



Digitalbum

Kuva: Boris Berts, Värlax

s12-
13

SCIENCE & ARTS
mega
VIIKKO 2 VECKA
2021

**MAAILMASSA
LASKETAAN
JATKOSSA CO₂
PÄÄSTÖT PER
HENKILÖ!**

s6

Anne Salovaara-Kero :

**VAASASSA KEHITETÄÄN
ROKOTETTA KIUSAAMISTA VASTAAN**

s7

Seema's Food:

**VERY MANY
BERRIES!**

s4

Natur: Hans Hästbacka

**FÅGLAR I
VINTERKYLAN**

s2-3

**HAMMAS-
PROTEESIT**

*Erikoishammas-
teknikolta*

- uudet kokoproteesit
- tiivistys ja korjaus jopa odottessa!
- hammasproteesien tarkastus ilmaiseksi!
- takuu työ

Solta ja varaa aikasi!!

20 v.
alalla

VAASA 312 1233
Kauppapuistikkoo 20B

LAIHIA 477 0744
Kauppatie 5

ALUEEN HAMMAS
MAALAHTI 347 8080
Köpingsvägen

FÅGLAR I VINTERKYLAN

Knappt hade röken från nyårsraketer och stjärngnistrande eldar skingrats i nyårsnattens mörker innan nordandraget började. En småklig nordan som till en början famnade markerna i en handfull minusgrader tillsammans med ett snöfall som täckte in allt i sin vita och luftiga klädsel. Med ens tog ett riktigt vinterväder över efter en lång och varm och regnrik höst som räckte ända in i mellan-dagarna.

Nu i skrivande stund i råder full vinter i Haapajärvi med minus femton grader, klart väder och luften full av små iskristaller. Iskristaller som lägger sig som tät rimfrost över buskar och träd. Det är vackert med vintern - och samtidigt oroande med det plötsliga väderomslaget som beror på förändrade luftströmmar över nordpolssområdet där den arktiska kylan brukar hållas under vintern. Men klimatuppvärmeningen har rubbat luftströmmarnas normala gång och gör det nu möjligt för den arktiska kylan att strömma västerut och söderut. Om meteorologerna får rätt i sina långtidsprognosser kommer januari att bli ordentligt kall i hela landet och med rikliga snöfall i södra delarna av landet.

Det plötsliga väderomslaget från milt och regnigt till sträng kyla är naturligt nog en stressfaktor för många djur och växter. Först tvingas de på kort sikt anpassa sig till ett rekordvarmt höst- och förvinterväder för att sedan kastas in i strängt vinterväder. Här gallras de svagare bort med hård hand samtidigt som de tåligare klarar sig men i vilken omfattning vet vi ännu inte.

I kapp med kylan har övervintrande fåglar flockats allt mera hemma på gården för att livnära sig på fett och frön. För småfåglarna gäller det att äta så mycket som möjligt under de korta vinterdagarna för att klara sig genom de långa nättarna. Blåmesar, pilfinkar, talgoxar och andra småfåglar är för små för att kunna lägga upp fettlager som räcker längre än till följande dag. Större hackspetten och vår koltrasthanne klarar sig bättre medan kråkfåglarna och fasanerna kan svälta några vinterdagar utan att dö bort. Men de behöver de inte göra så länge de håller sig till matningsplatsens fettrika utbud.

Koltrasthanen som nu övervintrar på gården fjärde året i rad – antagligen är det en och samma fågel – brände sina proppar på en främmande koltrast som helt plötsligt uppenbarade

sig vid matningsplatsen. Den främmande koltrasthanen hade naturligt nog sökt sig till matningsplatsens utbud för att klara livhanken i den plötsliga vinterkylan. Men ostörd fick han inte plocka åt sig av fettmular och fröbitar som fallit ner på snön. Som ett svart jehu kom vår koltrast farande och jagade undan främlingen. Vi kan bara hoppas att den främmande koltrasten fick det bättre borta hos goda bekanta som matar vinterfåglar lika flitigt som vi ett par hundra meter söderöver.

Fasanerna som dagligen besöker gården är betydligt tolerantare sinsemellan men så har de också haft gott om tid att göra upp om rangordningen under hösten. Den granna fasantuppen brukar komma gående långsamt och värdigt till gården nordvästra hörn där matningsplatsen finns för att i lugn och ro plocka åt sig av spillet på marken. Någon gång kan han ha bråttom och springer då snabb som en sprinter över det tunna snötäcket så snökristallerna gnistrar kring hans nakna ben och fötter. Fasanen har inte dunklädda ben och fötter som våra inhemska skogshönsfåglar har men verkar klara sig



Fettkorvar är god vinterföda för talgoxen och andre mesar.



Steglitsorna plockade åt sig av de skalade solrosfröna i fröautomaten.

gott i kylen i alla fall. Fasanen hör hemma i ett mildare klimat i Sydostasien men har hämtats till Finland som en viltart, liksom till många andra västeuropeiska länder.

Så här långt har vi haft besök av endast en hackspett, en hona av större hackspett utan hannens röda nackfläck eller ungfåglarnas helröda hjässa. Men för övrigt är hon i sin svart-vit-röda fjäderdräkt en god representant för större hackspetten och för brokspettarna över lag. De andra brokspettarna är vitryggig hackspett, tretåig hackspett och mindre hackspett. Hackspetthonan är försiktig av sig och gillar inte att bli bekikad ens genom fönstret. Hon gömmer sig till hälften bakom en gren i linden där gallerburen med tre fettkorvar är upphängd och väntar orörlig på att det nyfikna kikandet inne i huset skall ta slut.

Ännu försiktigare brukar gråspetten vara när den besöker gården. De gårger den besökt vinterfågelmätningsplatsen tidigare är har den kommit tidigt i gryningen eller sent i skymningen. Nu väntar vi bara på att gråspet-



Vår övervintrande koltrast gillade inte den främmande trasten.



Efter nyårsfirandet tog vintern över med snö och kyla.



Rimfrosten täckte buskar och träd med tätt ligande frostkristaller.

ten skall dyka upp, framtrollad av vinterkylan. I sin mjukt gröngå fäderdräkt är gråspetten en särdeles vacker hackspett. Gråspetten har under 2000-talet avancerat norrut i landet och förekommer i dag på många platser i Österbotten. Den är en välvkommen och uppskattad gäst vid vintriga fågelmatningsplatser. En del av gråspettarna är ärtill lika orädda som vissa större hackspettar och visar sig helt öppet mitt på dagen, och låter sig till och med fotograferas utan att avbryta knackandet på fettkorvar och svinsvålar.

Nere vid sjöstranden på granntomten växer flera grova aspar där större hackspettar har huggit ut bohålor i det mjuka aspvirket. Den grövsta aspen är angripen av asptickan som gör just det trädet till hackspettarnas favoriträd. Det är förstås enklare att hugga ut bohålor i den rötangripna aspen så där finns tre olika bohålor att övernatta i för vinterns hackspettar. Bohålorna är lika trygga övernattningsplatser för hackspettarna som småfågelholkarna är för mesar och pilfinkar – och förmodligen också varmare.

Häromdagen besökte fem steglitsor och en flock gråiskor gården matningsplats. Gråiskorna brukar vara regelbundna gäster under vintern men steglitsorna var en glad överraskning. Helt kort har någon enstaka steglits

besökt gården tidigare vintrar för att sedan dra vidare. Men de fem steglitsorna som nu dykt upp har blivit dagliga gäster vid fröautomaterna. En grannare småfågel än steglitsen får man leta efter. Den är rent exotisk i sin färgläggning. Huvudet är svart, vitt och rött och vingarna svarta och gula med vita fläckar på vingpenorna.

Vintertid är tistlarnas och kardborrarnas frön den viktigaste naturliga födan för steglitsen. Har man tur att vintertid få syn på en flock steglitsor som sitter och pillrar loss frön från torra vinterståndare av tistlar och kardborre så skall man ge den stunden all tid. Det är både färggrant och exotiskt att se steglitsorna i vin-

terdagen och samtidigt en god fingervisning åt var och en: låt de ”skräpiga” vinterståndarna stå kvar för de föder den grannaste vinterfågeln vi har bland småfåglarna.

Att steglitsorna lärt sig att ta för sig av frön av olika slag på vinterfågelmatningsplatser är en lyckoträff för de fågelvänner som får dem på besök. Samtidigt är det också nödvändigt för steglitsorna att göra så eftersom vi städar alldeles för mycket i vår omgivning och mejar ner till exempel ”skräpiga” växter på hösten. Ju mer städat och prydligt vi har i våra trädgårdar och på våra gårdsbackar desto fattigare blir naturen omkring oss.

Medan de fem steglitsorna samsades om ena fröautomaten och samtidigt näbbades hårdhänt med tre grönfinkar som ville komma åt de skalade solrosfröna i automaten firade fyra skator en senkommen julfest på framgården. Traditionenligt serverade jag vinterskatorna resterna av julskinkan, fettsvålen och de sista skivorna uppskurna i lämpliga bitar. Under en god halvtimme huserade de fyra skatorna på framgården. Först åt de sig mätta och sedan började de gömma godbitarna på olika håll på tomten och på granngårdstomterna.

Luften var stundom full av långstjärtade och vingflaxande skator som flög av och ann mellan trädgården och gömställena. För skatorna är de gömda fett- och köttbitarna ett tryggt och närande matförråd att ta till i vinterkylan. Gott minne har de dessutom och hittar alla sina gömmor - om nu inte en annan skata i smyg iakttagit gömmandet och snott den rättnärliga ägaren på hans godbitar. Det hör till spelreglerna i skatornas värld att knycka av grannen och i nästa stund uppträda stjärtnixande och självbelåten på arenan.

Text och foto: Hans Hästbacka



Den granna fasantuppen kommer småspringande till gården.

VERY MANY BERRIES!

At the onset, here's wishing you and your family a very happy 2021!

2020 - the year when the whole world was taken by the corona storm, the year that put a brake to outdoor activities, new work/ school from home culture never heard of, must say more than anything else -The year of fear!

It was a year of change for us as well ,as we moved from the Far East end of Atlantic to the West and it seemed as if everything closed off! Looking back on the year, it was for most of us, a year of foodie experiments, a year of being together and a year of minimalism too. Having said that it was time to retrospect and experiment with different kind of vegetables, fruits, and berries that we have had so far.

Berries have been a part of our growing up too – those small bright red berries called Chaniya bor in Gujarati or Ziziphus mauritiana were usually enjoyed during our school break

where the local vendors would be selling, the Winter treat – The Indian gooseberries or Avla as we call in Marathi, then it was Indian Jujube which was prominently seen in the markets around January time-The Makar Sankranti festival. In the summers during our holidays remember the karvanda or Carissa Spinarum and the Jambul or the Indian blackberry. Usually these berries were eaten as it is except for Chani bor which were sometimes salted and enjoyed.

Coming to Finland the first of the berries I tasted were the blueberries, freshly picked by our neighbour from their summer cottage who explained in detail how we could enjoy them. So, it was with the vanilla ice-cream, then with the fresh cream. Later on, I learnt to freeze them and use them. Then tasted the blackberries, the red, the lingonberries and the yellow, sea-buckthorn, strawberries and then raspberries too.

This year went further and experimented with blueberries and made an eggless cake and with strawberries ended up making chutney. Added ginger to the chopped pieces of strawberries, lime juice and sugar and then cooked it up adding salt to taste, some chat masala (a readymade spice mix which is tangy) and some chilli powder.

Tasting cranberries reminded me so much of our Indian gooseberries, they were a bit tart, astringent, sour and are one of the healthy berries.

Cranberries were chopped up and made into jam or moramba (as we call in Marathi) that

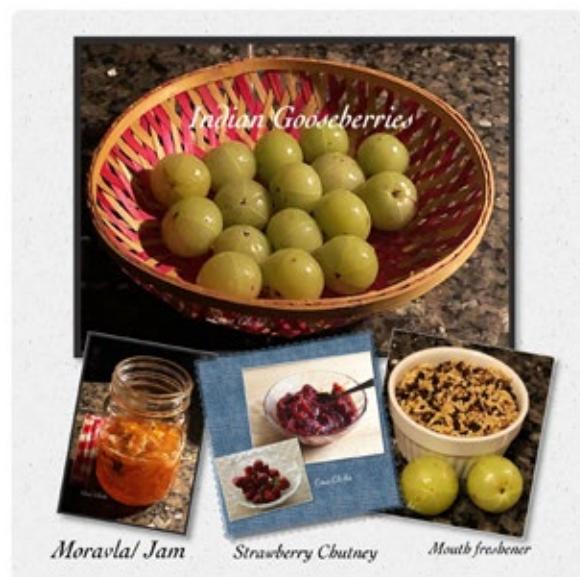


was quite easy and quick to make and some were made into pickle. Heated some oil and added mustard seeds and when they spluttered switched off the stove and once the oil cooled, added it to the chopped cranberries with pickle spice mix & salt mixture. Enjoyed both the sweet and the savoury version.

It was such a pleasant surprise to find fresh Indian gooseberries and the thought making moravla or jam and mouth freshener motivated me to buy it immediately. The berries were chopped, seeds removed and then boiled them up without adding any water to them. Next made sugar syrup and added these cooked pieces to it. For the flavours added saffron strands, cinnamon and cloves. Once cooked well it was bottled up- a beautiful colour and taste.

For the mouth freshener grated the gooseberries and ginger and added some rock salt and lime juice to them. Mixed them up well and dried them in the oven.

So, a “berry year” it was and must endorse that it was not only smoothies or with ice-creams but enjoyed it on the sides with our everyday foods too! Rightly said by Dr. Seuss, “you’ll never get bored when you try something new. There’s really no limit to what you can do”.



Hyvä kauppa keskellä Vaasaan

SINGER EVA **BERNINA[®]** **brother PFAFF**
Husqvarna VIKING[®]

Myynti ja huolto
Försäljning och service

HALONEN 

Tammipiha-Ekgården
 045 6566 659
www.halonen.com

Engineer by education, passionate photographer & food enthusiast from India, presently based at Burlington, Canada is happy to contribute this column which combines her love of food & photography.

Seema Ganoo



V 3 & 4

LUNCHMENY

18.1 Måndag/Maanantai:

- Ostgratinerad köttfärsflimpa med konjakssås G, L
- Varmrött lax med chilimajonnäs G, L
- Coocossmaksatt grönsaksgryta med ris G,L
- Juustolla kuorrutettu mureke ja konjakkipastike G, L
- Lämminsavustettu lohi ja chilimajoneesi G, L
- Kokosella maustettu vihannespata ja riisi G, L

19.1 Tisdag/tiistai:

- Panerad grisschnitzel med bearnaise L
- Ugnsstekt torskfile med pepparrotsmör G, L
- Coocossmaksatt grönsaksgryta med ris G,L
- Paneroitu porsaanleike ja bearnaise L
- Uunipaistettu turskanfile ja piparjuurivoi G, L
- Kokosella maustettu vihannespata ja riisi G, L

20.1 Onsdag/keskiviikko:

- Pannbiff med stekt lök G, L
- Stekt strömming med lime-gräddfil L
- Coocossmaksatt grönsaksgryta med ris G,L
- Pannupihvi ja paistettu sipuli G, L
- Paistettu silakka ja lime-kermayili L
- Kokosella maustettu vihannespata ja riisi G, L

21.1 Torsdag/torstai:

- Ugnsrostad kassler med rödvinssås G, L
- Smörstekt lax med dillhollandaise G, L
- Oumph med bbq-sås och pommes frites G, L
- Uunipaahdettu kassleri ja punaviinikastike G, L
- Voissa paistettu lohi ja tillihollandaise G, L
- Oumph, bbq-kastike ja pommes frites G, L

22.1 Fredag/perjantai:

- Pork Ribs med bbq-sås G, L
- Vitvinskrokt sikfile med beurre blanc G, L
- Oumph med bbq-sås och pommes frites G, L
- Pork ribs ja bbq-sås G, L
- Valkoviinissä keitetty siika ja beurre blanc G, L
- Oumph, bbq-kastike ja pommes frites G, L

25.1 Måndag/Maanantai:

- Grillad grisbiff med pepparsås G, L
- Stekt forell med musselsås G, L
- Stekt bondbönsbiff med tomat-fetasås G, L
- Grillattu porsaanpihvi ja pippurikastike G, L
- Paistettu kirjolohi ja simpukkakastike G, L
- Härkäpapupihvi ja tomaatti-fetakastike G, L

26.1 Tisdag/tiistai:

- Gräddig broilerkantarellpasta L
- Ugnsstekt lax med avocadoröra G, L
- Stekt bondbönsbiff med tomat-fetasås G, L
- Kermainen broilerikantarellipasta L
- Uunipaistettu lohi ja avocadocreme G, L
- Härkäpapupihvi ja tomaatti-fetakastike G, L

27.1 Onsdag/keskiviikko:

- Lättrökt grisfile med senapssås G, L
- Panerad torsk med limesmetana L
- Stekt bondbönsbiff med tomat-fetasås G,L
- Kevyesti savustettu porsaanfile ja sinappikastike G, L
- Paneroitu turska ja limesmetana L
- Härkäpapupihvi ja tomaatti-fetakastike G, L

28.1 Torsdag/torstai:

- Stekt griskotlett med chilisås G, L
- Smörstekt sik med räksås G, L
- Spenatpaj med chilimajonnäs L
- Paistettu porsaankyljys ja chilikastike G, L
- Voissa paistettu siika ja rapukastike G, L
- Pinaattipiirakka ja chilimajoneesi L

29.1 Fredag/perjantai:

- Pulled Pork med bbq-sås G, L
- Stekt lax med tapenade G, L
- Spenatpaj med chilimajonnäs L
- Pulled pork ja bbq-kastike G, L
- Paistettu lohi ja tapenade G, L
- Pinaattipiirakka ja chilimajoneesi L

Etsimme! - Vi söker!
Tarjoilijaa



Etsimme nuorekkaaseen ja hyväan ilmapiirimme sopivaa tarjoilijaa. Jos omaat maalaisjärjen, tykkäät asiakaspalvelusta ja asiakkaat siinusta, sekä toimit hyvin kaikenlaisissa työtehtävissä olet juuri etsimämme! Kieliväistimukset: suomi sekä ruotsi. Lähetä vapaamuotoinen hakemus osoitteeseen timo.suomalainen@bockscornerbrewery.com! Työ voi alkaa heti löydettyämme sopivan henkilön.

Vi söker en passlig servitör till vårt unga och trevliga team. Besitter du bondförfuft, tycker om kundbeträffning och kunderna gillar dig, samt fungerar bra i olika arbetsuppgifter, då är du personen vi söker! Språkkunnighet: finska och svenska. Skicka en fritt formulerad ansökan till timo.suomalainen@bockscornerbrewery.com. Arbetet kan börja direkt vi finner en lämplig person.

Liten öl+lunch
Pieni olut+lounas
13€

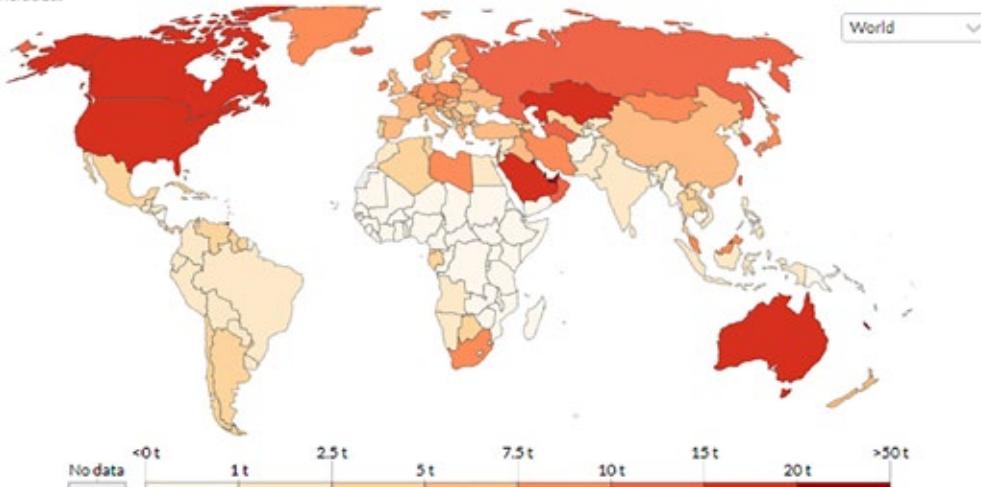
Lounas
10,50 €

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

MAAILMASSA LASKETAAN JATKOSSA CO₂ PÄÄSTÖT PER HENKILÖ!

Per capita CO₂ emissions, 2018

Carbon dioxide (CO₂) emissions from the burning of fossil fuels for energy and cement production. Land use change is not included.



Source: Our World in Data based on CDIAC; Global Carbon Project; Gapminder & UN

Note: CO₂ emissions are measured on a production basis, meaning they do not correct for emissions embedded in traded goods.

CC BY

► 1800

2018

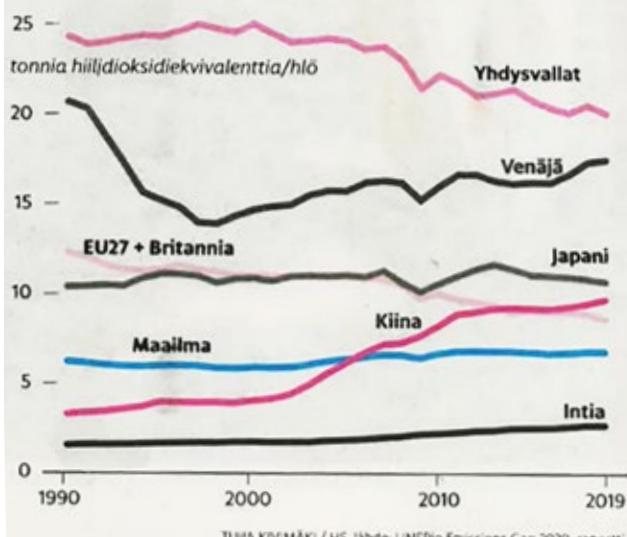
Enää ei auta puhua jonkun yksittäisen maan päästöistä. Oikeudenmukaista on laskea kunkin maan päästöt per henkilö. Eli tavallaan kuten muutenvkin. Jos yksi likaa niin ei naapurit pidä panna vastuuseen tai jos yksi rikkoo ei pidä panna muut syyttömät maksumiehiksi. Ja kussakin maassa on erityyppiset sähköntuotantoratkaisut, kulutusratkaisut ja maanviljelysmenetelmät. Suomen kasvihuonekaasujen kokonaispäästöt v. 2018 oli hiukan yli 10 tonnia

jolloin sijoitumme Japanin tasolle ja hieman edellä Kiinaa.

Toisekseen on tulossa laskelmat joissa maat jotka kuluttavat paljon tavaraa pitäisi myös olla "syllisiä" tai osavastuussa tavarar tuotannosta aiheuttavista päästöistä. Se on loogista että päästöistä ei voi vapautua mikäli ulkoistaa päästöt eli poimii rusinat pullasta.

Kolmanneksi laskelmiin on tulossa vielä historiallinen aspekti. Kussakin maassa per capita on

Kasvihuonekaasupäästöt suhteessa väkilukuun



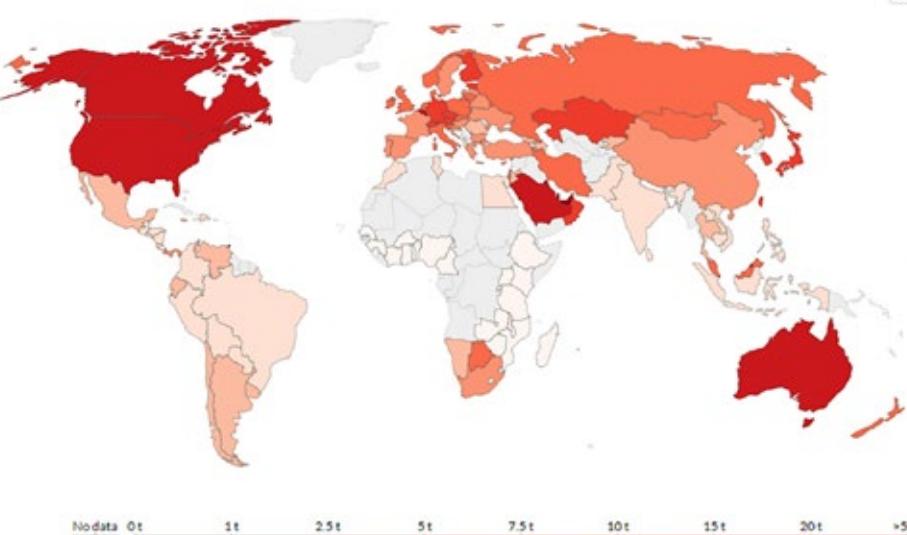
osallistunut viimeisten 50 vuoden aikana päästöihin jotka ovat kumuloituneet ilmastoona. Nykyinen ilmaston ylikuormitus on syntynyt päästöistä pääosin viimeisten 50 vuoden aikana. Eri maiden tuotanto ja kulutustavoista johtuen tämä jo aiheutetun "roskaantuminen" pitää tietenkien myös ottaa huomioon kun puhdistamiskustannukset pitää jakaa. Tällöin tietenkien Eurooppa/USA/Australia/Canada alkavat näyttämään hyvin suursyllisiltä...

Per capita consumption-based CO₂ emissions, 2017

Consumption-based carbon dioxide (CO₂) emissions are national or regional emissions which have been adjusted for trade (i.e. territorial/production emissions minus emissions embedded in exports, plus emissions embedded in imports).

Our World in Data

World



Source: Our World in Data based on Global Carbon Project & UN Population

OurWorldInData.org/co2-and-other-greenhouse-gas-emissions • CC BY

► 1990

2017

Så här ser per capita ut konsumtionsbaserat!

Det är klart att länder som producerar inte är helt ensamt ansvariga för utsläpp ifall konsumtionen sker i ett annat land. Dvs konsumenten måste också ta sitt ansvar för utsläpp som sker pga av konsumtionen oberoende var produktionen skett. Då ser ansvarat för utsläpp ut såhär i världen enligt vidstående karta. T.ex. Finland hörde 2017 till tio i topp i världen. Överlägset största "bovarna" är då USA, Canada, Australien, UAE och Belgien. Och den totala mängden under de senaste 50 åren är för dessa länder enorma per capita jämfört med andra länder i världen.

VAASASSA KEHITETÄÄN ROKOTETTA KIUSAAMISTA VASTAAN



Näin siteeraa Anne Salovaara-Kero Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen professori Raimo Lappalaista. Mistä ihmeestä on kyse?

Anne Salovaara-Keron luotsaama MIELI Pohjanmaan mielenterveys ry on STEA:n rahoittamassa Hyvä olla koulussa – Må bra i skola hankkeessa kehittänyt Magis-mobiilipelin yhteistyössä professori Raimo Lappalaisen tiimin kanssa. Peli on julkaistu suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi ja se on herättänyt niin kansallista kuin kansainväl-

listä kiinnostusta. Peli on kehitetty 10-12 -vuotiaille lapsille. Vaasalaiset lapset ovat olleet aktiivisesti mukana kehitystyössä, mikä Salovaara-Keron mukaan onkin yksi pelin menestystekijöistä.

Alustavat tutkimustulokset satunnaistetussa tutkimuksessa osoittavat seuraavaa: ”Kyselyiden perusteella Magis-peliä käyttäneellä ryhmällä havaittiin psykososiaalisen hyvinvoinnin lisääntyneen ja käytösongelmien vähentyneen. Kiusaamista raportoineiden lasten keskuudessa kiusatuksi tuleminen väheni. Lisäksi kiusaamis-

ta kokeneiden lasten kaverisuhdetyytyväisyys kasvoi, psykososiaalinen hyvinvoointi parani ja emotionaaliset oireet vähenivät. Vertailuryhmään arvotuilla lapsilla ei havaittu vastaavia muutoksia.”

Salovaara-Kero ja hanketiimi onkin innoissaan pelistä ja sen mahdollisuksista tukea lasten mielenterveyttä. Pelin kautta lapset oppivat hyväksymis- ja omistautumisterapiaan pohjautuvia taitoja, kuten kuinka tunnistaa mikä on itselle tärkeää ja miten hyväksyä tunteet ja ajatuksset.

Pelin toinen tutkimusaalto tehtiin syksyllä 2020 ja sen tuloksia odotellaan parhaillaan. Salovaara-Kero kertoo, että on innoissaan teknologian hyödyntämisen mahdollisuksista, ja miten niiden kautta voidaan tukea lasten mielenterveyttä ja siten ennaltaehkäistä mielenterveyden häiriötä. Salovaara-Kero mainitsee myös yhdeksi kehitystyön valtiksi niin poikkitieteellisen lähestymiskulman kuin kumppanuuden järjestön, kaupungin ja yliopiston välillä.

Entä mitä tulevaisuudessa, onko lisää pelejä tulossa? Salovaara-Kero hymyilee ja vastaa, että tottahan toki, uusi 7-9 -vuotialle suunnattu mobiilipeli on jo kehitteillä.

Anne Salovaara-Kero är direktör för MIELI Psykisk Hälsa Österbotten, och med i Hyvä olla – Må bra projektet som utvecklar utöver ovannämnda Magis -mobilspel just nu även ett nyt mobilspel för barn i årskurs 1-3. Förutom de digitala spelen erbjuds barnen i skolor i Vasa också stöd i gruppform. Föreningen har tillsammans med psykologie doktor Katariina Keinonen utarbetat ”Min grej -grupper”. I dem får barnen öva sig på ”må bra-färdigheter” som stöder den psykiska hälsan. I projektet tar man även med familjeperspektivet. Föräldrar till barn som deltar i Min grej -grupper kommer att erbjudas möjlighet att delta i föräldragrupper. I grupperna får föräldrarna också ta del av ACT (acceptance and commitment therapy) -baserade övningar och uppgifter. Salovaara-Kero berättar att det handlar om likande måbra-färdigheter som används med barnen, det är något alla kan dra nytta av. Precis som för barnen, så är det bra även för vuxna att fundera kring vad som är viktigt för en hur leva ett liv enligt det som är värdefullt för en.

Covid-19 pandemin utgör att våra psyken utsatts för nya utmaningar, och det syns i arbetet på Österbottens kriscenter Valo som Salovaara-Kero också basar för. Hon är därför glad över att även få vara med jobba för att stöda barns och familjers psykiska hälsa.



TELEPORTATION

Science fiction är nu ett steg närmare verklighet åtminstone i ett fall till. Det har i tiotal år varit känt att kvantfysiken i teorin möjliggör "spöklika" kontakter mellan partiklar typ fotoner (på engelska entanglement). Den första demonstrationen gjordes för 20 år sedan. En foton "visste om" den andra fotonens läge utan att någon information sändes dem emellan.



Nu har ett gäng vetenskapshen från FermiLab, Caltech, AT&T, Nasa Jet propulsion och Harvard University demonstrerat teleportation på 44 km avstånd av foton qubits.

Teleportation – ifall den kan tas i bruk – förändrar totalt internetfunktionerna och informationssystemen i världen. Tanken är att information kan vara identisk samtidigt överallt på jorden. Kombinerar vi denna möjlighet med kvantprocessering dvs utnyttjandet av att fotoner kan vara samtidigt i olika superpositionslägen, uppstår ett radikalt nytt s.k. quantum internet. Vad som händer i en del av världen vet den andra om utan att information sänds eller tas emot...

Och det intressanta är dessutom att vi inte längre då jobbar med elektroner i grunden och traditionell elektronik. Vi jobbar således med fotoner/ ljus – fotonik. Kolla SciNews.

OPIOIDI KRIISI

Maailmassa ihmiskunta taistelee itsensä kanssa miten suhtautua luontoon. Yksi taistelu koskee hiilidioksiidineutraalisuutta. Toinen vielä akuuttimpi on nyt virusongelma Covid. Hiilidioksiidin suhteen meillä on vielä vähän aikaa – vuosia kuitenkin - suorittaa toimenpiteitä. Ja tiedämme mitä pitäisi tehdä ja meillä on jopa varaa ja teknikkaa siihen. Covid viruksen osalta aika on kortilla ja kukaan ei vielä varmasti tiedä miten päästä siitä lopullisesti eroon. Ehkä tulee lisää ongelmaviruksia nurkan takaa? Se on jopa todennäköistä. Virukset emme voi poistaa. Suurin osa niistä ihmisten tarvitsee. Joudumme siis oppimaan elämään rauhanomaisesti jatkossa virusten kanssa.

Myös superbakteerit puhuttavat jo asiantuntijoita ja reaalimaaailmassa odotellaan jo suurempaa leviämistä ja "pandemias". Tällöinkin aika on kortilla ja valmista teknikkaa ongelman torjumiseksi ei ole.

Lisäksi kemikaalit nostavat päättäään. Käytämme lisääntyvässä määrin

uusia yhdisteitä joiden yhteenlaskettu effekti ei ole tiedossa. Yksiakuutti esimerkki on USA:n opioidi kriisi. Se sai alkuunsa 1990 luvulla. Lääkeyhtiöt vakuuttivat että opioidilääkkeet eivät tuottaneet riippuvuutta ja sen takia surutta voitiin antaa kipujen lieventämiseksi. Ähäkutti! Lääkärit suosittelivat surutta, yliannostelu alkoi ja potilaat ajautuivat riippuvuuden joka johtaa myös heroiini käyttöön.

2017 kuoli jo 47.000 ihmistä USA:ssa tähän "kemikaali"myrkytykseen. Samana vuonna kirjattiin 1,7 milj. henkilöä jotka kärsivät yliannostelusta monella eri tavoin mm käyttämällä laittomasti tuotettua fentanyl (vahva synteettinen opioidi). Lisäksi suuri osa oli ajautunut – arviolta 652.000 – heroinin käyttäjiksi opioidi riippuvuuden seurauksena.

Lähes 30% opioidilääkkeiden käyttäjistä väärinkäyttävät eli yliannostelevat. Noin 10% ajautuvat pysyvään väärinkäytökseen. Noin 5 % ajautuvat heroiinin käyttäjiksi. Noin 80% heroiinin käyttäjistä ovat olleet opioidiväärinkäyttäjiä. Tämä maksaa USA:lle (National Institute of Health mukaan) 78,5 miljardia per vuosi tällä hetkellä!

KVANTFYSIKENS FEM UTMANINGAR

Mega kommer att följa upp kvantfysikens utmaningar för den mänskliga hjärnan. Det är helt klart att kvantfysiken "övergår" mänskans förstånd och vad vi tror om verkligheten. Såsom Homo Sapiens har levat tills nu har vi inte ens behövt bekymra oss värist mycket.

Pga datorernas/mobilteknologins utveckling och att vårt samhälle alltmer fungerar på informationens villkor och datalogik kommer vi obönhörligt att komma i kontakt med en ny verklighet – kvantfysiken. Det finns nu redan fyra klara spår av konflikt med vardagen:

1. Information kan vara beroende av något utan att vara i kontakt med detta något. (Ett exempel är beskrivet i detta nr under rubriken Teleportation)

2. Information kan ha olika innehåll samtidigt. Det kallas superposition av partiklars tillstånd. Det går att jämföra med att något kan vara både upp och ner samtidigt i den normala världen. Eller ännu värre: vara både död och levande samtidigt.

3. Tillbaka till framtiden. Retrokausalitet. Ännu starkt omtvistat i vetenskapskretsar men har supportrar.

4. Verkligheten har flera ansikten. Olika studier av samma information ger olika resultat. Och båda har rätt. Nyligen gjordes ett experiment där polariserade fotoner gav olika information beroende på om studiet gjordes inom laboratoriet eller "utanför". Kolla Live Science: More than one reality Exists.

5. Quantum tunneling. Partiklar kan passera hinder genom att återuppstå på andra sidan hindret dvs "upphöra" vid hindret/väggen för att sedan inte gå igenom utan "uppstå" på nytt efter hindret.

Alla dessa fem egenskaper kommer uppenbarligen att utnyttjas redan inom 10 år och komma till användning i informationsvärlden men också inom vardagliga processer som betalningar, hälsovård, utbildning och sätt att utföra arbete. Dagens 15 åringar skall alltså när dom gått ut skolan förstå sig på detta. Hänger vårt utbildningssystem med?



THIS YEAR IN SCIENCE @ScienceAlert Part II 2020



Jul: Chemists revealed a new type of artificial cartilage hydrogel that's finally strong enough to work in knees.



Aug: Radioactive dust from the ocean revealed that Earth is travelling through the debris of ancient supernovae.



Sep: Researchers sounded the alarm that current melting of our planet's ice sheets is in line with the worst-case scenario.



Oct: Physicists confirmed that the upper limit for the speed of sound in our Universe really is 36 km/s (22 mi/s).



Nov: The world said goodbye to the much-celebrated Arecibo radio telescope, which suffered a fatal collapse.



Dec: First vaccines against COVID-19 were rolled out, hopefully starting to turn the tide of the global pandemic.

PulmaPuoti - Pulmia vuodesta 1989



Valokuva: Valter Lindén



Vaasalainen PulmaPuoti on vuonna 1989 perustettu pulmapeleihin keskittynyt yritys. Oma sarja "PulmaPuodin Pelit & Palat" valmistetaan Suomessa laadukkaasta koivupuusta. Sarjasta löytyy sekä perinteisiä pulmia että luovia uutuuksia.

PulmaPuoti avattiin kauppana Helsingissä vuonna 1996. Nykyään PulmaPuoti sijaitsee Vaasassa, jonne kauppa muutti vuonna 2005. PulmaPuoti tuhansine pulmineen on Euroopan suurin pulmapelimyyymälä ja myös Pohjoismaiden vanhin pulmapuoti. Suomessa PulmaPuodilla on runsaasti jälleenmyyjää ja niitä löytyy myös ulkomailta.

- Olen aina ollut kiinnostunut pulmapeleistä, aloittaa Tomas Lindén, Pulmapuodin omistaja. Olen ehkä kuitenkin enemmän peräännantamaton kuin lahjakas pulmapelien ratkonnassa. Sen voi nähdä heikkoutena tai vahvuutena, Tomas nauraa.

Koulutukseltaan Tomas on puutyönoptettaja. Sitä kautta myös tie pulmapelien valmistukseen alkoi.

- Osallistuimme kesällä 1989 kaverini kanssa Pohjanmaalla parille markkinoil-

le itsevalmistetuilla pulmapeleillämme. Tämä innosti meidät jatkamaan pulmapelien tekemisessä.

Nykyään pelien valmistamisen ja kauhan pyörittämisen lisäksi Tomas myös muun muassa järjestää jokavuotiset Vaasan Pulmapäivät -tapahtuman. Tänä vuonna on taas aikomus järjestää päivät, mikäli tilanne sallii.

- Pulmapelit ja niiden kiinnostus on enemmän tai vähemmän vallannut elämäni, Tomas kertoo. Kotona minulla on noin 3000 pulmapelia - tietojeni mukaan Suomen suurin pulmapelikokoelma! Pulmapäiviin, ns. puzzle party:hin osallistuminen ympäri maailmaa tuo myös uusia ideoita toimintaan, Tomas kuvalee.

"Kaksoisneliö" on peli jonka Tomas on ollut mukana kehittämässä Vesa Timosen kanssa, muuten hänen valmistamat pelit ovat muiden keksimiä.

Joulusta lähtien Pulmapuodin itse valmistettuja pelejä "Pelit & Palat" sarja on saatavilla myös Bock's kaupassa.

- Pulmapelit ovat oiva lahja annettavaksi niin ystäville kuin itselle, Tomas toteaa lopuksi.

Pulmapeleistä:

Mekaaniset pulmat (pulmapelit, älypelit) ovat viihdyttäneet ihmisiä eri puolilla maailmaa, erityisesti aikana ennen televisiota ja Internetiä. Pulmatehtävien tarkoituksesta on kehittää ja joskus koetellakin ratkaisijan oivalluskykyä ja kärsivällisyyttä. Mekaaninen pulma on konkreettinen esine pulmatehtävän toteuttamiseksi. Jokainen osaa ratkaista pulmia, mutta vasta harjoitus ja innostus tekevät mestarin.

Mekaanisia pulmia tunnetaan eri puolilla maailmaa ja usein samoja tehtävätyypejä onkin kehitelty ympäri maailmaa toisistaan tietämättä. Suomessa tunnetaan pirunyrkit ja vanginlukot, mutta yhtä lailla ne tunnetaan myös muualla maailmassa. Ristisanatehtävät tai perinteiset palapelit ovat kaikkien tuntemia esimerkkejä pulmatypeistä ja viime aikoina mukaan ovat tulleet valtavan suosion saaneet sudokut ja niiden johdannaiset.

Lähde: Matti Linkola, Jerry Slocum

BOCK'S Village SHOP & Café



Tuotteita yli 40 paikalliselta
tuottajalta!
Varor från över 40 lokala
producenter!



Lillkungs
Syltgrisar!
Hillopossuja!



Uutuuksia! Nyheter!

Smakkompaniet
Makuja
Italiasta!
Smaker
från Italien!



Ja paljon muuta! Och mycket mer!

Finnish
Superberries

**Luomu
aronia
tuotteita!**
**Ekologis-
ka aronia
produkter!**



digitalbum

Julkaisemme viikoittain lukijoiden kuvia digitalbumissa. Voit osallistua sähköpostitse, lähettiläällä kuvasi 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.



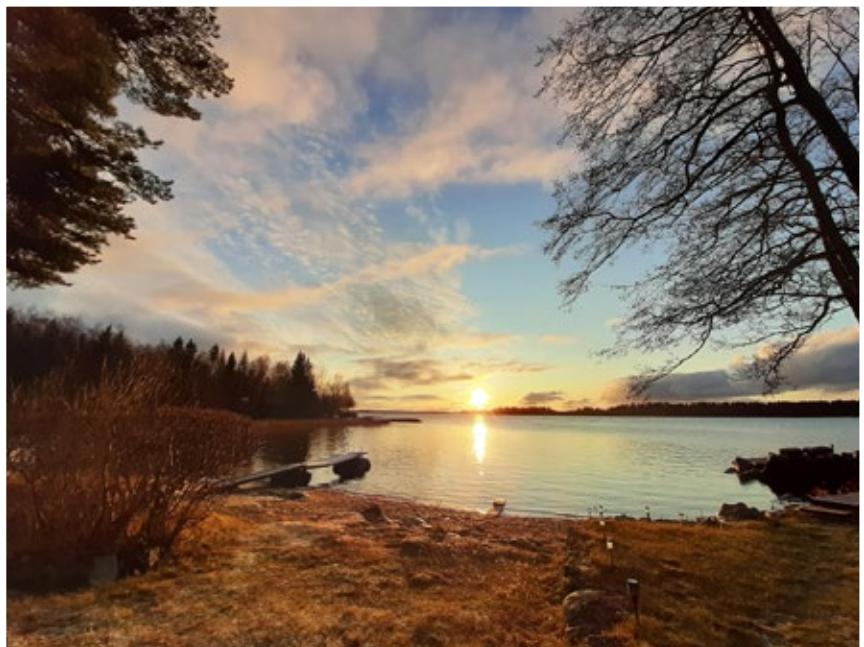
Marianne Gråbbil-Hakkola.



Veikko Partanen, Vaasa. "Lotta oli saanut tonttulakin."



Mira Berg Vaasa. "Tammikuun auringonlasku."



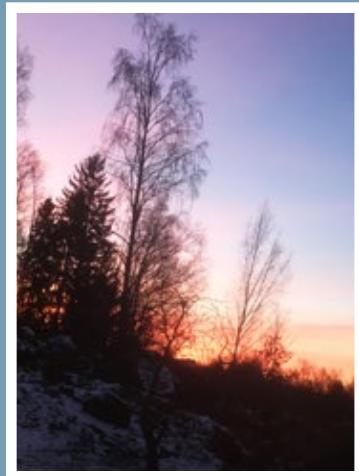
Boris Berts, Värax. "24.12.2020."



Ulf



Leena Minkkinen. "Herrasmies lumiukko."



Nanny Rex, Vörå. "Morgonrodnad december 2020!"



Matti Hietala, Vaasa. "Tähtisädetikku säteili puistossa yöllä."



Tuula Taskinen, Vaasa. "Kiire loppui."



Klaus Koivula.



Elisabeth Holm, Kvimo.



Leena Rönkä. "Huumaava auringonlasku Raippaluodossa."



Tuula Åstrand, Mustasaari. "Onnea vuodelle 2021!"

Toimitus / Ilmoitukset / Redaktion / Annonser :

Tommitus / Mihottukset / Redaktion / Ann

Mega@upc.li - www.megamedia.li
Avustajat / Medarbetare: Juhu Rantala Hans Hästbacka

Avustajat / Medarbetare: Juha Rahtala, Hans Hästbacka
Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjlösningar – även mobila

Luo kampanjan – myös mobiilisti. Kampanjiosningar – aven mobila.
Ilmoitushinta tekstillä 1,70 Eur/pmm + alv. Annons i text 1,70 Eur/spmm + myc

Muutosteksti: 1,70 Eur/pmm + alv.

Mediamynti / Mediaförsäljning: mega@upc.fi

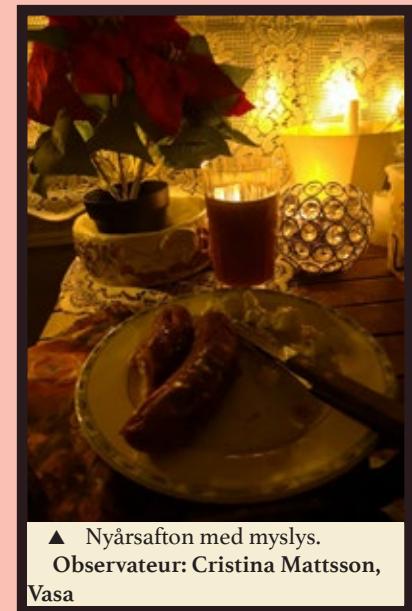
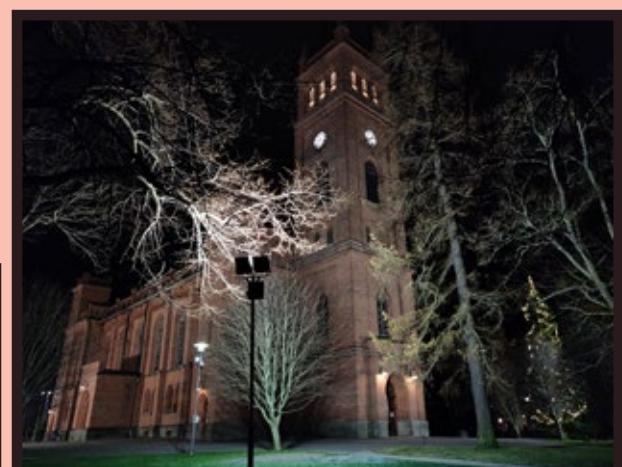
Kustannus / Utgivare:

Paino / Tryck:

The image displays two side-by-side logos. The left logo, 'UPC media', features the word 'UPC' in large, bold, black letters above the word 'media' in large, bold, orange letters. The right logo, 'UPC print', features the word 'UPC' in large, bold, black letters above the word 'print' in large, bold, green letters. A small orange leaf graphic is positioned between the two logos.



OBSERVATEUR



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

Lähetä kuva ja teksti sähköpostitse osoitteeseen mega@upc.fi, merkitse aiheeksi "Observateur". Jokaista julkaisusta kuvaan kohden, kerääntyy 1 pisti 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!

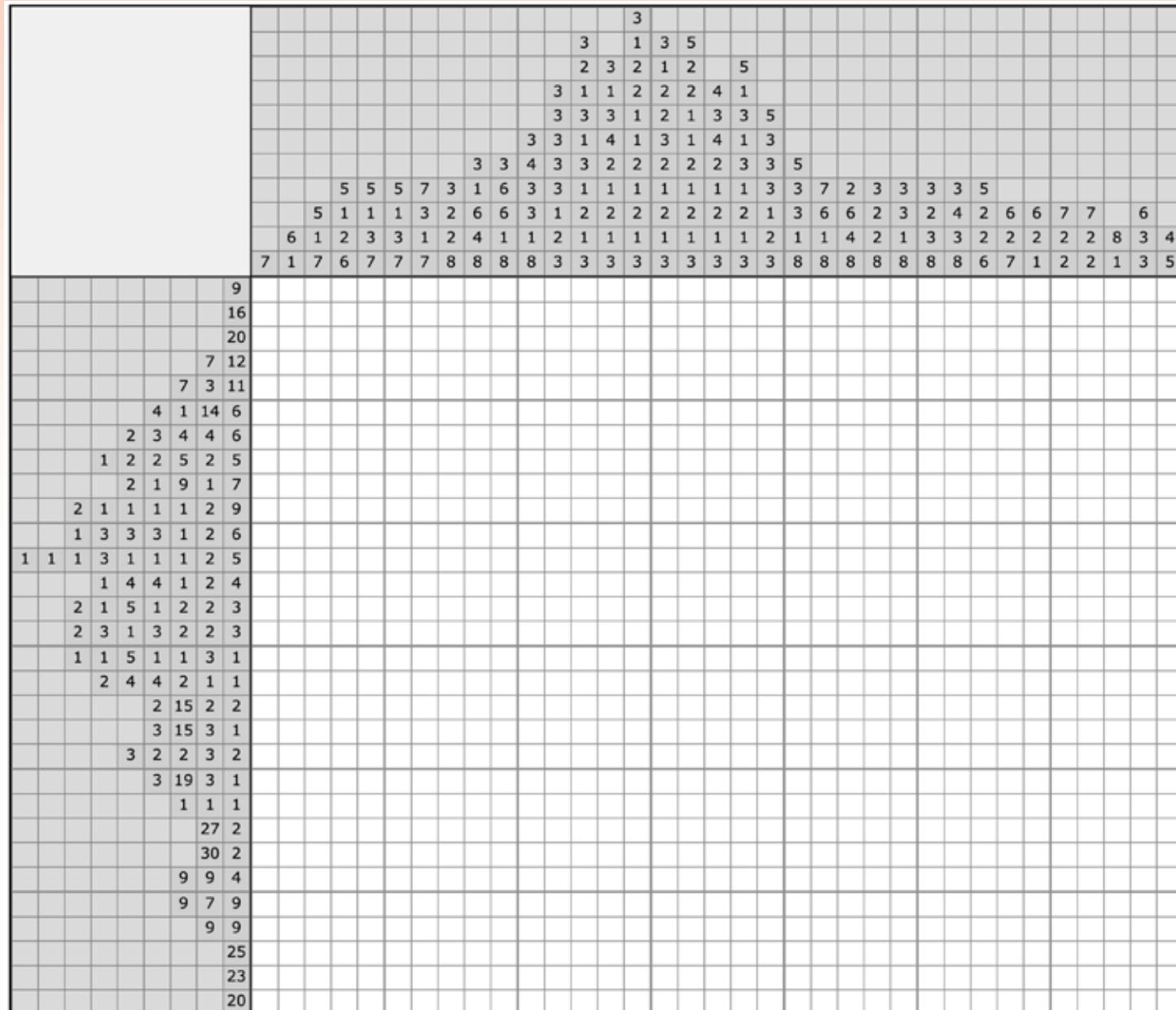
Sänd bilden och texten per mejl till mega@upc.fi märkt "Observateur". För varje publicerat bidrag genereras 1 poäng vilket motsvarar 1 euro. När 10 poäng samlats, får man ett presentkort värt 10 euro till Bock's byabutik.

SUDOKU - COMICS - JAPANESE PUZZLE

JAPANSKT BILDKRYSS

JAPANILAINEN RISTIKKO

RATKAISU / LÖSNING



#1

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

#2

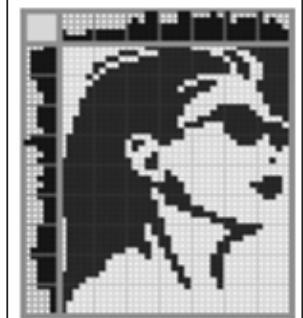
4	9	1	7	8	3	5	2	6
7	8	6	1	5	2	4	9	3
2	3	5	6	4	9	8	7	1
1	5	7	9	6	8	3	4	2
3	4	8	2	7	1	9	6	5
9	6	2	5	3	4	7	1	8
8	1	3	4	9	6	2	5	7
5	2	9	3	1	7	6	8	4
6	7	4	8	2	5	1	3	9

#3

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

NONOGRAM RATKAISU
/ LÖSNING

V
51



SUDOKU

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

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

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

ZITZ



BAZI & MAZI



BOCK'SIN ENSIMMÄINEN

ALKOHOLITON OLUT ALKOHOLFRI ÖL

BOCK'S FÖRSTA!



KAUPOISSA V.3!
I BUTIK V.3!



#SUPPORTYOURLOCAL