

**PÅ VEIJIN 16.11  
KL. 20.00 @ BOCK'S  
BRYGGERIBATALJ**

**Bock's**  
MAKE GOOD!

vs.

**Kvarken**  
BREWERY

AIKAKAUSLEHTI • TIDSKRIFT • SEUDUN KEHITTÄJÄ  
• REGIONENS UTVECKLARE

**mega**  
VIKKO 46 VECKA 2018

**promedi**

**Influenssa-aika lähestyy**

Promediassa tarjoamme sinulle  
influenssarokotteen sujuvasti  
hoitajan vastaanotolla hintaan 35 €



**Influensasäsongen närmar sig**

på Promedi erbjuder vi dig  
influensavaccination  
hos hälsovårdare för 35 €

**HUOLENPITOA LÄHELTÄSI - OMSORG NÄRA DIG**

Himalajankatu 9, 65100 VAASA | (06) 357 7700 | [www.promedi.fi](http://www.promedi.fi)

**Art@Bock's**  
esittää/presenterar:

**Maritan käsissä  
suolataikina taipuu  
huumoriksi**

s9

**Bock's**  
MAKE GOOD!



**TERVETULOA TEKEMÄÄN LÖYTÖJÄ!  
TULE JA TUTUSTU !!**

AITO KYLÄKAUPPA, palveluksessasi yli 2000m<sup>2</sup> myymälä ja eri tuotteita 60000 valikoimalla!

**Sukat osta 3 maksa 2 tarjoamme edullisimman**  
Socker, köp 3 betala 2, vi bjuder på den billigaste

Taotut rautatuotteet, koukut, saranat, naulakot  
**PUKIN pussiin!! / Smidda järnprodukter, krokar,  
gångjärn, klädhängare till Julbockens säck! -25%**

Vahakankaat uusia malleja Super Jätti valikoimat  
myös Jouluisia / Vaxdukar, nya modeller, Super  
Jätte urval, även julmönster -30%

Teräksinen termospullu / Ståtermos -25%

WC-paperi 24rullaa / WC-papper 24 rll 7€

**HUOM! LAUANTAINA 17.11.18 pullakahvitarjoilu !!**  
**OBS! kaffe med dopp LÖRDAGEN DEN 17.11.18 !!**

Paljon uusia tuote eriä, alennettuja hintoja **-20% -50% ja -70%**

**JÄTTITAVARAALTO**  
TOLKIN KAUPPAHALI  
Tolkintie 17, 65100 Isokyrö  
ma-pe 9.00-18.30 la 9.00-17.00  
050-5974591 [www.tolkinkauppahalli.fi](http://www.tolkinkauppahalli.fi)  
Tarjoukset voimassa 22.11. 2018 saakka niin kauan, kuin tarjouserää riittää

**HAMMAS-  
PROTEESIT**

**Erikoishammas-  
teknikolta**

• uudet kokoproteesit

• otiivistus ja korjaus jopa odottaessa!

• ohammasproteesien tarkastus ilmaiseksi!

• otakuutyö

**Soita ja varaa aikasi!**

**VAASA 312 1233**  
Kauppapuistikko 20B

**LAIHIA 477 0744**  
Kauppatie 5

**MAALAHTI 347 8080**  
Köpingsvägen

**ALUEEN  
HAMMAS**

**20 v.  
alalla**



**VAASAN ENSI- JA TURVAKOTI**  
VASA MÖDRA- OCH SKYDDSEM RY

**Palvelut:**  
– turvapaikka perhe- ja  
lähisuhdeväkivallan uhreille  
– mahdollisuus puhua tapahtuneesta  
ohjaajan kanssa  
– tukea tulevaisuuteen  
suuntautumisessa  
sekä arjen järjestelyissä  
– yhteistyö muiden  
auttajatahojen kanssa

Yhteystiedot:  
Varastokatu 12, 65100 VAASA  
puh. 06 312 9666  
[urvakoti@vaasanturvakoti.fi](mailto:urvakoti@vaasanturvakoti.fi)  
Pohjanmaan turvakoti Facebookissa

Make your  
Christmas  
delicious with

**JOULUKAHVI  
JULKAFFE**

**Bock's**  
MAKE GOOD!



# Bock's

MAKE GOOD!

## TALVIOLUT VINTERÖL

*Luonto nukkuu ja pakkaset paukkuvat pikimustassa talviyössä. Syvällä suuren metsän uumenissa kuitenkin hämmöttää lämpö ja toivon kipinä, sillä siellä käy aromeja täynnä oleva talviyön tunnan olut. Varhain aamun sarastaessa tonttujen on lähdeävä reet täynnä Talviolutta ulos hanteen ja viimaan. Kuukausien huolellisen työn hedelmä on nyt vihdoin matkalla kansalle!*

*Vuoden Talviolut on pantu toivomuksella, että saat nauttia siitä rauhassa ja hyvässä seurassa!*

*Naturen sover och vinden viner kall runt husknutarna i midvinternatten. Men djupt inne i den stora skogen hägrar värme och en förväntan, där jäser en öl rik på aromer och mörk som vinternatten i färgen. I gryningen ska tomtarna ut i snödrivorna och den bitande vintervinden med släpen fyllda med Vinteröl. Brygden som med stor omsorg tillverkats under de gagna månaderna är äntligen på väg ut till folket!*

*Årets Vinteröl är bryggd med en önskan om att du skall få avnjuta den i stillhet och i gott sällskap!*



5,2% 330ml

**Nyt enemmän makua & parempi kuin koskaan!  
Nu med mer smak & bättre än någonsin!**

## Vaasan Fennialla viihtyvät sekä työntekijät että asiakkaat

Ainoastaan harva on kiinnostunut vakuutuksista, tämän myöntävät jopa vakuutusalan ammattilaiset. Kuitenkin vakuutukset pitää hoitaa, halusimme tai emme. Mielenkiintoista on se, että vakuutusallalla työskentelevät viihtyvät hyvin ammatissaan. Sen todistaa jo sekin, että monet Vaasan Fenniassa työskentelevät henkilöt lähtevät pois vasta eläkeiässä. Vaasan Fennialla työntekijöiden vaihtuvuus on erittäin pientä. Vaasan **Fennian aluejohtaja Stefan Talus** arvelee, että viihtyminen on monen asian summa. –Annamme työntekijöillemme vapautta ja vastuuta. Käytännössä tämä tarkoittaa vapautta tehdä asiat omalla tavalla, mutta kuitenkin niin, että tavoitteet täyttyvät. Vapauden rinnalla tarjoamme säännöllistä koulutusta ja ohjaamme aina, kun sille on tarvetta. Matala organisaatio mahdollistaa kahdensuuntaisen viestinnän ylimmän johdon ja työntekijöiden välillä, Talus kertoo.

### Luottamussuhde muuttaa vakuutusasioiden hoitamisen mukavaksi

Yritysneuvoja **Susanna Valtonen** on työskennellyt Vaasan Fenniassa jo 27 vuotta. Ruusujakin asiakkailta pokannut Valtonen kertoo ammattisalaisuuteen aidon kiinnostuksen ihmisiä ja asioita kohtaan. –Paneudun jokaisen asiakkaan asioihin perusteellisesti. Haluan tarjota parhaan mahdollisen turvan ja ratkaisun, joka on tehty kyseisen asiakkaan mittasuh-

teisiin sopivaksi sekä hinnaltaan että laajuudeltaan, Valtonen sanoo. Ammattitaito syntyy omasta kiinnostuksesta alaa kohtaan. Fennia tarjoaa henkilökunnalleen erinomaiset kouluttautumismahdollisuudet mm. verkkovalmennusten avulla. –Ei tässä tylsistymään pääse, aina tulee jotain uutta. Lisäksi työyhteisömme on mahtava, viihtyn täällä erinomaisesti, Valtonen kertoo.

### Asiakkaat hyötyvät osaamisestamme

**Miro Laitinen** on yritysvaltuutusten asiakaspäällikkö, mutta hänellä on kokemusta Fennialta myös myyjänä ja yrittäjätiimin vetäjänä. Laitinen nostaa Vaasan Fennian vahvuudeksi turvallisuuden tunteen, joka heijastuu myös asiakkaisiin. Asiantuntemus tuo rahan säästöä sekä säästetyssä ajassa että oikeanlaisten vakuutusten muodossa. Asiakkaat ostavat yhä enemmän konsultointia, koska eivät halua käyttää omaa aikaansa selvitystyöhön. Tällöin luottamus nousee yhdeksi suureksi arvoksi.

–Luottamus syntyy pitkistä kokemuksesta alalla. Koulutuksessamme käydään läpi kattavasti asioita koko vakuutusallalta, eli kaikki osaavat kaikkea. Meillä on huippuasiantuntijoita, joilta löytyy vastaus lähes kaikkeen. Tämä kehittää sekä työyhteisöä että todistaa antaa erinomaisen vakuuden siitä, että meihin voi luottaa, Laitinen kertoo.

### Fennia sysselsätter personer med olika typer av kunlande

Fennias enhet i Vasa är den största enheten i koncernen efter huvudkontoret i Helsingfors, och erbjuder därför sin personal möjligheter till varierande arbetsuppgifter.

I Vasa kan man arbeta med kundbetjäning åt både privat - och företagskunder eller skadehantering. Fennias Contact Center i Vasa erbjuder landsomfattande kundbetjäning på båda de inhemska språken per telefon eller digitalt åt både konsumenter och företag.

Vi erbjuder även förmögenhetsförvaltningstjänster, så även kunlande inom sparande behövs.

### Fennias försäljningsdirektör i Vasa,

**Mia Nurminen**, berättar att ny lagstiftning, trender och den digitala utvecklingen påverkar försäkringsprodukterna och servicemodellerna. –Idag är konsumenterna aktiva med att själva ta reda på serviceutbudet och köper i allt större utsträckning sitt försäkringsskydd digitalt. Lokal kundbetjäning bör däremot inte underskattas. Därför erbjuder vi service även i fortsättningen vid vårt kontor och via andra kanaler. Kunden bestämmer.



**Hennamari Hietala, InMedi Oy, Toimitusjohtaja, yrittäjä, sairaanhoitaja AMK**  
Vaasalainen InMedi on liikkuva terveysklinikka, jonka palveluihin kuuluvat kotiin tuodut sairaanhoidon ja etälääkärin palvelut. Palvelurepertuaariin kuuluvat myös kotisairala, kotisairanhoito, omaishoitajien lomitus, perinteinen seniorihoiva ja erityislasten palvelut. InMedi arvottaa omassa palvelussaan ammattitaitoa ja osaamista sekä palveluiden nopeaa saatavuutta. Hietalalle on tärkeää, että henkilökunta on osaavaa ja viihtyy työssään. Tämä näkyy asiakkaille luotettavana ja joustavana sairaanhoidon asiakaspalveluna.

### Miksi InMedi on valinnut vakuutusyhtiöseen juuri Fennian?

Tuttu yhteishenkilö ja asioiden sujuvuus ovat pitäneet InMedin Fennian asiakkaana jo 3 vuotta. Kiireinen yrittäjä arvostaa vakuutusyhtiössä erityisesti sitä, että kysymyksiin saa vastaukset heti puhelimitse, eikä aikaa tarvitse käyttää netin selaamiseen.

### Mitä yrittäjä odottaa vakuutusyhtiöltä?

Vakuutusasiat ovat Hietalan mukaan haastavia siksi, että aina ei tiedä mitä vakuutus korvaa ja mitä ei. Lisäksi erilaisten vakuutusten valikoima ja niiden todellinen tarve mietittävää. Tästä syystä hänelle on tärkeää, että vakuutusyhtiössä osataan kertoa selkeästi ja konkreettisin esimerkein vakuutussisällöistä ja niiden todellisista hyödyistä yritykselle.

### Milloin olet saanut Fennialta erityisen hyvää palvelua?

”Kaadiin lasketellessa viime huhtikuussa. Aluksi minua hoidettiin Vaasassa, mutta oireilun jatkuttua Fennia ohjasi minut eteenpäin toiselle paikkakunnalle. Huippuortopedi leikkasi vamma, josta nyt toivun. Maksusitoumukset sekä leikkaukseen että fysioterapiakäyntiin hoituivat nopeasti, kuten myös sairauspäivärahat, jotka tilitettiin minulle erittäin nopeasti.”



### Sami Kankaanpää, talousjohtaja, Rinta-Joupin Autoliike Oy

Rinta-Joupin Autoliike on tuttu toimija Suomen autokaupassa. Se nimeäkin itsensä koko kansaa palvelevaksi autoliikkeeksi. Toiminnan jyrkänä kivijalkana on rehellinen kaupankäynti, jossa asiakkaalle halutaan löytää hänelle sopivin ratkaisu. Kankaanpää toteaa, että rehellisyys kumpuaa yrityksen pitkistä, 65 vuoden taakse ulottuvasta historiasta.

### Lähellä oleva toimija osaa neuvoa

Autoliike on jo pitkään ollut Fennian asiakas. Kankaanpään mukaan hyvät henkilökemiat ja lähellä oleva yritys ovat asiakkaalle tärkeitä, halutessaan asiakas pääsee myös ylimmän johdon juttusille. Vakuutusyhtiön puolelta tuleva joustavuus vähentää asiakkaan työtaakkaa ja auttaa asiakasta pääsemään nopeammin haluttuihin ratkaisuihin. Fennia on ollut hyvänä tukena myös

yrityksen kasvaessa, jolloin uusia vakuutuksia tehtiin ja sovitettiin jo olemassa oleviin sopimuksiin.

**Turvallisuuden kehittämistä yhteistyössä**  
Kankaanpää kertoo, että he ovat saaneet vinkkejä oman turvallisuutensa kehittämiseen. Asiakkaan ja vakuutusyhtiön välinen yhteistyö on sisältänyt kehittämistyötä, jossa molemmat ovat luoneet molempia osapuolia hyödyttäviä, tehokkaampia käytännön toimintatapoja.

—Kukaan ei halua maksaa turhasta, siksi asiakkaan täytyy ymmärtää, mitkä riskit voi ja haluaa kantaa itse. Me olemme käyneet näistä asioista avointa ja rehellistä keskustelua, Kankaanpää kertoo.





### Suonikohjuja hoidetaan vaahtoruiskutusmenetelmällä Lääkärikeskus Promedissa

Suonikohjut ovat varsin yleinen vaiva. Syynä niihin on jalkojen laskimoihin kehittyvä vajaatoiminta. Laskimoverenkierron hidastuessa aiheutuu jalkojen turvotusta, kipuilua ja paineen tunnetta. Oireet lisääntyvät päivän mittaan ja ovat pahimmillaan iltaisin. Oireet helpottuvat, kun jalat nostetaan koholle. Suonikohjut näkyvät jaloissa sinertävinä kyhmyinä ja tavallisimmin ne ilmestyvät pohkeisiin ja säärtien alueille.

#### Milloin lääkäriin?

Lääkäriin kannattaa hakeutua aina, kun suonikohjuista on vaivaa; viimeistään, mikäli jalkoihin ilmaantuu ihomuutoksia tai värjäytymiä. Lääkärikeskus Promedissa suonikohjuja hoidetaan vaahtoruiskutusmenetelmällä. Toimenpide on nopea, eikä edellytä sairauslomaa. Suonikohjuja voidaan hoitaa myös kosmeettisista syistä. Voit varata ajan suoraan lääkärillemme, tai voit pyytää omalta hoitavalta lääkäriltäsi lähetteen erikoislääkärillemme.

Ota yhteyttä, kerromme mielellämme lisää: puh. 06 357 7700.

### Åderbräck behandlas med skuminjektionsmetoden på Läkarcentralen Promedi

Åderbräck är ett mycket vanligt besvär som beror på nedsatt cirkulation i benens vener. Då blodcirkulationen i venerna blir långsammare orsakar detta svullnad, smärta och en tryckande känsla i benen. Symtomen tenderar att tillta under dagens lopp och är som värst på kvällarna. Symtomen lättar, om benen läggs i högläge. Åderbräck syns på benen som blåaktiga, knöliga upphöjningar. Åderbräck är vanligast på vaderna och på underbenen.

#### När ska man uppsöka läkare?

Det är alltid bra att uppsöka läkare vid åderbräcksbesvär. Senast i det skedet, om det uppstår hudförändringar på benen eller missfärgningar av huden. På läkarcentralen Promedi behandlas åderbräck med skuminjektioner. Ingreppet går snabbt och ingen sjukledighet behövs efteråt. Åderbräck kan även behandlas på grund av kosmetiska skäl. Du kan boka tid direkt till våra läkare eller be din behandlande läkare om remiss till en specialistläkare.

Kontakta oss, vi berättar gärna mer: tfn 06 357 7700.

## Huolenpitoa läheltäsi Omsorg nära dig



### Ajokorttiodistukset kätevästi Lääkärikeskus Promedista

Ajokorttiodistusta tarvitaan, mikäli ajokorttisi voimassaolo on umpeutumassa, koska täytät kohta tai olet jo täyttänyt 70 vuotta ja sairastat pitkäaikaista sairautta, esimerkiksi diabetesta, sydänsairautta, verenpainetautiä tai neurologista sairautta, kuten esimerkiksi epilepsiaa, Parkinsonin tautia tai muistisairautta.

Täytähän jo kotona ennen vastaanottoaikaa liikenneturvallisuusvirastolta postissa saamasi esitietolomakkeen huolellisesti kaavakkeen ohjeiden mukaan.

### Förnya ditt körkortsintyg enkelt hos Läkarcentralen Promedi

Ett körkortsintyg behövs om ditt körkorts giltighetstid går ut i samband med att du fyller 70 år eller om du redan fyllt 70 år och lider av en långvarig sjukdom, exempelvis diabetes, hjärtsjukdom, blodtryckssjukdom eller en neurologisk sjukdom (till exempel epilepsi, Parkinson eller någon minnessjukdom).

Innan du kommer till läkarmottagningen, vänligen fyll i förhandsblanketten som kommit på posten från Trafi enligt föreskrifterna.

### Influenssarokotus

Influenssa-aika lähestyy. Tarjoamme sinulle influenssarokotteen sujuvasti hoitajan vastaanotolla hintaan 35 €.

### Influensavaccin

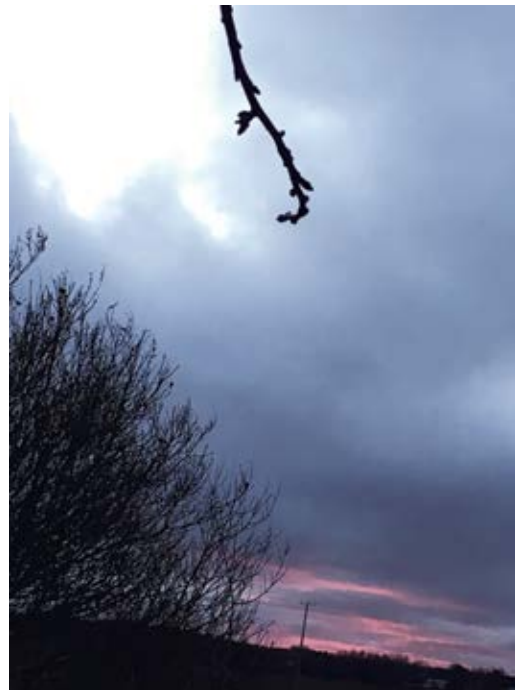
Influensasäsongen närmar sig. På Promedi erbjuder vi dig influensavaccination hos hälsovårdare för 35 €.



# OBSERVATEUR



▲ Auringonlasku  
Observateur: Mirjam Koivula



▲ Vörå kyrka  
Observateur: Nanny Rex, Vörå



▲ Hösten 2017  
Observateur: Anita Näsman



▲ VR uusi tasoristeyksen Pietarsaaren Framilla 2-4.11.18  
Observateur: Arja Utunen, Pietarsaari



Ota kuva ja kommentoi lyhyesti – max noin 100 merkkiä – tapahtumaa, treffää, luontokokemusta, rakennelmaa, ilmiötä, rakennusta, esinettä, tosiasiaa, - jotain jolla kuva voi saada osallisuutta aikaan. "Blogga" ja kehitä 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.



▲ Lämpökeskuksen kultaketju  
Observateur: Maija Leppänen, Isokyrö

► "TIETYÖ, LIIK- ENNE- VIRI- STO".  
Observateur: Matti Hietala, Vaasa



▲ Liisa ihmemaassa  
Observateur: Pasi Haapa-Aho



▲ Detta fina "snäckhjärta" är fotograferat vid en sandstrand utanför Dubai.  
Observateur: Christian Nylund, Vasa



▲ Sista svamparna för i år/ Tämän syksyn viimeiset sienet  
Observateur: Marianne Gråbbil-Hakkola



## Turvassa Pohjanmaalla: Pohjanmaan turvakoti

Harva tietää, että Vaasassa on toiminut jo yli 30 vuotta perhe- ja lähisuhdeväkivallan uhreille tarkoitettu turvakoti. Vaasassa sijaitseva Pohjanmaan turvakotia (Österbottens skyddshem) ylläpitää vuonna 1987 perustettu Vaasan ensi- ja turvakotiyhdistys. Turvakodissa väkivaltaa tai sen uhkaa kokenut saa suojan ja apua. Turvakoti on auki ympäri vuorokauden, vuoden jokaisena päivänä.

Pohjanmaan turvakoti on yksi Suomen yli 20 turvakodista. Kaikki turvakodit ovat auki 24/7 ja asiakkaat voivat hakeutua niistä mihin tahansa. Palvelu on asiakkaille maksuton, eikä turvakodissa oleminen maksa heille mitään. Vuonna 2017 Suomen turvakodeissa autettiin yhteensä 2 274 aikuista ja 2 051 lasta.

Perhe- ja lähisuhdeväkivalta vaikuttaa aina lapsiin. Siksi koulutetut ammattilaiset auttavat turvakodeissa myös lapsia. Pohjanmaan turvakodin asiakas- ja lähisuhteissa väkivaltaa tai sen uhkaa kokevista, jotka tarvitsevat tukea väkivallasta selviämiseen sekä väliaikaisen asuinpaikan. He voivat soittaa meille, ja tulla yksin tai lastensa kanssa. Turvakoti on tarkoitettu kaikille sen tarpeessa oleville sukupuoleen, kulttuuriin, äidinkielen, uskontoon tai sukupuoliin suuntautumiseen katsomatta.

Pohjanmaan turvakodista neuvotaan, että asiakkaan kannattaa ensin soittaa turvakotiin varmistaakseen, onko siellä tilaa. Turvakodista asiakas saa suojan väkivallalta ja apua väkivallan uhan lopettamiseksi. Väkivallasta vahingoit-

taa ja aiheuttaa uhrissa usein häpeän ja syyllisyyden tunteita. Turvakodin ammattilaiset on koulutettu kohtaamaan erityisesti väkivaltaa kokeneita lapsia ja aikuisia. Asiakkailta on myös mahdollisuus purkaa kokemuksiaan ja tunteitaan turvallisessa ympäristössä. Henkilökunta neuvoo myös oikeudellisissa kysymyksissä, auttaa käytännön asioiden järjestämisessä ja tarjoaa myös lapsille apua perheväkivallan kokemuksiin.

Turvakodissa asiakas saa käyttöönsä oman huoneen. Turvakoti tarjoaa myös ruoan, liinavaatteet ja välttämättömät hygieniatuotteet. Usein asiakas pystyy lähtemään rauhassa turvakotiin ja hän voi pakata mukaansa vaatteita ja muita tarpeellisia tavaroita, kuten vastahankitut, omat pankkitunnukset.

Turvakodissa asiakas saa rauhassa käsitellä tilannettaan ja tehdä tulevaisuuteensa liittyviä päätöksiä. Mahdollisuuksien mukaan turvakodista voi myös käydä töissä ja lapset voivat käydä päivähoitossa tai koulussa. Henkilökunta auttaa käytännön asioiden järjestämisessä.

Asiakassuhde on aina luottamuksellinen ja henkilöstöllä on salassapitovelvollisuus. Oleskelun kesto riippuu aina asiakkaan tilanteesta. Yleensä Pohjanmaan turvakodissa ollaan keskimäärin noin kaksi viikkoa. Asiakkaat saavat apua myös turvakotijakson jälkeiseen elämään ja sen järjestämiseen. Pohjanmaan turvakodissa autettiin vuonna 2017 noin 200:a asiakasta.

**Tervetuloa Vaasaan AMMATA SPA NATURE AYURVEDAAN!**  
Hoviioikeudenpuist. 7 D, Vaasa

**Välkommen till AMMATA SPA NATURE AYURVEDA i Vasa!**  
Hovrättsplanadén 7 D, Vasa

**Perinteinen Thaihieronta + lämmin yrthihaude**  
Traditionell Thaimassage+varm örtkompress

**Aromaterapihieronta+lämmin yrthihaude**  
Aromaterapimassage+varm örtkompress

**Eritaisia kasvohoitoja** Ansiktsbehandlingar  
Vi använder MARZIA CLINIC ansiktsvårdsprodukter! 100% vegetabiliska, inga konserver.

**Jalkahierontaa Vyöhyketerapiaa 62 pist. hierontaa**  
Fotmassage, Zonterapi, 62 punkters

**Raskausajan hierontaa** Gravidmassage  
**Lastenhierontaa (4-12v) ja (12-15v)**  
Barnmassage (4-12v) och (12-15v)

Lisätied. ja ajanvar. osoitteesta: [www.ammataspa.fi](http://www.ammataspa.fi)  
Mer info och tidsbokn. finns på: [www.ammataspa.fi](http://www.ammataspa.fi)  
Puh./Tel. 050 328 2664 E-mail: [info@ammataspa.fi](mailto:info@ammataspa.fi)

LAHJAKORTTEJA [www.ammataspa.fi](http://www.ammataspa.fi) tai meiltä Spa:sta  
PRESENTKORT [www.ammataspa.fi](http://www.ammataspa.fi) eller från vårt Spa

Även på Sjövägen 54b 66210 Molpe

**v. 47** *Lounas joka arkipäivä klo 11-14 @Bock's, Gerbyntie 16, Vaasa*

<b>Måndag/Maanantai:</b> Skinkfrestelse, G L / Ugnslax med musselsås, G L Kinkkukiusaus, G L / Uunilohta ja simpukkakastike, G L	<b>Tisdag/tiistai:</b> Makaroniläda, L / Borschoppa, G L Dessert Makaroonilaatikko, L / Borsseikko, G L Jälkiruoka	<b>Onsdag/keskiviikko:</b> Ugnskorv, G L / Gräddig örtsmaksatt köttgräda, L G Uunimakkara, G L / Kermainen yrthimaustettu lihapata, L G	<b>Torsdag/torstai:</b> Traditionell ärtsoppa G, L Pannkaka med sylt och grädda L / Grisfile med auraostsås, G L Perinteinen hernekeitto G, L Pannakkaku, hilloa & kermavaahtoa L / Porsaanfile ja aurajuustokastike, G L	<b>Fredag/perjantai:</b> Pulled pork och/ja bbq-ribs G, L
--	--	---	---	--

P OBS! HUOM! FREE PARKING

Sunday steak

Vuxna/Aikuiset 16.50 €  
Barn/Lapsel 7 €

**Litlen öl + lunch**  
**Pieni olut+lounas**  
**10 € 12,50 €**

Kustannus / Utgivare:

**UPC**  
media

COMMUNICATION CENTER

Paino / Tryck:

**UPC**  
print

COMMUNICATION CENTER

Toimitus / Ilmoitukset / Redaktion / Annonser :  
Sören Lundberg GSM 040-187 8137  
[mega@upc.fi](mailto:mega@upc.fi) - [www.megamedia.fi](http://www.megamedia.fi)  
Avustajat / Medarbetare: Juha Rantala, Hans Hästbacka

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjölösningar – även mobila.  
Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + alv. Annonns i text 1,70 Eur/spmm + mvs.  
Mediamyynä / Mediaförsäljning: [mega@upc.fi](mailto:mega@upc.fi)  
Mediakortti / Mediakort: [www.megamedia.fi](http://www.megamedia.fi)





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

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



Elisabeth Holm, Kvimo. 9 November, grönt ännu i Kvimo



Gertrud Engman, Helsingby



Vesa Vuorinen, Vaasa. Vaskiluoto Suvilahdesta katsottuna.



Anette Wikberg, Vasa. Höstkväll



Markus Wägar. Höstbild.



Kaarina Tuomela, Laihia. Kesäilmettä.



Penjami Forsberg, Vaasa. Revontulia Vaasassa 7.10.



Tanja Rajala, Laihia. Syksyn väriloistoa.



Mikko Eteläpää. Big Bay



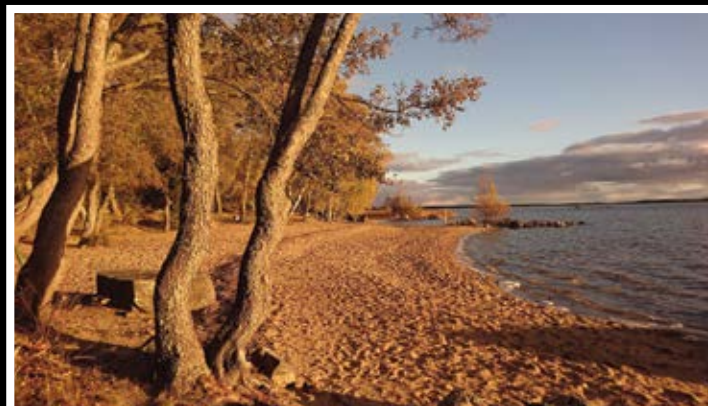
Henrik Marttila, Vaasa. Präntöön Ruskaa



Tuula Åstrand. Valoa pimeyteen



Leena Minkkinen. Pumpulipilvet



Mira Berg, Vaasa. "Autiohiekkaranta".

## Maritan käsissä suolataikina taipuu huumoriksi

Vettä, suolaa ja vehnäjuhoja - siinä ainekset, joista vaasalaissyntyinen suolareliefitaitelija Marita Södergård loihtii iloisia hyväntuulen tauluja. Tauluista on tullut suosittuja. Ne ovat tyyliltään ainutlaatuisia Pohjoismaissa. Naivistiset suolareliefinsä Marita luo taikataikinan tapaisesta massasta, jonka kanssa hän on työskennellyt jo yli 20 vuotta.

Taikinan käyttäminen taiteen tekemiseen on alkanut jo silloin kun ihmiset alkoivat viljellä viljaa ja leipoa leipää. Niihin aikoihin alettiin muotoilla hahmoja ja kulttiesineitä pyhästä, elävöittävästä taikinasta.

Näin Marita kuvaile omaa luomisprosessiaan:

- Ensinnä muotoilen taikinasta reliefit, jotka sitten paistan uunissa 8 tuntia. Sen jälkeen vuorossa on maalaus ja lakkaukset. Lopuksi reliefit asetellaan ja kiinnitetään kehyksiin.

Vaikka Marita itse tekee naivistisia ja koomisia taideteoksia, kokee hän että taikinan työstämisessä on jotain lähes pyhää. Inspiraatiota iloihin töihinsä hän löytää tavallisesta arjesta ja taulun aiheita syntyy myös unessa.

Maritalla on ollut näyttelyitä ympäri Suomea. Nyt on Vetokankaan ja Bock'sin vuoro.

- Haluan että ihmisiä naurattaa taulujani katsellessa, koska minulla itsellenikin on hauskaa kun niitä teen, sanoo Marita pilke silmäkulmassa taideteoksistaan, jotka kuvaavat ihmisiä ja eläimiä arkisissa tilanteissa.

Maritan suolareliefinäyttely on esillä Bock's Corner Breweryn ravintolassa marraskuun loppuun saakka, ja on avoinna ravintolan aukioloaikoina. Näyttelystä on myös tarjolla opastettuja kierroksia sekä isommille tai pienemmille ryhmille (yhteystiedot, kts alla).



Onko joululahja vielä hakusessa? Löydä Maritan tauluista erinomainen ja uniikki joululahja!

Söker du en passande julklapp? Finn en perfekt och unik julgåva bland Maritas reliefavor!

## Humor formas i Maritas händer

Vatten, vetemjöl och salt - det är ingredienserna som saltreliefskonstnären Marita Södergård från Vasa tillverkar sina glada och livsbejakande reliefer av. Relieferna är kända och unika i sitt slag i Norden. De naivistiska saltrelieferna skapar Marita av en speciell trolldagsliknande deg - ett material som Marita arbetat med i över 20 år. Tekniken att göra konstverk av deg har uråldriga anor. Det fick sin början i och med att människan började odla spannmål och baka bröd. Då började man också forma figurer och kulturföremål av den heliga, livgivande degen.

Så här beskriver Marita sin skapelse-process: - Först formar jag relieferna av degen, som sedan bakas i ugn i åtta timmar. Sedan målar och lackerar jag relieferna, varefter de monteras i ramar.

Även om Marita själv gör naivistiska och komiska konstverk, så upplever också hon

att det är något heligt över att arbeta med degen. Inspirationen hittar hon i vardagen och hon har en lång lista av idéer som väntar på att förverkligas.

Marita har haft utställningar över hela Finland och nu är turen hos Dragnäsback och Bock's.

- Jag vill att folk ska skratta när de ser på mina tavlor, för jag har så roligt själv när jag bakar de här, säger Marita med glimten i ögat, om sina konstverk som avbildar människor och djur i vardagliga situationer.

Maritas saltreliefutställning finns att beskådas i Bock's Corner Brewerys restaurang november månad ut och är öppen enligt restaurangens öppethållstider. Guidade turer av utställningen kan arrangeras för både mindre och större grupper (kontaktuppgifter, se nedan).

Lisää tietoa Bock's ARTS facebook-sivulta / Mer info på Bock's ARTS facebook-sida  
Käyntiosoite/Adress: Gerbyntie 16, 65230 Vaasa  
Yhteystiedot/kontakt: ira.mikkonen@bcv.fi / 050 5053507







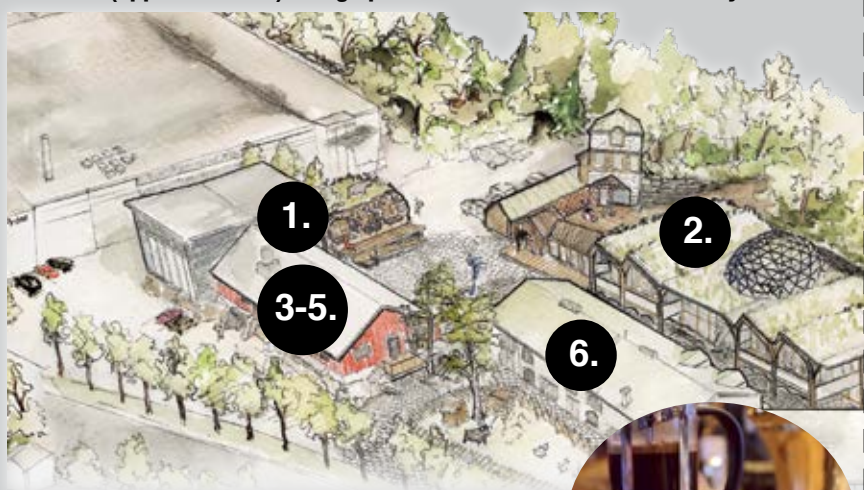


## Pieni kulttuurikierros Vetokangaksella Lilla kulturrundan i Dragnäsback

Kesto n. 1-2 tuntia  
Tidsåtgång ca 1-2 timme

Esillä 30.11. asti / Tillgängligt t.o.m. 30.11.

Lisää tietoa (aukioloajat) Mega s.11 sekä Bock's Corner Breweryn FB-sivulta  
Mer info (öppethållstider) i Mega på s.11 och Bock's Corner Brewerys FB-sida



- 1. Lato** (sisäänkäynti takapihalta): Cristina Mattssonin valokuvanäyttely.  
**Ladan** (ingång från bakgården): Cristina Mattssons fotografiutställning
- 2.** Pistäydy katsomaan valmisteilla olevaa Bazaar rakennusta! Ta en titt på Bazaar-byggnaden som håller på att färdigställas!
- 3. Ravintola:** Marita Södergårdin suolareliefi-tauluja  
**Restaurangen:** Marita Södergård's salt-reliefstavlor
- 4. Juhlasali** (sisäänkäynti ravintolasta): Päivi Mahlasen öljyväre-  
taulut. **Festsalen** (ingång från restaurangen): Päivi Mahlan-  
ens oljefärgstavlor
- 5.** Taiteellinen tauko: Kahvi ja leivos Bock's Corner Breweryn-  
Ravintolassa, elävän tulen vieressä! Konstnärlig paus: Kaffe  
och bakelse i Bock's Corner Brewerys Restaurang, vid öp-  
pen brasa!
- 6. Autotalli:** Svetlana Bogatchevan moderni taidenäyttely  
**Garaget:** Svetlana Bogatchevas moderna konstutställning

Lähtiessäsi, muista tervehtiä pukkejamme Hugo ja  
Rallya - Tervetuloa uudelleen!

När du avlägsnar dig, kom ihåg att hälsa på våra bockar Hugo  
och Rally - Välkommen åter!

Osoite | Adress:  
Bock's Corner Brewery, Gerbyntie | Gerbyvägen 16  
Yhteystiedot | Kontaktuppgifter:  
ira.mikkonen@bcv.fi / 050 5053507



## Seema's Food



### 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.



## Connections

Reading this quote 'I am seeking for the bridge which leans from the visible to the invisible through reality', by the German artist Max Beckmann, had me thinking: am I really seeking for clarity in my thoughts when we go over the Replot bridge? The bridge, the Replot (Replotbron/ Raippaluodon silta) is a cable-stayed tuft form bridge connecting the island of Replot with the mainland in Korsholm, near Vaasa, Finland. It is 1,045 meters (3,428 ft) long and the longest bridge of Finland.

Well, thinking about us, am I not always trying hard to be the food bridge to my kids, or our friends; as I make the food that I have always carried close to my heart, or trying to experiment with the local ingredients. It makes me wonder, am I doing it so that my kids know our culture or because we are missing the taste of it?

Celebrating our festivals by ourselves, trying to make do with the dishes that I would have had made were we back home, sometimes, in the routines, we do miss some typical food for the festival. It's not easy when your neighbors are not celebrating the same traditions as you.

Like for everyone around the world, I believe it is the celebration with the food that we carry with us. Especially in these modern, busy times we always look back on our traditions and how we celebrated with the family and friends and the festive dishes that went with it.

Likewise, here too with the limited quantity of ingredients we have tried to create traditional fare most of the times. Mostly, I have noticed the food that was consumed during such festivities was usually the ones that was available at that time; the seasonal fare, and healthy to consume during that period of time. Recently we celebrated "Ganesh Cha-

thurthi", that's the celebration of Ganesh or Ganapati - the Elephant Head God. For this, we make traditional coconut-jaggery-filled rice dumplings called as "Modaks". We also make the fried version of modaks stuffed with desiccated coconut-sugar-some cardamom, with a coating of wheat flour (vehnäjauho/ vetemjöl).

Then, just last month we had the traditional fare of "Puran poli", a traditional stuffed poli or chapati. The sweet stuffing is made with chana dal (split chickpea lentils), which is boiled, mashed and cooked together with jaggery, to get a nice homogenous mass. Some cardamom is added to it for a nice flavour.

Then of course we have some traditional festival sweets/ desserts made with milk; "Vermicelli kheer", and "Shrikhand". Sharing a few pictures of them. Soon it will be the time for Diwali, the festival of lights and we will have dishes that are both sweet, and savoury.

Glad that my kids have been able to associate some traditional food with the festivities like Ganapati and modaks and Diwali with Chakali. "Chakalis" are savoury spiral shaped fried snacks made with different types of flour like wheat, rice, lentils and have spices like ground cumin & coriander seeds, sesame seeds, chili and salt for the added flavours. My kids not only knowing the traditional names but enjoying these fares in the right spirit is what makes me happy.

Agreeing with Graham Moore, the American writer, as I quote him "I believe in traditions; I believe in the idea of things being passed between generations and the slow transmission of cultural values through tradition".

The bridge between the traditions/ cultures, isn't it me?



Paula Viitanen, Teuva. "Syksyn sävel". Lemmikini haavanlehtien havinassa.

Barbro Kuokkanen, Vaasa. "Hiljaisuuden retriitti"

Tarja Vainio, Vaasa. Kesän jälkeen, tulee syksy!

Tobias Lindbäck, Jakobstad. Mossa

Salme Karhu, Vaasa. Aamuruska Panikessa!

Stina Martikainen, Pietarsaari. Auringon lasku 16.10  
Mässkär.

Boris Berts, Vasa. Höst 10.10.2018.

Gertrud Engman, Helsingby. Sammanhållning!

Matti Hietala, Vaasa. Lampaat ruokailevat ruskamaisemassa.

Jessica Norrgård, Nykarleby. Oktoberdag.



ETT ÄKTA TRADITIONELLT

AITO PERINTEINEN

# JULBORD JOULUPÖYTÄ

Jullimpa med vispat smör  
Senapssill  
Glasmästarsill  
Enbärströmming  
Gravlax med hovmästarssås  
Rökt sik  
Kokt potatis  
Copaskinka  
Lantleverpaté, svartvinbärsgelé  
Rostbiff  
Rosoll  
Lokalodlad grönsallad  
Julskinka  
Ugnslax i hummergräde  
Gammaldags potatislåda  
Stuvade varma plommon  
Husets egna lyxiga senapssås  
Pannacotta smaksatt med Wasa-kaffe  
Fudge  
Nötmousse och bär smaksatta med husets egna skump  
Bock's egna Wasa Coffee

39,90 € /pers

Joululimppu, vaahdotettua voita  
Sinappisilli  
Lasimestarinsilli  
Katajanmarjasilakkaa  
Graavilohi, hovimestarinkastike  
Savustettua siikaa  
Keitettyä perunaa  
Copakinkku  
Maalaismaksapaté, mustaherukkahyytelö  
Paahtopaisti  
Rosolli  
Lähiviljelty vihersalaatti  
Joulukinkkua  
Uunilohi hummerikermassa  
Vanhan ajan imellety perunalaatikko  
Haudutettuja lämpimiä luumuja  
Talon oma loistelas sinappikastike  
Pannacotta maustettu Wasa-kahvilla  
Fudge  
Pähkinämousse ja marjoja maustettuna talon omalla skumpalla  
Bock'sin oma Wasa Coffee

39,90 € /henk.

sales@bockscornerbrewery.com ☎ 050 377 7000

GOD JUL

HYVÄÄ JOULUA

## 2018 – An important year for Bock's

2018 has been a decisive year in many ways and 2019 will see the start of Wasa Innovation Center, the Conference Center and a continuation of most important yearly events like Wasa Future Festival. In conjunction with the Brewery, the Coffee Roastery and the market for local produce, Haymarket, we look forward to bringing Bock's Corner Village to an exciting new level - a level with the aim of *Redefining modern life*, for the benefit of the region and its people!

While our ambitions are strongly and decisively set in what lays ahead we want to celebrate this moment by bringing the best of traditional Christmas to you all. Bock's traditional Christmas table does not only feel and look authentic, it's Christmas dining at its best! We welcome you starting early November to enjoy the warmth and cosiness of the living room we call Bock's!

# destination Vaasa

## Utställningar

### Näyttelyt

**TIKANOJAN TAIDEKOTI**  
**VELJEKSET VON WRIGHT 6.10.2018–3.2.2019**  
Näyttely esittelee von Wrightin veljesten tuotantoa useiden eri teemojen kautta koko näiden pitkien urien ajalta.  
Avoimna: tiistai–sunnuntai 10–17  
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen.  
Hovioikeudenpuist. 4, Vaasa  
Avoimna: tiistai–sunnuntai 10–17  
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen.  
Hovioikeudenpuist. 4, Vaasa

**KUNTSIN MODERNIN TAITEEN MUSEO**  
**GLITCH ART 22.9.2018–13.1.2019**  
Glitch Art on teknologiassa, tietojärjestelmässä ja käyttöliittymissä ilmeneviin virheisiin eli "glitcheihin" keskittyvä taidenäyttely.  
**Yleisöopastus** järjestetään sunnuntaina 4.11. klo 13 ruotsiksi ja klo 14 suomeksi.  
Opastus sisältyy museon sisäänkäyntimaksuun.  
Avoimna: ti–su 11–17  
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen.  
Sisäsatama, Vaasa

**POHJANMAAN MUSEO**  
**SULJETTU REMONTIN VUOKSI 8.10–5.11.2018**  
Avoimna: tiistai–sunnuntai 10–17  
Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen.  
Museokatu 3, Vaasa

**VAASAN TAIDEHALLI**  
**VOX DUO! – KAHDILLA ÄÄNELLÄ 27.10–25.11.2018**  
Näyttely esittelee Sari Bremerin ja lina Heiskanen teoksia, jotka liikkuvat teemoiltaan myyttisen ja todellisen rajamailla.  
Avoimna: tiistai–sunnuntai 11–17  
Ilmainen sisäänkäynti.  
Vaasan kaupungintalo, Senaatinkatu 1 D  
Sisäänkäynti Raastuvankadun puolelta.

**BLACK WALL GALLERY**  
**ALLI ALHO - OSSI LEHTO - SIRPA SEPPELIN "EROSIO" 4.11. ASTI.** Maalauksia ja installaatio. Korsholmanp. 6/Kasarmi 13, Vaasa.  
Avoimna ti klo 13-17, ke-pe klo 13-18, la-su klo 12-15. Vapaa pääsy.

**ATELJÉ TORNI, PITKÄKÄTU 66**  
**TAIDEKERHON, KANSALLISTEN SENIOREIDEN, LIISA VIITASEN JA LIISA VIERTOLAN NÄYTTELYT.**  
Avoimna ti-to 12-18, la-su 12-16.  
Pitkätatu 66 Vaasa. Vapaa pääsy.

**PRINTMAKERS STUDIO/GALLERIA**  
**TAITTEILJA ANNIKA BERGVIK-FORSANDERIN NÄYTTELY 10.10 - 3.11.**  
Avoimna ke-pe 13-17, la 12-15.  
Kirkkopuistikko 19 (Kiinanmuuri). Vapaa pääsy.

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

**BOCK'S CORNER BREWERY**  
Gerbyntie 16

**RAVINTOLA**  
**MARITA SÖDERGÅRD**  
**"SUOLARELIEFJÄ" 3.10.-30.11.**  
Avoimna ma-to 11-23, pe 11-24, la 12-24, su 12-18.

**JUHLASALI**  
**PÄIVI MAHLANEN**  
**"MERI PYSYVÄ, IHMINEN MUUTTUVA" 6.10.-30.11.**  
Avoimna ma-to 11-23, pe 11-24, la 12-24, su 12-18.

**LATO**  
**CRISTINA MATTSSON**  
**"LUONNON KAUNEUS" 7.10.-30.11.**  
Avoimna v. 44 pe 13-17, su 12-16.

**AUTOTALLI**  
**SVETLANA BOGATCHEVA**  
**"INNER WORLDS / OUTER WORLDS II" 19.10.-31.12.**  
Avoimna sopimuksen mukaan / 0505053507.

**TIKANOJAS KONSTHEM**  
**BRÖDERNA VON WRIGHT 6.10.2018–3.2.2019**  
Utställningen presenterar bröderna von Wrights produktion via flera olika teman från hela deras långa karriärer.  
Öppet: tisdag–söndag 10–17  
Inträde: 9 € / 6 € / under 18 år gratis.  
Hovrättsplanaden 4, Vaasa

**KUNTSI MUSEUM FÖR MODERN KONST**  
**GLITCH ART 22.9.2018–13.1.2019**  
Glitch Art är en konstutställning som sätter fokus på tekniska fel, s.k. glitchar, som förekommer i teknik, datasystem och användargränssnitt. **Öppen guidning** för publiken ordnas söndagen den 4.11 kl. 13 på svenska och kl. 14 på finska.  
Guidningen ingår i museets inträdesavgift.  
Öppet: tisdag–söndag 11–17. Inträde: 9€ / 6€ / under 18 år gratis. Inre hamnen, Vaasa

**ÖSTERBOTTENS MUSEUM**  
**STÄNGT FÖR RENOVERING 8.10–5.11.2018**  
Öppet: tisdag–söndag 10–17.  
Inträde: 9 € / 6 € / under 18 år gratis.  
Museigatan 3, Vaasa

**VASA KONSTHALL**  
**VOX DUO! – TVÅ ROSTER 27.10–25.11.2018**  
På utställningen visas Sari Bremer och lina Heiskanens verk, vars teman rör sig i gränslandet mellan det mytiska och det verkliga.  
Öppet: tisdag–söndag 11–17. Gratis inträde, Vaasa stadshus, Senatsgatan 1 D, Ingång från Rådhusgatans sida.

**BLACK WALL GALLERY**  
**ALLI ALHO - OSSI LEHTO - SIRPA SEPPELIN "EROSIO" FR.O.M. 13.10.**  
Målningar och installation.  
Korsholmsespl. 6/Kasern 13, Vaasa  
Öppet ti 13-17, ons-fre 13-18, lö-sö kl 12-15.  
Fritt inträde

**ATELJÉ TORNI, STORALÄNGGATAN 66**  
**TAIDEKERHON, KANSALLISTEN SENIOREIDEN, LIISA VIITASEN JA LIISA VIERTOLAN NÄYTTELYT.**  
Öppet: ti-to 12-18, lö-sö 12-16.  
Storalänggatan 66 Vaasa.  
Fritt inträde.

**PRINTMAKERS STUDIO/GALLERI**  
**KONSTNÄR ANNIKA BERGVIK-FORSANDERS UTSTÄLLNING 10.10 - 3.11.**  
Öppet on-fre 13-17, lö 12-15.  
Kyrkoessplanaden 19 (Kinamuren).  
Fritt inträde.

**BOCK'S CORNER BREWERY**  
Gerbyvägen 16

**RESTAURANGEN**  
**MARITA SÖDERGÅRD**  
**"SALTRELIEFER" 3.10-30.11**  
Öppet må-to 11-23, fr 11-24, lö 12-24, sö 12-18.

**FESTSALEN**  
**PÄIVI MAHLANEN**  
**"HAVET BESTÄNDIGT, MÄNNISKAN FÖRÄNDERLIG" 6.10-30.11**  
Öppet må-to 11-23, fr 11-24, lö 12-24, sö 12-18.

**LADAN**  
**CRISTINA MATTSSON**  
**"NATURENS SKÖNHET" 7.10-30.11**  
Öppet v. 44 fre 13-17, sö 12-16.

**GARAGET**  
**SVETLANA BOGATCHEVA**  
**"INNER WORLDS / OUTER WORLDS II" 19.10-31.12**  
Öppet enligt överenskommelse / 050 5053507.

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

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. Kampanjölönsingar – även mobila.  
Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + alv. Annonns i text 1,70 Eur/spmm + mvs.  
Mediamyynti / Medieförsäljning: mega@upc.fi  
Mediakortti / Mediakort: www.megamedia.fi

PAINOS 73 000 – KAIKKI KOTITALOUDET • POSTIJAKELU • UPLAGA 73 000 – ALLA HUSHÄLL • POSTUTDELNING







27.10. 12-17

Art@Bock's

Ohjelma | Program

#### Klo 12-15

**Kirjasto osallistuu tapahtumaan!**

Vaasan kaupunginkirjasto osallistuu mobiililla Pop-up kirjastollaan Haymarkettiin. Pop-up kirjastosta voit tutustua ja lainata itsellesi lähiruoka- ja luomuruokaiheisiä kirjoja. Jos sinulla ei vielä ole kirjastokorttia, nyt on oiva tilaisuus teettää itsellesi oma kortti!

**Biblioteket deltar i evenemanget!**

Vasa stadsbiblioteket deltar i Haymarket med sitt mobila Pop-up bibliotek! Från Pop-up biblioteket kan du bekanta dig med och låna hem böcker om både lokalproducerad och ekologisk mat. Ifall du ännu saknar ett bibliotekskort, har du nu tillfälle att få ett eget kort gjort åt dig!

VASA VASA  
KIRJASTO  
BIBLIOTEK

#### Klo 12-17

**Cristina Mattson** pitää valokuvanäyttelyään "Luonnon kauneus" avoinna Ladossa.

Postikorttimyynti, hienoja sisustustauluja. Sisäänkäynti torin kautta, 2. kerros.

**Cristina Mattsson** håller öppet sin fotografiutställning "Naturens skönhet" i Ladan. Postkortsförsäljning, fina inredningstavlor. Ingång från torgets sida, 2.a vån.

**Marita Södergård** on paikalla ravintolassa kertomassa suolarelieffitaitteestaan sekä suolataikinan kanssa työskentelystä. Vinkki- Maritan taulut sopivat erinomaisesti vaikka joululahjaksi!

**Marita Södergård** är på plats i restaurangen och berättar om sin saltreliefs-konst och skulpturerandet med saltdeg. Tips - Maritas tavlor passar utmärkt som t.ex. julklapp!

#### Klo 13-14

**Svetlana Bogatcheva** esittää näyttelyään "Inner worlds / Outer worlds 2" Autotallissa. Ohjelma: 13.00 taiteilijan puhe 13.30-14.00 meditaatio-sessio. Tervetuloa osallistumaan!

**Svetlana Bogatcheva** presenterar sin utställning "Inner worlds / Outer worlds 2" i Garaget. Program: 13.00 artist talk 13.30 - 14.00 meditation. Välkommen att delta!

Muu ohjelma Haymarketin aikana 27.10., katso tapahtuman facebook-sivu!  
För övrigt program under Haymarket 27.10, se evenemangets facebook-sida!

# Science @ Bock's



WASA  
INNOVATION  
CENTER

## Wind of Change

in economics, trade and demographics.

Have a look here on some mind changing facts!

Source: [www.visualcapitalist.com](http://www.visualcapitalist.com)



# OBSERVATEUR

▲ En vilsen traktor bland höstlöven **Observateur: Tua Nordqvist**

▲ Solnedgång över Vasa 5 oktober.  
**Observateur: Mikael Viitala, Vasa**

◀ Autot parkissa.  
**Pasi Haapa-Aho**

▲ Trio ur gammal stubbe / Vanhan kannon kolmikko.  
**Observateur: Marianne Gråbbil-Hakkola**

▲ "Paraplykonst" invid järnvägsstationen i Vasa  
**Observateur: Christian Nylund, Vasa**

▲ Poimi vain ne jotka tunnet. Plocka bara dom som du känner.  
**Observateur: Maija Leppäniemi**



**mega@upc.fi**  
"observateur"

Ota kuva ja kommentoi lyhyesti – max noin 100 merkkiä – tapahtumaa, treffiä, luontokokemusta, rakennelmaa, ilmiötä, rakennusta, esinettä, tosiasiata, - jotain jolla kuva voi saada osallisuutta aikaan. "Bloggaa" ja kehitä 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 Bocks'in 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.



# Seema's Food



## Autumn hues and moods....

"I can smell autumn dancing in the breeze. The sweet chill of pumpkin, and crisp sunburnt leaves"  
**Ann Drake**

Come October and autumn is already at its peak. Chilly days, beautiful mosaic of colours all around and blue skies make it look so awesome, that one understands the beauty that lies in "falling".

Time for warm soups, bonfires and bright colours before the nature settles in for the upcoming winter. The mushrooms, the pumpkins have already made their presence felt and it is time now to make way for their warm, comforting dishes.

**The pumpkin.** As I saw, it sitting with many big ones in the market, it took me back to my childhood. Back to the time of my grandmother, telling me stories. "*Chal re bhopya tunuk, tunuk*," goes the main line of one story. Which meant, "Go pumpkin go, tunuk tunuk". It was a story of an old woman who is visiting her daughter. While passing through the jungle, she meets "the lion, the king of the jungle" who is ready to pounce and eat her up. However, this old lady, with her intelligence and presence of mind, averts him by saying she is just bones right now and going to her daughter's. Therefore, while returning after all the feasting, she would be plumper and that he would enjoy her more then. So, the lion listens and lets her off. Now, after a month, she plans on how to avoid the lion. She and her daughter find this big pumpkin and sitting inside it, she goes off singing "*Chal re bhopya tunuk tunuk*". There, meeting the lion again, she tells him she is just a pumpkin and so he lets her off. So that's the story about the lady showing her courage and intelligence. At the end of the story, my grandmother would say "don't you want to be as strong?" "So, eat up this food". And that's how the images conjure up in my mind about the pumpkin.

Back to 2018, as I look at that pumpkin, I knew it had to be taken home and made into tasty fare. So, I turned it into curry, raita, puris and of course made

chutney with the peels. Yes, you read it right- the chutney is made with the peels; as it is said that the peels are nutritious.

So for the veggie (curry): Peel the pumpkin and chop it in small pieces. Heat a pan and add little oil to it then add mustard seeds, fenugreek seeds. As they crackle, add curry leaves and turmeric powder and then the pumpkin pieces. Stir it well and cook for some time. It does not take a long time for them to cook. Add roasted ground peanut powder, some chili powder (as per your taste). You can add some fresh grated coconut (if you have or then desiccated coconut). Add some salt to taste and a pinch of sugar. The vegetable is ready, and you could garnish with fresh coriander leaves and freshly grated coconut.

The second dish that we enjoy is the "Raita", or "Bhareet" as we call it in Marathi. Again, peel the pumpkin, chop them into pieces, and steam for a couple of minutes. Once steamed mash them and let it cool. Add yoghurt to it and then some roasted ground peanut powder, salt to taste. In a small pan, take some clarified butter/ghee. Once heated, add cumin seeds. As the seeds start spluttering, add finely chopped green chili and take it off the stove. Pour this onto the pumpkin-yoghurt mixture, mix it well and it ready to eat. You may garnish with fresh finely chopped coriander leaves and have it on the sides with any of your main dish.

Finally, the peel chutney. Chop the pumpkin peels finely and sauté them in some oil till crisp. Add red dry chilli and sesame seeds and roast till brown then add desiccated coconut. Add some salt and wee bit of sugar. Take it off the fire. It tastes crunchy. Ground this mixture and voila, your chutney is ready to sprinkle over your rice or just have it on the sides.

Off we go, conjuring up the fairy-tale memories of the pumpkin with the tasty savoury mouthwatering fare to enjoy the beautiful colorful autumn.



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.











**TIKANOJAS KONSTHEM**  
**MED HATTEN PÅ SVAJ – HUVUDBONADER FRÅN VASA STADS MUSEERS SAMLINGAR 8.6.-23.9.2018**

Temautställningen, som har sammanställts ur Vasa stads museers samlingar, visar på ett mångsidigt sätt huvudbonader i såväl konstverk, fotografier som även föremål. **Öppen guidning för publiken ordnas söndagen den 16.9.** kl. 13 på svenska och kl. 14 på finska. Guidningen ingår i museets inträdesavgift. Öppet: tisdag-söndag 10-17. Inträde: 9 € / 6 € / under 18 åringar gratis. Hovrättsesplanaden 4, Vasa

**KUNTSI MUSEUM FÖR MODERN KONST STÄNGT PÅ GRUND AV UTSTÄLLNINGSBYTTET FÖLJANDE UTSTÄLLNING: GLITCH ART 22.9.2018-13.1.2019**  
 Glitch Art är en konstutställning som sätter fokus på tekniska fel, s.k. glitchar, som förekommer i teknik, datasystem och användargränssnitt. **Öppen vernissage för allmänheten lördagen 22.9 kl. 11-17!** Gratis inträde! På programmet bl.a. pröva spela retrospel, gör din egen glitch-station och musik. 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. Guidningen ingår i museets inträdesavgift.

**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.

**BLACK WALL GALLERY IITTA PIETI JA SUSAN WÄLVE "VIRTAUS" 15.9.-7.10. PIIRUSTUKSIA, MAALAUKSIA JA VEISTOKSIA.**

Korsholmsespl. 6/Kasern 13, Vasa Öppet ti 13-17, ons-fre 13-18, lö-sö kl 12-15. Fritt inträde

**ATELJÉ TORNI, STORALÄNGGATAN 66 TERTTU ÅKERHOLMIN, ELSE KORVEN JA HEIDI HJORTIN NÄYTTELYT.**  
 Öppet: ti-on 12-18, to 12-21, lö-sö 12-16. Storalänggatan 66 Vasa. Fritt inträde.

**PRINTMAKERS STUDIO/GALLERI HELENA SAAREN MYARPI-NÄYTTELY 12.9.-6.10.** Öppet on-fre 13-17, lö 12-15. Kyrkoesplanaden 19 (Kinamuren). Fritt inträde. Öppet on-fre 13-17, lö 12-15. Vapaa pääsy. Kyrkoesplanaden 19 (Kinamuren). Fritt inträde.

**BOCK'S CORNER BREWERY GERBYVÄGEN 18 RESTAURANGEN OCH FETSALÉN SIRPA SEPPELIN**  
 "Party & Processes" 4.8.-30.9.

**LADAN : SEIJA SAARI**  
 "Kaksi pätää 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 planscheman. 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**  
 Marengvägen 292 Sundom, Vasa **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](http://www.meteorio.fi) eller via VisitVaasa:n karta, tfn (06) 325 1145

**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. Yleisöopastus sunnuntaina 16.9. suomeksi klo 14 ja ruotsiksi klo 13. Opastus sisältyy museon sisäänpääsymaksuun. Avoinnna: tiistai-sunnuntai 10-17 Pääsymaksut: 9 € / 6 € / alle 18 v. ilmainen. Hovioikeudenpuist. 4, Vaasa

**KUNTSIN MODERNIN TAITEEN MUSEO SULJETTU NÄYTTELYN VAHDON VUOKSI SEURAAVA NÄYTTELY: GLITCH ART 22.9.2018-13.1.2019**  
 Glitch Art on teknologiassa, tietojärjestelmissä ja käyttöliittymissä ilmeneviin virheisiin eli "glitcheihin" keskittyvä taidenäyttely.

**Avoimet avajaiset yleisölle lauantaina 22.9 klo. 11-17!** Ilmainen sisäänpääsy. Ohjelmassa mm. retropelien kokeilemistä, Tee oma glitch -piste ja musiikkia. Avoinnna: 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 Avoinnna: 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.

**BLACK WALL GALLERY IITTA PIETI JA SUSAN WÄLVE "VIRTAUS" 15.9.-7.10. PIIRUSTUKSIA, MAALAUKSIA JA VEISTOKSIA.** 17.8.-9.9. Korsholmanp. 6/Kasarmi 13, Vaasa. Avoinnna ti klo 13-17, ke-pe klo 13-18, la-su klo 12-15. Vapaa pääsyy.

**ATELJÉ TORNI, PITKÄKÄTU 66 TERTTU ÅKERHOLMIN, ELSE KORVEN JA HEIDI HJORTIN NÄYTTELYT.**

Avoinnna ti-to 12-18, la-su 12-16. Pitkätatu 66 Vaasa. Vapaa pääsy.

**PRINTMAKERS STUDIO/GALLERIA HELENA SAAREN MYARPI-NÄYTTELY 12.9.-6.10.** Avoinnna ke-pe 13-17, la 12-15. Vapaa pääsy. Kirkkopuistikko 19 (Kiinanmuuri). Vapaa pääsy.

**BOCK'S CORNER BREWERY GERBYNTIE 18 RAVINTOLA JA JUHLASALI SIRPA SEPPELIN**  
 "Party & Processes" 4.8.-30.9.

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

**AUTOTALI TIMO KONTTINEN**  
 "365 dark days" 9.8.-30.9.

**MERIMUSEO, VAASA, PALOSAAREN SALMI (06)3120511**  
 Perusnäyttelyn lisäksi valokuvanäyttely: Palosaaren salmen historiaa ja kaavaluonnoksia. Avoinnna 21.5.- 24.8 ma - pe klo11.30 - 18.30

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

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

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

*Art goes kapakka-tapahtuma on vielä syyskuun ajan esillä seuraavissa Vaasan ravintoloissa:*

**Bock´s Corner Brewery:** Sirpa Seppelin, Party & Processes, avoinna: ma- to 11-23, pe 11-24, la 12-24, su 12-18.

**Gustav Wasa:** Svetlana Bogatcheva: The Underlying Forces of all existence, avoinna: ma-to 18-22, pe 17-00, la 16-00. Tapahtuman järjestää Vaasan taiteilijaseura. *Tutustu paikallisten taiteilijoiden töihin!*

*Art goes kapakka evenemanget pågår ännu i följande restauranger i Vasa under september månad:*

**Bock´s Corner Brewery:** Sirpa Seppelin, Party & Processes, öppet: må-to: 11-23, fr 11-24, lö 12-24, sö 12-18.

**Gustav Wasa:** Svetlana Bogatcheva: The Underlying Forces of all existence, öppet: må-to 18-22, fr 17-00, lö 16-00. Evenemanget ordnas av Vasa konstnärsgille. *Bekanta dig med lokala konstnärers produktion!*

Kustannus / Utgivare: **UPC media** COMMUNICATION CENTER

Paino / Tryck: **UPC print** COMMUNICATION CENTER

Toimitus / Redaktion: Sören Lundberg Gsm 040-187 8137. [mega@upc.fi](mailto:mega@upc.fi). [www.megamedia.fi](http://www.megamedia.fi)

Avustajat / Medarbetare: Juha Rantala, Hans Hästbacka

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjölösningar – även mobila. Ilmoitushinta tekstissä 1,70 Eur/pmm + av. Annonns i text 1,70 Eur/spmm + mvs.

Mediamyynti / Mediaförsäljning: [mega@upc.fi](mailto:mega@upc.fi)

Mediakortti / Mediakort: [www.megamedia.fi](http://www.megamedia.fi)

