

TARJOLLA "SOTE SOPPAAN"

KESKUSTELUTILAISUUS
LAUANTAINA 16.3 KLO 12-14

Paikka: Bock's Corner Brewery
Gerbyntie 18 Vaasa

Tilaisuus on avoin, olet sydämessä tervetullut.

Järjestää: Samat arvot tukiryhmä ry

Paneelissa:
•Ilkka Taipale
•Kim Berg
•Marina Kinnunen
•Göran Honga
•Vappu Taipale
•Pirkko Vartiainen

SCIENCE & ARTS
mega
VIIKKO 10 VECKA 2019

promedi



Onko paineita?

Lääkärikeskus Promedin psykiatri **Carita Tuohimäen** mielestä mielenterveysalan ammattilaiseen kannattaa ottaa yhteyttä mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Silloin myös toipuminen on nopeampaa.

SIVU 2

För högt tryck?

Läkarcentral Promedis psykiater Carita Tuohimäki anser att det löns att ta kontakt med en expert inom mental hälsa i ett så tidigt skede som möjligt. Då blir återhämtningen snabbare.

SIDAN 3



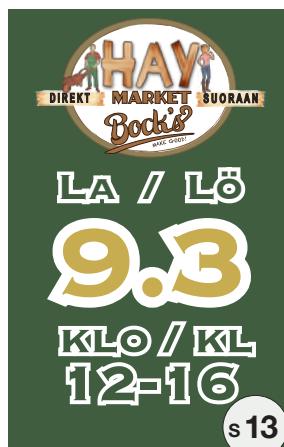
**SAIRAALATAISTO - KAMPEN
OM SJUKHUSET 2015-2019**

s6-7

FAKTA 11

HÄPP! FUSION SÄNKER KORSHOLMARENS SKULD MED 700 EUR / INVÅNARE

s4





Lääkärikeskus Promedissa työskentelevä psykiatri Carita Tuohimäki tietää, että palautumisen puute on suomalaisten kansansairaus.

Psykiatri neuvo: Tule mieluummin aikaisin kuin liian myöhään

Lääkärikeskus Promedissa työskentelevä lääketieteen tohtori, psykiatrian ja oikeuspsykiatrian erikoislääkäri **Carita Tuohimäki** näkee työssään, kuinka työ- ja yksityiselämän paineet, palautumisen puute ja suorittaminen vaikuttavat ihmisiin. Hänellä on myös oma-kohtaista kokemusta siitä, kuinka fyysisen terveys voi pettää liiallisen suorittamisen takia.

Tuohimäen nyrkkisääntö on, että ongelmien ilmetessä psykiatrin luokse kannattaisi tulla juttelemaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa.

– Mitä pitempään yrittää yksin tsemppata, sitä kauemmin kestää toipuminen, hän varoitaa.

Tuohimäki tietää, että leimautumisen pelko estää joskus ihmisiä ottamasta yhteyttä psykiatriin. Meidän kaikkien tulisi kuitenkin muistaa, että psykiatria on vain yksi lääketieteen laji. Sitä ei tarvitse vieraata sen enempää kuin muiden lääkäreiden vastaanotolla käymistä.

Eri ihmiset ja erilaiset persoonaat reagoi-

vat paineen alla eri tavoin. Siinä missä yksi ihmisen sairastuu paineen alla, toinen liittää nauttien tehtävästä toiseen. Toki myös olosuhteet vaihtelevat.

Hyviä syitä tulla vastaanotolle ovat esimerkiksi yli kaksi viikkoa jatkuneet uni-häiriöt tai elämänilon katoaminen.

– Elämä ei ole yhtä iloa ja auringonpaistetta, mutta jos kyky nauttia elämästä katoaa kokonaan eikä ihmisen osaa enää löytää pieniäkään ilonaiheita, silloin on syytä tulla juttelemaan, Tuohimäki kehottaa.

Palautumisen puute on suomalaisten kansansairaus. Elämää suoritetaan töissä ja vapaa-aikana niin, ettei jää aikaa palautumiseen. Nämä käy erityisen helposti innostuville ja tunnollisille ihmisiille.

Jokainen on välillä hyvä pysähtyä miettimään miksi ja ketä varten suorittaa asiaita.

Kokonaivaltaista hoitoa

Vastaanotolla Tuohimäki noudattaa omien sanojensa mukaan vanhanaikaista psykiatriaa. Hän käy potilaan kanssa läpi tämän koko elämänhistorian ymmärtääkseen paremmin asiayhteyksiä.

– Käytän hyvin vähän esimerkiksi arviointilomakkeita, kunnollinen kontakti potilaaseen kertoo voinnista monesti enemmän, hän sanoo.

Usein Tuohimäki suosittelee esimerkiksi työuupumuksesta kärsivälle potilaalle psykoterapiaa. Kokemus on monesti rankka ja aikaa vievä, mutta se opettaa ihmisen tuntemaan itsensä entistä paremmin ja sitä kautta suojelemaan itseään tulevaisuudessa.

Hyviä syitä ottaa yhteyttä:

- Unettomuus tai yöllinen heräily vaivaa jopa viikkoja
- Ruokahalusi katoaa usean viikon ajaksi
- Arki tuntuu erityisen raskaalta
- Et jaksa mennä töihin, harrastaa tai tavata ihmisiä
- Sinulla on fyysisiä oireita, joihin ei löydy lääketieteellistä syytä
- Alkoholin tai huumeiden käyttöön on lisääntynyt

Aikuisen ihmisen on opittava tunnistamaan, mitkä asiat ovat hänenne itselleen tärkeitä.

On laitettava itsensä etusijalle, jotta jaksaa kantaa huolta myös muista.

– Vähän samaan tapaan kuin lentokoneessa: ensin on laitettava happimaski omille kasvoille ja vasta sitten autettava muita, Tuohimäki muistuttaa.



Ajanvaraus ja lisätiedot /
Tidsbokning och information
06 357 7700
www.promedi.fi
Himalajankatu/Himalajagatan 9,
65100 Vaasa/Vasa



Brist på återhämtning är en finländsk folksjukdom, säger psykiater Carita Tuohimäki på Läkarcentral Promedi.

Psykiatern råder: Kom hellre in för tidigt än för sent

Jobbrelaterade och personliga bekymmer, brist på återhämtning och prestationskrav tär kraftigt på många mäniskor.

Läkarcentral Promedis **Carita Tuohimäki** ser genom sitt jobb effekterna av samhällets höga prestationskrav. Tuohimäki, MD, specialist i rättspsykiatri och psykiatri, har också personliga erfarenheter av hur den fysiska hälsan kan brista på grund av trycket.

Tuohimäkis grundregel är att det löns att gå och prata med en psykiater i ett så tidigt skede som möjligt.

– Ju längre man försöker kämpa ensam, desto längre tar det att återhämta sig, säger hon.

Carita Tuohimäki vet att rädslan för att stämplas ibland hindrar mäniskor ifrån att ta kontakt. Vi borde ändå alla komma ihåg att psykiatri bara är en av läkarvetenskaps områden.

Det är onödigt att tveka mera inför ett

sådant besök än ett besök till en läkare inom ett annat område.

Reagera på dessa symtom

Människor reagerar olika på prestationstryck. I situationer där en kan bli sjuk kan en annan till och med trivas. De personliga omständigheterna ändras också; det som under en period fungerar bra kan fungera riktigt dåligt i ett annat skede av livet.

Bra orsaker att komma till mottagningen är till exempel om livslusten försvunnit eller om man lider av sömnstörningar, som pågått i över två veckor.

– Livet är inte bara glädje och solsken, men om förmågan att njuta av livet helt försvinner och det inte går att hitta små glädjeämnen, då finns det skäl att komma och prata, uppmanar Tuohimäki.

Brist på återhämtning är en finländsk folksjukdom. Vi presterar både på jobbet och på fritiden i så hög takt att det inte finns tid för återhämtning. Det här sker

speciellt för personer som är samvetsgranna och lätt inspireras.

Alla mår vi bra av att ibland stanna upp och fundera på varför och för vem vi presterar.

På mottagningen följer Touhimäki, enligt

Bra orsaker att ta kontakt:

- Sömlöshet eller nattliga uppvaknanden stör upp till flera veckor
- Aptiten försvinner under flera veckor
- Vardagen känns speciellt tung
- Du orkar inte gå till jobbet, delta i fritidsaktiviteter eller träffa mäniskor
- Du har fysiska symtom, som du inte hittar läkarvetenskapliga orsaker till
- Din användning av alkohol eller droger har ökat

egen utsago, psykiatri av traditionell sort. Hon går tillsammans med patienten igenom hela hans/hennes livshistoria för att få en förståelse och ett grepp om helheten.

– Jag använder till exempel mycket lite utvärderingsblanketter. En bra kontakt med patienten berättar ofta mycket mera om hur han/hon mår, säger Tuohimäki.

För personer som blivit utbrända på jobbet föreslår Carita Touhimäki ofta psykoterapi.

Upplevelsen är för många tuff och tidskrävande, men det lär mäniskan känna sig själv bättre och, i förlängningen, skydda sig själv bättre.

En vuxen mäniska måste lära sig känna vilka saker som är viktiga i dennes liv. Man behöver prioritera sig själv för att kunna och orka ta hand om andra.

– Lite på samma sätt som i ett flygplan, först sätter man syremasken på det egna ansiktet och först efter det kan man hjälpa andra, påminner Tuohimäki.

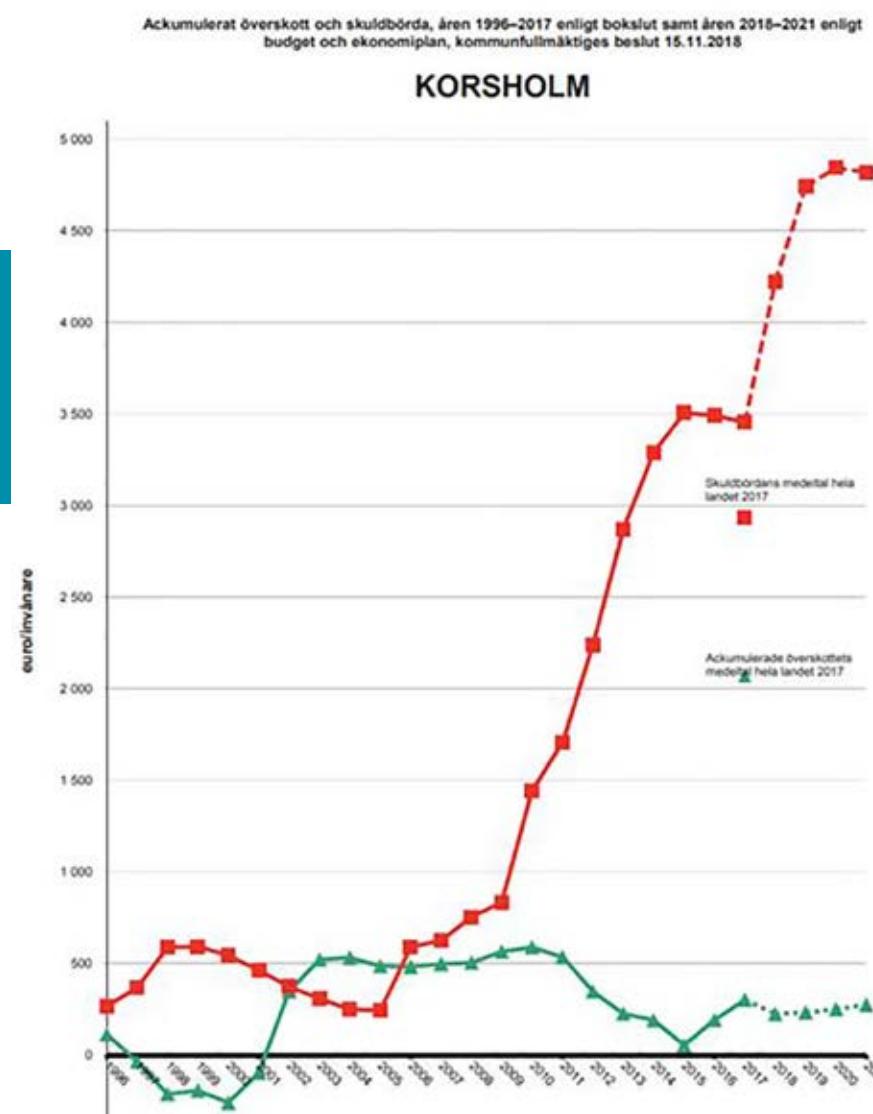
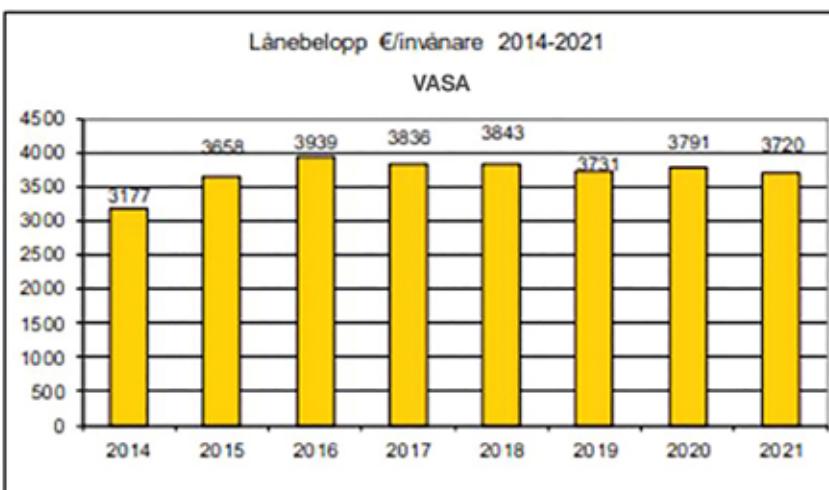
På tal om ekonomin och vad korsholmarna får:

FUSION SÄNKER KORSHOLMARENS SKULD MED 700 EUR/INVÅNARE

2019 ligger kommunens skuld i Korsholm enligt kommunens egen budget på 4744 Eur per invånare dvs för en familj med fyra personer 18.976 Eur. Denna summa skall en fyra-personers familj ansvara för om kommunen förblir självständig. Och skulden t.o.m ökar litet sedan.

UUSI VAASA - NYA VASA FAKTA 11

I Vasa är skuldsättningen 2019 per invånare – trots lägre beskattning och satsningar som Korsholm aldrig är med om– 3731 Eur ! Och utvecklingen ser ut så här:



Vad kan man då säga:

1. Fusionen sänker en fyrapersoners familjs skuldbörla i Korsholm samma dag fusionen genomförs med omkring 2.800 eur och Vasaborna tar över med c. 1.200 eur för skulderna i Korsholm. Då är det inte riktigt på plats att skalla att ”Korsholmarna inte får någonting”. Skulle korsholmarna gå med på tvärtom?
2. Då man ser på skulden per person i Korsholm så står det klart : Vasaborna kommer inte att ge mer nästa gång det förhandlas. Att skjuta på beslutet blir bara ett sämre avtal för Korsholmaren.

DEMOKRATIAN SANKARIT

Kaikkien yhteinen eduskuntavaalien tulosilta Bock's Corner Breweryllä. Suomeksi, på svenska & in English.
Klo 19.00-22.00

Meille jokainen ehdokas ja vaalityöhön mukaan lähtenyt on demokratian sankari. Juhlistamme kaikkien arvokasta vaalityötä samalla kun kokoonnumme summaamaan kädyn kampanjan vaiheet, juhlimaan valitutua ja keskustelemaan alkavan vaalikauden näkymistä.

Haastattelemme illan aikana politiikan haastajia ja konkareita sekä kiinnostavia politiikan seuraajia ja vai-kuttajia sekä seuraamme tarkasti tuloksen kehittymistä.

Illan ohjelmasta vastaavat.

MARI K. NIEMI

Poliittiseen viestintään erikoistunut dosentti, vaalifani ja InnoLabin johtaja (Vaasan yliopisto).



IIDA LAURILA

Vaalinörtti, valtio-opin opiskelija Turun yliopistossa ja Eurooppa- nuorten varapuheenjohtaja.



JUSSI LÄHDE

Politiikan kommentaattori, taskuliinamies ja viestinnän ammattilainen.



HANNES TORPPA

Politiikan kisälli, Vaasan yliopiston ylioppilaskunnan hallituksen puheenjohtaja.



Tervetuloa!

v. 10-11

Lounas joka arkipäivä klo 11-14 @Bock's
Gerbyntie 16, Vaasa

4.03

Måndag/Maa-nantai:

Rödvinssmaksatt kött-gryta G L /

Ostgratinerad ugnskorv, G L

Punaviinilla maustettu lihapata, G L / Juustolla kuorrutettu uunimakkara, G L

5.03

Tisdag/tiistai:

Pasta Bolognaise, G L / Jordärtskocka-soppa, G L Dessert

Pasta Bolognaise, G L / Maa-artisokkakeitto, G L Jälkiruoka

6.03

Onsdag/keskiviikko:

Rostad grisfile med wiskeysås, G L / Mandelfisk, G L

paahdettu porsaanfile ja whiskeykastike, L / Mantelikala, L

7.03

Torsdag/torstai:

Traditionell ärtsoppa, G L Pannkaka med sylt och gräddé L / Viltskav med persiljepotatismos, G L

Perinteinen hernekeitto G, L Pannukakku, hilboa & kermavaahtoa L / Riista-käristys ja persiljaperuna-muusi, G L

8.03

Fredag/perjantai:

Pulled Pork, G L / Övermör oxbringa med rosepepparsås, G L

Pulled Pork, G L / Ylikypsä häränrinta ja roseippurikastike, G L

11.03

Måndag/Maa-nantai:

Broilerlår smaksatt med rökt paprika och tapenade G L / Panerad strömming med dillgräddfilssås, L

Savupaprakalla maustettu broilerin koipuireisi ja tapenade, G L / Paneroitu silakka ja tillikermavili-kastike, L

12.03

Tisdag/tiistai:

Grissteck med apelsinsås, G L / Gräddig laxsoppa, G L Dessert

Porsaanpaita ja appelsiinikastike, G L / Kermainen lohikeitto, G L Jälkiruoka

13.03

Onsdag/keskiviikko:

Panerad broiler med chilimajonnäs, L / Forell baddad i örtgrädde, G L

Paneroitu broileri ja chilimajoneesi, L / Yrttikermassa haudutettu kirjolohi, L

14.03

Torsdag/torstai:

Traditionell ärtsoppa, G L Plättar med sylt och gräddé L / Husets matletköttbiff med purjosås, G L

Perinteinen hernekeitto G, L Ohukaisia, hilboa & kermavaahtoa L / Talon jauhelihapihvi ja purjokastike, G L

15.03

Fredag/perjantai:

Pork Ribs, G L / Oxs-tek med gräddsås, G L

Pork Ribs, G L / Härän-paisti ja kermakastike, G L

Lounas
10 €

Lounas
12,50 €

Hyvä kauppa keskellä Vaasaa

SINGER®

EVA

BERNINA®

brother

PFAFF

Husqvarna VIKING®

Myynti ja huolto

Försäljning och service

HALONEN www.halonen.com

Tammipiha-Ekgården

045 6566 659

Salsa VAASA
Salsa PARTY
Bock's
PARTIES DATES
11.01 - 01.02 - 22.02 - 15.03 - 05.04 - 26.04 - 17.05
SALSA • BACHATA • KIZOMBA
DOORS OPEN 20:00 • ENTRANCE 8€
WWW.SALSAVAASA.COM



Tervetuloa Vaasaan
AMMATA SPA NATURE
AYURVEDAAN!
Hovioikeudenpuist 7 D, Vaasa

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

Även på
Sjövägen 54b
66210 Molpe



TARJOUS MAALIKUUSSA!
ERBJUDANDE I MARS!

Body Scrub + Thai Sauna 90 Min

89€

Kaikki 60 min (6kpl eri) kasvohoidot Marzia Clinic 100 % kasvis kasvotuotteet

Alla 60 minuters ansiktsbehandlingar (6st olika)

med MARZIA CLINICS 100% vegetabiliska ansiktsprodukter

- 10% = 58 €

Voimme nyt vastaanottaa SMARTUM-kännypäähaksanisen Urheiluun ja Classiseen hierontaan!

Nu kan vi ta emot SMARTUM mobilbetalning för Sport och Classic Massage!

Lisätied. ja ajanvar. osoitteesta: www.ammataspa.fi

Mer info och tidsbokn. finns på: www.ammataspa.fi

Puh./Tel. 050 328 2664 E-mail: info@ammataspa.fi

LAHJAKORTTEJA www.ammataspa.fi tai meiltä Spa-sta
PRESENTKORT www.ammataspa.fi eller från vårt Spa



SUPER MEDIA

PRINT AND
MOBILE

Print

Gerbyntie 18, 65230 Vaasa, Finland
+358 6 321 8000



OBS! HUOM! FREE PARKING

SAIRAALATAISTO - KAMPEN OM SJUKHUSET 2015-2019

G rundlagsutskottet lämnade fredag den 22.2.2019 sitt utlåtande angående regeringens lagförslag på hur social- och hälsovården i framtiden ska ordnas. Lausunossaan valiokunta tuo selkeästi esille, että kieelliset perusoikeudet parhaiten toteuttavana ratkaisuna voidaan pitää sitä, että laajan päivystyksen yksikkö sijoitettaisiin myös Vaasan sairaanhoitopiiriin.

Hallituskausi lähenee loppuaan ja sairaalataiston moninaiset vaiheet ovat kovasti mielessä. Från första början har arbete gjorts för den här saken och den kampen fortsätter så länge det behövs.

2015

Omedelbart när den nuvarande regeringen tillträdde stod mörka moln på himlarna kring Vasa centralsjukhus. På hösten framkom tydliga tecken att regeringen hade för avsikt att göra en kraftfull centralisering av specialsjukvården så att jourförordningen inte skulle leda till att SOTE-kostnaderna skulle skena iväg. Kirjoitin tuolloin mielipidekirjoituksen asiasta, missä nösttin esille huoleni mm. siitä, että kun päivystävien sairaaloiden määrää tullaan vähentämään, niin samalle sote-alueelle ei tule mahtumaan kahta päivystävää sairaalaa 100km sääteelle.

Marraskuun 9. päivä hallitus sitten linjasi, että 1.1.2019 lähtien maassa olisi ainoastaan 12 ns. laajan päivystyksen sairaalaa. Redan följande dag beslutades det om att samla in namn till stöd för Vasa centralsjukhus och 21.11 ordnade vi, till förmån för Vasa centralsjukhus, en protestmarsch från sjukhuset till torget. Till slut kunde vi överraka 15 482 underskrifter till minister Rehula i Lilla Parlamentet i Riksdagen.

2016

19.5.2016 Hallitus julkaisi päätöksensä laajan päivystyksen sairaaloista ja 12.9. Ministeri Rehula (kesk.) vieraili Vaasassa SOTE-kierrosellaan. Vierailu ei luvannut hyvää, joten päättin kutsua 28.9. koolle Pohjanmaan päättäjiä ja toimijoita miettimään miten jatkamme asiaan vaikuttamista. Tässä tilaisuudessa nousi esille ajatus kansalaistapahtuman järjestämisestä, yhteydenpito kansanedustajiin sekä valtakunnallisen medianäkyvyden saamisen tärkeytä.

När jag informerades om att grundlagsutskottets ordförande Annika Lapintie (v) skulle besöka Vasa 8.10 beslöts vi att ordna en medborgarsamling på Vasa torg samma dag. Tillställningen var mycket lyckad och samlade, uppskattningsvis, 10 000 besökare som krävde fulljour till Vasa centralsjukhus. Valitettavasti tempaus ei kuitenkaan jostain syystä saavuttanut sitä toivottua

kansallista näkyvyttä suomenkielisessä mediasse, kuten mm. ylen uutisissa?

19.10. Pohjanmaan SOTE poliittisen ohjausryhmän kokouksessa päätimme jatkaa taistoa kansalaisalitteen laatinisella sekä ostaa Helsingin sanomien etusivulle mainoksen.

27.10 Regeringen föreslog sina ändringsförslag till hälsovårdslagen till riksdagen. Lagförslaget innehöll förslag som koncentrerade jourverksamheten till 12 sjukhus, trots att kritik mot förslaget framförts från alla sjukvårdsdistrikt! Vasa Sjukvårdsdistrikt hörde sedan inte till de utvalda sjukhusen.

Lausunnolla olleeseen versioon oli kuitenkin saatu muutama keskeinen muutos. Muun muassa § 50:ään oli tullut lisäys, jonka mukaan kunkin erityisvastuumme sairaanhoitopiirit voivat sopia keskenään päivystyksen ja muun toiminnan laajuudesta. Selvitysmiesten toimeksianto jatkettiin, tehtävään löytää kullekin alueelle sopiva ratkaisu ja poliittisten ryhmien välisissä neuvotteluissa sovittiin, että annettu esitys käsitellään eduskunnan perustuslakivaliokunnassa.

7.11 kontaktade jag riksdagsledamöter och argumenterade för att Vasa skulle bli det trettonde sjukvårdsdistriket med full jour. (12+1) och 28.11 publicerade vi en mycket väl uppmärksammad annons på framsidan på Helsingin Sanomat.

1.12.2016 järjestimme vielä toimijatapaamisen keskussairaalaissa, jossa päättiin kansalaisalitteen nimien keräämisen organisoimisesta sekä keräämisen aloittamisesta heti joulupyhien jälkeen.

2017

Insamlandet av namn påbörjades 24.1.2017 och 8.2 överlämnade vi 69 158 underskrifter till befolkningsregistret för granskning. Medborgarinitiativet överlämnades till riksdagens talman Maria Lohela (ps) i riksdagen 10.5.2017.

Kansalaisalitetta käsiteltiin keväänäikana eduskunnan lähetekeskusteluissa sekä 18.5. että 23.5.2017

2018

Kansalaisalitteen allekirjoittajien edustajat (Berg ja Frantz) kutsuttiin 2.5.2018 sosiaali- ja terveysvaliokunnan kuultavaksi aloitteeseen johdosta. Paikalle oli kutsuttu kuultavaksi myös Vaasan sekä Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopirin edustus ja Forssan seudun hyvinvointikuntayhtymän edustaja. Ministeriöstä paikalla oli lääkintöneuvos Timo Keistinen. Valiokunta oli selkeästi kiinnostunut asiastamme ja suhtau-



tuivat siihen yllättäväkin positiivisesti. Faktat puhuivat puolestaan!

Social- och hälsovårdsutskottet fortsatte behandlingen återigen i september. Representanter för oppositionen och flera representanter för regeringspartierna, bland annat Vasabördiga Pekka Puska förklarade i offentligheten att de



hade för avsikt att stöda Vasa centralsjukhus i omröstningarna. Puska lämnade sedan borta från omröstningen i utskottet och det röstades slutligen inte om saken utan ärendet lämnade obehandlat.

18.10.2018 sosiaali- ja terveysvaliokunta viimein äänesti äänin 9-7, että Vaasan keskussairaalasta ei tule 13:sta laajan päivystyksen sairaalaa.

2019

Viime viikon perjantaina 22.2.2019 perustslakivaliokunta sai viimein työnsä valmiiksi. Perus-

tuslakivaliokunta lausui, että sosiaali- ja terveysvaliokunnan mietintöluonnoksessa esitetyistä selvityksistä ei asianmukaisesti käy ilmi kielillisten oikeuksien toteutumiseksi tarvittavien toimenpiteiden riittävyys. Man konstaterade helt enkelt att det inte gick att tillräckligt väl trygga att svenskaspråkiga patienter som överfördes från Vasa till Seinäjoki fick vård på sitt modersmål.

Utskottet konstaterar att i enlighet med 17§ i grundlagen språkliga grundrättigheter bäst kun-

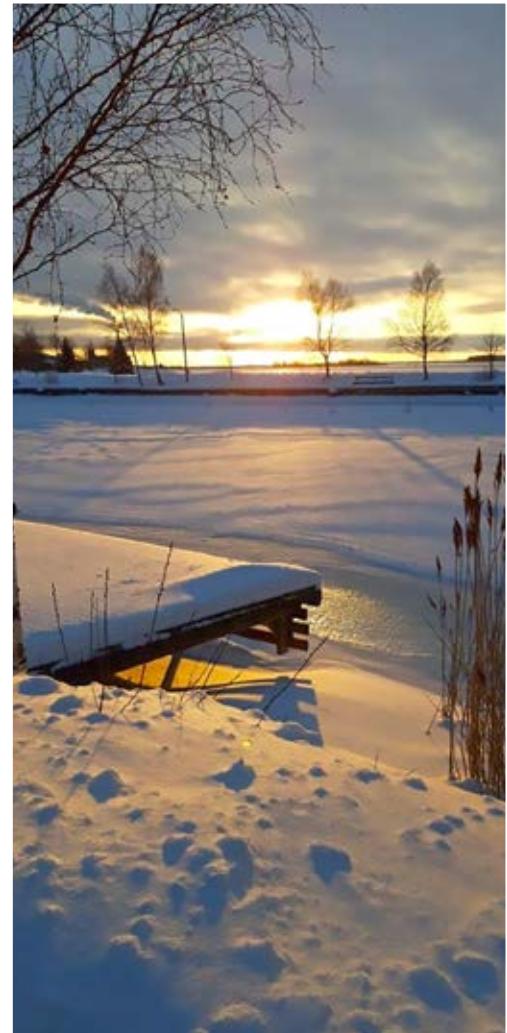
de garanteras genom att trygga fulljour vid både Vasas och Syd-Österbottens sjukvårdsdistrikt. Sosiaali- ja terveysvaliokunta aloitti 25.2. työnsä perustslakivaliokunnan ponsiin vastaaniseksi ja eduskunnan viimeinen mahdollisuus äänestää SOTE:n lakipaketista on perjantaina 15.3.2019. ennen eduskunnan jämästä vaalitauolle. Spänningen stiger...

Kim Berg

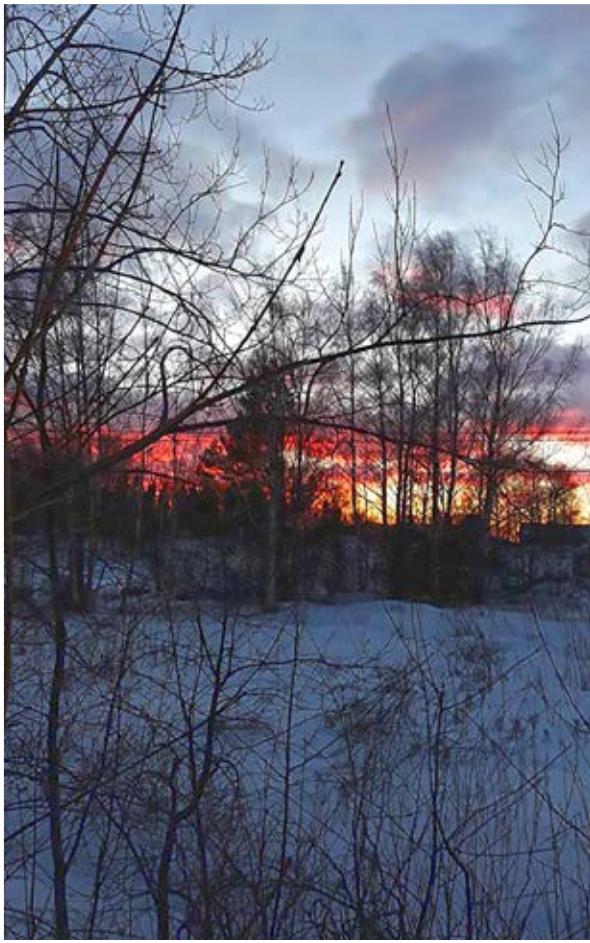
digitalbum

Julkaisemme viikoittain lukijoiden kuvia digitalbumissa. Voit osallistua sähköpostitse, lähetämällä kuvaasi sekä nimesi osoitteeseen mega@upc.fi

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



Anette Wikberg, Vasa. "Vackert väder emellanåt torsdag 7.2.19."



Elisabeth Holm, Kvimo.



Gertrud Engman, Helsingby. "Sommarstället i vintervila!".



Anneli Nyberg, Korsnäs. "Talviaamun aurinko".



Barbro Kuokkanen, Vaasa. "Oliver ja morsmaikkoo."



Christian Nylund, Vasa. "Februarisolen lyser vid Brages friluftsområde i Vasa."



Marianne Gråbbil-Hakkola.



Märtha Enkvist, Jakobstad.



Randy Neubrand, Vasa.



Mira Berg, Vaasa.
"Jääpuikko köynnös."



Mirja Seppälä. "Hyisen kylmää menoa."



Jukka Toikkanen: Tyhjätään keväällä.



Tuula Taskinen, Vaasa. "Valinnan vapaus".



Matti Hietala, Vasa. "Aurinkoinen aamu rannalla, 25.2.2019 Vaasa."

Toimitus / Ilmoitukset / Redaktion / Annonser :
Gsm 040-187 8137

mega@upc.fi - www.megamedia.fi

Avustajat / Medarbetare: Juha Rantala, Hans Hästbacka

Luo kampanjan – myös mobiilisti.

Kampanjlösningar – även mobila.

Ilmoitushinta tekstillä 1,70 Eur/pmm + alv. Annons i text 1,70 Eur/spmm + mvs.

Mediamyntti / Mediaförsäljning: mega@upc.fi

Mediakortti / Mediakort: www.megamedia.fi

Kustannus / Utgivare:

UPC
media

COMMUNICATION CENTER

Paino / Tryck:

UPC
print

COMMUNICATION CENTER



Pohjanmaan tutkimus- ja osaamispanokset tuplattava

Vaasalaisella europarlamentaarikolla Miapetra Kumpula-Natrilla (sdp.) on selkeä tavoite: Pohjanmaan tutkimus- ja osaamispanokset ovat tuplattava.

– Koulutuksen, osaamisen ja tutkimuksen jalostaminen toiminnaksi on menestymisen avain. Tämä pääte niin yksilön, yrityksen kuin alueenkin kohdalla, Kumpula-Natri painottaa.

– Vaasassa ollaan tehty oivaa työtä energiateknologian saralla, energiaklusterin syntyminen ei ole ollut sattumaa. Ja nyt klusterin yritysten liikevaihdosta puhutaan miljardeissa. Ala on kuitenkin jatkuvassa teknologisessa myllerryksessä, joten Pohjanmaallakaan ei pidä jäädä paikalleen! Avainasemaan nousevat koulutuksen, tutkimuksen ja kehitystyön välinen yhteys.

Viime vuosina ei koulutuksen saralla olla valitettavasti edetty oikeaan suuntaan. Etenkin toisen asteen opetus on ollut ankarien leikkurien kohteena.

– Suomen kaltaisessa pienessä maassa mukaan tarvitaan kaikki ammattikouluista yliopistojen huippuyksiköihin. Olemme olleenne ihmeen hiljaa siitä, miten seudun koulutuksesta on nirhaistu. Esimerkiksi suomenkielisestä ammattikorkeakoulusta hallitus leikkasi kolmanneksen! Juuri meidän tulevista insinööreistä ja sairaanhoitajista! Olin AMK:n hallituksen ensimmäinen puheenjohtaja valmistuttuani sieltä insinööriksi vuonna 1995, joten aihe on minulle hyvin tuttu.

Ilmasto, digitalisuus ja eurooppalainen teollisuus ovat kaikki EU:nkin tulevaisuuslinjausten ytimessä. Jos Vaasan energiaklusterin on tarkoitus olla menestyjä myös tulevana vuosikymmeninä, on seudun oltava hyvä ympäristö huippuyrityksille. Tarvitaan osaavaa väkeä ja yhteyksiä maailmalle. EU:n roolin Kumpula-Natri näkee työkaluna.

Ja Kumpula-natri jos joku tunnistaa mahdollisuuden, onhan hän toiminut europarlamentaarikkona, eli meppinä, pian viiden vuoden ajan. Työ sijoittuu Brysseliin ja kansallisilla vaaleilla demokraattisesti valittuun parlamenttiin, aivan kuten kotimaan eduskunnassa, jossa hän toimi 11 vuotta. Työnkuvalin on päätöiritteinen sama: työ muodostuu lakienväitöksistä ja budjetin valmistelemisestä ympärille. Euroopassa tehdään lakienväitöksistä direktiivejä ja asetuksia koko unionille, joita eduskunta vie lakeihin. Molemmissa tehtävissä avataan lisäksi ovia ja kontakteja.

– Olen päässyt toteuttamaan ns. ”kotiseuturakkautta” viikoittain teollisuus-, energia-, digi- ja tutkimusvaliokunnassa. Tavoitteeni on jatkaa samassa valiokunnassa, mikäli seuraavallakin kaudella europarlamentissa istun, toukokuun eurovaaleissa ehdolla oleva Kumpula-Natri kertoo.

Brysselissä Kumpula-Natri on saanut mahdollisuuden tarkkailla kotiseutuaan ja sen energiaklusteria erilaisesta katsantokannasta.

– Kiina ja Yhdysvallat käyttävät valtavasti resursseja t&k-sektorille. Euroopasakin on ymmärrettävä, että ilman panostuksia ei saada tuloksia.

Ulkana onkin, että Eurooppa jää takamatkalle. Samaan aikaan kun Kiina ja Yhdysvallat suoranaisesti syöttävät rahaa innovaatioihin, Euroopassa rahoitukseen suuntaaminen uutta tukevaksi on Kumpula-Natrin mielestä väillä tuskastuttavan hidasta.

– Nyt kun neuvottelemme tulevan vuosien 2021-27 innovaatio- tutkimus ja kehitysrahoista sekä esimerkiksi infratuista, monet ovat tyytymässä jo vallit-



seviin ratkaisuihin. Itse näkisin tärkeäksi suunnata eteenpäin: mitä on tulossa ja kuinka voimme siitä siivun tulevista arvoketjuista?

Mutta millä tavalla usein kaukaiseksi ja byrokraattiseksi mielletyn Euroopan unionin direktiivit konkretisoituvat Pohjanmaalle? Ollaanko Brysselissä täysin irti paikallisen arjen hermolta?

Kumpula-Natri painottaa, että päätöksiä tehtäessä on punnittava, mitäasioita kannattaa hoitaa EU:ssa, ja mitkä ovat järkeviä kansallisella tasolla. Ihmisä EU-sääädely helpottaa erityisesti, kun kulkee EU-maiden rajojen yli. Oli sitten matkaaja tai muuttaja.

Teknologiayhteistyöstä hyötyvät kuitenkin lähes poikkeuksetta kaikki osapuolet. Pohjanmaa saa EU:sta konkretiaa esimerkiksi rahoituksen saralla, joka näkyy niin kouluissa, yrityksissä ja järjestöissäkin.

– Kun teimme lainsäädäntöä eurooppalaisille sähkömarkkinoille, oli minulla tietysti hyvä tuntuma vaasalaiseen energiaklusteriin – niin nykyisiin ratkaisuihin kuin myös uusiin älykkäämpiin ja puhtaisiin järjestelmämahdollisuuksiin. Tiesin esimerkiksi, mitä kotiseudultani tarjotaan maailman energia- ja sähköjärjestelmiin, Kumpula-Natri kertoo.

Pohjanmaan vahvuus on Kumpula-Natrin mielestä jo alueelta löytyvästä maailman luokan modernissa teollisessa osaamisessa. Vaasan seudulla tämä tarkoitetaan ennen kaikkea yritysten ja yliopistojen toimesta syntyviä energia-sektorin innoatioita – ei sen enempää eikä vähempää.

– Mutta emme saa jäädä tuhisemaan keskenämme omalle seudullemme. Politikan tehtävä on pitää tämä menestys Suomessa, eikä nakertaa edellytyksiä kehittää tulevien vuosikymmenien tarvitsemat innovaatiot!

– Haluankin nähdä lähi vuosina Pohjanmaan koulutuksen ja innovaatiopöhinän tuplaantuvan!

Angående fusionen Korsholm-Vasa:

RÖSTA JA SÄGER ANSVARSFULLA PERSONER

Några frågor och några svar:



1. **Lennart Holmlund**, legendariskt kommunalråd i UMEÅ. Hur ser du fusionen utifrån Kvarkensamarbetsgruppen?

"En fusion skulle klart förbättra och stärka Kvarvensamverkan med Västerbotten."



2. **Camilla Forsén-Ström**. Konstnär och konstexpert svenska Yle. Är framtidens positivare med eller utan fusion?

"Med Tillsammans, genom en fusion, har vi möjligheterna att bli en stark kulturregion där våra unga trivs och stannar kvar i."



3. **Jan-Erik Enestam**. fd minister och SFP-hövding. Du rekommenderade redan 2014 kommunfusioner i Österbotten. Har läget förändrats?

"Min analys av utvecklingstrenderna säger att argumenten för en fusion har förstärkts. Konkurrensen mellan regionerna växer och där har storleken betydelse. Ett större Vasa hade svårigen blivit överkört i kampan om fullsjoursjukhuset."



4. **Inger Aaltonen**, jobbar med att främja ung företagsamhet i Österbotten. Behöver ungdomen en starkare stad?

"De beslut vi tar idag har stora konsekvenser för framtida generationer. Faktum är att nationella finansieringar, stöd och satsningar går till de större städerna och där måste vi vara med! Det har stor betydelse för regionens utveckling att vi är med bland de tio största städerna när nationella avtal och satsningarna fördelar. Positiv utveckling och ekonomisk framgång garanterar att våra ungdomar kan arbeta och bo kvar i regionen!"



5. **Kristian Wester**. Företagare/jordbruksföretagare i Korsholm och stort engagerad i Solf IK och Malax IF. Mår företagsamheten bättre eller sämre av fusion?

"Det är klart att små och medelstora företag får ett lyft när ekonomin är hållbar och konsumenterna har råd att att satsa på boende och fritid" Efter att i närmare 15 års tid samarbetat med med både Vasa och Korsholms byggnadsinspektioner och alltid fått ett professionellt bemötande av bågge inspektioner så ser jag det bara som en förbättring i och med en fusion. Två kompetenta inspektioner som slås ihop borde rimligt vis bli ännu bättre."



6. **Tom Kecklund**. Delägare i Multitronic och engagerad i fotbollen inom Solf IK och Wasa Fotbollsakademi. Kan småkommunerna ensamma stärka svenska språket?

"Enda chansen att svenska överlever är att den är stark i hela vår region. Ett nytt tvåspråkigt Vasa är garant för det."



7. **Johnny Åkerholm**. Vad är det stora hotet mot svenska språket?

"Svenskan är hotad, och regeringen är inte den största boven. Den strukturmåndling som är på gång innebär att många traditionella yrken försätts i, och också de svenska språkiga måste söka sig till nya aktiviteter med nya kompetenskrav. Processen är i sin linda i Österbotten. Regionen är tillsvidare underrepresenterat inom de snabbast växande sektorerna. Det krävs ökad attraktionskraft och en kontinuerlig höjning av utbildningsnivån för att arbetsplatser inom dessa områden skall i högre grad lokaliseras till regionen. Det är inom de flesta områden en stor fördel att kunna svenska – om man också kan finska. Utflyttning är ingen lösning; man räddar inte svenska i Finland genom att de välutbildade flyttar till Sverige."



8. **Pirkko Nordström**. ABB Business Controller, född och uppväxt i Korsholm. Vad ser du för fördelar med en fusion?

"Fokusera energi och resurser på att utveckla gemensamt i stället för att om och om igen föra smärtsamma funsionsdiskussioner. Fusionen är bra för regionens framtid."



9. **Pekka Puska**. Riksdagman från Centern. I Korsholm hävdas det att Vasas storlek inte spelar någon roll i Helsingfors?

"Från Helsingfors synvinkel ser man och gör beslut om städerna ofta på grund av invånareantalet. Därför är fusionen viktig för beslut som kan gynna hela Vasanejden. Både Korsholm och Vasa vinner."



10. **Dennis Nylund**. Delägare i Duell Bike Center. Vore det inte mer demokratiskt att korsholmare får komma och besluta om Vasa stads 10 ggr större egendom och ekonomi?

"Det är klart bättre på lång sikt att korsholmarna får säga till och påverka i alla frågor i regionen med full kraft. Korsholm begränsar demokratin."

ANDERS BJÖRQVIST: "KOTKANPESÄ"

Taidenäyttely, esillä 31.3. asti., Bock's Corner Brewery, Ravintola ja Autotalli



Anders Björqvistin teokset Kivilinnan seinä (vas), Mökki rannalla (oikea yläkulma), Rusinavuori (keskellä), Talvimaisema (keskellä alhaalla) ja Kivimuna taivaassa.

Anders Johan Björqvist on Vaasalainen taideharrastaja. Maaliskuun ajan hän esitteli maalauskiaan Bock's Corner Brewerryssä. Näyttelyn nimi on Kotkanpesä, Kotkat kuuntelevat-nimisen elokuvan mukaan. Tämä elokuva on Andersin tuotannossa suurin yksittäinen inspiраation lähde, vaikka on myös muita asioita jotka ovat inspiroineet häntä.

Anders on alun perin Maalahdesta, mutta perhe muutti Vaasaan vuonna 1966, kun Anders oli kolme vuotta vanha. Hänen on neljä sisarta ja yksi veli, ja hänen perhe voidaan kuvata tyyppiliseksi työläisperheeksi. Anders varttui Palosaareessa, ja hänen kiinnostus maalaukseen ja

piirustukseen kasvoi entistä vahvemmaksi teinikäisenä. Sairauden vuoksi Anders jää eläkkeelle varhaisilla nuoruusvuosillaan. Maalauksesta on tullut hänen suurin yksittäinen harrastus, keino ilmaista tunteita ja ajatuksia, joita ei aivan helposti voi pukea sanoiksi. Tänä päivänä Anders asuu Orrnässä. Perhe merkitsee Andersille paljon ja itsemaalattu maalaus on yleinen ja arvostettu syntymäpäivähajja ja joululahja häneltä.

Andersin taide voidaan kuvata surrealisteksi. Teosten aiheet vaihtelevat abstraktista luonnon sekä kasvokuvauksiin. Teosten värimaailma on värikäs ja maalaustekniikkoinaan hän maalaa öljyväillä levylle tai kankaalle. Hän käyttää

enimmäkseen työvälineenään sivellintä, mutta joskus hän käyttää myös sormiaan. Anders on muutaman kerran esittänyt yksittäisiä maalauskiaan, mutta tämä on hänen ensimmäinen oma näyttely.

Näyttelyn ravintolaosuuksia on avoinna ravintolan aukioloaikoina: ma-to 11-23, pe 11-24, la 12-24, su 12-18. Autotalli on avoinna sopimuksen mukaan, ravintolan aukioloaikoina, puh nro 050 5053507 / ira.mikkonen@bcv.fi tai kysy raintolahankilokunnalta.

Näyttelyn käyntiosoite: Bock's Corner Brewery, Gerbyntie 16, 65230 Vaasa

presenteras &

ANDERS BJÖRKQVIST: "ÖRNNÄSTET"

Konstutställning, pågår t.o.m. 31.3., Bock's Corner Brewery, Restaurangen och Garaget



Anders Björkqvists verk Vårens stenar (uppe t v), Osynlig skog (uppe t h) och Långfilmen Örnnästet.

Anders Johan Björkqvist är en hobbykonstnär från Vasa. Under mars månad ställer han ut sina tavlor vid Bock's Corner Brewery. Utställningen går under namnet Örnnästet, från filmen med samma namn. Denna film utgör den största enskilda inspirationskällan i Anders produktion, även om det också finns annat som inspirerat honom.

Anders kommer ursprungligen från Malax men familjen flyttade till Vasa år 1966, när Anders var tre år gammal. Han har fyra systrar och en bror, och familjen kan beskrivas som en typisk arbetarfamilj. Han växte upp i Brändö och hans intresse för att måla och teckna växte sig allt starkare under tonåren. På grund av sjukdom blev Anders pensionerad i tidig ungdom och att måla tavlor har blivit hans största enskilda intresse, ett sätt att uttrycka känslor och tankar som inte helt lätt kan kläs i ord. I dagens läge bor Anders i Orrnäs. Familjen betyder mycket för Anders och en

tavla målad av honom själv är en vanlig och uppskattad födelsedagspresent och julklapp från honom.

Anders konst kan beskrivas som surrealistisk. Motiven i hans tavlor är såväl abstrakta som natur- och mänsiskomotiv. Färgvalet är oftast färgrikt och som teknik använder han oljefärg på duk eller skiva. Mestadels använder han pensel, men ibland använder han också sina fingrar. Anders har vid några få tillfällen ställt ut enstaka tavlor, men detta är första gången han har en helt egen utställning.

Restaurangens utställningsdel är öppen under restaurangens öppettider: må-to 11-23, fre 11-24, lö 12-24, sö 12-18. Garaget öppet enligt överenskommelse, under restaurangens öppettider, tel 050 5053507 / ira.mikkonen@bcv.fi eller fråga restaurangpersonalen.

Utställningens besöksadress: Bock's Corner Brewery, Gerbyvägen 16, 65230 Vasa

VASTUULLISESTI KASVATETTU -
TUE LÄHITUOTTAJIAMME!

ANSVARSFULLT PRODUCERAT -
STÖD VÅRA NÄRPRODUCENTER!



NÄRPRODUCERAT • LÄHITUOTETTU

LA
LÖ 9.3

KLO/KL
12-16

LIHAA, KALAA,
VIHANNEKSIA M.M.
LEIVONNAISIA
TAIDETTA

OHJELMAA:

12-15 LASTEN OHJELMAA:
AAVA KERTUN KOTITILA OSALISTUU KESYJEN PUKKIEEN,
LAMPайден, PONIN JA KANIEN
KANSSA, JOITA LAPSET SAAVAT
HOITAA JA TALUTTAA.

12-15 KALASTAJA TOM
BLOM JA KOKKI VALMISTAA
MAUKKAITA MAISTIJASIA
HAYMARKET TUOTTAJIEN
TUOTTEISTA.

12-16 WILLATOSSUN
KOTITILA: VILLANTEHRU
DEMONSTRAATIO.

12-16 TURKKILAISEN KAH-
VIN VALMISTUS PERINTEISEL-
LÄ MENETELMÄLLÄ.

TAIDENÄYTTELÝT "CHEERS
VAASA!", "UNTITLED" JA "KOT-
KANPESÄ" OVAT AVOINNA.

KÖTT, FISK,
GRÖNSAKER M.M.
BAKVERK
KONST

PROGRAM:

12-15 BARNENS PRO-
GRAM: AAVA KERTUN KOTI-
TILA DELTAR MED SINA TAMA
GETTER, FÅR, PONNY OCH
KANINER, SOM BARNEN FÅR
SKÖTA OCH LEDA.

12-15 FISKARE TOM BLOM
MED KOCK FÖRBEREDER
SMAKFULLA SMAKPROVER AV
HAYMARKET PRODUCENTER-
NAS PRODUKTER.

12-16 WILLATOSSUN
KOTITILA: KARDNINGS-
DEMONSTRATION

12-16 FRAMSTÄLLNING
AV TURKISK KAFFE.
KONSTUTSTÄLLNINGARNA
"CHEERS VAASA!", "UNTIT-
LED" OCH "ÖRNNÄSTET"
HÅLLS ÖPPNA.

KYLÄKAUPPA &
KAHVILA AVOINNA

BYABUTIKEN &
KAFÉET HAR ÖPPET

LISÄÄ TIETOJA /MER INFO:
WWW.BOCKSCORNERBREWERY.COM

SUDOKU - COMICS - JAPANESE PUZZLE

BAZI & MAZI



ZITZ



PÖYRÖÖT



JAPANSKT BILDKRYSS

JAPANILAINEN RISTIKKO

#1

			1	4			7
	9	8			5	3	
4	3			8			
8		6			7		3
	5					9	
3			1			7	8
				4			1
	8	5				3	4
9			6	3			

5	6	2	3	1	4	9	8	7
1	9	8	7	6	2	5	3	4
4	3	7	5	8	9	2	6	1
8	2	6	4	9	7	1	5	3
7	5	1	8	2	3	4	9	6
3	4	9	1	5	6	7	2	8
2	7	3	9	4	8	6	1	5
6	8	5	2	7	1	3	4	9
9	1	4	6	3	5	8	7	2

#2

			5				7	2
3					4			
			9	6				
8	5	1				2	6	
	6	4	7		2	1	5	
	3	2				4	9	8
				5	7			
			8					5
5	1					3		

1	4	6	5	3	8	9	7	2
3	9	5	2	7	4	6	8	1
2	8	7	9	6	1	5	3	4
8	5	1	3	4	9	2	6	7
9	6	4	7	8	2	1	5	3
7	3	2	6	1	5	4	9	8
6	2	3	1	5	7	8	4	9
4	7	9	8	2	6	3	1	5
5	1	8	4	9	3	7	2	6

#3

		6		3		9	
	9	3			4		6
7			2				3
	2		3				9
			4		6		
3					8		7
	8				5		3
6	7		9			8	1
		9		8		4	

8	5	6	1	3	7	9	2	4
2	9	3	8	5	4	1	6	7
7	4	1	2	6	9	5	3	8
5	2	8	3	7	1	6	4	9
9	1	7	4	2	6	3	8	5
3	6	4	5	9	8	2	7	1
4	8	2	6	1	5	7	9	3
6	7	5	9	4	3	8	1	2
1	3	0	7	8	2	4	5	6

#4

		9			8	3	7
5			2		1		6
2				4			
			7				5
8	9	7				6	1
1					6		
				6			4
	4		1		5		
	5	6	4			2	

4	1	9	6	5	8	3	7	2
5	7	3	2	9	1	4	6	8
2	6	8	3	4	7	1	5	9
6	3	4	7	1	9	8	2	5
8	9	7	5	2	4	6	1	3
1	2	5	8	3	6	9	4	7
7	8	1	9	6	2	5	3	4
3	4	2	1	8	5	7	9	6
9	5	6	7	3	2	8	1	4

Nonogram Ratkaisu - lösning

v8



OBSERVATEUR



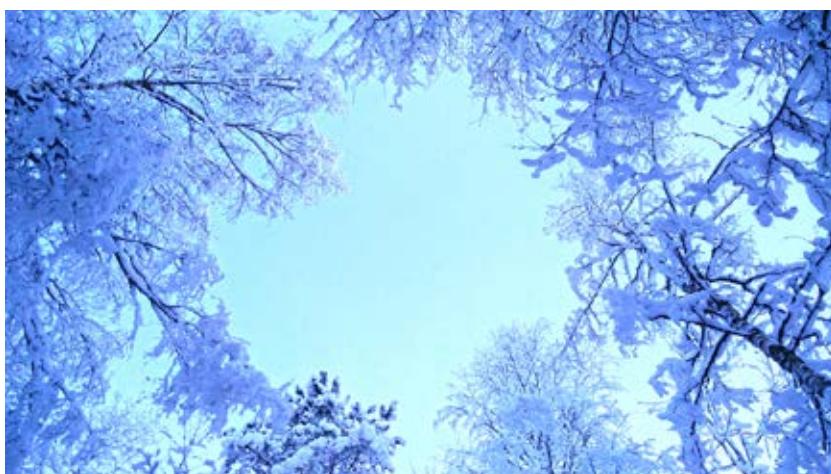
▲ "Gulsparv i Övermalax"

Observateur: Yvonne Emmerstedt



▲ "Avloppsrör tillfälligt i luften på Handelsesplanaden i Vasa."

Observateur: Christian Nylund, Vasa



▲ Vacker vinterdag / Kaunis talvipäivä

Observateur: Marianne Gråbbil-Hakkola



▲ Talviaika loppuu.

Observateur: Sanci Pázmándi.

Olta kuva ja kommentoi lyhyesti – max noin 100 merkkiä – tapahtumaa, treffiä, luontokokemusta, rakennelmaa, ilmiötä, rakenusta, esinettä, tosiasiaa, - jotain jolla kuva voi saada osallisuutta aikaan. "Blogga" ja kehitä Pohjanmaata!

Lähetä kuva ja teksti sähköpostitse osoitteeseen mega@upc.fi, merkitse aiheksi "Observateur". Jokaista julkistusta kuvaavaa kohden, kerääntyy 1 piste joka vastaa 1 euroa.

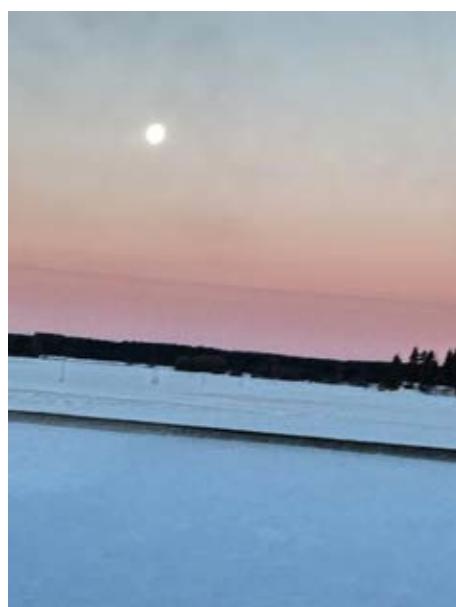
Kun on kerännyt 10 pistettä, saa 10 euron arvoisen

lähjakortin
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.



▲ En kall februarmorgon 2019

Observateur: Nanny Rex



▲ Konstens blommor.

Observateur: Tua Nordqvist

mega@upc.fi
"observateur"



Bock's

MAKE GOOD!

Palkittu Prisbelönt

DUNKEL

Nu i landets alla Prisma+butiker!
Nyt jokaisessa Suomen Prismassa!

SUOMEN PARAS OLUT
3. SIJA TUMMA LAGER

NOLIA BEER MASTER 2018
Beer
Bock's Dunkel
3rd
BEST LAGER

WASA COFFEE PORTER 5,2%

Nyt kaupoissa! Nu i butik!

Paikallista vastapaahdettua kahvia ja maittavaa klassista portteria samassa pullossa!

Lokalt färskrostat kaffe och delikat klassisk porter i samma flaska!

VAASA • VASA

WASA COFFEE PORTER