

HAMMAS-PROTEESIT **20 v. alalla**

Erikoishammas-tekniikka

- uudet kokoproteesit
- otiivistus ja korjaus jopa odottaessa!
- hammasproteesien tarkastus ilmaiseksi!
- etakuutyö

Soita ja varaa aikasi!

VAASA 312 1233
Kauppapuistikko 20B

LAHIA 477 0744
Kauppatie 5

MAALAHTI 347 8080
Köpingsvägen

Tema:

STOPPA AVFOLKNINGEN!

Läs mer på sid 8!

AIKAKAUSLEHTI • TIDSKRIFT • SEUDUN KEHITTÄJÄ
• REGIONENS UTVECKLARE

mega

VIKKO 34 VECKA 2018

promedi

Lääkärikeskus Promedi tarjoaa
ilmaisen luomentarkastuksen!
Varaa oma aikasi teemapäivään
lauantaiksi 15.9. klo 10-14!



Läkarcentralen Promedi bjuder på
en gratis undersökning av födelsemärken!
Reservera din egen tid för temadagen
lördagen 15.9 kl 10-14!

HUOLENPITOA LÄHELTÄSI - OMSORG NÄRA DIG

Himalajankatu 9, 65100 VAASA | (06) 357 7700 | www.promedi.fi

TERVETULOA TEKEMÄÄN LOPPU KESÄN LÖYTÖJÄ! VÄLKOMMEN OCH GÖR SISTA SOMMAR FYNDEN!

Paikallinen, palveluksessasi yli 2000m² myymälä ja eri tuotteita 60 000 valikoima!

Paistinpannut kaikki mallit Alla modeller av stekpannor	-20%
Fairy käsitiskaine 450ml HALPAA!	
Fairy handdiskmedel 450ml	0,80€
Kevyt peite 2 x 3m / Lätt pressening	2€
Lyhyt kynttilöille paljon eri malleja Lyktor för ljus, många olika modeller	-25%
Ladattava partakone 3 ajopäätä huippulaatua! Laddbar rakapparar med 3 klipp huvuden	15€
Kartanon multaa säkeittäin UUSI SUPER TARJOUS! Kartanos mylla säckvis NYTT SUPERERBJUDANDE!	
Paljon uusia tuote eria, alennettuja hintoja	-20% -50% ja -70%

JÄTTIVARAHALLO
TOLKIN KAUPPAHALLO

Tolkintie 17, 61500 Isokyrö
ma-pe 9.00-18.30 la 9.00-17.00
050-5974591 www.tolkinkauppahalli.fi

Tarjoukset voimassa 30.8. 2018 saakka niin kauan, kuin tarjouserää riittää

RAKETTI TUKKU

ENEMMÄN RUUTIA

ENEMMÄN RUUTIA!

PARHAAT RAKETIT TUKUN HINTAAN!

Myyntiaika/Försäljningstid 22.-25.8.2018

Huvilakauden päättäjäisiin
Till Villaavslutning

KORTTELIN KUNKKU

LOISTELIAS UUTUSSETTI!
NYTT FANTASTISK RAKETSATS!

UUTUUS/NYHET
3700 PKT

Päällikön tai Kakkosnelosen ostajalle:
Pä köpet av Päällikkö eller Kakkosnelonen får du:

KAUPAN PÄÄLLE: 2 x Titan-jätteraket/jätteraket

ARVO YHT./VÄRDE TOT. 25 €

KAKKOSNELONEN

JÄTTIJÄREÄ LANKUNPÄTKÄ!
JÄTTEROBUST PLANKSTUMP!

3700

TURBO THUNDER

200
3 KPL/ST/PKT

AARREARKKU

REPULLINEN RÄJÄHTÄVÄÄ!
FYLLD AV EXPLOSIV!

1800 PKT

Aarrearkun ostajalle
Pä köpet av Aarrearkku får du:

KAUPAN PÄÄLLE: Aarrearkun metsästäjät -rakettipaketti/-rakettipaket!

ARVO/VÄRDE 9 €

ÖKYTYKKI

POISTOTARJOUS! ERBJUDANDE! -50%

900
2 PKT
NORM. 9 € / PKT

HABANERO

UUTUUS
250
16 KPL/PKT

REVONTULET

UPEAT VÄRIT!
HÄFTIG FÄRGER!

800

RAKETTITUKUN JÄTTIPADAT/RAKETTITUKKUS JÄTTEGRYTOR

REILUSTI RUUTIA!
REJÄLT MED KRUT!

ALKAEN/FRÅN
3700
KPL/ST

MYNTIPISTEET/FÖRSÄLJNINGSTÄLLEN. VISA

Paikk akunta Ort	Myyntipiste Försäljningsstället	Osoite Adress	Aukioloajat Öppetider
EVIJÄRVI	RAKENNUS-ARVILKELIJE LAUKKONEN OY	Kirkkotie 31	ke-pe/ons-fre 8-17, la/lö 8-15
KOKKOLA	TÖKALUÄSSÄ	Kauppakaari 2	ke-pe/ons-fre 10-19, la/lö 10-15
KRISTIANIN KAUPUNKI	S-MARKET	Tervahovintie 1-3	to-pe/to-fre 10-20, la/lö 10-16
MALAX	S-MARKET KÖPINGS MALAX	Malminkatu 12	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 10-16
SEPÄNKYLÄ, MUSTASAARI	K-SUPERMARKET PIFFI Myyntillä tuetaan juniorirheilua! Vi stöder juniorsport!	Markkinakuja 2	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 10-17.30
NÄRPES	S-MARKET EEPPEE Myyntillä tuetaan Kraft Hockeyn junioritoimintaa! Vi stöder Kraft Hockeyns Juniorverksamhet!	Närpesvägen 27	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 10-16
PIETARSAARI	INTERCAR-CENTER	Vaunusepantie 18	ke-pe/ons-fre 10-19, la/lö 10-14
PIETARSAARI	K-SUPERMARKET JEPPIIS	Vaasantie 137	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 9-18
NYKARLEBY	SPORT & MASKIN JOHAN	Topeliuksenpuistikko 3	ke-to/ons-to 9-17, pe/fre 9-19, la/lö 9-14
VAASA	K-RAUTA	Myllärinkatu 1-3	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 10-17.30
VAASA	K-SUPERMARKET HUUTONIEMI	Kuninkaantie 65-69	ke-pe/ons-fre 10-19, la/lö 10-15
VAASA	STARK	Kivihaantie 2	ke-pe/ons-fre 10-20, la/lö 10-16.30
VAASA	S-MARKET GERBY	Västervikintie 2	ke-pe/ons-fre 9-19, la/lö 9-15

KAIKISTA TUOTTEISTA
VIDEOT SIVULLAMME!
YouTube

KAIKKI MYNTIPISTEET NETISSÄ:
ALLA FÖRSÄLJNINGSTÄLLEN PÅ NÄTET: WWW.RAKETTITUKKU.FI

Vaasan superkesästä hyvä jatkaa

Vaasan seudulla on takanaan varsinainen superkesä. On ollut erilaisia festivaaleja, ruokatoria, konsertteja, taidetta, kesäatteria, historiallinen maailmanluokan jalkapalloturnaus ja paljon muuta. Meidän leveysasteellamme epätyypillistä helletä kuvastaa hyvin se, että yksi suoraan pohjoisen Afrikan harjoitusleiriltä tullut UEFA U19-kisoihin osallistunut joukkue - taisi olla Englanti - ei meinannut pystyä treenaamaan vanhassa Vaasassa - kuumuudesta johtuen. Muitakin hauskoja juttuja kuuli kisojen aikana Uefan ja Palloliiton toimihenkilöiltä. Esimerkiksi Ukrainan joukkueenjohtaja oli antanut linja-auton kuljettajalle tiukat ohjeet siitä, että hänen joukkueensa ei istu bussissa, joka peruuttaa. Jos ja kun harjoituskentän parkkipaikalla käännyttiin, tyhjättiin aina bussi pelaajista muutamien metrien peruuttamisen ajaksi.

Vaasa ja Seinäjoen yhdessä järjestämä turnaus oli erittäin onnistunut. Kymmeniä tuhansia katsojia, miljoonia euroja seudun yrityksille, muutama uusi harjoituskenttä junioreille, tuntikaupalla näkyvyyttä Euroopassa ja Aasiassa ja paljon muuta jäi käteen. Kaikki joukkueet yöpyivät Vaasassa. Turnaus on esimerkki siitä, mitä saadaan aikaiseksi, kun investoidaan esimerkiksi uuteen stadioniin. Ilman stadionia tuskin olisi ollut presidentin vierailuakaan kesällä 2016. Presidentti Niinistö toimi aikaisemmin Palloliiton puheenjohtajana, joten syksystä 2015 alkaen - ennen virallisen kutsun lähettämistä - oli helppo heittää muutama sana juuri uudesta Hietalahden stadionista sekä muun muassa kertoa terveisiä entisen Pallopiirimme puheenjohtaja Stig Nygårdilta kun kävimme valiokuntien kanssa vierailulla Mäntyniemessä tai presidentin linnassa.

Myös UEFA U19-kisojen yhteydessä Vaasassa kävi paljon mielenkiintoisia vieraita. Mm. ulkoministeri Timo Soini kehui kovasti Vaasan dynaamista elinkeinoelämää sekä korkeakoulusektoria seurattessamme Suomi-Portugali peliä. Nyt onkin tehtävä joka rintamalla täysillä töitä sen eteen, että Vaasassa jatkossa on vielä monipuolisempi elinkeinoelämä ja yhä vahvemmat korkeakouluyksiköt. Kaupungin strategia "Pohjolan Energiapäätökset" on noteerattu maailman myydyimmässä strategiakirjassa "Exploring Strategy" ja käytetään jopa Oxfordin professorien puheissa esimerkkinä konferensseissa. Kaupungin päätös omalta osaltaan rahoittaa Wasa Stationin yhteyteen kongressi-, musiikki- ja sisäpalloluokonnaisuus tuleekin nähdä investointina nimenomaan maailmanluokan tapahtumien - ja sitä kautta kymmenien tuhansien uusien vieraiden - saamiseksi Vaasaan.

Kuntaliitosneuvottelujen onnistumisen lisäksi on aktiivisesti jatkettava muun muassa korkean rakentamisen edistämistä sekä rantojen ja merellisyyden monipuolista hyödyntämistä. Kaikki tämä on omiaan houkuttelemaan myös ulkopuolisia investointeja tutkimukseen ja kehitykseen, mikä on avainasemassa uusien työpaikkojen synnyttämisen ja huippulaadukkaiden julkisten palvelujen rahoittamisen kannalta. Seudun seitsemän suurimman julkisesti kehitysvaiheessa olevan hankkeen arvo on yhteensä miljardi euroa, josta Vaasan kaupungin osuus on noin 150 miljoonaa. Juuri tämän tyyppisiä innovatiivisia hankkeita ja strategisia kumppanuuksia - jossa kaupungin investoima euro poikii alueelle 7-kertaisesti ulkopuolista rahoitusta - tarvitsemme lisää. Strategisissa ja elinkeinopoliittisissa hankkeissa yksimielinen Vaasan kaupunginvaltuusto näyttää omalta osaltaan, että katse ja suunta kehittämisessä on - Ukrainan futisjengin bussin tavoin - oltava vain ja ainoastaan tulevaisuudessa ja eteenpäin!

Joakim Strand
Kansanedustaja

Vaasan kaupunginvaltuuston puheenjohtaja



Suomi-Portugal peliä seurasiivat mm. Joakim Strand, ulkoministeri Timo Soini, Christoffer Häggblom sekä Stig Nygård.

Kvarkenregionen på offensiven

I tisdags fick vi höra fantastiska nyheter om att Wärtsilä kommer att investera i ett nytt teknologocenter i Vasa. En nyhet om en investering om totalt 200 miljoner euro är en fin avslutning på den österbottniska sommaren - som varit fylld av festivaler, konserter och andra evenemang. Enbart UEFA U19 - slutturneringen i Vasa lockade tiotals tusen besökare, gav otaliga timmar synlighet i såväl europeisk som asiatisk tv och press samt lämnade miljoner euron efter sig i regionen. Liksom nybyggda träningsplaner som våra ungdomar får njuta av länge ännu. Utan Vasa stads investering i den nya fotbollsstadion samt mångsidig lobbning hade detta inte varit möjligt.

Personligen är jag mycket glad över den partiöverskridande enighet som i Vasa stadsfullmäktige råder gällande de riktigt stora strategiska framtidsfrågorna. Till exempel beslutet om att bygga ett nytt fartyg för kvarkentrafiken stöddes förutom av Sfp även enhälligt av Sdp, Saml, Sannf, De Gröna, Vef, Centern och KD. Projektet stärker förutom kommunikationerna även direkt näringslivet samt via utökade kontakter inom diverse område även svenska språket i Finland. Ensam hade inget parti fixat denna livsviktiga investering.

Under en träff med professor Marko Kohtamäki för ett par veckor sedan fick jag höra att processen bakom Vasa stads strategi "Nordens Energihuvudstad" finns beskrivet inte enbart i världens mest sålda lärobok inom ämnet - Exploring Strategy - utan att även professor Richard Whittington från Oxford under världens största konferens inom ledarskap (Academy of Management) uttryckligen använt Vasa som exempel över hur man inom hans enhet i Oxford anser att strategier bör utarbetas och förverkligas. Energitemat är hos oss ständigt närvarande inom allt från utbildning och forskning till ny infrastruktur och lokaltrafik.



UEFA U-19 turneringens amassadör Tim Sparv och Joakim Strand i samband med lottningen i Vasa stadshus.

Storleken på de av regionens största projekt som officiellt är i utvecklingsskedet, dvs. Travdalsområdet, Wasa Station, Vasa centralsjukhus nybygge, färjeprojektet i Kvarken, Liselunds handelsprojekt, utvecklandet av Vasas förbindelseväg och grundvattenprojektet i Kurikka är sammanlagt en miljard euro - av vilket Vasa stads andel är ungefär 150 miljoner. Denna typ av innovativa projekt och strategiska partnerskap - där en euro investerad av staden ger 7-faldigt med utomstående finansiering för regionen - behöver vi definitivt mera av. Staden arbetar även aktivt för bl.a. batterifabriksetableringar och inom Kvarkenrådet arbetar vi för att hela området skall få specialstatus inom EU - ett så kallat EGTS. I grund och botten handlar allt om att skapa förutsättningar för investeringar och nya jobb i regionen - att svänga avfolkningen till tillväxt i hela Österbotten! Produktiva arbetsplatser är grunden för all välfärdsservice.

Bland orosmolnen ovan den österbottniska himlen finns två som är större än andra: avfolkningen och huvudstadsbyråkratin. Dessa är två av de absolut största frågorna såväl gällande regionens framtida livskraft som svenskans ställning i Finland. Om andelen och antalet arbetsföra är för lågt så ser större företag dessvärre inte området som attraktivt. Att flerspråkiga utbildade ungdomar söker sig till Helsingfors eller Stockholm är såväl förstärkt som naturligt - men vi bör göra allt som står i vår makt för att Österbotten skall vara ett attraktivt alternativ att återvända till.

Med huvudstadsbyråkratin avser jag även det faktum att de större partierna på ett nationellt plan kan förbise Vasa - dels pga. att de har starkare stöd på andra håll i landet och dels pga. att andra orter genom strategiska kommunsammanslagningar fått Vasa på fallrepet i alla de avgörande papper som beskriver folkmängd. Att krafter på rikspanet inte enbart anser att en del akut sjuka svenskspråkiga skall behandlas i Seinäjoki utan även genom lag uttryckligen ämnar förbjuda landskapet Österbotten att utveckla avancerade social- och hälsovårdstjänster är faktiskt riktigt sjukt.

Den enda staden i Finland som har resurser och en tillräckligt stor kritisk massa att upprätthålla och utveckla(!) mångsidig svenskspråkig, äkta tvåspråkig och även flerspråkig service är Vasa. Servicenivån och svenskan i Österbotten står och faller med hur Vasa klarar sig i den nationella konkurrensen. Trots att våra företag klarar sig internationellt och Vasa i verkligheten har fyra gånger fler människor per kvadratkilometer än Seinäjoki, så har de nu tyvärr övertaget i den partipolitiska kohandelns och huvudstadsbyråkratin värld. Men: det finns absolut ingen orsak till den uppgivenhet och för österbottningar otyypiska undfallenhet som en del debattörer ger uttryck för. Loppet är definitivt inte kort! Tvärtom. Ett förverkligande av bl.a. de projekt som nämns i inledningen av denna text i kombination med ett centerparti i opposition och Sfp i regering, samt en livsviktig kommunsammanslagning i Vasaregionen ger oss alla möjligheter att svänga pendeln - dvs. att få se Vasa län uppstå på nytt om och när landskapen slås ihop. Lyckas vi med detta har vi stärkt näringslivets verksamhetsförutsättningar, tryggt svenskans ställning samt återfått självständigheten och beslutanderätten gällande den livsviktiga vårdapparaten för årtionden framåt. Vi har då även betydligt ökat chanserna för att våra ungdomar skall bilda familj just i Österbotten och därmed kan hälsa på oss möjligast ofta på ålderns höst.

Joakim Strand
Riksdagsledamot
Vasa stadsfullmäktigeordförande

Sothönorna i Långviksträsket



▲ Sothönsen matar sina ungar i närmare två månader.



◀ Sothönan är mattsvart och försedd med en vit och hög pannplåt.

Text och foto: Hans Hästbacka

Vita näckrosen har inlet sin blomning, när jag gör en avstickare till Långviksträsket i Vasa i början av augusti månad. Näckrosorna skänker det grunda och slemmigt övergödda träsket en förmildrande skönhet. De grönglänsande flytande bladen och de fasta vita blommorna släter över träskets skavanker.

Som sådan är Långviksträsket en liten vattenöas i Vasa, helt nära begravningsplatserna. Här trivs en del av stadens gräsänder, fiskmåsar och framför allt sothönsen - dessa svarta, huvudnickande och temperamentsfulla sumphöns. För dem är det lilla träsket en idealisk häckningsplats.

När jag besökte träsket senast, i början av juni för två månader sedan, visade sig två fullvuxna fåglar på respektfullt avstånd från varandra. De andra fåglarna i paren låg och ruvade på sina stora äggkullar i skydd av växtligheten. Något tvivel om sothönsens närvaro fanns inte vid träsket. Allt emellanåt hördes det metalliska skapra lätet "pits, pits, pits". Från andra sidan träsket ljöd sothönans trumpetstötiga "köck, köck, köck". Sothönan är både synlig och ljudligt högljudd av sig.

En av fåglarna simmade fram till en sten och hoppade upp på den för att putsa sin sotsvarta fjäderdräkt. Samtidigt exponerade sothönan sina arttypiska kännetecken: den höga och vita pannplåten, den kritvita och vassa näbben, de simflikförsedda fötterna och den upprättstående hållningen. Sothönan svarar väl mot sitt namn. Den ser ut som en sotsvart, rund höna. På nära håll eller med en bra kikare syns dessutom sothönans röda öga.

Nu i början av augusti var de vuxna sothönsen lika mattsvarta som i början av sommaren, och lika alerta och framfusiga. De två paren hade sällskap av ett par ungar var, som de fortfarande matade, trots att ungarerna var nästan lika stora som föräldrafåglarna. Gröna växtdelar och skott, vatteninsekter, småfisk och snäckor ingår i sothönans föda - och i staden förstås också det bröd som folk matar änderna och måsarna med.

Sothönan är en utpräglat temperamentsfull fågel. Speciellt på våren i början av häckningstiden när revirgränserna stakas ut, kan det gå hett till mellan de olika paren. Högljudda och protesterande jagar de varandra, så vattnet stänker åt alla håll. Råkar fåglarna vara jämstarka och lika envisa, utbryter regelrätta slagsmål där både vingar och fötter används i de häftiga duellerna. Tråkigt blir det

aldrig att sitta vid sothönornas tillhåll. Allt sker inför öppen ridå och ibland i ett snabbt tempo.

Trots att sothönsen hållit till i Långviksträsket i tre månader och känner varandra väl, blossade stridigheter upp i augustidagen. Det vill säga, en av de gamla fåglarna kunde inte låta bli att anfalla ungarna och den ena föräldrafågeln i det andra paret, när de kom varandra för nära. Mobbning och strikt hackordning är utpräglade fenomen hos sothönsen.

Men varför inte flytta bort till ett eget lugnt vatten, där grannarna inte hela tiden ställer till med stridigheter? Det kunde ju vara en klok lösning på problemet sådär mänskligt sett. Hos sothönsen är det inget problem. De trivs tillsammans trots allt skrikande och vattenspringande, trots häftiga bataljer och daglig mobbning. Förmodligen är det högludda och handgripliga beteendet en viktig del av sothönsens liv under häckningstiden.

Att sothönsen är starkt sociala av sig är tydligt även under hösten, flyttningen och övervintringen. Sothönsen vill vara många tillsammans. Det ger trygghet och ett förvånansvärt gott försvar mot anfallande havsörn och duvhök. Råkar örnen eller höken överraska de dykande och födosökande sothönsen på öppet vatten, rusar alla hönsen samman i en tätt flock där det är svårt att plocka ut en enskild fågel. Finns sothönsen nära en vasskant, rusar de in i vassen med flaxande vingar.

När det gäller ungarernas överlevnad verkar inte sothönans temperament och högljudda läten att ha någon avgörande betydelse. I bästa fall lägger sothönan tio ägg, som kläcks efter drygt tre veckors ruvning. De små svarta ungarerna med rött och blått insprängt i dundräkten matas av föräldrafåglarna, som har fullt upp med sina barnaskara. Går häckningen hyggligt, när en eller två ungar flygfärdig ålder. Går det bra, blir fler ungar än så flygfärdiga. Kampen mellan ungarerna om födan är stor, där de svagare lätt dukar undan. Dessutom finns alltid fiender i närheten: kråka eller trut som kan snappa åt sig en unge, mink och räv som jagar under nätterna.

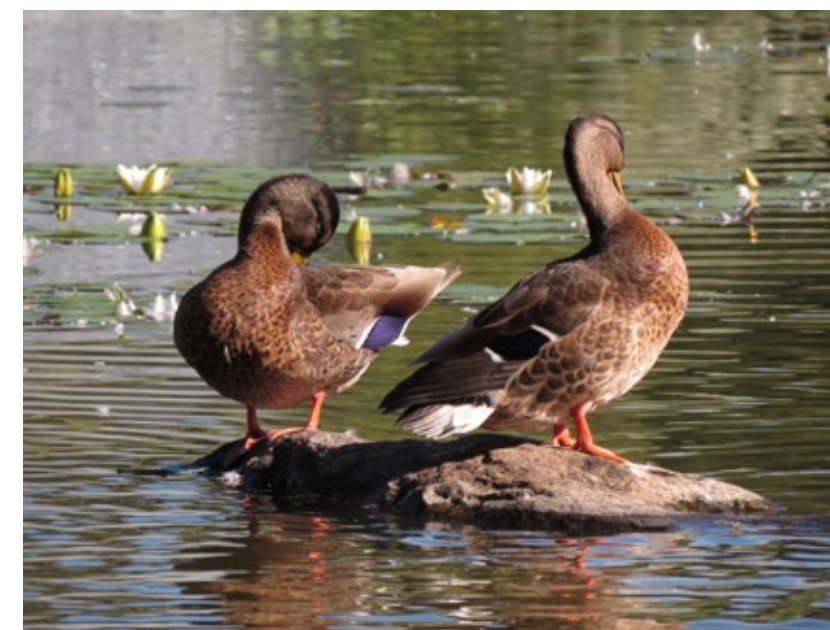
Till vintern flyttar sothönsen söderut, till södra Skandinavien och Västeuropa. Under milda vintrar övervintrar en hel del sothöns i landet. Finska ringmärkta sothöns har rapporterats främst från Danmark och Frankrike, två länder med en omfattande jakt på sjöfåglar. Även i Finland har de flesta döda och ringmärkta sothöns skjutits under sensommarens och höstens jakt.



De blommande näckrosorna är en viktig del av florán.



Långviksträsket i Vasa är en liten oas för flera fåglar.



Gräsänderna hör till träskets givna fåglar.

Timo Konttinen: "365 - dark days"

Taidenäyttely Bock's Corner Breweryn "Autotallissa" 9.8.-30.9

Olen 39 vuotias alunperin parikkalasta kotoisin oleva pietarsaarelainen kuvataiteilija. Jos taidettani yrittäisi kuvailla yhdellä sanalla se olisi varmaan Punk. Maalaukseni/piirrokseni ovat suoraa, raakoja, sensuroimattomia ja ne tulevat suoraan sydäimestä. Teokseni voivat kertoa senhetkisistä tuntemuksistani tai ottaa kantaa yhteiskunnallisiin asioihin. Maalauksen ja piirrustuksen ohella olen myös tehnyt sarjakuvia ja levyjen kansia.

Kuvataiteen ohella olen tehnyt musiikkia erillaisissa musiikkiprojekteissa (mm. Punk ja metalli).

Lempiharrastuksiani ovat juokseminen (maratonit) ja lukeminen.

Bock'sin näyttelyn "365 - dark days" teokset ovat osa alateemaa, jonka nimi on murheellisten taulujen maa. Omakuvamaiset teokset ovat eräänlaisia visuaalisia sukelluksia syvimpiin tuntoihimme, suomalaisuuden synkkiin vesiin. Samanlaisia tulkintoja tästä aihepiiristä löytyy paljon musiikin puolelta. Mustanpuhuva musiikki on myös ollut teoksissa yhtenä inspiraation lähteenä; olen maalannut lauluja tauluiksi. Maalauksien puolella yhtenä inspiraation lähteenä on minulle ollut myös suosikkitaiteilijani Helene Scherfbeckin omakuva sarjan teokset. Monet ikävät asiat joiden kanssa painimme, kuten ihmishuuhde kriisit, läheisten vaikeat sairaudet, kuolema ja ahdistuneisuus purkautuvat paljain paperille. Yhteys kynästä/pensselistä taiteilijan sisimpään on suora. Työt ovat lopullisessa muodossaan pelkistettyjä ja hiomattomia, kuten niissä käsitellyt tunteet.

Bock'sissa esillä olevia teoksia valitessani olen miettinyt sitä miten ne sopivat paikan luonteeseen ja tunnelmaan. Omakuvamaisissa teoksissa on raivoa,

vimmaa, hiekä ja verta. Hammasta purren kuljeme eteenpäin. Toivon että näyttely vahvistaa tilassa olevien tapahtumien tunnelmaa ja saa uusia ihmisiä kiinnostumaan taiteesta.

Projektista "365"

Näyttelyn "365 - dark days" esillä olevat teokset ovat samalla osaa projektiani "365", joka on jatkuva taiteellinen projekti ja prosessi. Se on yksinkertaisesta ideasta lähtenyt taiteellisen urani pääprojekti - parhaimmillaan positiivisella tavalla käsistä riistätynyt pääteokseni.

Aloitin maaliskuussa 2013 tekemään joka päivä vähintään yhden taideteoksen, useimmiten maalauksen tai piirrustuksen. Projekti on tärkeä osa elämäniä, ja peilaa sitä monin tavoin. Teokset ovat eräänlaisia omakuvia ja kuvien sisältöön vaikuttavat kaikki asiat ympärilläni ja sen hetkiset tunnetilani. Alkuperäisteoksen tuotan usein maalamalla, piirtämällä, mutta muut tekniikat eivät ole poissuljettuja. Kun teos on valmis julkaisen teoksen kotisivullani facebookissa ja instagrammissa. Olen nyt jatkanut projektia yli viisi vuotta (tätä kirjoittaessani olen tehnyt 1949 teosta).

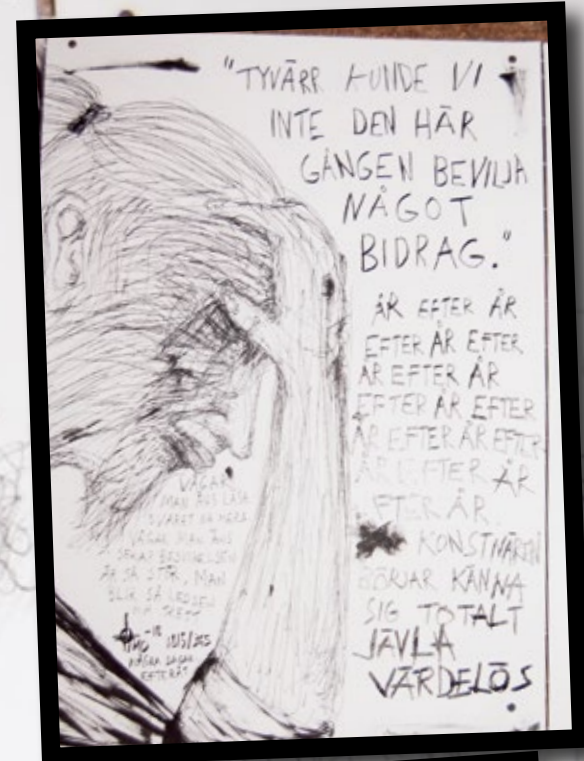
Näyttelyssäni Bock'silla on esillä 155 teosta projektista "365". Tämä onkin suurin näyttelyni projektiin liittyen sitten Openart tilaisuudesta jonka pidin Örebrossa vuonna 2017 ja jossa oli esillä 365 teosta.

Terveuloa tutustumaan taiteeseeni ja projektiin 365!

Näyttely avoin sopimuksesta:
ira.mikkonen@bcv.fi / 050-5053507.

Timon säännöt 365-projektiin ovat:

1. Tee joka päivä vuoden ajan vähintään yksi taideteos.
2. Älä sensuroi, jokainen teos jonka teet on julkaistava.
3. Kun kuvasi on valmis julkaise se Kotisivulla ja muissa julkisissa medioissa(Facebook ja Instagram)
4. Älä tee samaa kuvaa uudelleen.
5. Jokainen kuva on taideteos itsessään, mutta myös osa suurta 365 taideteosta.



Tack Per-Henrik Lithén. Vi är således överens i sakfrågan!

Arbetsför befolkning 2014-40

Kaskö	- 37,3%
Kristinesstad	- 31 %
Närpes	- 8,6 %
Korsnäs	- 8,3 %
Malax	- 6,5 %
Vasa	+ 12,2 %
Korsholm	+ 6,5 % (s.k. Vasa effekt)
Vörå	- 8,7 %
Nykarleby	- 3,2 %

UPC Center



UpCode Ltd | Gøtbyttie 18 | 65230 Vasa, Finland | info@upcode.fi | +358 6 321 8000

God och ansvarsfull inställning av Korsnäs kommundirektör **Christina Båssar** i Vbl 18.8: "Vi är inte illa ute, men det finns en gryende oro för hur vi har det med arbetsplatserna om tio år"

I samma tidning och samma dag är dock Vörå kommunstyrels ordförande **Rainer Bystedt** förgrymmad på Mega som publicerat siffror om samma sak: Fakta utan namn är propaganda.

Vår kommentar: Vi påminner om att Vörå för en tid sedan blev känt i hela Finland som orten där politikerna slåss personligen och ingen förstår varför. Kan det finnas ett samband här?

Mega anför försynt: Titta på siffrorna en gång till Rainer. Dom gäller också Vörå! Och nyttan av titen skulle tillfalla Vöråborna!

OBSERVATEUR



◀Heja Sportis!
Observateur:
Christian Nylund, Vasa



▲ Bättre ställe för parkbänk får man söka! / Puistonpenkki parhaalla paikkalla!
Observateur: Marianne Gråbbil-Hakkola



◀Vimpeln vajar mot en klarblå himmel!
Observateur:
Nanny Rex Vörå



► Joutsenten lepoetki, sorsan kera.
Observateur:
Arja Utunen, Pietarsaari



► "1700-luvun markkinat, Isokyrö 10.-12.8.2018".
Observateur:
Matti Hietala, Vaasa

@ BOCK'S OKTOBERFEST 21-22.9.2018

 For more information visit the Oktoberfest FB-page!

Ota kuva ja kommentoi lyhyesti - max noin 100 merkkiä - tahtumaa, treffiä, luontokokemusta, rakennelmaa, ilmiötä, rakennusta, esinettä, tosiasiaa, - jotain jolla kuva voi saada osallisuutta aikaan. "Blogga" ja kehittä Pohjanmaata!

Lähetä kuva ja teksti sähköpostitse osoitteeseen mega@upc.fi, merkitse aiheeksi "Observateur". Jokaista julkaistua kuvaa kohden, kerääntyy 1 piste joka vastaa 1 euroa. Kun on kerännyt 10 pistettä, saa 10 euron arvoisen lahjakortin Bock'sin kyläkauppaan.

Ta en bild och kommentera kort - max 100 tecken - en händelse, ett evenemang, en naturupplevelse, en konstruktion, ett fenomen, ett föremål, ett faktum, - något som med en bild kanske får engagemang till stånd. "Blogga" fram Österbotten!

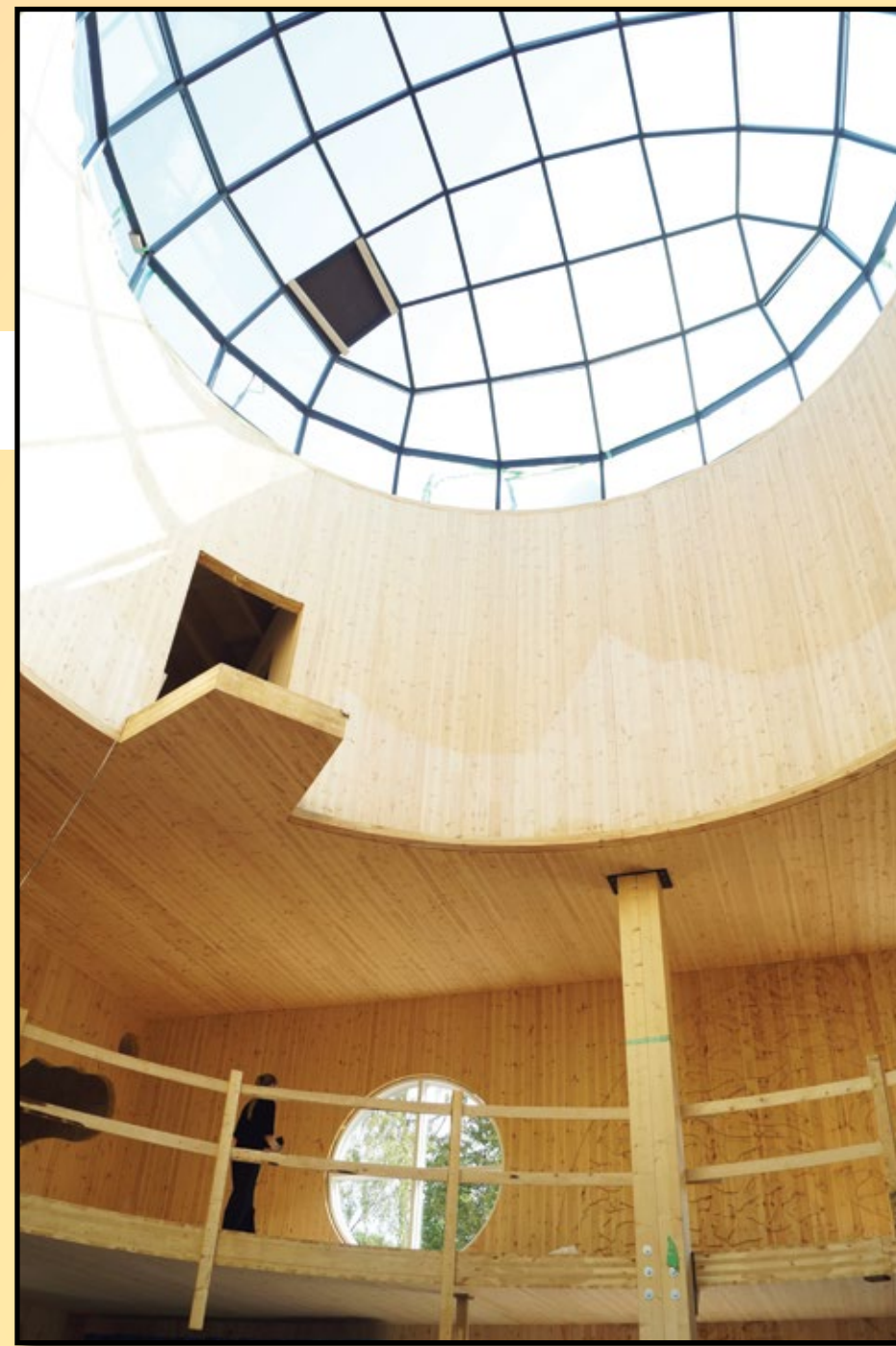
Sänd bilden och texten per mejl till mega@upc.fi märkt "Observateur". För varje publicerat bidrag genereras 1 poäng vilket motsvarar 1 euro. När 10 poäng samlats, får man ett presentkort värt 10 euro till Bock's byabutik.



mega@upc.fi
"observateur"



Yggdrasil trädet (som omfatta/forma hela världen) ingraverat bestående i väggen bakom Sture Udd



Sikta mot stjärnorna



Tulevaisuus hahmottuu epäsymmetrisesti



Seriös och hoppfull Thomas Häyry

HARJAKAISET – TAKLAGSFEST

Harjakaisissa kiiteltiin ja kilisteltiin sitä että positiivisesti hyvin poikkeava konsepti **Wasa Innovation Center (WIC)** on toteutumassa. Läsnäolijat saivat tietää - euroopankin mittakaavassa – hyvin esimerkillisen ja edelläkävijän roolissa toteutuvan kokonaisuuden olevan Vaasassa ja koko Suomessa uniikki. Myös toiminnan sisältö on paljon muuta kuin pelkkää kiinteistöbisnestä. Aktiivisilla toimilla ja erilaisilla panostuksilla WIC aikoo helpottaa Pohjanmaan sekä yksityisen että julkisen sektorin kipeästi tarvittava uudistusta varsinkin digitaalisessa maailmassa.

WIC kommer att bidra med effektiva och skarpa processer för att låta fiffiga österbottningar snabba på med såväl den offentliga som privata sektorns utvecklingsbehov och utvecklingstakt. Företag kan komma med som vill utvecklas, men också enskilda individer. Alla intresserade kan anmäla sig till ira.mikkonen@bcv.fi.



Och barnen ritade



Kiinnostus sekä rakennuksen suhteen että toiminnan suhteen oli läsnä ja ilmassa jo tuntuva



Uteprofil på en byggnad som väcker tankar till liv



digialbum

Julkaisemme viikoittain lukijoiden kuvia digialbumissa. Voit osallistua sähköpostitse, lähettämällä kuvasi sekä nimesi osoitteeseen mega@upc.fi

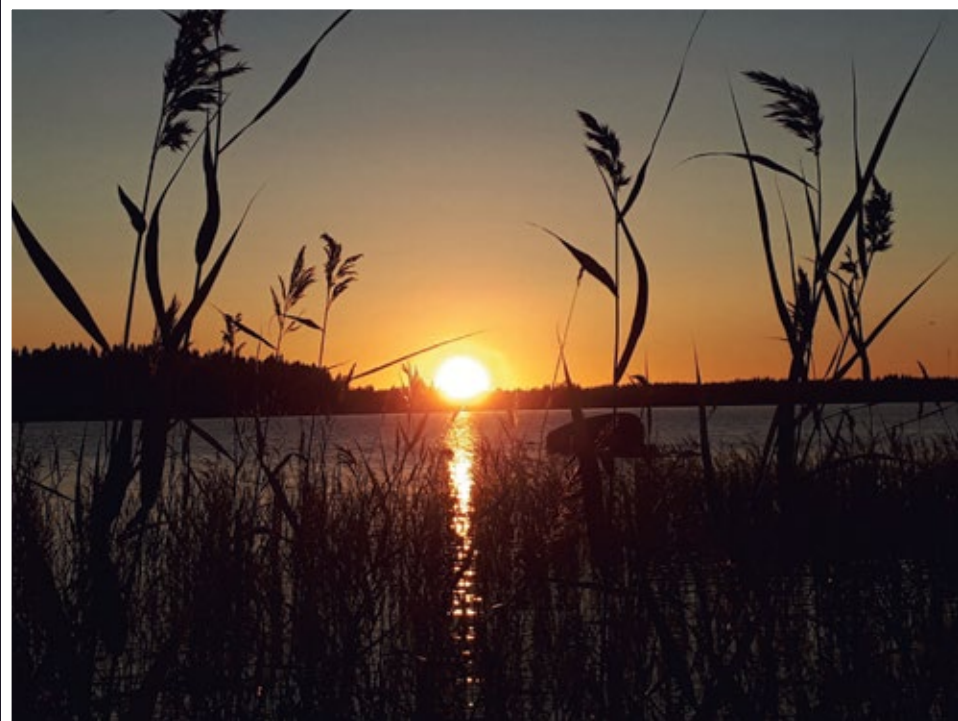
Vi publicerar varena vecka våra läsares bilder i digialbumet. Du kan delta via e-post. Skicka in bilden till mega@upc.fi med namn och ort.



Christian Nylund, Vasa. "Blomsterprakt på Sri Lanka, januari 2017."



Elisabeth Holm, Kvimo.



Boris Berts. "Värlax Korsholm. Augusti 2018."



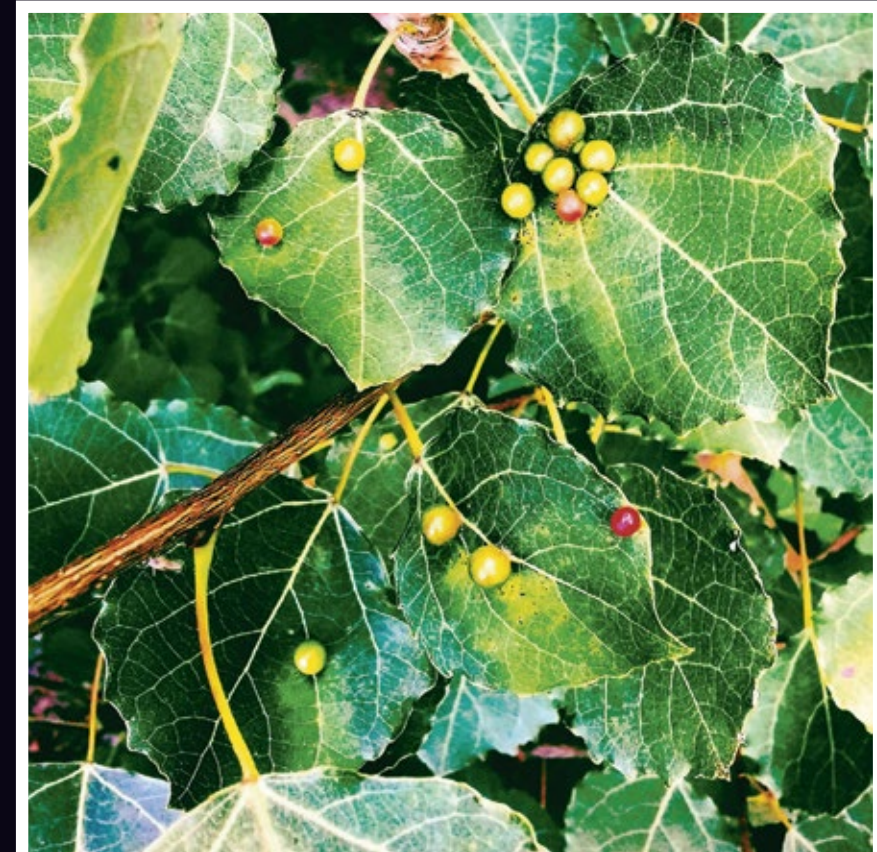
Anneli Nyberg, Korsnäs. "Kaksoset".



Esa Rönkä, Vaasa. "Matka yli pitkän sillan."



Arja Utunen, Pietarsaari. "Joutsenten lepohetki, sorsan kera."



Jessica Norrgård, Nykarleby. "Asplöv".



Kaarina Tuomela, Laihia. "Auringonlasku 14.8.18."

digialbum



Leila Uppa, Vaasa. "Iso sudenkorento vieraili keittiössä 5.8.2018."



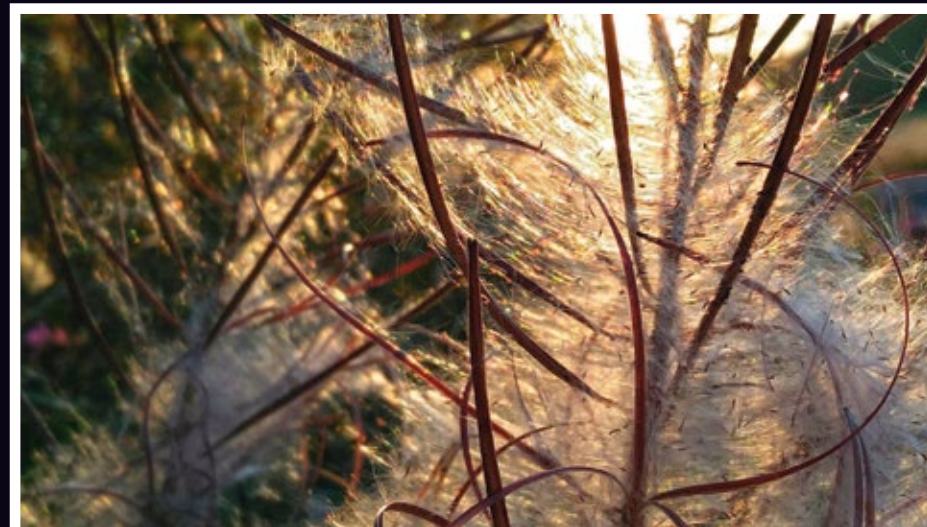
Maija Leppäniemi, Isokyrö. "Aamukaffikaveri Sisu".



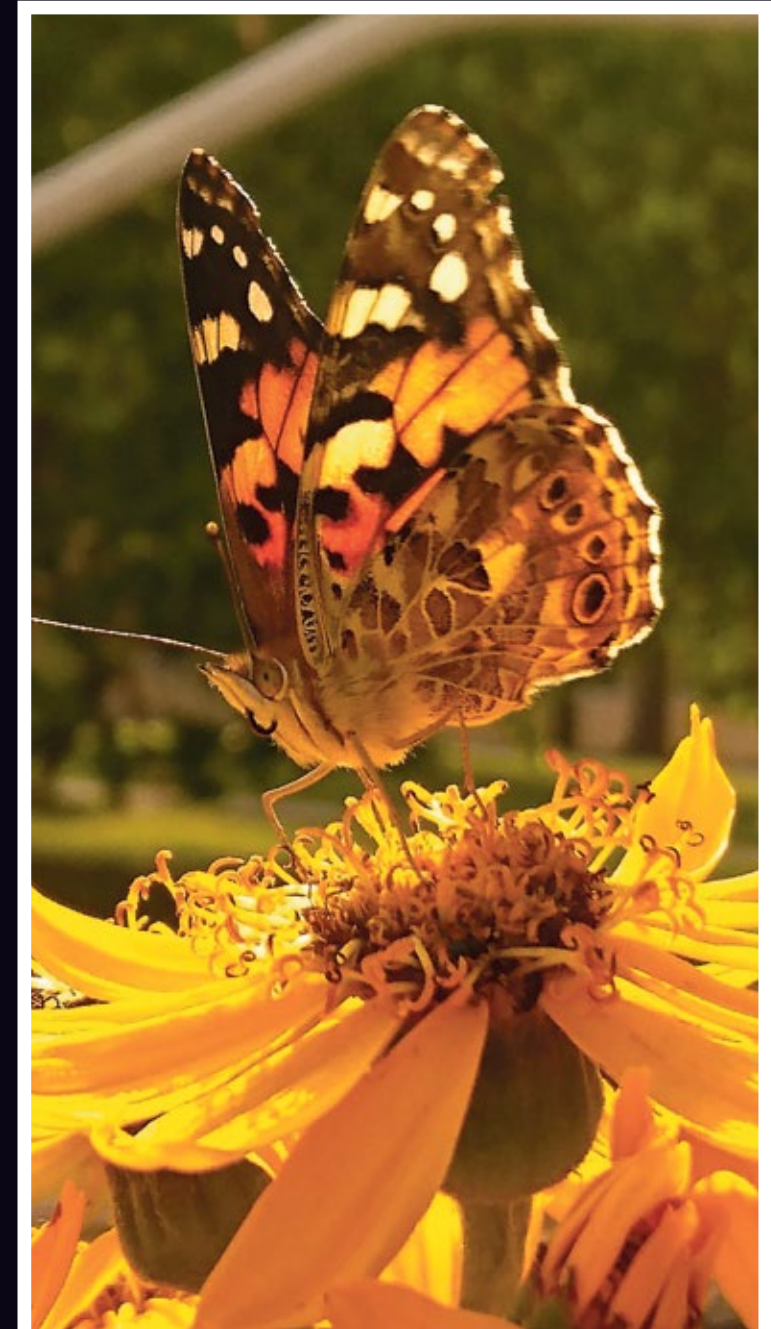
Leena Minkkinen. "Kellaankosken voimalaitoksen "varaosa".



Matti Hietala, Vaasa. "Vesilintujen metsästys alkoi 20.8.2018, Lohtaja."



Marianne Gråbbil-Hakkola.

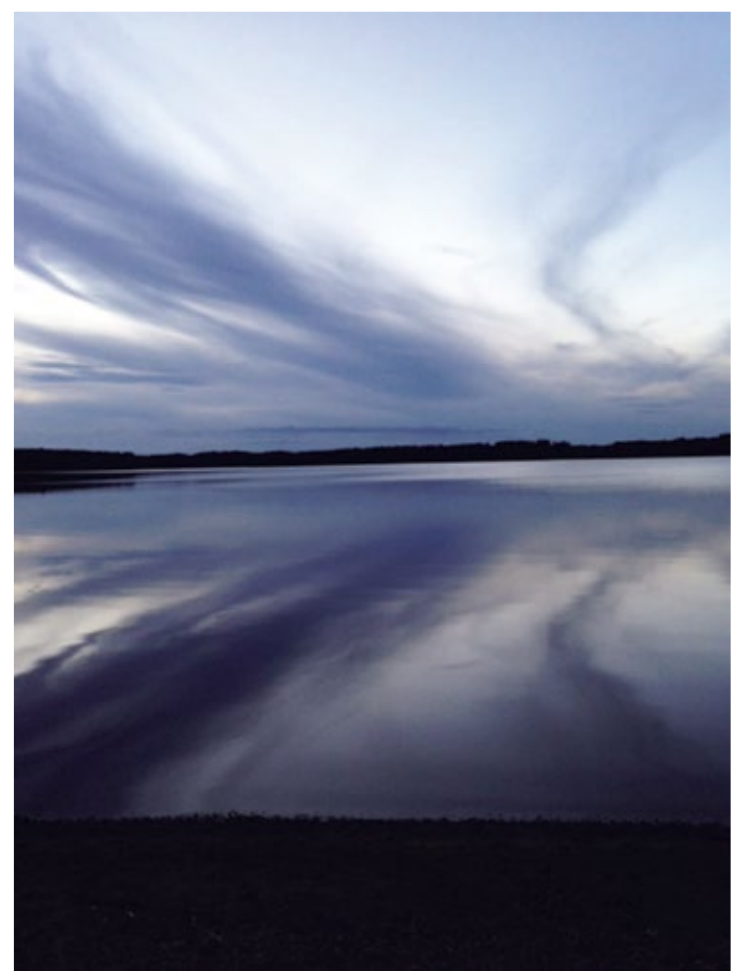


Mira Berg, Vaasa. "Ohdakeperhonen poseeraa".



31/07/2018 20:52

Paula Viitanen, Teuva. "Lehtokotilo (Arianta arbustorum). Sadepäivän yllätysvieras/pehmeiden lehtien suursyömäri."



Pirjo Koskela. "Iltamaisema Uraisilla".



Tuula Taskinen, Vaasa. "Kahlittu"



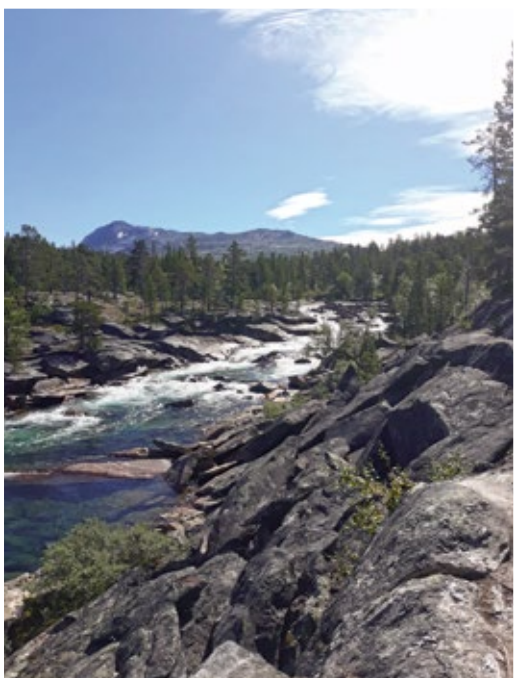
Sanna Kaihovirta, Teuva.



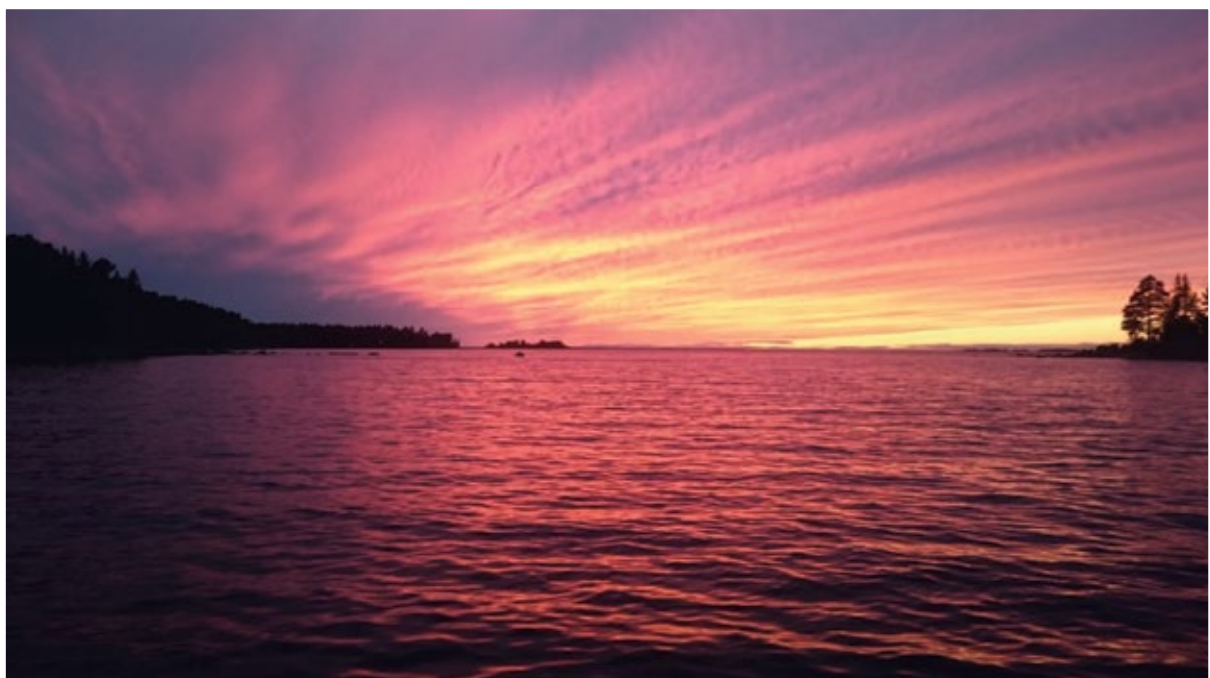
Pekka Harju, Mässkär. "Myrsky".



Simo Peltola, Pietarsaari. "209.01m pitkä rahtilaiva Meridian ohittaa Ådön kalasataman Pietarsaareissa."



Terese Wik. "Forsen i Lønsdal (Norge) 16.7.2018."



Solveig Aalto, Vaasa.

TAIDENÄYTTELYT BOCK'SILLA - KONSTUTSTÄLLNINGAR PÅ BOCK'S



LADOSSA - LADAN

Seija Saari:
"Kaksi päätä ja yksi piru"

9.8.-30.9.

Avoinna to-la 15-18,
pidämme oikeudet muutoksiin.
Öppen to-lö 15-18, med
reservation för ändringar.



RAVINTOLASSA JA JUHLASALISSA - I RESTAURANGEN OCH FESTSALEN

Sirpa Seppelin:
"Party & Processes"

4.8.-30.9.

Avoinna ravintolan aukioloaikoina:
Öppet under restaurangens öppethållstider:

ma – to 11.00-14.00 ja 16.00 – 23.00
pe 11.00 – 14.00 ja 16.00 – 24.00
la 12.00 – 24.00
su 12.00 – 18.00

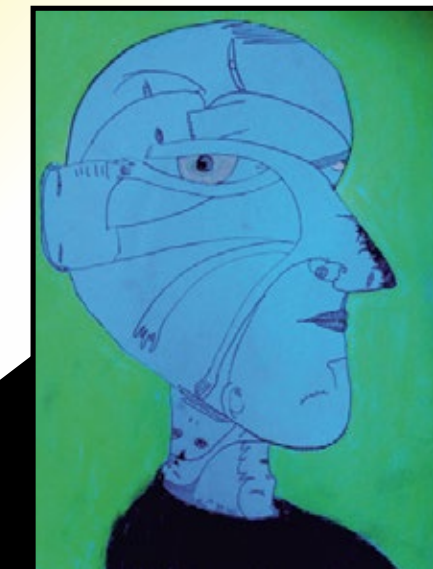


"AUTOTALLISSA" I "GARAGET"

Timo Konttinen:
"365 dark days"

9.8.-30.9.

Aukiolot sovittaessa.
Öppethållning enl överenskommelse.



Kaikki teokset ovat myynnissä! Tue paikallista taidetta, koko myynnin hinta menee lyhentämättömänä taiteilijalle!
Alla konstverk är till salu! Stöd lokal konst, hela försäljningen går oavkortat till konstnären!

BOCK'S CORNER
VILLAGE

Bock's
MAKE GOOD!

Käyntiosoite:
Gerbyntie 16, 65230 Vaasa
Besöksadress:
Gerbyvägen 16, 65230 Vasa
Yhteystiedot / Kontakt:
ira.mikkonen@bcv.fi
050-5053507

destination Vaasa

Näyttelyt

Utställningar

TIKANOJAN TAIDEKOTI
HATTU KALLELLAAN – PÄÄHINEITÄ VAASAN KAUPUNGIN MUSEOIDEN KOKOELMISTA 8.6.–23.9.2018
Vaasan kaupungin museoiden kokoelmista koottu teemanäyttely esittelee päähineitä monipuolisesti niin taideteoksissa, valokuvissa kuin itse esineinäkin.
Avoinna: tiistai–sunnuntai 10–17
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen. Hovioikeudenpuist. 4, Vaasa

KUNTSIN MODERNIN TAITEEN MUSEO GRÖNLUND-NISUNEN: GREY AREA 12.5.–2.9.2018
Retrospektiivisen näyttelyn teokset tutkivat liikettä, ääntä, valoa ja muita fyysikaalisia ilmiöitä. **Yleisöopastus sunnuntaina 2.9.** suomeksi klo 14 ja ruotsiksi klo 13. Opastus sisältyy museon sisäänkäyntimaksuun.
Avoinna: tiistai–sunnuntai 11–17
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen. Sisäsatama, Vaasa

POHJANMAAN MUSEO EERO NELIMARKKA 15.06.2018–07.10.2018
Nelimarkan varhaisten teosten keskeisiä aiheita olivat ihmiskuvat, joihin kuuluu muun muassa koskettavia lapsimuotokuvia sekä mittava omakuvien sarja.
Vaasa 400 vuotta, Terranova, Hedmanin kokoelmat
Avoinna: tiistai–sunnuntai 10–17
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen. Museokatu 3, Vaasa

VAASAN TAIDEHALLI HAHONKASALO-NIEMI-VIRTANEN, CHIMERA 25.8.–21.10.2018.
Taiteilijakollektiivi Honkasalo-Niemi-Virtasen näyttelyn lähtökohta rauta-ajalla elänyt yksilö ja hänen kasvonsa.
Vaasan kaupungintalo, Senaatink. 1 D
Sisäänkäynti Raastuvankadun puolelta.

VANHAN VAASAN MUSEO
Vanhan Vaasan museo toimii Wasastjernan talossa, jonka laivanvarustaja, kauppias ja valtiopäivämies Abraham Falander (1746-1815), aateloituna Wasastjerna, rakennutti vuosina 1780-81. Se oli kaupungin ainoa yksityinen kivitalo ja säilyi vuoden 1852 palossa.
Avoinna 1.6.-31.8.2018, tiistai–sunnuntai 10-17. Ilmainen sisäänkäynti
Kauppiaankatu 10, Vanha Vaasa

ATELJÉ TORNI, PITKÄKÄTU 66 SINIKKA LÄHDEMÄEN NÄYTTELY SYYSTUNNELMIA
Avoinna ti-to 12-18, la-su 12-16.
Pitkätie 66 Vaasa.
Vapaa pääsy.

PRINTMAKERS STUDIO/GALLERIA TAIDEGRAAFIKKO ESA RIIPAN NÄYTTELY 15.8.-8.9.
Avoinna ke-pe 13-17, la 12-15.
Vapaa pääsy. Kirkkopuistikko 19 (Kiinanmuuri). Vapaa pääsy.

BOCK'S CORNER BREWERY
Gerbyntie 18

RAVINTOLA JA JUHLASALI SIRPA SEPPÄLÄ
"Party & Processes" 4.8.-30.9.

LATO SEIJA SAARI
"Kaksi päätä ja yksi piru" 9.8.-30.9.

AUTOTALLI TIMO KONTTINEN
"365 dark days" 9.8.-30.9.

MERIMUSEO, VAASA, PALOSAAREN SALMI (06)3120511
Perusnäyttelyn lisäksi valokuvanäyttely: Palosaaren salmen historiaa ja kaava-luonnoksia. Avoinna 21.5.- 24.8 ma – pe klo11.30 – 18.30

VAASAN TYÖVÄEN MUSEO
Neuvostonostalgiaa.
Vapaudentie 27, Palosaari.
Avoinna: ma klo 13 - 18, ti - pe 12.30 - 17. Pääsymaksu 4/2 €

VAASAN TAITEILIJASEURA JA VAASAN KAMARIMUUSIKOT
Taidetta, designia ja musiikkia kulttuurisarmi 13:ssa la 16.6. klo 11-16.
Korsholmanpuistikko 6. järj.
Vapaa pääsy.

SÖDERFJÄRDENIN METEORIIHI
Marenintie 292 Sundom, Vaasa
NÄYTTELY AVOINNA YLEISÖLLE : 3.6-30.9 su 14-20 ja ke 18-20
Tilauksesta ryhmille: Toukokuu-Lokakuu, joka päivä online:
www.meteorio.fi tai VisitVaasa:n kautta, puh (06) 325 1145

VAASAN SOTAVETERAANIMUSEO
Avoinna kesäkaudella 29.5.-31.8. ti-pe 10-12 ja 13-16 la 10-14
Kirkkopuistikko 22 A, 65100 Vaasa

TIKANOJAS KONSTHEM
MED HATTEN PÅ SVAJ – HUVUDBONADER FRÅN VASA STADS MUSEERS SAMLINGAR 8.6.-23.9.2018
Tema-utställningen, som har sammanställts ur Vasa stads museers samlingar, visar på ett mångsidigt sätt huvudbonader i såväl konstverk, fotografier som även föremål.
Öppet: tisdag–söndag 10–17
Inträde: 9 € / 6 € / under 18 åringar gratis. Hovrättsplanaden 4, Vasa

KUNTSI MUSEUM FÖR MODERN KONST GRÖNLUND-NISUNEN: GREY AREA 12.5.–2.9.2018
Verken på den retrospektiva utställningen undersöker rörelse, ljud, ljus och andra fysikaliska fenomen. **Öppen guidning** för publiken ordnas **söndagen den 2.9.** kl. 13 på svenska och kl. 14 på finska. Guidningen ingår i museets inträdesavgift. Öppet: tisdag–söndag 11–17. Inträde: 9€ / 6€ / under 18 åringar gratis. Inre hamnen, Vasa

ÖSTERBOTTENS MUSEUM EERO NELIMARKKA 15.06.2018–07.10.2018
Människobilder, bland annat gripande barnporträtt och en omfattande serie självporträtt, hör till de centrala motiven i Nelimarkkas tidiga verk.
VASA 400 ÅR, TERRANOVA, HEDMANS SAMLINGAR
Öppet: tisdag–söndag 10–17.
Inträde: 9 € / 6 € / under 18 åringar gratis. Museigatan 3, Vasa

VASA KONSTHALL HONKASALO-NIEMI-VIRTANEN, CHIMERA 25.8.–21.10.2018.
Utgångspunkten för konstnärskollektivet Honkasalo-Niemi-Virtanens utställning är en individ som levat på forntiden och hens ansikte.
Öppet: tisdag–söndag 11–17. Gratis inträde, Vasa stadshus, Senatsgatan 1 D, Ingång från Rådhusgatans sida.

GAMLA VASA MUSEUM
Gamla Vasa museum finns i Wasa-stjernahuset, byggt åren 1780-1781 av skeppsredaren, köpmannen och lantdagsmannen Abraham Falander (1746-1815), sedermera adlad med namnet Wasastjerna. Byggnaden var det enda privata stenhuset i staden och klarade sig undan branden år 1852. Öppet 1.6.-31.8.2018, tisdag–söndag 10–17. Gratis inträde
Köpmansgatan 10, Gamla Vasa

BLACK WALL GALLERY
Tuula Ylivinkka "Ikimetsä"-tilateos 17.8.-9.9.
Korsholmsespl. 6/Kasern 13, Vaasa
Öppet ti 13-17, ons-fre 13-18, lö-sö kl 12-15. Fritt inträde

ATELJÉ TORNI, STORALÄNGGATAN 66 SINIKKA LÄHDEMÄEN NÄYTTELY SYYSTUNNELMIA
Öppet: ti-on 12-18, to 12-21, lö-sö 12-16. Storalänggatan 66 Vasa. Fritt inträde.

PRINTMAKERS STUDIO/GALLERIA KONSTGRAFIK UTSTÄLLNING ESA RIIPPA 15.8. - 8.9.
Öppet on-fre 13-17, lö 12-15.
Vapaa pääsy.
Kyrkoessplanaden 19 (Kinamuren). Fritt inträde.

BOCK'S CORNER BREWERY
Gerbyvägen 18

RESTAURANGEN OCH FESTSALEN SIRPA SEPPÄLÄ
"Party & Processes" 4.8.-30.9.

LADAN SEIJA SAARI
"Kaksi päätä ja yksi piru" 9.8.-30.9.

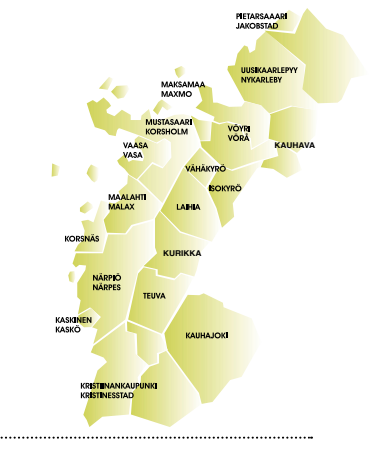
GARAGET TIMO KONTTINEN
"365 dark days" 9.8.-30.9.

VASA SJÖMUSEUM, BRÄNDÖ SUND, (06) 3120511.
Grundutställning samt Brändö sunds historia och planschman.
Öppet 21.5.- 24.8. må – fre kl. 11.30 - 18.30

VASA ARBETARMUSEUM
Sovjetnostalgi - utställning.
Frihetsvägen 27
Öppet: må kl 13 - 18, ti - fr 12.30 - 17.
Entréavgift: 4/2 €

METEORIA SÖDERFJÄRDEN
Marenvägen 292 Sundom, Vaasa
UTSTÄLLNINGEN ÖPPEN FÖR ALLMÄNHETEN: 3.6-30.9 sö 14-20 och ons 18-20
På beställning för grupper: maj-okt, alla dagar - online:
www.meteorio.fi eller via VisitVaasa:n kautta, tfn (06) 325 1145

VASA KRIGSVETERANMUSEUM
Öppet under tiden 1.9.-31.5.
Ti-fre 10-12 och 13-16, sö 14-16
Kyrkoessplanaden 22 A, 65100 Vasa



Kustannus / Utgivare:

UPC media

COMMUNICATION CENTER

Toimitus / Redaktion:
Sören Lundberg Gsm 040-187 8137
mega@upc.fi
www.megamedia.fi

Avustajat / Medarbetare:
Juha Rantala,
Hans Hästbacka

Paino / Tryck:

UPC print

COMMUNICATION CENTER

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjölösningar – även mobila.
Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + alv. Annonis i text 1,70 Eur/spmm + mvs.
Mediamyyni / Medieförsäljning: mega@upc.fi
Mediakort / Mediakort: www.megamedia.fi



Ehdolla Suomen Parhaiksi Oluiksi 2018!
Nominerade till Finlands Bästa Öl 2018!

Bock's IPA ja Dunkel ovat ehdolla Suomen parhaiksi oluiksi!

240 eri olutta 40 panimosta kilpailivat yhdeksässä kategoriassa Suomen parhaan oluen tittelistä. Ehdokkaat pisteytettiin Suuret Oluet Pienet Panimot-olutfestivaalin yhteydessä Helsingissä 24.-28.7. Näistä jokaisen kategorian parhaat ehdokkaat valittiin jatkuon loppukierrokselle. Finalistien joukosta löytyi kaksi Vaasa-olutta, nimittäin Bock's IPA ja Bock's Dunkel.

Tänä vuonna tuomaristossa esiintyi myös seitsemän kansainvälistä tuomaria Saksasta, Hollannista ja Puolasta joiden ansioluettelosta löytyy muun muassa monivuotista tuomari-työskentelyä maineikkaista ja kansainvälisesti arvostetuista World Cup Beer- ja European Beer Star-kilpailuista.

Kilpailun tulokset ja Suomen Paras Olut julistetaan 14.9.2018.



Bock's IPA och Dunkel nominerade till Finlands bästa öl!

240 olika öl i nio kategorier från 40 bryggerier tävlade om titeln Finlands bästa öl. Bidragen poängsattes i samband med ölfestivalen Suuret Oluet Pienet Panimot i Helsingfors 24-28.7 varefter de bästa bidragen i varje kategori gick vidare till slutomgången. Bland finalisterna fanns två Vasa-öl, nämligen Bock's IPA och Bock's Dunkel.

I år deltog i juryn även sju internationella domare från Tyskland, Holland och Polen vars meritlistor omfattar bland annat mångårigt juryarbete i de prestigefyllda och internationellt erkända World Cup Beer- och European Beer Star-tävlingarna.

Resultaten i tävlingen och Finlands Bästa Öl kungörs den 14.9.2018.



Seema Ganoo

Engineer by education, passionate photographer & food enthusiast from India living in Vaasa, happy to write this article/column, which combines her love of food & photography.

Seema's Food



Rava appe



Mango sheera

Back to routine breakfast

"Breakfast is the most important meal of the day and I definitely have a hearty breakfast before I do anything" - Mayer Hawthorne. As the school reopens, holidays are over, and each one heads back to work having enjoyed some nice warm summery days- the pace is set for getting back in routine.

After the holidays and wonderful summer break, it is definitely tough getting back in groove, but the tempting aroma of warm breakfast wafting in the home can really awaken the senses - be it sweet or savoury. As they say, "if the stomach is happy everything works". For me, I have realized that, kids were more willing to eat warm breakfasts, as opposed to cold ones.

With the mannasuurimo (mannagryn in Swedish, rava in Marathi) available here, we can make a quick sweet or savoury snack at a very short notice.

"Upma" is a common breakfast or snack, which can be served at a very short notice and made by sautéing the mannasuurimo. Heat some oil in a pan, add mustard seeds. When they splutter, add grated ginger, "udad dal" lentils (or any lentils available), some chopped green/ red chili, some finely chopped onions and tomatoes. Some cashew nuts too could be added. Then comes the Rava. Roast it for a while till you get a nice aroma. Add salt as per your taste and very little sugar. In another pot, boil some water. Add the warm water to the sautéed rava - usually about 2 times the amount of rava, depending on how you enjoy the consistency, whether runny or just firm. Cover and let it cook for some time. Stir it over and then cover and cook, after which it is ready to serve. This dish can be garnished off with some finely chopped coriander and a sprinkling of some lime juice.

Another dish using rava is appe- again a savoury dish. To one cup of rava, add about ¾ cup of yogurt or buttermilk (the piima/surmjolk we get here works great). Add a bit more too until all rava is soaked up, then add salt and cover - allowing it to rest for some

time. In a pan, take a teaspoon or 2 of oil, heat it up, add some mustard seeds, and when they splutter, add finely chopped onions, curry leaves (if you have them). Let the onions just be soft then switch off the pan and let it cool. Meanwhile, the rava must have soaked up all yoghurt, so add some water to get a pouring consistency. Add the onion mixture to it stir it well and let it rest for 10-15 minutes. Then add a pinch of baking soda and stir the mixture lightly. Heat the pancake pan, oil it and pour this rava batter and cook on both sides. You may also add finely chopped carrots, beans, to the batter if you like. Serve it with a chutney (or even ketchup works well).

Next, comes the sweet version of mannasuurimo: "Sheera" also known as "halva". Another versatile sweet dish, with the consistency of a porridge. It works as breakfast, snack or as a dessert too. We make it with ghee. Roast the rava in ghee till you get a beautiful aroma and the colour changes to light brown, constantly stirring as it may burn quickly. Once roasted, add hot milk and cover it immediately as it splutters. Let it cook for some time then open and stir it and allow it to cook for a little bit more. Then add sugar to it, mix well. Usually the ratio of ghee, rava and milk can be 1 cup each but then you may lessen some ghee or add more warm milk and water to it and less sugar too. You may also add cardamom to it gives a wonderful flavour. Raisins, chopped almonds or cashew nuts can also be added though I prefer it just plain. You may garnish it too with nuts if you like. The one in the photo I have used mango puree along with milk and then garnished with mango pieces.

As Israelmore Ayivor says "A great start to the day with a warm snack. The little energy you obtained from your breakfast can ignite your willingness to kick start. Don't overlook the little energy you have now by fixing eyes on a supposed magical influence farther away!"

