on ironisesti kyllä vähentynyt 21 prosentista 14 prosenttiin. Ovatko roolit vaihtuneet? Entä mikä on se näkymätön voima, joka vetää nuoria tyttöjä uuteen, nikotiiniin koukuttavaan pimeyteen? Lähes puolet sähkösavukkeita kokeilleista nuorista ei ollut koskaan polttanut tupakkaa. Tämä on todiste siitä, että uudet nikotiinituotteet luovat kokonaan uuden sukupolven riippuvaisia.

Nikotiinipussit ovat löytäneet tiensä myös nuorten arkeen. Viimeisten 30 päivän aikana niitä oli käyttänyt 20 prosenttia pojista ja 10 prosenttia tytöistä. Numerot ovat kylmiä, mutta niiden takana piilee tuhansia nuoria elämiä, jotka ovat vaarassa.

”Nikotiinituotteiden käyttö on aina haitallista nuorille”

THL:n erityisasiantuntija Hanna Ollila varoittaa: ”Tulokset osoittavat, että uudet nikotiinituotteet houkuttelevat myös nuoria, jotka eivät tupakoi. Nikotiinituotteiden käyttö on aina haitallista nuorille, koska keuhkojen ja aivojen kehitys on vielä kesken.” Tämä ei ole pelkkä varoitus, se on hätähuuto. Nikotiini vaikuttaa nuoriin aivoihin eri tavalla kuin aikuisiin, jättäen jälkeensä pysyviä vaurioita.

Tilannetta monimutkaistaa entisestään se, että eri tupakka-



ja nikotiinituotteiden rinnakkaisen käyttö on yleistä, erityisesti pojilla. Yli puolet nikotiinituotteita käyttävistä pojista turvautui kahteen tai kolmeen eri tuotteeseen. Jopa 21 prosenttia käytti kaikkia neljää – savukkeita, nuuskaa, sähkösavukkeita ja nikotiinipusseja. Tytöillä yleisintä oli yhden (45 %) tai kahden (31 %) tuotteen käyttö. Tämä luo pimeän verkon riippuvuuksista, josta on entistä vaikeampi paeta.

Kannabis ja ikärajan nosto – tulevaisuus vaakalaudalla

Entä sähkösavukkeiden varjo-puoli? Niihin voidaan piilottaa käytännössä mitä tahansa nestemäistä ainetta. Järkyttävää kyllä, joka kymmenes sähkösavukkeita käyttänyt poika oli käyttänyt niissä kannabistiivis-tettä. Tämä on uusi, vaarallinen ulottuvuus, joka vaatii välittömiä toimenpiteitä.

THL:n erityisasiantuntija Otto Ruokolainen vaatii lisätoimia:

”Uusien nikotiinituotteiden tulo markkinoille haastaa hyvää kehitystä nuorten tupakoinnin ehkäisyssä. Ikärajan nosto 20 vuoteen kaikissa tupakka- ja nikotiinituotteissa tulisi toteuttaa mahdollisimman pian, koska se vähentää myös tuotteiden sosiaalista saatavuutta, kun välittäjien on myös oltava vanhempia.” Onko tämä ainoa keino pysäyttää tämä vaarallinen kehitys?

Suomalaisnuorten tupakointi on vähentynyt enemmän kuin Euroopassa keskimäärin, mutta tämä myönteinen kehitys on nyt vakavasti uhattuna. Vuonna 2024 eurooppalaisista 15–16-vuotiaista nuorista 18 prosenttia oli tupakoinut viimeisen 30 päivän aikana, kun suomalaisnuorilla vastaava osuus oli 12 prosenttia. Mutta pystymmekö säilyttämään tämän etumatkan, kun uudet, houkuttelevat nikotiinituotteet hiipivät nuorten elämään kuin varkaat yössä?

TEKOÄLY

AI-luodut podcastit: Uusi aikakausi audiosisällön parissa NotebookLM



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

Digitaalisen median nopeasti kehittyvässä maailmassa tekoäly (AI) jatkaa rajojen venyttämistä ja muokkaa teollisuuksia sekä määrittelee luovia prosesseja uudelleen.

Yksi merkittävimmistä edistysaskeleista on Googlen NotebookLM, edistynyt kieliteknologia, jolla on potentiaalia mullistaa podcast-maailma. Sen kyky tuottaa laadukasta äänisisältöä, joka vastaa ihmisen tuottamaa, avaa uusia ja jännittäviä mahdollisuuksia tekoälyn ohjaamille tarinoille, koulutukselle ja viihteelle.

AI-luotujen podcastien nousu

Podcast-alan kasvaessa hurjaa vauhtia sisällöntuottajat ja mediayritykset etsivät jatkuvasti innovatiivisia työkaluja, joilla tehostaa tuotantoa ja vahvistaa luovuutta. NotebookLM,

joka sai alun perin huomiota kyvystään tuottaa korkealaatuisia tekstejä, on nyt ottanut askeleen äänisisällön pariin. Tämä uraauurtava teknologia voi tuottaa podcasteja, joita on lähes mahdotonta erottaa ihmisten luomista, mikä avaa uusia mahdollisuuksia tulevaisuudelle.

NotebookLM tuottamien podcastien vetovoima perustuu useisiin ainutlaatuisiin ominaisuuksiin, jotka erottavat ne perinteisistä podcasteista:

Luonnollisen kuuloinen ääni: NotebookLM voi tuottaa äänisisältöä, joka jäljittelee ihmisen puheen luonnollista rytmiä ja sävyä. Tämä takaa kuuntelijalle sujuvan kokemuksen, jossa on vaikea havaita, että podcast on tekoälyn luoma.

Monipuoliset aiheet: Olipa kyse uutisista, ajankohtaisista tapahtumista tai kevyistä tarinoista, NotebookLM voi käsitellä monenlaisia aiheita. Sen joustavuus tekee siitä ihanteellisen työkalun sisällöntuottajille,

20 jokapäiväistä lyhennettä, jotka sinun on tiedettävä (ja ehkä joitain, joita et tarvitsekaan!)



Lyhenteitä on nykyään kaikkialla. Tekstiviestien lyhenteistä tekniseen ammattikieleen, kätevät 3-kirjaimiset yhdistelmät (ja joskus pidemmät) voivat olla hämmäntäviä, jos et ole tietoinen. Mutta älä pelkää, muut lyhenne seikkailijat! Tämä artikkeli antaa sinulle tietoa tulkita 20 yleisintä lyhennettä, joita kohtaat jokapäiväisessä elämässä.

LOL: Laughing Out Loud, Lot of Laugh, Äänekäs nauru (Tämä saattaa olla jo klassikko monille!)

BRB: Be Right Back (Täydellinen nopeaan wc-taukoon keskustelun aikana)

OMG: Oh My God (Ilmaisee yllättyneisyyttä tai voimakkaita tunteita)

IMHO: In My Humble Opinion, Nöyrän mielipiteeni mukaan (tapa aloittaa mielipiteesi kohteliaasti)

** ASAP:** Mahdollisimman pian (Tulen sytyttämään jonkun alle... kiva)

FYI: For Your Information, Tiedoksi (heads-up jollekin)

ETA: Estimated Time of Arrival arvioitu saapumisaika (ilmoittaa, milloin odottaa jotakuta)

Vastauspyyntö: Vastaa (virallinen pyyntö vastauksesta kutsuun)

PDF: Portable Document Format, Siirrettävän asiakirjan muoto

JPG: Joint Photographic Experts Group (suosittu kuvatiedostomuoto)

GIF: Graphics Interchange Format (Toinen kuvamuoto, joka tunnetaan animaatioista)

TIFF: Tagged Image File Format (käytetään korkealaatuisille kuville)

WWW: World Wide Web (Internetin perusta, jonka tunnemme)

HTTP: Hypertext Transfer Protocol (kieli, jota verkkosivut käyttävät puhumiseen)

GPS: Global Positioning System (auttaa navigoimaan maailmassa)

Pankkiautomaatti: Pankkiautomaatti (ystävällinen paikallinen pankkiautomaatti)

DIY: Tee se itse (käteville ihmisille)

VIP: Erittäin tärkeä henkilö (joku, joka saa erityiskohtelua)

TBA: To Be Announced Ilmoitetaan myöhemmin (Pysy kuulolla saadaksesi lisätietoja)

TBD: Ole luja (selvitä minulle edelleen asioita)

Tämä on vain esimakua lyhenteiden maailmasta, mutta kun nämä 20 ovat vyön alla, olet hyvin matkalla tulkitsemaan jokapäiväistä kieltä satunnaisista teksteistä teknisiin asiakirjoihin. Joten seuraavan kerran, kun näet lyhenteen, joka saa sinut naarmuttamaan päätäsi, muista tämä luettelo ja jatka pikakirjoituksen viestinnän ihmeellisen maailmaan.

Waasan Päivälehti

Moderni sanomalehti, jonka ulkoasussa on piirteitä 1870-luvun lehdistöstä. Silloin sanomalehdissä oli vain 4-8 sivua. Paljon tekstiä, mutta ei kuvia ollenkaan, joten muutamassa sivussa on paljon luettavaa.

Lehti sisältää lainauksia vanhoista päivälehdistä, jotka on otettu Kansallisarkistosta (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3, Gemini, Aria ja Monica tekevät osan rutiininomaisesta toimitustyöstä, kuten käännöstyö, korrehtuurin luku ja lyhyen notisien kirjoittaminen. Kaikki tekstit on tarkastettu toimittajilla ja toimitus vastaa tekstien sisällöstä.

Waasan Päivälehti on päivälehtityyppinen julkaisu, toistaiseksi se ilmestyy sunnuntai-aamuisin, mutta tavoitteenamme on että se jatkossa ilmestyy joka aamu.

Lehti on luettavissa verkossa ilmaiseksi.

Päätoimittaja on Hans Björknäs.

Lukijoiden kirjoitukset ovat tervetulle!

Lehti on paikallisessa omistuksessa ja tulee sellaisena pysymään.

Toimitus: Waasan Päivälehti, Koulukatu 37 B 7, 65100 Vaasa, puhelin +358-40-5462455.

Helsingin toimitus: Waasan Päivälehti, Toinen linja 9 B 36, 00530 Helsinki. Puhelin +358-40-5462455. Ilmoitukset pyydetään lähettämään emaililla jpg-muodossa.

Email: waasanpaivalehti@gmail.com

Lehtemme kaksi vuotta sitten:



N:o 22 Sunnuntaina, 21 toukokuuta 2023

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

UUTISET

Vaasan XXIX Kuorofestivaali TÄNÄÄN

Vielä ehtii tänäpäiväiseen päättöskonserttiin!

Vaasan Kuorofestivaalin loppukonsertti kokoa jälleen perinteiseen tapaan yhteen festivaalin osallistujia sekä pääesiintyjä.

Käytä tilaisuus hyväksesi, tässä on mahdollisuus nauttia todella hienosta kuorolaulusta,

Vaasan Kaupungintalo sunnuntaina 21.5.2023 klo 14.00

14.00-14.15 Damkören Quinn Ton

14.15-14.35 Cawiar

14.35-15.00 Kamarikuoro Kampin Laulu

15.00-15.20 - Väliaika -

15.20-15.40 Etelä-Pohjanmaan Mieslaulajat Jussit

15.40-16.00 Wasa Sängargille

Lippu 25 €,

Eläkeläinen, opiskelijat 20 €
Kuorojen jäsenet 15 €

Vaasan XXIX kuorofestivaali - menestys!

Vaasa - hieno musiikkikaupunki. Paljon musiikkia koko kesän!

Tällä viikolla nyt siis aloitettiin kuorofestivaalilla, sen taiteellisen johtajan Kristian Hebergin johdolla.

Muutama numero ja muu tieto:

- 170 ilmaiseiintymistä

- yli 80 kuoroa

- osallistujia noin 1700

- pitkät nonstopkonsertit Rewell centerissa.

- konsertteja kolmessa kirkossa, Palosaaren kirkossa, Vaasan kirkossa ja Ortodoksisessa kirkossa.

Täällä olemme:
www.vpress.ovh



Vuikon taide-elämyk

Kansallinen taidegalleria Ateneum avasi ovensa huhtikuun puolessavälissä pitkän korjaustyön jälkeen. Albert Edelfelt -näyttely avattiin 5. toukokuuta.

Albert Edelfelt oli suomalainen taidemaalari, joka asui vuosina 1854–1905. Hän oli merkittävä hahmo suomalaisessa taidemaailmassa, ja hänen teoksiaan kunnioitetaan ja tutkitaan edelleen. Edelfeltin maalaukset heijastelevat suomalaisen elämän kauneutta ja yksinkertaisuutta, ja kyky vangita aiheidensa olemusta erottaa hänet yhdeksi Suomen suurimmista taiteilijoista.

Tämä kuuluisia maalauksia "Leikkiviä poikia rannalla" on maalattu vuonna 1884 ja on esillä näyttelyssä.

Ensi vuonna Kuorofestivaali järjestetään kolmaskymmenes kertaa. Jäämme odottamaan!

600€ bonus hoitajille, jota otettu seuraavasta palkasta pois

Ei voisi uskoa todeksi mutta todella on näin. Vaikka hoitajista on aivan huutava pula!

Varkaudessa ja mahdollisesti joissakin muissa kaupungeissa päätettiin maksaa 600€ bonus hoitajille, jonka työn ansiosta sairaanhoito pysyi pystyssä pahimpana epidemia-aikana.

Hoitajat olivat toki kiitollisia siitä, ja bonuksen tultua tilille sitä varmaan käytettiin johonkin pitkään kaivattuun pieneen investointiin. Kuten taulutelevision hankintaan.

Mutta.

Johdossa ruvettiin miettimään että oliko tämä kertakorvaus nyt

ihan viisas. Saivatko hoitajat ehkä liikaa rahaa? Oliko se kaikkien sääntöjen pilkkujen mukainen?

Kun tällainen epävarmuus jäi ilmaan, päätettiin ottaa bonusta pois seuraavasta kuukausipalkasta.

Bonusta oli jo käytetty monilla ja seuraava kuukausipalkka oli 600€ pienempi. Ei ehkä ihan riittänyt ruokaan sen kuukauden aikana. Ja yksi asia on aivan varma: tämä ei ollut hoitajien vika!

Yksi asia on ainakin ihan varma: Jos Varkaudessa jatkossa on hoitajista pulaa, niin johto voi katsoa itseään peiliin. Heitä, jotka tehdään kaikkein raskaimman työn ja joiden ansiosta koko sairaanhoito toimii, ei kannata nöyryyttää! Terveen järjen käyttäminen terveydenhuollossa olisi täysin sallittua, mutta järki näyttää nyt pahasti puuttuvan.

Ja lisäksi:

Jos Pohjanmaan hyvinvointialue, sen sijaan että antoi rahaa poliittisille puolueille, olisivat antaneet 600 hoitajalle 600€ bo-



Kuvaliiten sivuilla 7-10

IHOKELIAKIA

Oliko Jan-Paul Maratilla ihokeliakia?

Pariisi 1793

Pariisi haisee. Kaduilla on kuuma, kosteaa. Kansan viha kiehuu. Jan-Paul Marat istuu kylpyammeessaan, kynä kädessä. Hänen ihollaan on punoittavia, kivuliaita rakkuloita. Ne kutisevat, polttavat. Ainoa apu on kylmä vesi.

Hän kirjoittaa lehteensä *L'ami du peuple* – kansan ystävä. Sanat ovat teräviä kuin veitsi. Niillä on voimaa. Niillä on hinta.

Marat hieroo käsivarttaan. Iho repeää, verta vuotaa. Hänen vatsansa on ontto. Ruoka ei pysy sisällä. Hän on heikentynyt, mutta mieli on rautaa.

Eräänä heinäkuun iltana ovi avautuu. Nainen seisoo kynnyksellä. Charlotte Corday. Hänen silmissään on jotain kylmää.

”Minulla on nimiä,” nainen sanoo. ”Pettureita.”

Marat nyökkää. Hän ei nouse kylvystä. Ei koskaan. Iho ei kestäisi.

Corday lähestyy. Yhtäkkiä käsi sinkoaa esiin. Teräs välkähtee. Marat ei ehdi huutaa. Veitsi uppoaa rintaan. Veri lorisee kylpyveteen.

Hänen viimeinen näkymänsä on oma lehtensä, *L'ami du peuple*, käsinkirjoitettu numero. Se kellerää veressä.

Pariisi, nykypäivä.

Rikoskomisario Lefèvre seisoo Bibliothèque Nationale kätöissä. Hänen edessään on Mara-

tin verinen sanomalehti. DNA-testit on tehty. Tulokset ovat selviä – mutta jotain puuttuu.

Lääkäri Moreau naputtelee tietokonetta. ”Emme testanneet HLA-tyyppejä. Ehkä hänellä oli keliakia?”

Lefèvre mulkaisee häntä. ”Mitä se tarkoittaa?”

Moreau nojaa taaksepäin. ”Maratilla oli ihottuma. Kutina, rakkulat. Vatsavaivat. Klassiset oireet. Ihokeliakia – dermatitis herpetiformis.”

Lefèvre rypistää otsaansa. ”Eli?”

”Eli joku tiesi.” Moreau katsoo häntä tiukasti. ”Joku tiesi, että hän oli heikko. Että hän makasi kylpyammeessaan. Että hän ei voinut paeta.”

Huoneessa on hiljaista.

Lefèvre tarttuu puheliimeen. ”Tarkista Cordayn tausta. Kaikki lääketieteelliset tiedot. Kaikki yhteydet.”

Hänen katseessaan on synkkä epäily.

Terrorin aika alkoi Maratin kuolemasta. Mutta kuka sen todella tilaasi?

Puhelin soi. Toisesta päästä kuuluu vain hengitystä. Sitten ääni, kylmä kuin teräs:

”*L'ami du peuple* on kuollut. Mutta totuus ei ole.”

Linja katkeaa.

Lefèvre nappaa takin. Hänellä on juostavaa.

Joku ei halua, että tämä tapaus aukeaa.



Jean-Paul Marat ja ihokeliakia

Jean-Paul Marat (1743-1793) oli ranskalainen lääkäri, tiedemies ja vallankumouksellinen, yksi Ranskan vallankumouksen johtohahmoista.

Elämänsä viimeiset viisi vuotta häntä vaivasi voimakkaasti kutiseva ihottuma. Ainoa helpotus, jonka hän sai, oli kylpyamme, jossa hän vietti viimeiset päivänsä. Siellä hän otti vastaan vieraitaan ja kirjoitti vallankumouksellisia sanomalehtiartikkeleita, jotka julkaistiin hänen omassa sanomalehdessään ”*L'ami du peuple*”. Hän oli saanut monia poliittisia vihollisia, ja yksi heistä oli Marie-Anne Charlotte de Corday d’Armont. Ja kylpyammeessa hän luki sanomalehteä sillä hetkellä, kun hänen elämänsä päättyi äkillisesti ja väkivaltaisesti. Kylpyammeessa maaten Charlotte Corday murhasi hänet. Hän puukotti häntä rintaan keittiöveitsellä. Charlotte Corday pidätettiin välittömästi, tuomittiin kuolemaan ja teloitettiin sitten julkisesti giljotiinilla. Murha aiheutti kauhun ajan Ranskassa, noin vuonna 1400 teloitettiin, heidän joukossaan kuningatar Marie Antoinette. Sanomalehti, hänen oma ”*L'ami du peuple*”, jota hän luki, on säilytetty Pariisin Bibliothèque Nationale de France:ssa. Sanomalehdessä oli veritahroja, jotka DNA-testattiin onnistuneesti. Sanotaan, että monia tartuntatauteja voitiin sulkea pois, vaikkakaan ei täysin varmasti. Valitettavasti HLA-testejä ei tehty keliakian varalta.

Maratin ihosairaus on herättänyt paljon kiinnostusta, ja asiantuntevat lääkärit ovat käyttäneet paljon aikaa diagnoosin selvittämiseen. On paljon viitteitä siitä, että diagnoosi oli dermatitis herpetiformis, mukaan lukien ihottuman ulkonäkö ja sijainti. Hän oli myös laihnutunut paljon, mikä viittaa keliakiaan sopivaan aliravitsemukseen.

HEINÄKUUN HOROSKOOPPI

Heinäkuun horoskooppi – tähdet höpisevät (ja vähän asiaakin)

Gluteeniton horoskooppi – Heinäkuu 2025

Oinas
Heinäkuu tuo uusia alkuja – ja ehkä uuden gluteenittoman kauraleivän, joka ei maistu pahvilta. Ihmeitä tapahtuu.

Härkä
Rakastat ruokaa ja turvallisuutta. Onneksi pakastimessasi on varmuusvarasto gluteenittomia muffineja. Ja kyllä, saat syödä ne kaikki itse.

Kaksoiset
Ystäväsi kutsuvat grilliin. Ota omat eväät – ja muistuta taas kerran, että ”vähän vehnää” on Ei. Harjoittele hymyilevää kieltäytymistä peilin edessä.

Rapu
Tunnekuuhuja on luvassa – varsinkin kun löydät gluteenittoman pizzan, joka ei ole litteää suru. Jaa ilosi (mutta et pizzaasi).

Leijona
Olet kesän kuningas – ja se näkyy jopa salaatissa, jonka kokosit kuin mestarikokki. Muut voivat ihailla. Sinä voit syödä.

Neitsyt
Tarkistat tuoteselosteet nopeammin kuin salapoliisi. Se pelastaa sinut tällä viikolla yhdeltä hämärältä majoneesilta. Hyvä sinä!

Vaaka
Tasapainon ystävänä punnitset: kannattaa ottaa omat eväät rannalle vai luottaa kahvilan ”gluteenittomaan piirakkaan”? Spoiler: ota eväät.

Skorpioni
Et luota kenenkään, joka sanoo ”tässä ei ole gluteenia, kai”. Oi-kein. Tee omat leipäsi ja muista: varmuus ennen vatsakipua.

Jousimies
Rakastat matkustamista, mutta epäilyttävät buffetit hermostuttavat. Pidä mukana gluteeniton välipalapatukka – ja annos seikkailumiel-tä.

Kauris
Suunnittelet kaiken tarkkaan, myös lomamenuusi. Se kannattaa, sillä säästyt koko heinäkuun vatsavaivoilta. Muut pyytävät reseptejäsi. Et jaa niitä.

Vesimies
Keksit kesän aikana uuden gluteenittoman reseptin – ja se on oikeasti hyvä. Ehkä vallankumouksellinen. Saatat vahingossa keksiä leivän uudelleen.

Kalat
Herkkä mieli ja herkkä vatsa kohtaavat. Onneksi heinäkuussa on mansikoita – ja gluteenittomia keksejä, jotka lohduttavat ilman seurauksia.



HUUMORI SATA VUOT- TA SITTE

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.

LAISKUUS

Isäntä rankaisi oppipoikaa ankarasti laiskuudesta. Poika huudahti itkien: - Toivon, että olisin kuollut!

— Kyllä, luulen, että sinä, laiskuus, luulisi, että haluaisit valehdella ja raahata itseäsi mukavassa arkussa!

NOOAN ARKKI

Nooan arkin eläimet menivät nukkumaan. Mutta he eivät voineet nukkua, tunnin ajan kuului salaperäistä yksitoikkoista naksahdusta solmusta. Lopulta norsu korotti ääntään ja sanoi ankarasti: — Kuka meitä häiritsee, ettemme nukahtaisi? Kulmasta kuului tuhat-jalkaisen pieni, onneton ääni: - Olen vain riisumassa saappaani.

PUTTE HALUAA LÄÄKETTÄ MUMMILTA

ÄITI: ”Mutta, Putte dä, miksi haluat vain lääkkeitä mum-

molta etkä minulta?”

PUTTE: ”No, tiedätkö, äiti, isoäidin käsi tärisee niin!”

UUTISET

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

IHAN SAIRAS

— Te näytätte hieman rasituneelta.

— Kumpu tietäisitte, missä tilassa olen! Maksani ei ole kunnossa, vatsaani kivistää, jalkani ovat turvoksissa, kaulani on kokonaan tulehtunut, enkä minä itsekään voi oikein hyvin.

Astronomic picture of the week:



Dark side of the Moon.png

A satellite images of the far side of the moon, illuminated by the sun, as it crosses between the [DSCOVR](#) spacecraft's Earth Polychromatic Imaging Camera (EPIC) and telescope, and the Earth - one million miles away.

NASA/EPIC

Public domain

Ensi viikolla:

Waasan Päivälehti
Photo Supplement
Wasa Dagblad Wasa Daily



Celiakins historia

Lukijoilta

erittäin mielellämme vastaan lukijoidemme kommentteja. Kommentteja, tarinoita, muistoja, keskustelua, uutisia kotoa. Tämä on luultavasti tämän paperin tärkein osa.

Mutta tilaa on rajoitetusti, joten kirjoita mahdollisimman lyhyesti! Joten lähetä viestit osoitteeseen: waasanpaivalehti@gmail.com

Ilmoita WP:ssä

Tässä historiallisessa ja hypermodernissa päivälehdessä ensimmäisten joukossa mainostamisella voi olla PR-arvoa. waasanpaivalehti@gmail.com jpg-, tiff- tai png-muodossa. Mainokset pienennetään sitten 46 mm:n sarakkeen leveyteen. Ota yhteyttä:

waasanpaivalehti@gmail.com

Waasan Päivälehti
waasanpaivalehti@gmail.com