



HYVINVOINTIALUE

Pohjanmaalla tehtiin se, mistä muualla haaveillaan: Psykiatrian uusi hoitomalli kiittää laatukilpailun finaaliin

Pohjanmaan hyvinvointialueella on saavutettu läpimurto, joka kääntää katseet ympäri Suomen. Psykiatrian hoitoprosessin täysremontti ei ainoastaan lyhentänyt jonoja, vaan se nosti alueen valtakunnallisen laatukilpailun kärkeen.

Potilas keskiöön, turha byrokratia romukoppaan

Uudistuksen ytimessä ei ollut pelkkä säästökuuri, vaan prosessin rohkea uudellenajattelu. Psykiatrian hoito-prosessia virtaviivaistettiin poistamalla pullonkauloja, jotka aiemmin hidastivat hoidon aloitusta. Tavoitteena oli luoda saumaton polku ensikontaktista varsinaiseen hoitoon ja kuntoutukseen.

Käytännössä tämä on tarkoittanut moniammatillisen yhteistyön tiivistämistä ja digitaalisten työkalujen hyödyntämistä tavalla, joka vapauttaa asiantuntijoiden aikaa olennaiseen: potilaan kohtaamiseen. Tulokset puolestaan. Hoidonpääsy on nopeutunut merkittävästi, ja hoidon jatkuvuus on parannettu. Ennen psykiatrisen erikoissairaanhoidon uudistusta vajaa puo-



let potilaista jonotti hoitoa yli kuusi kuukautta. Neuro-psykiatriisiin tutkimuksiin jono oli yli kaksi vuotta, eli muutos on todella merkittävä.

Psykiatrisen erikoishoidon muutosten ohella mielen-terveyspalvelujen tarjontaa perustasolla on parannettu. Psykososiaalisista keskuksista Vaasassa, Närpiössä ja Pietarsaassa saa hoitoa ilman lä-

hetettä.

Apua saa matalalla kynnyksellä myös sähköisesti Terapiainavigaattorista sekä vastikään käyttöön otetussa mielen-terveys- ja riippuvuuschatissa. Chattiin pääsee hyvinvointialueen verkkosivuilta tai ÖV-PH-sovelluksesta.

Uudistus on saanut kiitosta myös henkilöstöltä. Kun rakenteet tukevat työn tekemi-

stä sen sijaan, että ne olisi-vat sen esteenä, työhyvinvointi kasvaa. Tämä heijastuu suoraan hoidon laatuun ja potilastyytyväisyyteen.

Laatukilpailun finaaliapaikka on tunnustus kovasta työstä

Pääsy valtakunnallisen laatukilpailun finaaliin on kova saavutus, varsinkin hyvinvointialueiden rakennemuutoksen keskellä. Se osoittaa, että Pohjanmaalla on kykyä innovoida ja viedä suuria muutoksia läpi käytännön tasolla.

"Tämä finaaliapaikka on valtava tunnustus koko tiimillemme. Se todistaa, että olemme tehneet oikeita asioita oikeista syistä", kommentoiaan. "Emme tyytyneet vain korjaamaan vanhaa, vaan rakensimme jotain uutta ja kestävämpää."

Tuomaristo on kiinnittänyt huomiota erityisesti siihen, miten vaikuttavuus on pystytty osoittamaan datalla. Kyse ei ole vain mutu-tuntumasta, vaan mitattavasta parannuksesta hoidon laadussa ja prosessien tehokkuudessa.

liselle terveydenhuollolle. Se osoittaa, että psykiatrian kaltaisella haastavalla sektorilla on mahdollista tehdä merkittäviä parannuksia, kun tahtotila ja asiantuntemus kohtaa.

Vaikka lopulliset voittajat julkistetaan vasta myöhemmin, on Pohjanmaa jo nyt voittaja. Uudistettu hoitoprosessi on jäädäkseen, ja sen vaikutukset näkyvät pohjalaisten arjessa joka päivä. Tällä on ymmärretty, että laatu ei synny itsestään – se vaatii rohkeutta muuttua ja taitoa kuunnella sekä ammattilaisia että potilaita.

Kilpailun loppusuora on edessä, ja koko Pohjanmaa jännittää tuloksia. Muita laatukilpailun finalistia ovat Hus Syöpäkeskus, hematologian linja sekä Mikkelin keskussairaalan vatsaelinsairauksien yksikkö. Finaali järjestetään Lääkäripäivillä Helsingissä 22. tammikuuta. Tuolloin voittajaehdokkaat pitävät myös lyhyen esitelmän kilpailuehdotuksestaan.

Yksi asia on kuitenkin varma: psykiatrian hoitoon pääsemisen rima on nyt laskettu matalammalle kuin koskaan ennen.

Lähde: Hyvinvointialue

Pohjanmaa näyttää suuntaa muulle Suomelle

Pohjanmaan malli tarjoaa toivonpilkkeen koko kansal-

POHJANMAA

UUDENVUODENREVYY

Nauru puhkeaa Pirttikylässä – aika ”Vihannesmaalle - Grönsaksland”



Pirttikylän suosittu uudenvuoden revvy on palanut. 10. tammikuuta 2026 avautuvat ovet tämän vuoden esitykselle, joka lupaa sekä paikallista huumoria että teräviä havaintoja nimellä ”Grönsaksland”.

Vuosikymmenten ajan Pirttikylän revvy on ollut yksi alueen ehdottomasti talvikuukausien kohokohdista. Tämän vuoden turnaus, Grönsaksland, saa ensi-iltansa klo 19.00 ja lipunmyynti on jo alkanut verkossa. Revvy tunnetaan siitä, että se houkuttelee suuria yleisöjä ympäri aluetta tarkan satiirinsa ja lämpimän paikallisen tunnelmansa ansiosta. Pörtom UF:n järjestäjät sanovat, että kannattaa tilata lippua hyvissä ajoin varmistaa paikkansa yleisössä.

Lähde: Pörtom UF (bokning.portomuf.fi)

NÄRPIÖ

Vihreät jättiläiset yhteistyössä: Närpes Grönsaker ja Hultholm yhteistyöhön



Närpes Grönsaker ja Hultholm aloittavat strategisen yhteistyön. Tavoitteena on vahvistaa markkina-asemaa ja vastata tulevaisuuden tarpeisiin kestäväille elintarviketuotannolle.

Yhdistämällä vahvuutensa yritykset pyrkivät entistä vakaampaan asemaan Suomen vihannesmarkkinoilla. Yhteistyö keskittyy logistiikan ja myynnin tehostamiseen sekä lisäarvon luomiseen kuluttajille. Aikana, jolloin paikalliset tuotteet ja laatu ovat yhä tärkeämpiä, tätä toimenpidettä pidetään keinona varmistaa kotimaisen tuotannon kilpailukyky tuontivaihtoehtoihin nähden.

Lähde: STT Info

MAAILMANPERINTÖALUE

Museorahaa Merenkurkun maailmanperintöalueelle



Museovirasto on avannut haun avustuksille, joiden tarkoituksena on tukea Suomen Unescon maailmanperintökohteiden suojelua ja säilymistä. Avustusrahoitusta voivat hakea myös Merenkurkun saariston alueen omistajat, joiden tehtävänä on varmistaa ainutlaatuisen luontokohteen arvon säilyminen.

Museovirasto tukee perinnönhoitoa

Suomi on ratifioinut Unescon maailmanperintösopimuksen jo vuonna 1987, ja sen toimeenpanosta maassamme vastaa Museovirasto. Tavoitteena on myöntää rahoitusta toimenpiteisiin, joilla turvataan kohteiden säilyminen maailmanperintöstatuksen arvoisena. Avustuksia myönnetään monenlaisiin projekteihin:

- Tutkimus- ja suunnittelutyö
- Restaurointi ja hoito
- Kunnostus- ja korjaustoimenpiteet

Museovirasto korostaa, että maailmanperintökohteiden tulee toimia esimerkkinä ja edistää korjausmenetelmien sekä -materiaalien tuntemusta, jota voidaan soveltaa myös muihin kulttuurihistoriallisiin kohteisiin. Suomessa on yhteensä kuusi kulttuuriperintökohdetta ja yksi luontokohde – Merenkurkun saaristo – jotka on hyväksytty Unescon luetteloon. Avustuksia voivat hakea kohteiden ja niillä sijaitsevien raken-nelmien omistajat. Avustuksia haetaan sähköisesti 30.1.2026 klo 16.00 mennessä Haavustuksia.fi-palvelun kautta.

KRISTIINANKAUPUNKI

Joulurauhan julistus Ulrika Eleonoralla



24. joulukuuta klo 12.00 julistetaan joulurauha Ulrika Eleonoran kirkon portailla Kristiinankaupungissa.

Perinteinen joulurauhan julistus kutsuu kaupunkilaiset ja matkailijat yhteen kuuntelemaan joulurauhan sanat – hetki täynnä rauhaa, juhlaa ja yhteisöllisyyttä. Tilaisuus antaa mahdollisuuden pysähtyä joulun kiireen keskellä ja kokea hiljaisuuden ja yhteisön lämpö. Tervetuloa vaikkapa koko perheen voimin viettämään jouluaatto yhdessä.

TIKANOJA

Vuodenlopun musiikkisalonki 2025 Tikanojan taidekodissa

Joulukuun lopussa Tikanojan taidekoti järjestää Vuodenlopun musiikkisalongin 2025 – tunnelmallisen konsertisarjan museon taiteellisessa ympäristössä

Konsertit pidetään sunnuntaina 27.12. kolmessa esityksessä klo 12, 14 ja 16. Ohjelmassa kuullaan teoksia muun muassa Debussylta, Satielta, Fauréltä, Kreisleriltä ja Pärtiltä – viulisti Maano Männi ja pianisti Irina Zahharenkova tuovat kappaleet elävästi kuulijoille. Liput maksavat 26 €, opiskelijahinta 15 € ja ja Museokortilla 22 €. Konsertti kestää noin 60 minuuttia.

Tämä on erinomainen tilaisuus päättää vuosi musiikin ja taiteen äärellä.

SAS

Lentoyhtiö SAS kasvattaa reittien tarjontaa Vaasan lentoasemalla ensi keväänä 2026.

Jatkuu sivulla 2

Viikon kuva:



Hyvää Joulua!

LUCIA

Alexandra Lindqvist on Suomen Lucia 2025

Kirkkonummelainen Alexandra Lindqvist on valittu Suomen Luciaksi vuodelle 2025. Lindqvist kruunattiin lauantaina 13. joulukuuta kello 17 HSAleelsingin tuomiokirkossa, ja hän saa kantaa perinteikästä Lucia-roolia ympäri Suomen joulusesongin aikana.

Alexandra Lindqvist opiskelee Social och Kommunalhögskolan:ssa. Varmaan yksi tärkeä syy siihen että hän vieraili oppilaitoksella tiistaina

Valinnan tehneen tuomariston mukaan Lindqvist on saanut runsaan yleisön tuen ja valmistau-

tuu tehtävänsä innolla.

Lucia-perinne tuo valoa ja toivoa pimeään talveen, ja uuden Lucian tehtävänä on myös edustaa myötätuntoa ja yhteisöllisyyttä eri tapahtumissa ja tilaisuuksissa ennen joulua.

Suomen Lucia toimii myös Lucia-keräyksen keulakuvana, ja keräyksen tuotot käytetään haavoittuvassa ase-massa olevien lapsiperheiden tukemiseen. Alexandra Lindqvist edustaa perinnettä, joka on osa talven festivaalimaisemaa ja tarjoaa monille suomalaisille vuosittain lämpimiä hetkiä joulun odotuksessa.

Lähde: Suomen Lucia 2025 – Alexandra Lindqvist, Lucia.fi.



TÄNÄÄN

PÄÄKIRJOITUS

Odottamaton tapahtuma



Betlehemissä oli kylmä talvi-ilta. Tähdet kimaltelivat kuin timantit tummaa taivasta vasten, ja kevyt lumisade makasi kaupungin yllä. Maria nuori nainen, jolla oli suuret, tummat silmät, oli matkalla majataloon miehensä Josephin kanssa. He olivat matkustaneet pitkän matkan Nasaretista ilmoittautuakseen väestönlaskentaan.

Majatalo oli täynnä. Kaikki huoneet olivat täynnä, ja Josef oli väsynyt matkan jälkeen. Hän oli pettynyt ja huolissaan, mutta Maria oli rauhallinen. Hän tiesi, että kaikki olisi hyvin. Hän oli raskaana, eikä mennyt kauaa, kun hän aikoi synnyttää.

Josef löysi lopulta pienen tallin, jossa eläimiä pidettiin. Hän kysyi, voisivatko he nukkua siellä yön, ja tallin omistaja, ystävällinen mies, suostui.

Mariasta tuntui, että oli aika. Hän synnytti pienen pojan ja pani hänet varovasti seimeen, puiseen kaukaloon jossa oli olkia eläinten rehuksi. Josef oli ikionnellinen. Hän ei ollut koskaan nähnyt mitään niin kaunista.

Samaan aikaan, kaukana idässä, jotkut viisaat miehet näkivät kirkkaan

tähden taivaalla. He olivat tutkineet tähtiä monta vuotta ja he tiesivät, että tämä tähti oli jotain hyvin erityistä. He tulkitsivat sen merkiksi siitä, että uusi kuningas oli syntynyt.

Kolme viisasta miestä, Melchior, Caspar ja Balthazar, keräsivät lahjansa - kullan, suitsukkeen ja mirhan - ja lähtivät pitkälle matkalle etsimään vastasyntynyttä kuningasta. He seurasivat tähteä, joka johti heidät Betlehemiin.

Kun he saapuivat tallille, jossa Maria ja Joosef makasivat vastasyntyneen poikansa kanssa, he olivat pakahtua ilosta. He kumartuivat ja palvoivat lasta ja antoivat hänelle lahjansa.

Sinä yönä pienessä tallissa Betlehemissä syntyi poika, joka muuttaisi maailman. Hän ei ollut vain tavallinen vauva, vaan Jumalan Poika, Jeesus Kristus. Hän tulisi näyttämään ihmisille tien rakkauteen ja anteeksiantoon ja antamaan heille toivoa paremmasta tulevaisuudesta.

Tämä tarina, joka kertoo odottamattomasta tapahtumasta pienessä tallissa, on koskettanut ihmisiä sukupolvien ajan. Se muistuttaa meitä siitä, että jopa pimeimpinä aikoina valo voi aina tulla näkyviin. Se osoittaa, että rakkaus voi voittaa vihan ja että aina on toivoa.

***2* Maasan Päivälehti, 21 joulukuuta, 2025**

KAUNEIMMAT JOULULAULUT

Joulumusiikki kirkoissamme - Julmusik i våra kyrkor - Christmas Music in our Churches

Vielä ehtii joululauluja laulamaan! Det finns fortfarande tid att sjunga julsånger! There's still time to sing Christmas carols!

Kauneimmat joululaulut - messu klo 10
su 21.12. klo 10.00
Kirkkosali (Mustasaari, Sepänkylä)
Sepänkylän seurakuntakeskus, Niilontie 3
Tervetuloa messuun, ja samalla lauletaan kauneimpia joululauluja
Visser-Kelto, Renvall.
Lopuksi kirkkokahvit

Sunday Service with Holy Communion
su 21.12. klo 13.00
Palosaaren kirko
Sunday Service with Holy Communion. Church coffee afterwards.
Emilia Kontunen, Karolin Wargh

Kauneimmat joululaulut
su 21.12. klo 18.00
Huutoniemen kirkko
Tervetuloa laulamaan kauneimpia joululauluja!
Huutoniemen kirkkokuoro, joht. Valtteri Tuomisto, Tuuli Kela.

De vackraste julsångerna
sön 21.12 kl. 18.00
Sundom kyrka
Medverkande: Sundomkören,

dir. Monica Heikius, Tilde Martois, sång, Camilla Svevar, Piritta Pitkämäki Ihatsu, Karolin Wargh, Linus Knutar och Riikka Perälä.

De vackraste julsångerna
sön 21.12 kl. 19.00
Korsholms kyrka
Medverkande: Ungdomskören Germivox, Kyrkokören, Korsholms kammarorkester, elevorkester, Erica Nygård, Ninja Jakobsson, A-C Nordqvist-Källström, Michael Wargh m.fl. Andakt: Rune Lindblom

Kauneimmat joululaulut
ma 22.12. klo 18.00
Laihian kirkko
Mukana Antti Yli-Opas ja Kees Visser

Jultabla första och andra föreställningen
tis 23.12 kl. 17.00 och 19.00
Julkrubba.
Trefaldighetskyrkan
Musikalisk föreställning där julevangeliet varvas med musik, dans och drama.

Oi joulu yö! -konsertti
ke 24.12. klo 22.00
Vaasan kirkko
Jouluyön kauneinta musiikkia:
Tarja Viitanen laulu ja trumpetti
Jimi Järvinen urut.
Vapaa pääsy.

Juldagskvällens konsert

tors 25.12 kl. 21.00
Korsholms kyrka
Kammarkören Psallite. Dirigent: Erica Nygård

Tapaninpäivän Kauneimmat joululaulut
pe 26.12. klo 18.00
Vaasan kirkko
Tervetuloa laulamaan kauneimpia joululauluja!
Canticum Maris Ensemble, joht. Tarja Viitanen, Valtteri Tuomisto ja Marja-Riitta Ylikangas-Annola.

Än är det jul - vålgörenhetskonsert för Ukraina
tis 6.1 kl. 16.00
Trefaldighetskyrkan
Vålgörenhetskonsert för Ukraina.
Medverkande: Rymma Bahdasarian, Ella Saarela, Halyna Luzhetska, Liudmyla Kozub, Lapsikuoro / barnkören Dzvinotchky, Svitlana Matvienko, Liza Dumchieva, WSG Seniorkör, dir. Rainer Holmgård, programkoordinator Anders Kronlund, konferencier Hippi Hovi. Kaffeservering i kryptan. Program: 20 € för vuxna. Fritt inträde för ukrainare och barn.

Toivelauluilta
ke 14.1. klo 18.00
Vanhan Vaasan pappila
Pirjo Tolonen

Jatko sivusta 1

Scandinavian Airlines (SAS) ilmoittaa merkittävää laajennuksesta Vaasan ja Tukholman välisellä reitillä, kun kesäaikataulu astuu voimaan 25. maaliskuuta 2026.

Uusien aikataulujen myötä viikoittaisten lentojen määrä nousee nykyisestä kuudesta yhteentoista, ja keskiviikkoisin, torstaisin, perjantaisin sekä sunnuntaisin lennetään kaksi kertaa päivässä. Tämä lähes kaksinkertaistuva yhteys tarjoaa matkustajille aiempaa enemmän joustavuutta ja paremmat yhteydet sekä Skandinaviaan että laajemmin Eurooppaan ja sen kautta muihin kohteisiin.

Laajennus on tulosta yhteistyöstä Vaasanseudun Kehitys Oy:n (VASEK) ja SAS:n välillä, ja sen odotetaan hyödyttävän niin elinkeinoelämää kuin vapaa-ajan matkustajiakin. VASEK:n projektipäällikkö Peter Källberg kertoo, että lisävuorot parantavat alueen saavutettavuutta ja vahvistavat lentoaseman asemaa merkittävänä solmukohtana. Runkoyhteyksien lisääminen voi myös tukea alueen yrityksiä ja kansainvälisiä yhteyksiä entistä enemmän.

Uusia aikatauluja aletaan soveltaa pääsiäisyöpyhien jälkeen, mutta matkustajat voivat pian varata lentonsa 2026 kaudelle. Tilanne seuraa laajempaa kasvua Vaasan lentoasema-alueella, jossa pyritään kehittämään lentoliikennettä ja houkuttelemaan lisää yhteyksiä sekä kotimaassa että ulkomaille.

Kuva: Adrian Pingstone, Wikimedia Commons, Public Domain

HYVINVOINTIALUE

H-talon sisäilmaongelma on mysteeri

Vaasan H-talon kuudennen kerroksen sisäilmaoireilun syytä ei ole vielä löydetty, vaikka tutkimukset jatkuvat, kertoo Pohjanmaan hyvinvointialue. Syöpä- ja veritautien osasto toimii edelleen väistötiloissa S-rakennuksessa, mutta H-talon missä tiloissa oleskelua ei ole todettu terveydelle haitalliseksi.

Toukokuun jälkeen tutkimukset ovat keskittyneet erityisesti ilmanvaihtoon ja ilman kiertoon. Aiemmin epäiltiin mattojen aiheuttavan oireilua, mutta tätä ei ole voitu vahvistaa tai poissulkea. Eri aikoina tehdyt mitaukset ovat osoittaneet vaihtelua kuitupitoisuuksissa. Seuraavaksi tutkijat selvittävät, mistä kuidut mahdollisesti tulevat – ilmastointikanavista vai rakenteista. H-talon tilat halutaan kuntoon ja käyttöön mahdollisimman pian, ja oireilun syitä selvitetään tiiviissä yhteistyössä rakentamisesta vastanneen Bothnia High 5 -allianssin kanssa. Pohjanmaan hyvinvointialue painottaa, että vaikka oireilu on edelleen arvoitus, jatkotoimet ovat käynnissä turvallisesta työympäristön varmistamiseksi.

FIMLAB

Fimlabin joulun ja vuoden vaihteen poikkeusaukioloajat

Jatkuu sivulla 3

Photo Supplement

Photo Supplement - bpress.obh

KAUPUNGINTEATTERI

Katrina palaa Vaasaan – nyt Kaupunginteatteriin

Lumottuaan yleisön Ahvenanmaalla, musi-kaaliteatteriesitys Katri-na, joka perustuu Sally Salmisen ajattomaan klassikkoon, siirtyy Po-hjanmaalle. 15.–16. tam-mikuuta 2026 kriitikoï-den ylistämä tuotanto vierailee Vaasan kau-punginteatterissa ainut-laatuissesa yhteistyössä, joka yhdistää Ahvenan-maan ja Pohjanmaan vahvoilla kulttuurisiteillä.

Sankari palaa kotiin

Katrinan tarina on monil-le suomalaisruotsalaisille hyvin tuttu. Hän on ylpeä ja vahva pohjanmaalainen tyttö, joka harhauttaa rak-kautta ja seuraa miestään, merimies Johania, Ahve-nanmaalle. Siellä unelma kirkkaasta elämästä särkyy nopeasti: Johan osoittau-tuu laiskaksi ja epäluotet-tavaksi mieheksi, joka ei pysty huolehtimaan per-heestään. Romaani, jonka on kirjoittanut Ahvenan-malainen kirjailija Sally Salminen ja joka julkaistiin vuonna 1936, on voimakas kunnianosoitus naisten selviytymis- ja oikeuden-mukaisuustaistelulle.

Musikaaliteatteriesi-tys, joka on Katrina Music Theatren, Vaasa Philhar-monic Orchestran ja Ahve-nanmaan kulttuuriyhdistys Katrinan yhteistyö, on saa-nut uuden käsikirjoituk-sen. Ohjaaja Ida Kronholm ja runoilija/kirjailija Carina Karlsson ovat kirjoittaneet käsikirjoituksen, kun taas musiikin on laatinut ahve-nanmalainen säveltäjä Jack Mattsson, joka sävelsi mu-siikin myös alkuperäiseen tuotantoon vuonna 1997.

Vahvat pohjanmaalaiset juuret lavalla

Se, että Katrina on nyt tulos-a Vaasaan, on enemmän kuin pelkkä vierasesitys; Se on jälleennäkeminen. Korostaakseen vahvo-ja kulttuurisiteitä Ahve-nanmaan ja Pohjanmaan välillä on valittu mezzoso-praano Erica Back, jonka juuret ovat Närpiössä, Ka-trinan päärooliin.

Erica Back käyttää esi-tyksessään omaa pohjan-laista aksenttiaan, mikä luo aidon kontrastin Jo-hanin vanhanaikaiseen ahvenalaiseen aksenttiin. Muut solistit ja kuoro ovat Ahvenanmaalta, kun taas tuotantotiimillä on laajat pohjoismaiset juuret.

Philharmonic Orchestra herättää musiikin eloon

Musiikin esittää Vaasan filharmoninen orkesteri, yhteistyö, jota tuotantotiimi odottaa suurella ilol-la. Kapellimestarina Ana-Maria Helsing jatkaa samassa roolissa kuin Ma-riehamin esityksissä vu-osina 2024–2025. Helsing, joka toimi Ahvenanmaan esitysten musiikillisena johtajana, lupaa voimak-kaan ja tunteikkaan ko-kemuksen, kun Salmine-nin ajaton tarina herää eloon Mattsonin liikutta-vien sävyjen kautta.

Katrina on tarina ylpey-destä, uhrauksista ja hor-jumattomasta oikeuden-halusta – teemoja, jotka koskettavat yleisöä syvästi tähän päivään asti. Esitys on ruotsiksi, tekstitykset sekä ruotsiksi että suomek-si.

”Jatka samaan malliin” Vaasa, täältä tullaan!

Sally Salminenin perintö: Palvelijasta New Yorkissa Nobelin palkintoehdokkuuteen

Sally Salminenin (1906–1976) esikoisromaani ”Katrina” on yksi merkitt-ävimmistä suomalais-ruot-



Sally Salminen korjaa ruista Sipoossa vuonna 1941. Kuva: B. Soldan / SA

Creative Commons Attribution 4.0

salaisen kirjallisuuden te-oksista, ja sillä on kiehtova historia, joka ulottuu pie-nestä saaresta Ahvenan-maalla aina New Yorkin metropoliin.

Epätodennäköinen mene-stys

Salminen kasvoi Vartio-saarella Ahvenanmaalla suuressa perheessä. Vaika-hän haaveili kirjoittami-sesta, hän piti itseään liian köyhänä ja kouluttamat-tomana menestyäkseen kirjoittajan ammatissa. Kohtalo kuitenkin halusi toisin. Romaani Katrina kirjoitettiin, kun Salmi-nen työskenteli palvelijana New Yorkissa 1930-luvulla.

Kun romaani julkaistiin vuonna 1936, se oli väli-tön ja sensaatiomainen menestys. Se voitti suuren pohjoismaisen romaanikil-pailun ja nosti Salmisen kirjallisen tähteyden yh-dessä yössä. Kirja kään-nettiin nopeasti yli kah-dellekymmenelle kielelle, ja sen voimakas kuvaus Katrinan kamppailusta Ah-venanmaan saaristossa sai universaalin resonanssin.

Ehdokkuudet ja teemat

Salminen oli kolme kertaa ehdolla Nobelin kirjallisuus-palkinnon saajaksi, mikä ko-rostaa hänen ainutlaatuista asemaansa ja merkitystään pohjoismaisessa kirjallisuu-dessä. Hänen työleen on ominaista se, että hän on-nistui yhdistämään hyvin yk-sityiskohtaisen ja paikallisen kuvauksen Ahvenanmaan ja Pohjanmaan arjesta univer-saaleihin teemoihin:

Rakkaus ja petos
Taistelu köyhyyttä vastaan
Naisten itselukunniotus
Oikeuden kaipuu

Hänen kykynsä kuvata, ku-inka Katrina, vaikka on tullut ”ulkopuoliseksi” kyläyhteisös-sä ja pakotettu elämään lähes orjuuden kaltaisissa oloissa, kieltäytyy tinkimästä periaat-teistaan ja ylpeydestään, teki syvän vaikutuksen lukijoihin.

Vaikka hänen myöhem-pi tuotantonsa ei koskaan vaikuttanut yhtä paljon kuin Katrinalla, Salminen jatkoi ahkeraa kirjoitta-mista ja hänen perintönsä elää edelleen. Romaanin ajattomat teemat ja vahva hahmokuvaus tarkoittavat, että siitä keskustellaan yhä lukupiireissä, ja sitä yliste-tään nyt jälleen musikaali-teatterin esityksen kautta.

Lähde: Vaasan kaupunki

Jatkuu sivusta 2

Laboratoriopalveluyhtiö Fimlab ilmoittaa, että Pohjanmaan alueen vastaanotoilla on poikkeuk-sellisia aukiolo-aikoja jouluna ja vuodenvaihteessa 2025.

Alavetelin toimipiste on suljettuna 31.12.2025 ja Kruun-uppyyn vastaanotto 22.–31.12.2025. Vaasassa keskus-sai-raalan Nopsa-pikaverinäytteenotto sekä spirometri-atutkimukset ja EKG-Holter- ja rasiustestit ovat tauolla 22.12.2025–4.1.2026. Kaikki vastaanotot ovat suljettuina 24.12., 1.1. ja 6.1.

Muiden pisteiden palvelut jatkuvat pääosin normaa-listi — tarkimmat tiedot löytyvät Fimlabin verkkosivuil-ta.

WÄRTSILÄ

Wärtsilä jatkaa sopimusta – varmistaa vakaan sähkön-toimituksen suurille kul-taesiintymille Mauritania-sa



18. joulukuuta 2025 Vaasassa toimiva Wärtsilä ilmoitti jatkavansa O&M-sopimustaan Tasiast Mau-ritanie Limited S.A.:n, Kinross Gold Corporationin tytäryhtiön, kanssa vielä kolmella vuodella.

Sopimus koskee voimalaitosta suuressa Tasiast-kulta-kaivoksessa Pohjois-Mauritaniassa ja sen tavoitteena on varmistaa sähkösen jatkuva luotettava ja turvallinen toimitus, joka tukee kaivoksen tuotantotavoitteita. 60 megawatin voimalaitos on ollut Wärtsilän käytössä sen käyttöönotosta vuonna 2013 lähtien. Voimala on osa er-istettyä hybridiverkkoa, joka yhdistää aurinkovoiman, akkuvarastoinnin ja Wärtsilän moottorit tarjotakseen sekä peruskuorman että varakapasiteetin järjestelmän vakauden takaamiseksi. Uudistettu sopimus sisältää suorituskykyyn perustuvan osan, joka otettiin käyttöön vuoden 2022 laajennuksen yhteydessä, ja jossa painopiste on mitattavissa olevi-in tuloksiin kaivoksen kaupallisten ja operatiivisten tavoitteiden mukaisesti. Tämä malli edistää yhteistä vastuuta Wärtsilän ja asiakkaan välillä saavuttaa tietyt suorituskykytasot. Sopimuksen jatkaminen vahvistaa Wärtsilän ja Kinros-sin pitkäaikaista yhteistyötä ja edistää yhden Afrikan tärkeimmistä kultatuotantolaitoksista luotettavuutta. Lähde: Wärtsilä lehdistötiedote, 18. joulukuuta 2025 Kuvateksti: Wärtsilä on uusinut O&M-sopimuksensa Tasiast Mauritanie Limited S.A.:n kanssa, joka on ka-nadalaisen Kinross Gold Corporationin tytäryhtiö, vielä kolmeksi vuodeksi. © Wärtsilä

WASALINE

Kilpailuvirasto hyväksyi Stena Linen Wasa Linen yri-tysoston

Kilpailu- ja kuluttajavirasto on antanut luvan Stena Linen suunnittelemalle Wasa Linen yritysostolle. Päätös mahdollistaa kaupan etenemisen kohti toteutusta.

Kilpailuvirasto perusteli ratkaisuaan sillä, ettei suun-niteltu yritysjärjestely todennäköisesti aiheuttaisi mer-kit-täviä kilpailunrajoituksia Merenkurkun-liikentees-sä. Virasto kuitenkin aikoo seurata markkinatilannetta erityi-sesti hinnoittelun ja tarjontakyvyn näkökulmas-ta. Stena Line on ilmoittanut investoivansa kaluston uudistami-seen ja aikataulujen kehittämiseen ostoksen jälkeen. Wasa Linen nykyiset reitit ja henkilöstö on tar-koitus säilyttää.

FIMLAB

TIETEIDEN YÖ

Tieteiden yö, milloin sellai-nen tulee Vaasaan?

22. tammikuuta 2026 Helsingissä vietetään Tietei-den yötä, jossa on luentoja, työpajoja ja kokeellis-ta toimin-taa, jotka tekevät tutkimuksesta elävää ja saavutettavaa.

Vaasassa ei kuitenkaan ole vielä vastaavaa tapahtu-maa, vaikka kaupungissa on kaksi yliopistoa ja paljon tutki-joita. Tiede ei saa jäädä yliopiston porttien sisälle – sen tulee näkyä ja kuulua kaikille.

Milloin Vasa järjestää oman Tieteiden yönsä, uteli-aisuuden ja oppimisen juhlan?

ALMA

Vaasan kansalaisopisto Alma: Kevätlukukausi al-kaa 7.1.2026

Vaasan kansalaisopisto Alma käynnistää kevät-lukukauden keskiviikkona 7. tammikuuta 2026 — ja kurs-seja on tarjolla noin 200. Lista kattaa laajan skaalan harrastus- ja osaamiskursseja, ja paikkoja on jäljellä myös useaan koko lukuvuoden kestäne-eseen kurssiin.

Opistossa on mahdollisuus opiskella kieliä, kansalaiso-petusta, taidekursseja, käsitöitä, hyvinvointia ja monia muita aiheita sekä Vaasassa että lähikunnissa kuten Vä-hässäkyrössä, Laihialla ja Isossakyrössä.

Kevään kurssitarjonta on avoinna kaikille — olitpa uralla, opiskelija tai et — ja kurssit sopivat sekä uu-teen harrastukseen että ammatilliseen kehitykseen tai lisäosaamiseen. Alma korostaa, että opiskelu voi olla yhtä hyvin omaan illoon kuin hyödyksi arkeen tai ty-öelämään.

Ilmoittautuminen on käynnissä, ja kiinnostunei-

ta rohkaistaan tutustumaan kursseihin ja tekemään va-linnat pian — paikat täyttyvät nopeasti.

Verkossa ilmoittautumisen lisäksi kursseille voi il-moittautua paikan päällä ja puhelimitse Alman pal-velu-pisteissä Vaasassa:

- Raastuvankatu 31, puh. 0400 868 110 (ma-pe klo 8–16) sekä
- Raastuvankatu 33 / Kirkkopuistikko 15 (7.1. al-kaen), puh. 040 6299 133 (ma-to klo 10–14).

Raastuvankatu 31:n kampuksella järjestetään torstai-na 11.12. klo 17.30–19.30 kaikille avoin Alman joul-u -ta-pahtuma. Monipuolisen ohjelman lisäksi tapahtumas-sa voi myös ilmoittautua kevään kursseille. Lisätietoja tapahtumasta: vaasa.fi/alma – Tapahtumat

ALMA

Kirkkopuistikko 15 peru-skorjaus valmistuu aikatau-lussa

Vaasan kansalaisopisto Alman tiloissa Kirkkopu-istikko 15:ssä, entisessä Arbis-talossa, toteutet-tu tek-niikkälähtöinen peruskorjaus valmistuu suunnitellusti vuoden 2025 loppuun mennessä. Työt olivat osa Vaasan kaupungin peruskorjauso-hjelmaa.

Peruskorjauksen myötä talotekniikka on päivitetty ja ti-lojen yleisilme ja värimaailma uudistettu ajan henkeen sopivaksi. Ilmanvaihtoa on tehostettu, ja pintamate-riaaleja on uusittu ja korjattu. Rakennuksen arvokkuut-ta on lisätty muun muassa palauttamalla toisen ker-roksen lukunurkka-alaan alkuperäinen huonekorkeus ja kaarevat katon reuna-alueet. 150-vuotias rakennus on aiemmin peruskorjattu 1980-luvun alkupuolella. Kurssit palaavat Kirkkopuistikolle 7.1.2026 alka-en. Väistöiloina toimineen Raastuvankatu 33:n tilat poistuvat käytöstä. Alman päärakennuksessa osoittees-sa Raastuvankatu 31 toiminta jatkuu normaalisti. Lähde: Vaasa.fi

LAIHIA

Ehdota Laihian palkittavia

Laihian kunta pyytää järjestöjä, yhdistyksiä ja yksityisiä henkilöitä tekemään ehdotuksia vuoden 2025 palkittavista ja stipendien saajista. Palkittavia etsitään useissa kategorioissa: Vuoden urheili-ja, Kunnan kuntalainen, Ryhtinuoret, Esimerkilliset nuoret sekä Vuoden veteraaniurheilija.

Myös ulkopaikkakuntien seuroja edustavat, mutta Laihialla asuvat urheilijat voidaan huomioida. Ehd-dotukset tulee perustella ja ne tulee toimittaa kirjalli-sesti 2. tammikuuta 2026 klo 15 mennessä joko postitse Laihian kunnan kirjaamoon (PL 13, 66401 Laihia) tai sähköpostilla osoitteeseen laihi-an.kunta@laihia.fi, ot-sikolla “Palkittavat 2025”.

Lisätietoja ehdotusten tekemisestä ja stipendien my-öntämisen säännöistä löytyy kunnan kotisi-vuilta. Pal-kitsemistilaisuus järjestetään helmikuussa 2026, jolloin palkitut ja stipendien saajat saavat ansaitsemansa tun-nustuksen. Nyt on oiva tilaisuus tuoda esille yhteisönsä urheilulliset ja esimerkilliset tekijät!

KOTIMAA

UUSI RUOKA

Jos haluat syödä vähemmän lihaa...



Snellman tuo kauppoihin uuden nauta-her-nejauhelihan

Joulukuussa 2025 Snellman toi markkinoille uu-den jauhelihan, jossa yhdistyvät 70 % suomalaista naudanlihaa ja 30 % herneproteiinia. Uutuus ”Ke-vyt Nauta-Hernejauhis 7,5 %” on vähärasvainen (7,5 %) ja proteiinipitoi-nen (19 g/100g), ja sen voi käyttää kuten tavallisen jauhelihan — lihapullista pastakastikkeisiin.

Tuote on suunnattu kuluttajille, jotka haluavat vähen-tää lihan määrää ruokavaliossaan, mutta säilyttää tutut mauat ja rakenteet. Snellman korostaa, että tuote on kehitetty ”ilman kompromisseja”: maku, koostumus ja käyttö säilyvät arjen ruuissa entisellään. Lyhyt kommentti: Snellmanin uusi hybridiliha ja her-ne -tuote on käytännöllinen askel niille, jotka haluavat vähentää lihan kulutusta luopumatta tavallisista resepteistään. Samaan aikaan se kuvastaa laajempaa trendiä: monet etsivät joustavia ratkaisuja, joissa maku, perin-ne ja kestä-vuus kohtaavat.

Jatkuu sivulla 4

JOULUKORTIT

Jenny Nyström 1854-1946

Syntyipä kerran kuvankauniissa Kalmarin kaupungissa Ruotsissa luova henki nimeltä Jenny Nyström 13. kesäkuuta 1854. Hänen perheensä, jota johtivat lahjakas kirkon kanttori Daniel Nyström ja omistautunut opettaja Anette Nyström, tarjosi hänelle onnellisen lapsuuden.

Mutta kun Jenny oli vasta kahdeksanvuotias, Nyströmin perhe päätti aloittaa uuden luvun ja muutti vilkkaaseen Göteborgiin, jossa hänen isänsä sai paremmin palkatun opettajan paikan.

Vuonna 1865 Jenny aloitti taiteellisen matkansa göteborgilaisessa taidekoulussa ja loi perustan tulevaisuudelleen kuuluisana taiteilijana. Tiedonjano vei hänet vuonna 1873 Tukholmaan jatko-opintoihin, ja hän jatkoi taiteellista tutkimusmatkaansa Pariisissa vuosina 1882–1886 erikoistuen muotokuvamaalaukseen. Jenny Nyströmistä kehittyi ajan myötä yksi Ruotsin rakastetuimmista taiteilijoista, mikä on osoitus hänen monipuolisesta taiteellisesta koulutuksestaan.

Tärkeä virstanpylväs Jennyn elämässä oli lapsuuden unelman toteutuminen – yksityistaidenäyttely Pariisissa. Näyttelystä tuli totta ja se oli hänen taiteellisen matkansa kohokohta.

Samaan aikaan vuonna 1871 arvostettu kirjailija Viktor Rydberg loi sydäntä lämmittävän joulutarinan nimeltä ”Pikku Viggin seikkailu jouluaattona” tai ”Pikku Viggin seikkailu jouluaattona”. ”Pikku Simon seikkailut jouluilta” käännetty tarina tapahtui, kun Pikku Vigg oli yksin mökillä jouluaattona. Hänen yllätykseensä maaginen joulupukki ilmestyi ja vei hänet rekiäjelulle le vittämään jouluiltoa talosta taloon.

Neljä vuotta myöhemmin lumoava tarina heräsi eloon 18-vuotiaan Jenny Nyströmin kuvitusten kautta. Hänen taiteellinen kädenjälkensä puhalsi eloa Rydbergin tarinaan ja loi pohjan tuotteliaalle uralle. Jenny tuli myöhemmin tunnetuksi panoksestaan joululehtiin ja monien joulukorttien luomisesta, jotka sekoittavat kansanperinnettä juhlallisuuksiin. Hänen vaikutuksensa heijastui suomalaisten taiteilijoiden Wendelinin ja Koivun teoksissa.

Vuonna 1887, 33 -vuotiaana, Jenny avasi toisen merkittävän luvun menemällä naimisiin Daniel Stoopendaalin kanssa, ja yhdessä he kasvattivat pojan, Curt Nyström Stoopendaalin, josta tuli myös arvostettu taiteilija.

Jenny Nyström jatkoi luovan henkensä jakamista maailmalle 92-vuotiaaksi asti, jolloin hän kuoli rauhallisesti Tukholmassa vuonna 1946.

Mielenkiintoista on, että samana vuonna Suomeen lähti Rudolf Koivus, joka oli raivannut oman tiensä luodakseen rakastettuja joululahmoja Nyströmin lumoavan perinnön innoittamana. Ja niin näiden kahden taiteilijan perintö kietoutui toisiinsa jättäen pysyvän jäljen taiteen harrastajien sydämiin tuleville sukupolville.



Jatko sivusta 3

MEDIESPRÅK

Journalismin ja luokkaerojen keskiössä, kun ruotsinkielinen Mediespråk-seminaari järjestetään Turussa

27.–28. tammikuuta 2026 media-ala kokoontuu Turuun seminaariin Mediespråk XXI. Uudessa Astra-rakennuksessa käsitellään kaikkea amerikkalaisesta politiikasta siihen, miten luokkaeroja kuullaan ruotsin kielellä massamediassamme.

Tämän vuoden ohjelma on täynnä suuria nimiä, kuten ulkomaankirjeenvaihtaja Cecilia Uddén ja kirjailija Mustafa Can. Painopiste on journalismin haasteissa muuttuvassa maailmassa sekä pohjoismaisten mediamarckkinoiden tulevaisuudessa. Seminaari, joka pidetään Åbo Akademin yliopiston Akatemiakorttelissa, tarjoaa ainutlaatuisen alustan kielitieteilijöille ja toimittajille pohtia, miten oikeistopopulistinen diskurssi ja kielelliset vivahteet vaikuttavat tämän päivän keskusteluihin.

Lähde: Mediespråk.fi

TURUN PIISPA

Piispa Mari Leppänen jää virkavapaalle



Turun hiippakunnan piispa Mari Leppänen jää alkuvuodesta 2026 virkavapaalle. Tuomiokapituli on myöntänyt Leppäselä virkavapautta ajalle 14. helmikuuta–10. toukokuuta 2026. Lisäksi hän pitää virkavapaan yhteydessä vuosilomansa, minkä vuoksi hän on poissa virkatehtävistään 19. tammikuuta–15. toukokuuta 2026.

Leppänen kertoo ratkaisunsa taustoista Facebookissa julkaisemassaan kirjoituksessa. Hänen mukaansa ajatus virkavapaasta syntyi viime keväänä, ja päätös liittyy tarpeeseen pysähtyä intensiivisen työkauden jälkeen. Tammikuussa 2026 tulee kuluneeksi viisi vuotta siitä, kun hän aloitti piispan tehtävässä.

– Työ on ollut antoisaa ja monipuolista, mutta myös hyvin kokonaisvaltaista. Arjen keskellä on ollut vaikea löytää aikaa hitaammalle ajattelulle, lukemiselle ja oman hengellisyyden vaalimiselle, Leppänen kirjoittaa.

Julkaisussaan Leppänen viittaa kokemuksiin hiljaisuuden retriitistä ja pohtii niin sanottuja ”ohuita paikkoja”, joissa Jumalan läsnäolon voi hänen mukaansa aistia erityisellä tavalla. Virkavapaa tarjoaa mahdollisuuden kuunnella tätä kutsua ja antaa aikaa myös muille tärkeille asioille.

Leppänen viittaa päivityksessään myös Helsingin Sanomien haastatteluun, jossa hän käsittelee virkavapaan syitä tarkemmin. Hänen mukaansa ratkaisu on harkittu ja liittyy jaksamiseen sekä työn rytmittämiseen.

TULOEROT

Miesten ja naisten palkkaero ei pienene

Suomalaisten tulot jakautuvat nyt eri tavalla ikäluokittain kuin kymmenen vuotta sitten, mutta sukupuolten välinen palkkakuilu on pysynyt lähes muuttumattomana.

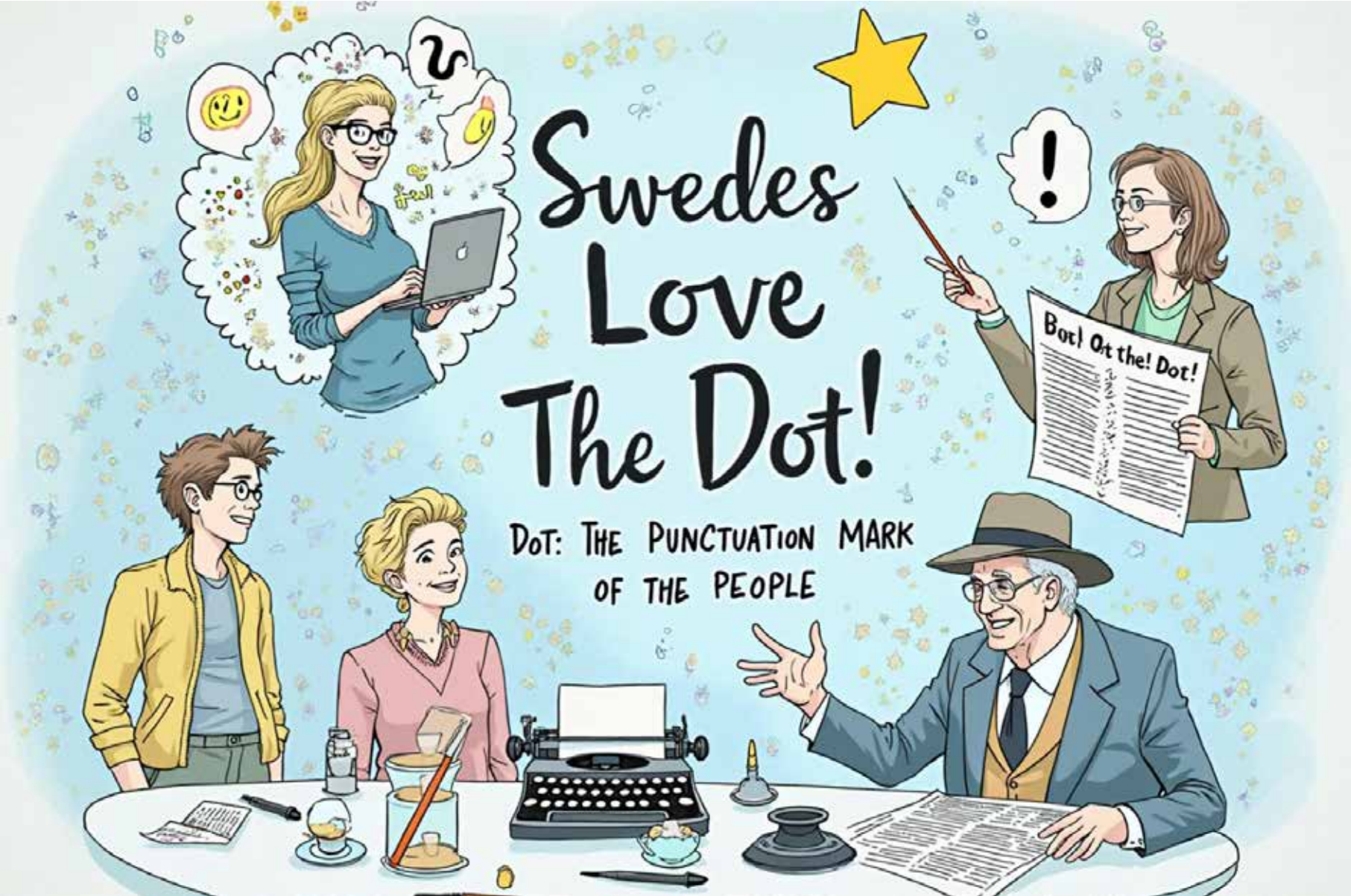
Verohallinnon tuore tuloverotilasto kertoo, että vuonna 2024 eniten tuloja saivat 40–49-vuotiaat, yhteensä 37,8 miljardia euroa. Vielä kymmenen vuotta sitten eniten ansaittivat 50–59-vuotiaat. Ikääntyminen näkyy selvästi: yli 70-vuotiaita tulonsaajia on enemmän kuin vuonna 2014, ja 60–69-vuotiaiden palkkatulojen osuus on kasvanut eläkeiän nousun ja eläkkeellä tehdyin työn lisääntymisen vuoksi.

Sukupuolten välinen palkkaero ei kuitenkaan ole kaventunut. Miesten palkkatulot kasvoivat vuosina 2014–2024 euromääräisesti noin 2,3 miljardia enemmän kuin naisten, vaikka naisten palkkatulojen prosenttikasvu oli hieman suurempi. Viime vuonna miesten mediaanipalkkatulo oli 37 723 euroa ja naisten 32 291 euroa. Verohallinnon mukaan osa-aikatyö on yleisempää naisilla, mikä selittää osaltaan eroa, mutta kokonaisuu- tena palkkakuilu on pysynyt lähes ennallaan.

Jatkuu sivulla 5

VÄLIMERKIT

Piste ja huutomerkki ovat suosikkeja



Uusi tutkimus paljastaa, mitä välimerkkejä ruotsalaiset rakastavat eniten – ja tulokset osoittavat selkeitä sukupolvien välisiä eroja suhteessamme välimerkkeihin.

Ruotsalaiset ovat puhuneet, ja voittaja on itsestäänselvyys: piste hallitsee maan rakastetuimpana välimerkinä. Mutta sitä seuraa tiiviisti huutomerkki, joka luo mielenkiintoisen dynamiikan käytännöllisen ja emotionaalisen välille kirjoituksessamme.

Novusin Språktidninge-

nin toimeksiannosta maaliskuussa tekemä laaja tutkimus osoittaa, että 18 prosenttia ruotsalaisista valitsee pisteen suosikkivälimerkikseen. Huutomerkki on vahvalla toisella sijalla 17 prosentilla äänistä, kun taas pilkku saa pronssia 15 prosentilla.

Språktidningenin päätoimittaja Anders Svensson pitää lopputulosta luonnollisena. Asia on yksinkertaisesti välttämätön kirjoitetussa kielessämme, mikä selittää sen suosion. Samalla huutomerkkin korkea sijainti heijastaa kaipautamme ilmaista tunteita ja sitoutumista tekstissä

Mutta tutkimus paljastaa myös kiehtovia

sukupolvien välisiä kuluja. 18–34-vuotiaista nuorista aikuisista vain 12 prosenttia valitsee pisteen suosikikseen, mikä on huomattava ero vanhempaan väestöön. Tämä ilmiö selittyy digitalisaation vaikutuksella kirjoitettuun kieleemme. Tekstiviestien ja chat-keskustelujen kulttuurissa asia on saanut aivan uuden merkityksen: nuoremmat käyttäjät kokevat sen usein aggressiiviseksi tai vihaiseksi.

”Ei ole yllätys, että nuoremmat sukupolvet suhtautuvat asiaan skeptisesti”, Svensson selittää. ”Epävirallisissa digitaalisissa yhteyksissä piste on latautunut negatiivisilla tunteilla – mikä vaikuttaa sen

suosioon nuorten keskuudessa.”

Toinen merkittävä löytö on puolipisteen erityinen asema akateemisissa piireissä. Vaikka vain 7 prosenttia väestöstä yleensä pitää parempana tätä hienostunutta välimerkkiä, luku nousee dramaattisesti 19 prosenttiin opiskelijoiden keskuudessa. Jopa yliopistokoulutuksen saaneet ihmiset suosivat selvästi puolipisteitä, ja 9 prosenttia valitsee sen suosikikseen.

Svenssonin mukaan puolipisteet toimivat eräänlaisena kielellisenä statusmerkinä. Sen käyttöä ympäröivät monimutkaiset säännökset tekevät siitä kieliintuntijoiden työka-

lun – eräänlaisen älyllisen apuvälineen kirjoitetussa kielessä. Se, että korkeasti koulutetut ja opiskelijat ottavat sen niin lämpimästi vastaan, vahvistaa sen roolin koulutustodistuksena.

Tutkimukseen osallistui yhteensä 1 043 henkilöä, ja se edustaa 18–84-vuotiaita ruotsalaisia. Tulos heijastaa paitsi kielellisiä mieltymyksiämme, myös sitä, miten digitaalinen viestintä muokkaa suhdettamme perinteisiin välimerkkeihin.

Mielenkiintoista on, että jopa 32 prosenttia vastaajista vastasi ”en tiedä” kysymykseen suosikkivälimerkeistä, mikä viittaa siihen, että monet eivät ole

pohtineet suhdettaan näihin jokapäiväisiin mutta tärkeisiin kielellisiin työkaluihin.

Listaa täydentävät kolme pistettä (9 prosenttia), viivat (5 prosenttia), kysymysmerkit (3 prosenttia) sekä sulkeet ja kaksoispisteet, jotka molemmat saivat 2 prosenttia äänistä. Tulos antaa ainutlaatuisen käsityksen ruotsalaisten kielellisestä sielusta ja osoittaa, kuinka kirjoitustottumuksemme kehittyvät jatkuvasti teknologian mukana.

TERVEYS

PUNKKITAUDIT Puutiaisavivotlehdukset lisääntyvät – yhä useampi joutui sairaalahoitoon

Puutiaisavivotlehdukset (TBE) ovat yleistyneet huomattavasti Suomessa vuonna 2025, ja useammat tartun-noista ovat vaatineet sairaalahoitoa. Tämä käy ilmi HUSin 3.12.2025 julkaisemasta tiedotteesta.

Viime vuonna Suomessa raportoititiin 195 TBE-tapausta, mutta marraskuun loppuun 2025 mennessä uusia tapauksia on rekisteröity jo 228. HUS-alueella tartuntojen määrä on kasvanut 91:stä 120:een. Tekijöinä pide-tään muun muassa lämpimämpiä talvia ja laajentunutta punkkialuetta. Tartunnan saaneista kolmella neljästä rokotussuoja on vajaa – 69 % on täysin rokottamattomia ja 13 %:lla rokotesarja on kesken tai vanhentunut. HUS:in tiedotteen mukaan jopa 14 % potilaista on tarvinnut teho- tai tehovalvontahoitoa, ja jotkut tehohoidosta toipuvat tarvitsevat pitkää kuntoutusta ennen kotiutumista. TBE-virus tarttuu tyypillisesti punkin puremasta, ja ainoa tehokas suojautumiskeino on rokotus. Rokote estää infektion noin 90 %:lla rokotetuista.

TERVEYS Ozempic voi olla vaarallisen silmille

Diabeteslääkkeenä ja laihdutusvalmisteena suurta suosiota nauttiva Ozempic ja sen sisältämä aineai-ne semaglutidi saivat Euroopan lääkevirastolta EMA:lta tärkeän varoituksen. Lääkkeen mahdolli-seksi, vaikkakin hyvin harvinaiseksi haittavaikutuk-seksi on nimetty silmänsairaus NAION (non-arterii-tinen etisen iskeemisen neuropatian).

Mikä on NAION? NAION on vakava, mutta harvinainen silmänsairaus, joka vaurioittaa näköhermoa. Se on peräisin näköher-mon verenkierron häiriöstä, ja se voi johtaa äkilliseen

ja pysyvään näön menetykseen yhdessä silmässä. Ta-vallisesti näön heikkeneminen on sairauden ainoa oire, eikä siihen liity kipuja. Suurin riski sairastua NAION:i-in on henkilöillä, joilla on esimerkiksi diabetes, korkea verenpaine tai kohonnut veren rasvapitoisuus. Sairau-den pysyvää hoitomuotoa ei tällä hetkellä ole.

EMA:n lääketurvallisuusvaliokunta PRAC teki päätök-sen tarkasteltuaan saatavilla olevaa tietoa, mukaan lu-kien pieniä tutkimuksia, jotka viittaavat kohonneeseen riskiin semaglutidia käyttävillä potilailla. On tärkeää korostaa, että kyseessä on edelleen erittäin harvina-inen haittavaikutus, eikä suurimmalla osalla lääkettä käyttävistä ole siihen mitään vaaraa.

Mitä tämä tarkoittaa potilaille? Tärkeintä on olla tietoinen mahdollisista oireista. Jos koet äkillistä näön heikkenemistä, näön sumenemista tai pimeitä alueita näkökentässäsi, ota ihan välittömäs-ti yhteys omalääkäriin tai silmälääkäriin. Mainitse aina terveydenhuollon ammattilaisille, että käytät semag-lutidia sisältävää lääkettä.

Lopuksi voidaan todeta, että kaikilla lääkkeillä on mahdollisia haittavaikutuksia, ja tärkeää on käydä säännöllisiä lääkärintarkastuksia sekä tiedostaa omas-ta terveydentilaan mahdolliset riskitekijät. Vaikka NAION on harvinainen, on olennaista, että potilaat ja lääkärit tuntevat tämän mahdollisen yhteyden voidak-seen toimia nopeasti tarvittaessa.

WHO WHO varoittaa uudesta antibioottiresistenssin aal-losta

Maailman terveysjärjestön mukaan antibiooteille vastus-tuskykyiset bakteerit leviävät nopeammin kuin aiemmin.

WHO:n tuoreen raportin mukaan antibioottiresistens-sin aiheuttamat infektiot lisääntyivät Euroopassa 15 pro-senttia viimeisen kolmen vuoden aikana. Erityi-sesti teho-osastoilla esiintyy bakteerikantoja, joihin mikään tunnettu antibiootti ei tehoa. Asiantuntijat painottavat, että antibioottien harkitumpi käyttö sekä uusien lääk-keiden kehittäminen ovat välttämättömiä estämään ”hiljaisen pandemian”, joka voi uhata tervey-denhuolto-järjestelmiä maailmanlaajuisesti.

TERVEYS Tutkimus: Päivittäinen kä-vely pienentää sydäninfark-tin riskiä

10 000 askelta päivässä tuo merkittäviä terveyshyötyjä Laaja yhdysvaltalaisitutkimus vahvistaa arkiliikunnan merki-tyksen sydänterveydelle.

Bostonin yliopiston tutkijat analysoivat lähes 50 000 aikuisen terveysdataa kymmenen vuoden ajalta. Va-iku-tus oli selvä: ne, jotka kävelivät päivittäin vähintään 10 000 askelta, sairastuivat sydän- ja verisuonitauteihin 40 % harvemmin kuin ne, joiden askelmäärä jäi alle 4 000:n. Asiantuntijoiden mukaan lyhyet kävelyt päivän aikana ovat yhtä tehokkaita kuin pitkä lenkki — tärke-intä on liike, ei rasitus.

IKÄÄNTYMINEN Japani hyväksyi ensimmäi-sen geeniterapian ikäänty-missairauksiin

Uusi hoitomuoto voi hidastaa soluvanhentumista Japanin terveysministeriö on antanut luvan maailman ensimmäiselle kliiniselle geeniterapialle, joka kohdistuu biologiseen ikääntymiseen.

Terapia käyttää viruksen kaltaista vektoria aktivoima-n solujen korjausmekanismeja. Ensimmäiset poti-laat ovat yli 60-vuotiaita, joilla on varhaisia merkkejä muistisairaudesta. Tutkijat painottavat, että kyse ei ole ”nuo-rennussrokotteesta”, vaan hoitomuodosta, joka voi hidastaa rappeutumista ja parantaa elämänlaatua. Tu-loksia odotetaan kahden vuoden sisällä.

TERVEYS Euroopan unioni rahoittaa mielenterveysohjelmaa nuo-rille

Uudet digipalvelut käyttöön kouluissa ja oppilaitoksissa

EU investoi 50 miljoonaa euroa mielentervey-den tukipalveluihin, jotka kohdistuvat erityisesti 13–25-vuotiaille.

Ohjelma sisältää matalan kynnyksen video-vastaanottoja, tekstichatteja ja tekoälyavusteisia mielialaseuranto-ja. Tavoitteena on vähentää jo-notusaikoja ja tunnistaa masennus sekä ahdistus aiemmin. Pilotit käynnistyvät Saksassa, Suomessa ja Espanjassa keväällä. Asiantuntijat toivovat, että digitaalinen tuki helpottaa terveyspal-veluiden ruuhkaa ilman, että hoitolaadusta tingitään.

MATKAILU JA TERVEYS Uusi malariarokote käyttöön Afrikassa

Ghana ensimmäinen maa, joka aloittaa laajan rokotus-kampanjan

Jatkuu sivulla 6

Jatko sivusta 4

PALKAT

Verohallinto: 40-vuotiaat hyvätuloisimmat

Suomalaisten tulojen painopiste on siirtynyt nuorempaan ikäluokkaan – nelikymppiset ke-räävät nyt eniten ansioita, kertoo Verohallinnon tuore tilasto.

Verohallinnon julkaisemien tuloverotilastojen mu-kaan vuonna 2024 eniten tuloja saivat 40–49-vuotiaat, yhteensä 37,8 miljardia euroa. Kymmenen vuotta aiem-min suurin tulonsaajaryhmä oli 50–59-vuotiaat, mutta tulojen jakautuminen on muuttunut sekä ansio- että pääomatuloissa.

Pääomatuloja kertyi eniten 50–59-vuotiaille, kun vielä vuonna 2014 suurimmat pääomatulot menivät 60–69-vuotiaille. Verohallinnon mukaan muutos heijas-taa sekä työelämän rakennetta että väestön ikäänty-mistä: yli 70-vuotiaita tulonsaajia on nyt selvästi enemmän kuin kymmenen vuotta sitten, ja 60–69-vuotiaat tekevät eläkkeellä ollessaan enemmän töitä.

Tuloverotilastot sisältävät veronalaiset ansiot sekä tie-tyt verovapaat erät, kuten luontoisedut ja kustan-nusten korvaukset. Verohallinnon ylitarkastaja Matti Lu-okkanen toteaa, että tulojen kehityksessä näky-vät yhtä aikaa pidempi työura ja muuttuva ikärakenne.

PÄÄOMATULOT

Verohallinto: Pääomatulot menevät miehille



Sukupuolten välinen ero pääomatuloissa on pysynyt lähes muuttumattomana kymmenen vuoden aikana, käy ilmi Verohallinnon uusista tilastoista.

Vuonna 2024 miehet saivat 71,7 prosenttia kaikista pääomatuloista Suomessa. Osuus on jopa hieman kas-vanut vuodesta 2014, jolloin vastaava luku oli 69,8 pro-senttia. Pääomatulot, kuten osingot, luovutus-voitot ja vuokratulot, keskittyvät edelleen selvästi miehille sekä euromääräisesti että saajien lukumää-rässä mitattuna.

Verohallinnon ylitarkastaja Matti Luokkanen toteaa, että ero kertoo miesten keskimäärin suuremmista pääomatuloista. ”Euromääräisesti miesten osuus näis-sä pääomatuloissa on vielä suurempi kuin luku-määris-sä mitattuna. Se kertoo siitä, että miesten keskimäärä-iset pääomatulot ovat keskimäärin suurem-pia kuin naisten”, Luokkanen sanoo.

Verohallinnon mukaan kehitys osoittaa, että pääo-matulojen sukupuolijakauma ei ole muuttunut mer-kit-tävästi vuosikymmenessä, vaikka palkkatuloissa on nähty lieviä tasoittumisen merkkejä. Tilasto haastaa julkista keskustelua varallisuuden jakautumisesta ja ta-loudellisesta tasa-arvosta.

OMALÄÄKÄRI Thl: Kainuussa kaikilla on nyt omalääkäri

Kainuu on ensimmäinen suomalainen hyvinvoin-tialue, joka on nimennyt omalääkärin kaikille asukkail-leen, kertoo Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Malli on osa pyrkimystä lisätä hoidon jatkuvuutta ja parantaa perusterveydenhuollon laatua.

Uuden omalääkärimallin myötä jokaisella kainuulai-sella on nimetty lääkäri sekä oma hoitotiimi, jotka vas-taavat kokonaisvaltaisesti potilaan terveydestä. Mallin tavoitteena on vähentää sairastavuutta ja kuol-leisuut-ta, parantaa hoidon laatua ja potilastyytyväisyyttä sekä hillitä kokonaiskustannuksia.

– Henkilökohtaisen hoitosuhteen jatkuvuus on kan-sainvälisen tutkimusnäytön mukaan keskeistä laa-duk-kaassa perusterveydenhuollossa, sanoo THL:n yli-lääkäri Sara Launio.

Seitsemänhyvinvointialuetta sailisärähoitustavuoden 2025 kestävän kasvun ohjelmasta omalääkäri-mallien kehittämiseen. Kainuu toimii edelläkävijänä, ja muiden alueiden on tarkoitus laajentaa mallejaan vaiheittain koko väestöön. Käytännössä se tarkoittaa, että yhä use-ampi suomalainen voi tulevaisuudessa saada pitkäai-kaisen henkilökohtaisen yhteyden terveydenhuoltoon, mikä parantaa hoidon laatua ja potilasturvallisuutta.

JOULU

Nykyaikainen versio jouluevankeliumista



Oli joulukuinen ilta. Kaupungin kadut kimaltelivat keinovaloilla ja joulukoristeilla. Ihmiset kiiruhtivat edestakaisin paketit käsissään, kun taas autojen jarruvalot muodostivat punaisen joen teille.

Mary istui keittiön pöydän ääressä pienessä asunnossa, jonka hän jakoi Josephin kanssa. Hän hyväili kasvavaa vatsaansa ja katsoi ulos ikkunasta, jossa lunta alkoi sataa raskaina hiutaleina. Josef tuli ovesta sisään hengitys kurkussaan. Hän oli ollut ulkona koko päivän etsimässä paikkaa lähempänä sairaalaa, jossa he voisivat nukkua, kun aika tuli.

”Maria, olen kokeillut kaikkea”, hän sanoi ja otti hatun pois. ”Olen soitellut ympäriinsä ja puhunut kaikkien tuntemieni ihmisten kanssa. Hotellit ovat täyteen varattuja, ja asuntojen vuokraajat haluavat hullun määrän rahaa.

Maria hymyili hänelle rauhallisesti huolestuneesta ilmeestään huolimatta. ”Se onnistuu, Josef. Niin käy aina. Olemme yhdessä, ja se on tärkeintä.

Josef istuutui häntä vastapäätä, silitti kädellä hänen päätänsä ja huokaisi. ”Tiedän, mutta haluan, että sinulla ja vauvalla on hauskaa. Se ei ole mikä tahansa yö, joka odottaa.

Juuri silloin Marian puhelimesta kuului

piippaus. Hän luki viestin ja alkoi nauraa. ”Mikä se on? Josef ihmetteli. ”Se on vanha ystäväni”, Maria sanoi. ”Hänellä on varasto, joka on tällä hetkellä tyhjä. Se ei ole paljon, mutta hän sanoo, että voimme lainata sitä tarvittaessa.

”Varastohuone? Josef näytti epäilevältä. ”Onko siellä edes lämmintä?

”Hän kirjoitti, että siellä on tuulettimen lämmitin ja peitot”, Maria sanoi. ”Se on parempi kuin ei mitään, eikö olekin?

Josef epäroi, mutta hän näki päättäväisyyden hänen silmissään. –Kaikki hyvin. Minä pakkaan auton”, hän sanoi lopulta. ”Me menemme sinne.”

He ajoivat kaupungin läpi, joka oli nyt hiljainen valkoisen lumipeitteen alla. Varasto oli laitamilla, vanhan varaston takana. Se oli yksinkertaisesti kalustettu, vain yksi patja lattialla ja muutama laatikko pinottu seinille. Mutta se oli lämmin ja suojassa säältä. Maria vajosi patjalle helpotuksen huokauksella. ”Tästä tulee täydellinen”, hän sanoi.

Yö putosi ja tähdet syttyivät taivaalle. Josef istui Marian vieressä ja piteli häntä kädestä, kun tämä yhtäkkiä tarttui hänen käsivarteensa.

”On aika, Josef. Tunnen sen.

Josefin kasvot muuttuivat kalpeiksi, mutta hän nousi nopeasti ylös. Hän ei ollut tehnyt mitään tällaista aiemmin, mutta Maria pysyi rauhallisena ja opasti hänet sen läpi. Muutaman tunnin kuluttua pieni varastohuone täyttyi uudesta äänestä – vauvan ensimmäisestä huudosta.

Maria piteli vauvaa sylissään ja hymyili väsymyksestä huolimatta. Josef katsoi heitä

kyyneleet silmissään.

”Hän on täällä”, Maria sanoi hiljaa.

”Meidän poikamme.

Yhtäkkiä he kuulivat askeleita oven ulkopuolelta. Josef avasi oven varovasti, ja häntä vastassa oli kolme miestä, jotka seisovalivat sisään paketit käsissään. He näyttivät odottamattomilta - yhdellä heistä oli puku, toisella oranssi takki kuriiyritykseltä ja kolmas näytti pitkän matkan matkustajalta, jolla oli kulunut reppu.

”Anteeksi, että häiritsem meitä”, sanoi pukuun pukeutunut mies. ”Mutta näimme valon ikkunasta ja kuulumme tilanteestasi. Halusimme vain antaa sinulle jotain.

He astuivat sisään ja luovuttivat lahjansa. Ensimmäinen mies antoi lapselle kultaisen kaulakorun. ”Tämä on symbolista”, hän sanoi. ”Muistuttaa sinua hänen arvostaan.

Toinen mies ojensi suitsukelaatikon. ”Tuoksu, joka rauhoittaa”, hän sanoi.

Kolmas mies laski kermapurkin. ”Tämä on hyvä herkälle iholle”, hän sanoi. ”Käytän sitä itse.

Maria ja Josef kiittivät heitä eleestä häkeltyneinä. Kun miehet lähtivät, he istuivat hiljaa, ja lapsi nukkui nyt Marian sylissä.

”Maailma on outo”, Josef sanoi katsoen Mariaa. ”Mutta joskus se näyttää parhaan puolensa.

Maria nyökkäsi ja veti peiton tiukemmin itsensä ja vauvan ympärille. ”Hän on jo tuonut meidät lähemmäksi muita ihmisiä. Kuvittelen vain, mitä hän merkitsee maailmalle.

Josef kietoi kätensä heidän molempien ympärille, ja he istuivat yhdessä, samalla kun tähti loisti erityisen kirkkaana heidän turvapaikkansa yllä.

ELÄMÄN VAIHEET

Tyhjän pesän syndrooma – kun lapset lähtevät kotoa



Se on aika, jonka meidän kaikkien on kohdattava ennemmin tai myöhemmin – kun lapset ovat muuttaneet pois kotoa ja asunto tai talo tuntuu yhtäkkiä tyhjältä. The Empty Nest Syndrome,Tyhjän pesän syndrooma on surun ja menetyksen tunne, jota monet vanhemmat kokevat, kun heidän lapsensa lähtevät pesästä aloittaakseen oman elämänsä. Mutta mitä tämä oikeastaan tarkoittaa?

Menetyksen tunteet
Suru: Monet vanhemmat tuntevat syvää surua, kun he huomaavat, etteivät heidän lapsensa enää ole osa jokapäiväistä elämää. Se voi olla tyhjyyden tunne, jota on vaikea pukea sanoiksi.

Epävarmuus: Monien vuosien vanhemmuuden jälkeen voi olla pelottavaa kohdata yhtäkkiä epävarma tulevaisuus. Mitä tehdä kaikella jäljellä olevalla ajalla?

Ilo: Toisaalta voi myös olla iloa ja ylpeyttä siitä, että lapsi on kasvanut aikuiseksi ja ottaa ensimmäiset askeleensa kohti itsenäisyyttä.

Tyhjyyden käsittely
Miten sitten pääset eteenpäin, kun tyhjiys iskee? Tässä muutamia ehdotuksia:

Luo uudet rutiinit: On hyvä idea luoda uudet rutiinit täyttämään aiemmin lasten hoitoon käytetty aika.

Harrastukset ja kiinnostuksen kohteet: Nyt on erinomainen hetki löytää vanhoja kiinnostuksen kohteita uudelleen tai kokeilla uusia. Ehkä on aika maalata, puutarhanhoidossa tai opetella soittamaan soitinta?

Matkustaminen: Matkojen suunnittelu, sekä lyhyiden että pitkien, voi olla jännittävä tapa tutkia maailmaa ja nauttia elämästä.

Sosiaaliset aktiviteetit: Ajan viettäminen ystävien kanssa ja osallistuminen sosiaaliisiin aktiviteetteihin voivat auttaa täyttämään syntyvän tyhjiön.

Uusi alkua
Tyhjän pesän syndrooman ei tarvitse olla vain surullista aikaa. Sitä voidaan myös pitää mahdollisuutena uusiin alkuihin. Vanhemilla on nyt mahdollisuus löytää itsensä uudelleen ilman, että heidän tarvitsee jatkuvasti miettiä lastensa tarpeita. Se on aika keskittyä omiin unelmiisi ja tavoitteisiisi.

Joten seuraavan keran, kun tyhjyyden tunne hiipii sisään, muista, että se on myös itsensä löytämisen ja uteliaisuuden aikaa. Elämä on täynnä mahdollisuuksia, ja joskus ne tulevat silloin, kun vähiten odotamme.

Jatko sivusta 5

Maailman toinen markkinoille hyväksytty malariarokote, nimeltään R21/Matrix-M, otetaan käyttöön Länsi-Afrikassa.

Rokotteen on todettu vähentävän vakavia tautitapauksia jopa 75 prosenttia alueilla, joissa malaria on yleistä. Rokote kehitettiin Oxfordin yliopistossa yhteistyössä afrikkalaisten tutkijoiden kanssa. WHO:n mukaan rokotteen laaja käyttöönotto voi pelastaa jopa satojatuhansia lapsia vuosittain. Rahoitusta hankkeelle ohjaa Gavi, rokoteallianssi.

YLIPAINO

Sokerittomat juomat eivät vähennäkään liikalihavuutta

Laaja meta-analyysi yllättää ravitsemustutkijat Uusi kansainvälinen tutkimus väittää, että kevyet virvoitusjuomat eivät ehkäise painonnousua.

Harvardin ja Sydneyn yliopistojen tutkijat tarkastelivat 20 vuoden tutkimusaineistoa ja havaitsivat, että sokerittomien juomien kulutus liittyi yhtä usein painonnousuun kuin tavallisen limsan käyttö. Selitys voi piillä siinä, että makeutusaineet lisäävät makeanhimoa ja ruokahalua. Suositus tutkijoilta on selvä: paras juoma sekä painonhallinnan että terveyden kannalta on vesi.

MIGRÄÄNI

Australiassa markkinoille uusi lääkitys krooniseen migreeniin

Lääke perustuu CGRP-vasta-aineisiin Australian lääkeviranomainen on hyväksynyt uuden lääkkeen, joka estää migreenikohtauksia jopa puolella potilaista.

Lääkitys toimii salpaamalla CGRP-nimistä neurokemikaalia, joka liittyy päänsärkyjen syntyyn. Potilailla koh- taukset vähenivät keskimäärin 8:sta 3:een kuukaudessa. Hoito annetaan pistoksena kerran kuussa. Migreeni-nyhdistykset toivovat, että lääkitys tulee pian myös julkisen terveydenhuollon korvauksen piiriin.

UNILÄÄKKEET

USA:ssa tutkitaan unilääkeiden pitkäaikaisia riskejä

Tietoa kaivataan erityisesti vanhusväestöstä Yhdysvalloissa käynnistyi liittovaltion tutkimus, joka selvittää unilääkkeiden vaikutuksia yli 65-vuotiaisiin.

Asiantuntijat pelkäävät, että pitkäaikainen käyttö saat- taa lisätä kaatumisriskiä, muistihäiriöitä ja jopa demen- tian kehittymistä. Tutkimus kestää viisi vuotta ja siihen osallistuu yli 10 000 potilasta eri osavaltioista. Lääkä-reitit kehoitetaan toistaiseksi suosimaan ei-lääk- keellisiä uni- häiriöiden hoitomuotoja kuten rentoutusta ja uniopastusta.

KIRJALLISUUS

KIRJALLISUUS

Adlibriksen myydyimmät 2025: Dan Brown ykkösenä – suomalaiset tekijät vahvasti esillä

Verkkokirjakauppa Adlibris julkaisi vuoden 2025 myydyimpien kirjojen top-listat, jaärkeen nousse- e kansain- välinen jännityskirjailija Dan Brown teoksellaan Salaisuuksien salaisuus.

Samalla kotimaiset kirjailijat Satu Rämö ja Finlandia-palkittu Monika Fagerholm ovat vahvasti esillä myy- dyimpien kirjailijoiden joukossa. Brownin teos oli myydyin sekä kaunokirjallisuudessa että kokonaismyynnis- sä, kun taas Rämön dekkari Tinna ja Fagerholmin Finlandia-voittaja Eristystila menestyivät erikseen listan kärjessä. Toplistojen laaja kirjo kertoo lukijoiden moninaisista kiinnostuksen kohteista: kaunokirjallisuuden, tietokirjalli- suuden, hyvinvointiteosten ja lasten kirjojen kategoriat ovat kaikki edustettuina vuoden 2025 suosituimmissa teoksissa. Listalle ylsi myös muun muassa Sauli Niinistön ulko- ja turvallisuuspolitiikkaa käsittelevä teos sekä neulekirja, joka yhdistää käsityöhön ja hyvinvointiin liittyvät teemat. Lukijat ovat siis tänä vuonna etsineet niin viihdyttäviä tarinoita, ajankohtaista tietoa kuin arjen hyvinvointiin liittyviä lukukokemuksia.

Lähde: Adlibris Finland Oy tiedote, 19.12.2025.

TEKOÄLY

GEMINI 3

Gemini 3 – merkittävä tekoälyn askel eteenpäin

Valmistaudu hämmästyämään! Google on juuri julkaissut uusimman version huippuluokan tekoälymallistaan, Gemini 3:sta, ja se on suorastaan vallankumouksellinen. Tämä ei ole pelkkä päivitys;

Se on valtava edistysaskel tekoälyssä, joka rikkoo sitä, mitä luulimme mahdolliseksi.

Yksi upeimmista uusista ominaisuuksista on sen huomattavasti laajennettu kontekstiikkuna. Kuvittele tekoäly, joka pystyy ymmärtämään ja käsittelemään uskomattoman pitkiä, monimutkaisia virtoja—kokonaisia kirjoja, tunteja videoita tai valtavia määriä dataa—kaikki kerralla, menettämättä yksityiskohtien otetta. Gemini 3 pystyy juuri tähän, mikä johtaa paljon johdonmukaisempiin, vivahteikkaampiin ja oivaltavampiin vastauksiin kuin koskaan aiemmin. Tämä on pelin muuttaja kaikkeen monimutkaisista koodausprojekteista syvälliseen tutkimukseen ja luovaan kirjoittamiseen.

Mutta innovaatiot eivät lopu siihen. Gemini 3:ssa on parannetut multimodaaliset ominaisuudet, eli se ei ymmärrä pelkästään tekstiä; Se todella ymmärtää ja integroi saumattomasti tietoa kuvilla, äänellä ja videolla. Voit syöttää sille asiakirjan, kokoustallenteen ja relevantin kuvan, ja se luo yhteyksiä ja tarjoaa yhteenvetoja, jotka ovat järkyttävän tarkkoja ja älykkäitä. Tämä uusi versio on suunniteltu intuitiivisemmaksi, tehokkaammaksi ja lopulta hyödyllisemmäksi monissa sovelluksissa. Se lupaa muuttaa tapaa, jolla olemme vuorovaikutuksessa tekoälyn kanssa, helpottaen monimutkaisia tehtäviä ja avaten ovia täysin uusille innovaatiomukadoille. Valmistaudu, sillä tekoälyn tulevaisuus on täällä, ja sen nimi on Gemini 3!-----

GEMINI 3

Mikä on Gemini 3:n hinta?

Gemini 3:n hinnoittelu ja pääsy on jaettu eri tasoihin kuluttajille, opiskelijoille ja kehittäjille. Tässä on yleiskatsaus siitä, onko Gemini 3 ilmainen ja mitä täysimittaiset versiot maksavat:

Ilmainen pääsy (perusmalli)
Kyllä, Gemini 3:n perusmalli on saatavilla ilmaiseksi. Alusta: Saatavilla Gemini-sovelluksen kautta (verkkona ja mobiililla).

Ominaisuudet: Tämä ilmainen taso tarjoaa perustoi- minnallisuuden tekoälyssä, mukaan lukien yksinkertaiset tekstichatit, päättelytehtävät ja helpon multimedia- ymmärryksen.

Rajoitukset: Sillä on rajallinen pääsy edistyneimpiin ominaisuuksiin, kuten erittäin pitkään konteksti-ikkunaan ja korkeimpiin päättelykykyihin.

Maksulliset tasot (Pro- ja Ultra-mallit)
Gemini 3 Pron ja Gemini 3 Ultran täysi teho – huomattavasti laajennettu kontekstiikkuna, kehittyneet multimodaaliset ominaisuudet ja syvällisempi päättely – vaatii maksullisen tilauksen tai maksullisen tilauksen.

MAAILMA

EDITH PIAF

110 vuotta Edith Piafin syntymästä

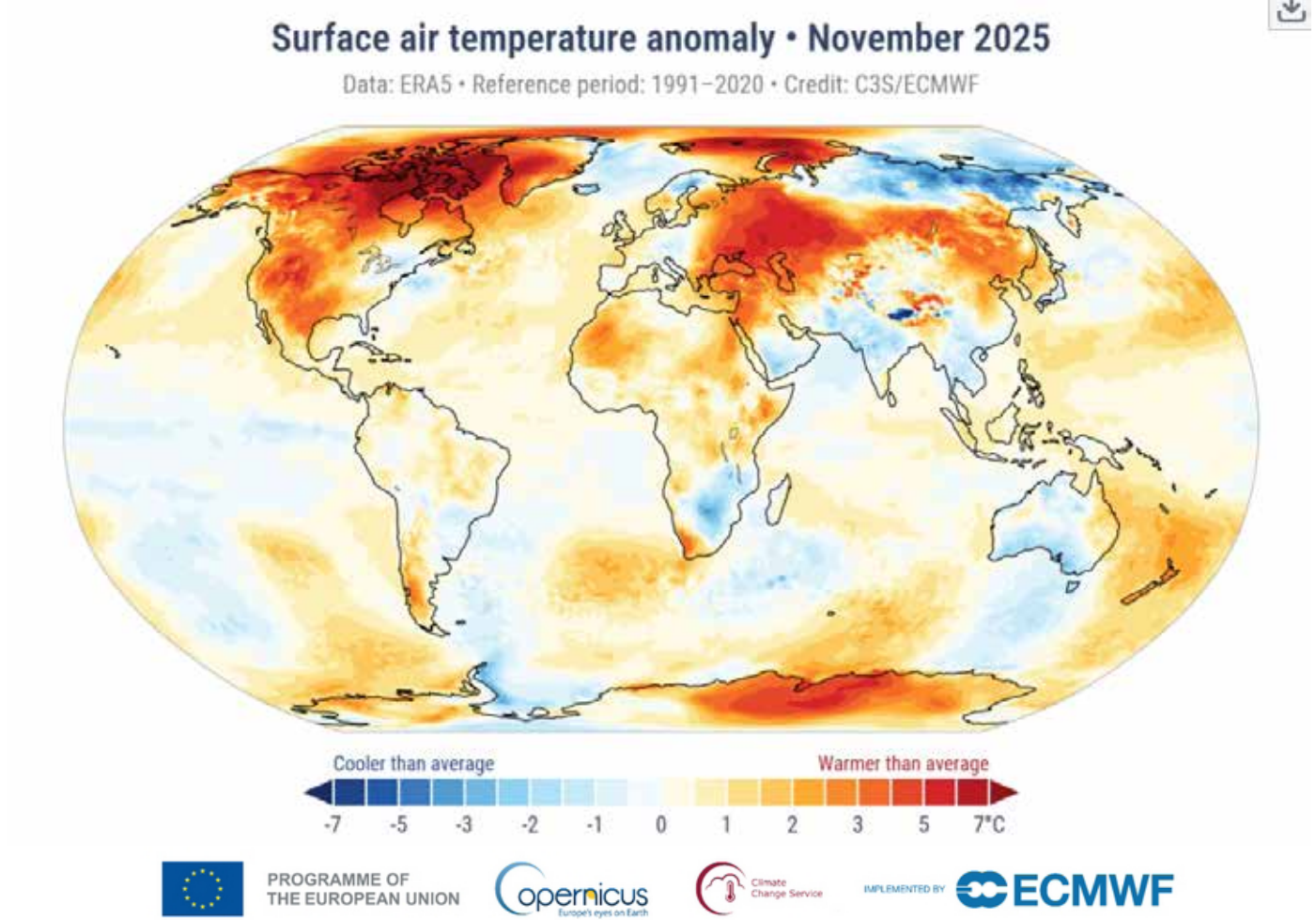


110 vuotta sitten, 19. joulukuuta 1915, Pariisissa syntyi tyttö, joka kantoi äänessään koko Ranskan surua, kaipausta ja uhmaa.

Edith Piaf – ”pieni varpunen” – kasvoi äärimmäisessä köyhyydessä, katujen julmuuden ja väliaikaisten ihmisten ympäröimänä. Alusta alkaen hänen elämänsä oli täynnä selviytymistä. Hän lauloi ensin kolikoista jalkakäytävillä, mutta hänen äänensä oli suurempi kuin katu. Se kantoi mukanaan pimeyttä, jota ei voitu ratkaista: lapsen menetys, väkivaltaiset ihmissuhteet, riippuvuus, sairaus ja jatkuvat onnettomuudet. Jokainen tragedia asettui hänen lauluihinsa, ikään kuin kipu olisi polttoaine, joka piti hänet hengissä. Kun Piaf lauloi La vie en rose tai Non, je ne regrette rien, se ei ollut tunne – se oli tunnustus. Hän lauloi kuin jokainen nuotti voisi olla viimeinen. Yleisö kuuli ei vain yhden laulajan, vaan elämän palavan heidän edessään. Hän kuoli vuonna 1963, vain 47-vuotiaana, uupuneena ja murtuneena. Silti Edith Piaf elää edelleen, sukupolvi toisensa jälkeen. Hänen äänensä muistuttaa meitä edelleen siitä, että rakkaus voi olla tuhoisaa, elämä armo- ton – ja taide kuolematon. Musikaaliteatteri Piaf – En kadu, että mikään jatkuu City Theatressa kevääseen 2026 asti. Kuva: Wikimedia Commons, Studio Harcourt, Public Domain

ILMASTONMUUTOS

Copernicus: 2025 – Maa kuumenee, raja rikottu: uusi aikakausi käynnissä



Surface air temperature anomaly for November 2025 relative to the November average for the period 1991–2020. Data source: ERA5. Credit: C3S/ECMWF.

Maa­ilman­laajuiset ilmas­to­tie­dot­to­et­ta 2025 piir­tä­vät synk­kiä, mut­ta kirk­kaas­ti näh­tä­viä lin­joja: vuosi on menos­sa kohti ase­maa toise­na — tai kolman­tena — läm­pi­mim­pänä kos­kaan mitat­tu­na.

Tie­dot pal­jas­ta­vat: tam­mi­kuu–mar­ras­kuu 2025 glo­baali läm­mön­poik­keama on ollut noin 1,48 °C esi­teolli­seen aikaan (1850–1900) ver­rat­tu­na — sama kuin vuon­na 2023. Mar­ras­kuu yksin­ään ylsi 1,54 °C poik­keama­an, ja siitä muo­dos­tu­i glo­baas­ti kol­man­neksi läm­pi­min mar­ras­kuu mit­taushis­to­riaas­sa.

Lisäksi en­nusteet osoi­ta­vat: kolmen vuoen (2023–2025) glo­baali kes­ki­arvo voi ensi kertaa ylitt­ää kriit­ti­sen 1,5 °C rajapyy­kin. Tämä mer­kit­see uutta aika­kau­ta — erään­lais­ta “uuden normaalin” alku­a.

Läm­mön jatku­va kiih­ty­minen – 2025 ei ole poik­keus, vaan osa tren­diä

Vai­kka vuoen 2024 en­nä­ty­slämpö jäi taak­se, 2025 jat­kaa pol­kua, jossa lähes jokai­nen kuukausi kuuluu läm­pi­mimpien jouk­koon.

Eri­tyisen hälyt­tä­vää on ha­vain­to: vuosina 2015–2025 mitatuista yksit­täis­istä vuosista ne yksitoista sisältyvät mit­taushis­to­rian 11 läm­pi­mimpään, ja vii­meiset kolme (2023–2025) erot­tu­vat kuumimpina ka-

ikista.

Tämä osoit­taa, että maa­ilman­laajui­nen läm­peneminen ei ole enää satun­nainen poik­keus – se on uusi to­delli­suus

Mikä on vaaka­laidalla – ilmas­to, elämä, tule­vai­suus

Lämpötila­poik­keamat eivät ole vain numeroita: ne ovat varoit­uksia – va­roit­uksia, joita planeetta meil­le antaa.

- Luonto ja ekosys­teemit: Jäätiköt ja merijää hupenevat, arktiset alu­et läm­penevät, merien lämpötila ja happamuus kas­va­vat – lajeil­le, jotka on sopeut­tu viileyteen, aika käy vähiin.

- Ilmas­to- ja sää­ilmiöt: Lämpö houkuttelee myrskyjä, rankkasateita, hirmumyrskyjä – ennen­nä­ke­mättömät sää­ilmiöt uhkaavat miljoonia ihmisiä.

- Ruoka- ja vesiturva: Alkavat epä­vakaa sade-

määrä, kuivuus, ääri­lämpö ja muuttuvat kasvuolosuhteet nakertavat ruuantuotantoa, vesivaroja ja elin­mahdollisuuksia.

- Ihmisten terveys ja yhteiskuntien haavoittuvuus: Kuumuus, nälkä, pakolaisuus, eriarvoisuus – heikoimmat kärsivät eniten.

- Ilmas­to­kie­re ja peruuttamattomat muutokset: Mitä lämpimämpää, sitä enemmän palautetta – meret läm­penevät, jää sulaa, kasvi­huonekaasut kertyvät, ja kierteen pysäyttäminen vaikeutuu.

Kyse ei ole vain “hiukan lämpimämmästä tulevaisuudesta” – kyse on koko planeetan, ihmiselämän ja biodi­versiteetin tulevaisuudesta.

Hälytys – ja kehoitus toimia nopeasti

Nämä tutkimukset ja ilmastovaroitukset eivät

ole spekulatiota. Ne ovat kovaa faktaa – ja ne näyttävät suun­nan. Nopeita, määrätietoisia toimia tarvitaan: kasvi­huonekaasupäästöjen radikaalia vähentämistä, fossiilisten polttoaineiden korvaamista, sitoutumista kestävään energiantuotantoon ja ympäristö­stäväliseen tuotantoon – sekä sopeutumista ilmas­ton muuttuneeseen to­delli­suuteen, missä riskit ovat suuret ja jäljet peruuttamattomia.

Vai­kka 1,5 °C:een yl­tä­minen kuulostaa rajulta, on selvää että rajat on jo ylitetty – ainakin het­kellis­esti. Nyt on kysymys: paluusta vai peruuttamattomasta muutoksesta?

2025 saattaa jäädä historiaan sekä hälytyksenä – että muistutuksena: emme enää elä siirtymäkaudessa. Olemme uudessa ilmas­toerässä. Ja se vaatii meiltä kaikki mukaan – ennen kuin on liian myöhäistä.

UKRAINE PRESIDENT

Russia’s Assets Must Be Used to Defend Against Russian Aggression and to Build What Was Destroyed by Russian Attacks – Address by the President to the Participants of the European Council Meeting



18.12.2025
Thank you so much, dear António, dear Ursula, Dear leaders,
I’m grateful to you for your attention to Ukraine and for the support that has helped us save so many lives since 2022. We have all come a long way – and yes, there were many, many, really many challenges and

moments of doubt. But the fact remains – Europe achieved a lot, and Putin didn’t break Ukraine, and he didn’t make Europe look like a loser.

And in fact, on every major issue where Europe stood up to protect itself, its way of life, and Ukraine – Europe turned out to be right, and it delivered real results. Russia has lost – in literally everything it tried to use to threaten or break us, break Europe.

And Europe has demilitarized Russia’s gas weapon – the continent no longer lets Moscow manipulate it with energy. And this is a historic achievement to my mind– something that just a few years ago seemed almost impossible. Russia hoped that Europe’s defense support for Ukraine and the growth of Europe’s defense industry would collapse – but that didn’t happen either. Russia cheered and hoped for Europe’s political downfall when the American Administration

changed – but again, Russia failed. The EU’s leadership and many, many national leaders did what was needed to protect Europe’s interests. And Europe has learned how to neutralize the toxic political forces that Moscow funded for years to divide and weaken the EU. And yes, Russian hate propaganda is still out there, especially on social media. But it hasn’t broken the most important network that holds Europe together – the network of solidarity. A solidarity that lives not just in official institutions or among leaders, but in people’s hearts.

The vast majority of Europeans still see Russia as the only one to blame for this war. And sure, some people in Europe still enjoy flying to Moscow. But let’s be honest, most Europeans understand this – selling out moral values and European interests in Moscow will never become the European mainstream. It will always be the business of outsiders – not of real leaders.

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

VIIKON TAIDE-ELÄMYS



Fanny Churberg
12.12.1845 i Vasa - 10.5.1892 i Helsingfors
Vinterlandskap, Talvimaisema, Winter Landscae 1860-1869

KOVINA AIKONA Kertomus Suomen viimeisten nälkävuosien ajoilta Kirj. KARL A. TAVASTSTJERNA Suomentanut Juhani Aho Osa 12.

Eikä se näy tekevän minun harvinaisia vieraitanikaan sen iloisemmiksi.

— Ei, minusta on ikävää, että semmoinen mies kuin te, jolla on niin suuri vaikutusala, joutuu niin hyödyttömiä asioita ajattelemaan, sanoi rouva von Blume melkein sydämellisesti. Ajatelkaa, kuinka paljon te voisitte auttaa köyhiä, jos vain luulisitte sen hyödyttävän.

— Hm — minä autan heitä tietämättäni, niin kuin Blume sanoo. Olen nytkin, kiireimpänä työaikana ... no niin, mitäpä me hänestä pitemmältä puhellemme? Olen liiaksi järkemies voidakseni tehdä hyvää niin kuin te tahtoisitte, rouva von Blume. Minua ei tyydytä heittää almuja mereen kuivatakseni sitä aikaa voittaen, mutta sen teette te, rouva von Blume! Chacun a son qout, niin kuin ranskalainen sanoo. Ja minä iloitsen, että meillä kuitenkin muissa asioissa on samat taipumukset.

Ovet avautuivat ja puuhaavin askelin tuli palvelija valkeissa hansikkaissa ja tarjosi kahvia vieraille. Kahvin juotuaan pöl-

tivat herrat sikarin ja tehtiin kävelyretki puutarhaan. Mutta äskeisestä keskustelusta oli kuitenkin jäänyt mieliin jonkunlaista painostusta. Se oli koskettanut elämän suuria kysymyksiä, ja kun seura­elämässä satutaan niihin tuleman, niin huomataan usein, että hyvä seurustelutapa on vain tarpeellinen, sileä ja kaunis peite, joka kattaa mitä erilaisimmat mielipiteet. Hienotuntoisten ihmisten kesken ovat mielipiteet epä­mukavia ja hävittävät helposti sen, mitä viehättämishalu on rakentanut.

Rouva von Blume, joka oli hyvin miellyttävä seuraihminen, oli varomattomasti antanut hyvän tahtonsa ja ihmisrakkautensa saattaa itsensä lausumaan niitä mietteitä, jotka ehdottomasti tunkivat hänen mieleensä, kun hän näki kaiken tuon komeuden Herrasaaren hovissa. Hän oli tottunut puhumaan suoraan ja kur­sailematta kapteeni Thoreldin kanssa tämän käydessä Kotkai­sis­sa eikä ollut ajatellut, minkä vaikutuksen hänen suorapuheisuutensa nyt tekisi. Puhelu, joka oli alkanut niin yksinkertaisesti ja mitä parhaimmussa tarkoituksessa molemmilta puolin, oli yhtäkkiä muuttunut itsepuolustukseksi kapteenin puolelta. Rouva oli mielestään ollut epä­hieno ja tungetteleva täällä isännän omassa kodissa ja hän kadotti kokonaan tavallisen, iloisin hy-



väntuulensa ja tuntui mielestään epäonnistuneelta.

Kapteeni Thoreld taas oli hiukan pettynyt toiveissaan. Hän oli odottanut heidän vierailuaan kenties vähän liiankin kiihkeästi ikäisekseen, ja siitä oli tullutkin kosto miltei ihan heti paikalla.

Hän kuljetteli vieraitaan puutarhassa, mutta ei tuntenut enää samaa iloista tyytyväisyyttä Herrasaarestaan kuin äsken. Hänen kauniit ja komeat laitoksensa eivät olleetkaan miellyttäneet rouva von Blumea, vaan päin vastoin tympäisivät, ja hän piti varmana, että äidin ajatukset olivat tyttärenkin. Sillä tämänkin käyskenteli täällä niin kuin harmaa varpunen kullatussa häkissä — hän ei kuulunut tänne laisinkaan. Blumelaiset oli nähtävä koto­naan heidän omassa somassa ja yksinkertaisessa ympäristös­ään. Siellä hän sai aina esille vanhan paimensinfoniansa, täällä se särkyi. Hän oli melkein suuttunut kauniiseen Herrasaarensa ja hän voi ymmärtää, kuinka loisto ja komeus loukkaa tuota pu­rita­nista totisuutta, jonka ankaria periaatteita hänkin tavallaan kunnioitti.

Mutta oli miten oli — hänen täytyy hajottaa pois pilvet, ja hän turvautui tuohon tehtyyn iloisuuteen, jonka aina täytyy kuulua hyvin kasvatetun miehen sivistykseen.

Sen sijaan että olisi mennyt näyttämään heille kasvitarhaansa, joka oli hänen ylpeytensä, vei hän heidät puoleksi ruohoit­tu­nuta käytävää myöten vanhaan huvimajaan, joka oli rakennettu kallion kielekkeelle järven rannalle. Täällä kukki jo orvokki puolukanvarsikossa, hongat humisivat yksitoikkoisesti ja Her­rasaari kaikkine hienouksineen oli puutarhan peitossa. Kapte-

enin onnistuikin saada mielet yhtä iloisiksi kuin ne olivat Kot­kai­sis­sa­kin, hän pani kaikki voimansa liikkeelle, että äskeiset ikävät puheet unhottuisivat, ja hän sai neiti Louisenkin ottamaan osaa puheluun pienellä, hauraalla työtäänellään, joka helposti muuttui kimeäksi, kun hän innostui.

He poimivat orvokkeja ranta­äy­r­ääl­tä, nakkelivat voileipiä ja olivat luonnollisia. Varatuomari ja kapteeni keskustelivat vuodentulon toiveista, puhuivat siitä, kuinka välttämätöntä olisi, että hallitus ryhtyisi asiaan, jos hätä tulisi, ja päättivät sitä varten lähettää senaattiin kirjelmän, jonka alle olisi hankittava paik­kakunnan maanviljelijäin nimiä. Tämä ihmisystävällinen päätös haihdutti loput rouva von Blumen pahasta tuulesta. Hän oli iloinen siitä, että näin ilman laseja ja karahviineja voitiin iloita luonnon helmassa Herrasaaressakin ja oli jo kadottanut kaiken vastustelemishalunsa.

Kun päivällisaika läheni, käveli kapteeni kotiin rouvan käsi toisessa ja tyttären käsi toisessa kainalossaan, ja kaikki olivat he tyytyväisiä ja iloisia. Mutta ponnistukset tämän mielen­tilan saavuttamiseksi eivät olleet antaneet kapteenille ollenkaan aikaa itse nauttia rauhallisesta, tyynestä maalaiselämästä, joka olisi ollut hänen suurin ilonsa. Mutta nyt aikoi hän sitä enemmän antautua siihen päivällistä syödessä, ja hän kiiruhti pihan vähän ennen vieraitaan muuttaakseen ruokalistaa vähän yksinkertai­semmaksi ja ennen kaikkea katsoakseen, ettei mitään kalliita viinejä asetettaisi esille, niin kuin hän ensin oli ajatellut.

PODCAST

”KAKSIKIELISYYS ON TERVEEL-LISTÄ AIVOILLE”



Mukana:
Mats – vähän vitsaileva, itseironinen.
Oskar – hieman vakavampi, mutta silmisen pilke.

Johdanto
MATS: Hei ja tervetuloa Hjörn-gympa & språkbyte -podcastiin, jossa annamme iskun aivojen sopeutumiskyvyille – ja erityisesti tänään tälle asialle, joka liittyy kielten osaamiseen. Nimeni on Mats.
OSKAR: Ja nimeni on Oskar. Hei! On aika sukeltaa hieman siihen, miten aivot oikeasti toimivat – kahden kielen mielessä pitäen ja miten se joskus tuntuu jonglööreiltä huvipuistossa.
MATS: Juuri niin. Joten istu alas, päästä irti puhelimestasi (mutta vain hetkeksi) ja aloitetaan.

Osa 1: Sisäänkäynti ja arjen esimerkkejä
MATS: Okei, Oskar – jos olet kieliystävä, sano: oletko koskaan kokenut, että melkein sanat sanan ruotsiksi, ja sitten suomen sana hyppää keskelle?
OSKAR: Haha, kyllä, sitä sattuu. Istun ja puhun ruotsia, ajattelen ”nyt aion sanoa...” – ja sitten pam: suomalainen sana ilmestyy. Ja tiedät miten käy – minun täytyy pysäyttää itseni.
MATS: Juuri niin! Ja tämä, ystäväni, on itse asiassa esimerkki siitä, mitä tiedemiehet tarkoittavat, kun he sanovat, että aivot taistelevat jatkuvasti kielten kanssa. Molemmat kielet ovat ”päällä” samaan aikaan – ja jotta voisimme käyttää oikeaa kieltä, meidän täytyy aktiivisesti hidastaa toista.
OSKAR: Sinulla on kaksi radiokanavaa päällä samaan aikaan ja sinun täytyy painaa ”mykistys” toisessa tarkentaaksesi.
MATS: Juuri niin! Se on vähän kuin aivoharjoitusta.

Osa 2: Tieteellinen näkökulma
OSKAR: Joten tässä on se juttu: kun aivot työskentelevät kahden tai useamman kielen kanssa, ne eivät ole pelkästään passiivinen vastaanottaja – ne aktiivisesti valitsevat, vaihtavat ja estävät. Tutkimukset osoittavat, että kaksikielisillä ihmisillä on usein paremmat toimeenpanotoiminnot – kuten tarkkaavaisuus, impulssikontrolli ja kyky vaihtaa tehtävien välillä. Esimerkiksi Ellen Bialystok osoitti jo vuonna 2001, että kaksikieliset lapset ja aikuiset suoriutuivat tällaisissa tehtävissä paremmin kuin yksikieliset lapset. (Bialystok 2001)
MATS: Aha, eli kyse ei ole vain ”kahden kielen osaamisesta” ja sitten mukavasta istumisesta ja lepäämisestä – ei, aivot saavat liikuntaa!
OSKAR: Juuri niin. Kun tarkastelemme rakennetta – aivokuvantamisen avulla – huomaamme, että kaksikielisillä ihmisillä on usein suurempaa tai tiheämpää harmaata ainetta kieli- ja kontrollialueilla, ja heillä on parempi valkean aineen eheys – mikä helpottaa signaalien nopeampaa lähettämistä. (Esimerkiksi Mechelli ym. 2004)
MATS: Aivot tulevat tavallaan ”varustautuneiksi” parempaan viestintään itsensä kanssa.
OSKAR: Kyllä – ja se vie meidät seuraavaan, joka on erityisen nännittävä: kognitiivinen varautuminen.

Osa 3: Kognitiivinen reservi ja elinikäinen aivoterveys
MATS: Kognitiivinen varautuminen – mitä tarkoitamme sillä?
OSKAR: Ajattele aivoja yrityksenä, jolla on varabudjetti. Jos jokin osa alkaa mennä rikki, reservibudjetti voi aktivoitua ja saada yrityksen jatkamaan toimintaansa. Aivoissa tämä tarkoittaa, että voit selviytyä paremmin ikääntymisestä tai vammoista ilman, että huomaat sitä heti.
MATS: Ja kaksikielisyyys auttaa rakentamaan sitä vara-budjettia?
OSKAR: Kyllä. Useat tutkimukset osoittavat, että kaksikielisillä ihmisillä kehitetty esimerkiksi dementia tai Alzheimerin taudin oireita myöhemmin kuin yksikielisillä – usein useita vuosia myöhemmin. (Esimerkiksi Craik, Bialystok ja Freedman 2010) Uudemmat tutkimukset vahvistavat, että kaksikielisyyys voi toimia ainutlaatuisena tekijänä kognitiivisessa varautumisessa. (Gallo & Abutaleb 2023)
MATS: Joten kyse ei ole vain ”hauskaa osata kaksi kieltä lomalla – se voi jopa antaa aivoille etumatkaa.
OSKAR: Niin se on.

Osa 4: Vähän huumoria ja arjen vinkkejä
MATS: Okei – otetaan lyhyt huumorijakso: kuvittele, että olet ruokakaupassa ja olet ostamassa ”maitoa”, mutta aivosi sanovat ”maitoa”, koska ajattelet englantia, ja samalla kuulet jonkun puhuvan ruotsia – pam, aivot saavat täyttää toimintaa.
OSKAR: Haha, kyllä! Ja sinun täytyy päättää nopeasti – pitäisikö sanoa ”maito” vai ”maito”? Klikkaa nopeasti asetuksia.
MATS: Jep. Tässä siis pari vinkkiä niille, jotka haluavat kouluttaa kaksikielisiä aivoja: Vaihda kieltä kotona joskus – päättää, että puhut vain toista kieltä illallisella. Kuuntele podcastia tai äänikirjaa toisella kielelläsi tiskatessasi – tee aivojasi vähän moniajoa. Opettele muutama uusi sana joka päivä – aivot pitävät pienistä haasteista.
OSKAR: Ja muista – kyse ei ole siitä, että tulisi heti täydelliseksi asiantuntijaksi kaikissa kielissä. Perustiedot vaikuttavat myös hyödyllisiltä. (Time-artikkeli 2014)
MATS: Joten vaikka joskus sanoisit ”kiitos – kiitos” tai ”kiitos – kiitos”, ainakin olet antanut aivoillesi hyvän treenin.

Osa 5: Yhteenvedo ja johtopäätös
OSKAR: Yhteenvetona: aivot ovat uskomattomat sopeutumaan – ja toisen kielen hallitseminen on enemmän kuin pelkkä kulttuurinen bonus. Se muokkaa aivojen rakennetta, vahvistaa toiminnanohjauksen toimintoja, rakentaa kognitiivista reserviä ja voi auttaa pitämään aivosi valppaana pidempään.
MATS: Eikä sen tarvitse olla hirviötutkimuksia – vain että käytät kieltä, leikit sillä, annat aivojen toimia.
OSKAR: Juuri niin. Joten – miksi et aloittaisi jo tänään? Opettele muutama uusi sana, puhu ystävälle tai mikset vaihtaisi kieltä illallisella. Aivosi kiittävät sinua – ehkä pienellä tanssilla.
MATS: Haha! Kiitos, että kuuntelit Brain Exercise & Language Exchange -ohjelmaa. Puhu kanssasi ensi kerralla – siihen asti: kokeile sanoa ”aivot” toisella kielellä!
OSKAR: Hei ja pidä hauskaa – ja pidä aivosi kunnossa!
MATS: Näkemiin!

***8* Waasan Päivälehti, 21 joulukuuta, 2025**

HUUMORI SATA VUOTTA SITTEN

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

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

SYNTYNYT TANSSIMAAN
”Etkö luule, kapteeni, että täytyy syntyä tanssimaan?”
”Varma. . . En ole koskaan nähnyt syntymätöntä tanssijaa.”

MISTÄ LAPSET TULEVAT
Siellä oli kolmen loistokaasti pukeutuneen hyvin pienen tytön ryhmä, joilla oli haukkuja ja nauhoja ja arvokkaita leluja ja naapurin nukkeja, ja heidän lähellään leikki hiekalalla noin samanikäinen köyhä pikkutyttö, niukasti pukeutunut ja kotitekoisen primitiivi. nukke sylissä. Kolme hienoa lasta keskustelivat mielenkiintoisesta kysymyksestä, mistä he olivat kotoisin, mikä osoittautui erittäin mielenkiintoiseksi taaperoikäisten spekulatioiden aiheeksi.
– Olen kotoisin ruususta, äiti sanoi, lausui yksi pienistä elävistä nukeista.
– Ja minä taas, keskeytti nro 2, minun on täytynyt tulla kaalin päästä.

– Minä, kyllä, haikara nosti minut, sanoi numero kolme. Sitten hän, joka oli noussut ruususta, kääntyi halveksivasti ja ylpeänä köyhän, niukasti pukeutuneen tyttölapsen puoleen ja sanoi jaloisesti:
– Ja sinä, siellä, mistä sinä tulit?
– Voi, vastasi pikku Tuhkimmo, olemme niin köyhiä, niin hirveän köyhiä kotona, että äidin ja isän on itse tehtävä lapsensa.

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

MAHDOTTOMUUS
Mikä on mahdotonta jumalallekin? Sitoa kaksi kaljupäistä ukkoa tukastaan yhteen.

KÖYHÄN MIEHEN KELLO
Paljokos sinun kello on? Varttia vailla kaksioista, Mutta johan tuo aseman kello näkyy alkavan yhtä. Ka, milloinkapa minun köyhän kapistukset kyennyt valtion koneihin kanssa kilpailemaan.

PALJON KIIREITÄ
On niin paljon kiirettä, ettei jouda mitään tekemään, sanoi Anttilan Amalia.

Astronomic picture of the week:

Carina Nebula



The spectacular star-forming Carina Nebula has been captured in great detail by the VLT Survey Telescope at ESO's Paranal Observatory. This picture was taken with the help of Sebastián Piñera, President of Chile, during his visit to the observatory on 5 June 2012 and released on the occasion of the new telescope's inauguration in Naples on 6 December 2012.
Credit:
ESO. Acknowledgement: VPHAS+ Consortium/Cambridge Astronomical Survey Unit
Creative Commons Attribution 4.0 International License

Ensi viikolla:



BLOGGI-KIRJOITTAJAT

Kirjoita Waasan Päivälehteen –
Etsimme bloggaajia!

Rakastatko ajatustesi, kokemustesi tai asiantuntemuksesi jakamista? Waasan Päivälehti etsii intohimoisia kirjoittajia, jotka haluavat luoda mielenkiintoista sisältöä lukijoillemme.
Kirjoitatpa 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. Aiemppa kokemusta ei tarvita – tärkeintä on into ja ideat! Arvostamme monipuolisia näkökulmia ja uusia ääniä, jotka kuvastavat yhteisömme 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 lisäetöj varten. Odotamme innolla kuulevamme sinusta!

Waasan Päivälehti

Moderni sanomalehti, jonka ulkoasu 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 ja Monicaркеvət osan rutiininomaisesta toimitustyöstä, kuten käännöstyö, korrehtuurin luku ja lyhyen nottien kirjoittaminen. Kaikki teksti on tarkastettu toimittajilla ja toimitus vastaa tekstien sisällöstä.

Waasan Päivälehti on päivälehtityyppinen julkaisu, toistaiseksi se ilmestyy sunnuntaamuisin. mutta tavoitteena on että se jatkossa ilmestyy joka aamu.
Lehti on luettavissa verkossa ilmaiseksi.
Päätötoimittaja 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

Lukijoilta

Erittään mielellämme vastaan lukijoidemme kommentteja. Kommentteja, tarinoita, muistoja, keskustelua, uutisia kotoa. Tämän 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



LEHTEMME SISÄLTÖ ON TUOTETTU VASTUULLISESTI. OLEMME SITOUTUNEET JOURNALISTIN OHJEISIIN.
Lue ohjeet: <https://jsn.fi/journalistin-ohjeet/>