

Wasa Dagblad

Wasa Dagblad Nr 9 Söndagen den 1 mars, 2026 — Fjärde årgången — ISSN 2954-2448

Här finns vi:
www.vpress.fi
24/7



www.vpress.ovh

STADSORKESTERN

Stjärndirigent återvänder till Vasa – James Lowe dirigerar stadsorkestern i mars



I vår kommer Vasa att återvända länge efter när den tidigare chefsdirigenten för Helsingforsfilharmonikerna, James Lowe, återigen kliver

framför orkestern.

Lowe dirigerade Vasa stadsorkester från 2016 till 2020, och nu återvänder han för en kväll för en konsert torsdagen den 5 mars kl. 18.00 i stadshuset.

Lowe har gjort en internationell karriär på fem kontinenter och arbetar för närvarande som musikdirektör för Spokane Symphony i USA.

Konsertens solist blir mezzosopranen Monika Evelin Liiv, som är medlem i den permanenta ensemblen vid Royal Opera House i London. Han har beskrivits som en världsklasssångare vars tekniska skicklighet och musikalitet imponerar.

Kvällens program bjuder på spansk glans och italiensk dramatik. Liiv tolkar de Fallas sångcykel Siete canciones populares españolas och Respighis Il tramonto. Dessutom kommer Arriagas Ddmajor-symfoni och de Fallas balettsvit El sombrero de tres picos att framföras.

Under pausen hålls en Meet & Greet, där publiken kan träffa Lowe och ställa frågor till honom. Källa: Vasa stad

MALAX

Malax visar stöd – kommunen donerar till Ukraina på krigets fyraårsdag



Den 24 februari har det gått fyra år sedan Rysslands fullskaliga anfall mot Ukraina inledades.

Kriget fortsätter att slå hårt mot civila, inte minst

genom attacker mot energisystem som lämnar människor utan värme, el och vatten. För att hjälpa Ukraina i den akuta situationen deltar Malax kommun i en regional insamling där flera österbottiska kommuner går samman. Vasa stad donerar 60 000 euro via Kalyna

r.f., och övriga kommuner bidrar med ytterligare cirka 60 000 euro. Malax del av stödet är 3 500 euro, som riktas till inköp av nödvändiga generatorer. Tanken är att bidra där behovet är som störst – och att visa att Österbotten står enat bakom Ukraina. Källa: Malax.fi

Veckans bild:



I tisdags hade Rysslands anfall mot Ukraina fortsatt i fyra år. Senatstorget i Helsingfors lystes upp i ukrainska färger.

WASA TEATER

Magisk rysare i skogen – Bröderna Grimms klassiker får nytt liv!



Gör er klara för vårens stora teaterhändelse! Den 14 mars 2026 slår portarna upp för en spektakulär ny-premiär av Hans och Greta. Wasa Teater bjuder in till en

föreställning där saga möter verklighet i en visuellt slående produktion. Berättelsen om syskonen som går vilse i skogen och ställs öga mot öga med den lömska häxan

är lika skrämmande som aktuell idag. Det utlovas en upplevelse fylld av spänning, mod och magi för hela familjen. Källa och bild: Wasa Teater

WASA FUTURE FESTIVAL

Wasa Future Festival firar 10 år – framtidsveckan tar över Vasa i augusti

Wasa Future Festival återvänder 10–15 augusti 2026 och firar sitt tionde jubileumsår. Under veckan samlas företag, forskare, beslutsfattare och kulturaktörer i Vasa för att diskutera innovationer, hållbar utveckling och framtidens Norden. Evenemanget hålls på Wasa Innovation Center och Bock's Village – och det är helt gratis att delta. Källa: Wasa Future Festival



VASA UNIVERSITET

Vasa universitet storsatsar i Helsingfors – nytt campus i kärncentrum!

Vasa universitet expanderar kraftigt och öppnar ett nytt campus mitt i centrala Helsingfors. Satsningen ska stötta studier och fördjupa samarbetet med näringslivet i huvudstadsregionen. Genom denna strategiska flytt tar universitetet plats där besluten fattas, vilket gynnar både nätverkande och kontinuerligt lärande. Det nya centret markerar en ny era för universitetets nationella närvaro och tillgänglighet.

I DAG

LEDARE

”Ryssland vann kriget – i parallelluniversumet där allt går enligt plan”



Fyra år efter invasionen av Ukraina fortsätter Kreml att försäkra världen om att allt går strålande. Om man frågar ryska statsmedier är det hela en sorts militär spa weekend där armén ”rycker fram på alla fronter” och där verkligheten är en störande detalj som bäst ignoreras.

Kritiker konstaterar torrt att planen var att ta Ukraina på fem dagar. Fem. Dagar. Segerartiklarna var till och med färdigskrivna. Tyvärr glömde någon att informera Ukraina, som ofint nog vägrade kapitulera enligt manus.

Våren 2022 kontrollerade Ryssland 27 procent av landet. Nu runt 20 procent. Men enligt Putin är detta naturligtvis yt-

terligare bevis på ”framgång”. I samma logik är minus plus, upp är ner och bensinbrist i ett oljeländ är ett tecken på styrka.

Oberoende bedömare uppskattar att upp till en miljon ryska soldater är döda eller skadade. En miljon till har flytt landet – ofta de mest utbildade. Men enligt Kreml är detta förstås bara ”strategisk personaloptimering”.

Ekonomi? Officiellt blomstrande. Inofficiellt: inflation, dubbla matpriser och en industri som producerar vapen men knappt klarar av att producera... bensin. Tidigare allierade har lämnat rummet, och kvar står Ryssland med Nordkorea som sista bordsgranne.

Ukraina får löften om återuppbyggnad. Ryssland får löften om... ingenting. Förutom kanske fler ”strategiska framgångar”.

I Helsingfors lystes Senatstorget i tisdags upp i Ukrainas färger. Ett ljus i mörkret – och en påminnelse om att verkligheten, hur irriterande den än är för vissa, fortfarande existerar.

NYHETER

THL

THL inleder omfattande studie om krigets dolda effekter – lärdomar ska stärka Finlands beredskap

Finlands institut för hälsa och välfärd (THL) startar ett nytt forskningsprojekt som ska kartlägga hur Rysslands anfallskrig påverkar den ukrainska civilbefolkningens välmående och mentala motståndskraft. Målet är att ta fram konkreta rekommendationer som kan stärka beredskapen i Finland och andra europeiska länder.

Kriget i Ukraina har visat hur modern krigföring riktar in sig på mer än fysisk förstörelse. Civila utsätts för systematiska försök att underminera trygghet, tillit och vardaglig stabilitet – faktorer som i längden urholkar hela samhällets krishanteringsförmåga.

THL:s projekt bygger på litteraturoversikter, intervjuer i Ukraina och scenariomodellering. Forskarna vill förstå hur myndigheter, organisationer, lokalsamhällen och medier kan stötta befolkningen när kriser blir långvariga och psykiskt påfrestande.

Projektledaren Laura Kestilä



betonar att avsiktligt skapad osäkerhet är en central del av dagens konflikter. ”Vi vill identifiera praktiska metoder som stärker människors mentala uthållighet även när krisen drar ut på tiden”, säger hon.

Resultaten ska också delas med Ukraina som en del av återuppbyggnadsarbetet. Projektet pågår till slutet av 2026 och slutrapporten publiceras i början av 2027. Källa: THL Bild Meta

NATURFOTOGRAFI

Naturfotograferna avslöjar sina hemligheter – exklusiv föreläsning på Österbottens museum 7 mars



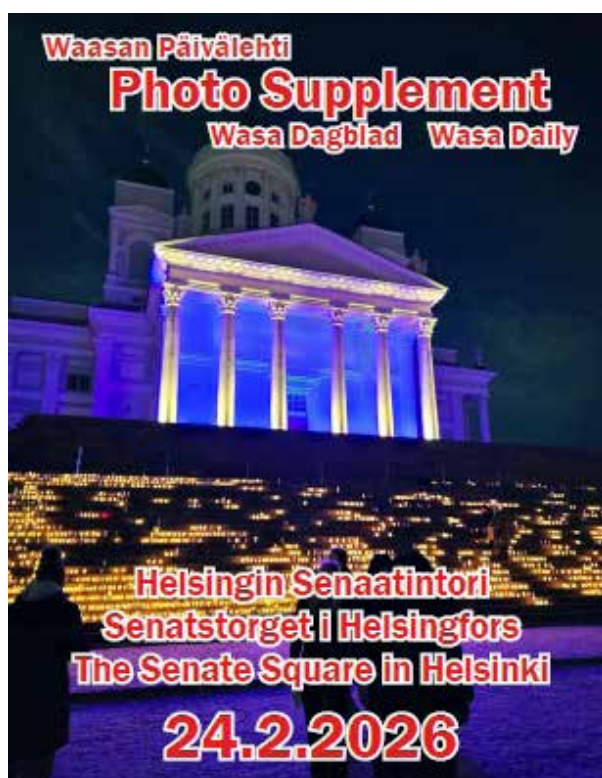
Naturfotograferna Benjam Pöntinen och Jukka Risikko, kända för utställningen Nattens och dagens varelser, gästar Terranova på Österbottens museum lördagen den 7 mars kl. 13–15.

Duon från Lappo berättar hur deras bilder blivit till och vilka ögonblick som krävts för att fånga rävar, ugglor, flygekorrar och andra nattliga och dagliga äventyrare.

Landskapen sträcker sig från slätter till skogar i Södra Österbotten och visar bredden i regionens natur. I slutet av föreläsningen får publiken ställa frågor. Evenemanget hålls på finska och ingår i museets inträdesbiljett, som även ger tillgång till utställningen.

Nattens och dagens varelser visas i Terranova 3.12.2025–29.3.2026. Källa: Vasa stad

Photo Supplement



NYHETER

FYRA ÅR AV RYSSLANDS BRUTALA ANFALLSKRIG

”Ryssland har redan förlorat” – fyra år efter invasionen av Ukraina



Fyra år har gått sedan Ryssland inledde sin fullskaliga invasion av Ukraina den 24 februari 2022. Enligt flera analytiker var Kremls ursprungliga plan att inta landet på bara några dagar – tidningsartiklar om en snabb seger ska till och med ha förberetts i förväg. I dag beskriver många bedömare situationen som den raka motsatsen.

Ryssland kontrollerade våren 2022 omkring 27 procent av Ukraina. I dag är siffran närmare 20 procent, trots att Moskva officiellt hävdar att offensiven går

”framåt på alla fronter”. Oberoende uppskattningar talar om att upp till en miljon ryska soldater dödats eller skadats, samtidigt som ytterligare en miljon – ofta unga och högtbildade män – har lämnat landet.

Ekonomi pressas hårt. Inflationen är betydande, många basvaror har fördubblats i pris och flera tidigare allierade, som Kazakstan och Armenien, har distanserat sig. Industrin är tungt militariserad och bristen på bränsle har blivit ett återkommande problem, trots att Ryssland är en av världens största oljeexportörer.

Samtidigt fortsätter Ukraina få internationellt stöd för återuppbyggnad. I Helsingfors lyses Senatstorget i tisdags upp i Ukrainas färger som en markering av solidaritet.

LÄKARUTBILDNING

Åbo Akademi utbildar framtidens tvåspråkiga läkare – rekordintresset fortsätter



Bristen på tvåspråkiga läkare har länge varit ett problem i Svenskfinland, särskilt i kustregionerna, skärgården och på Åland. För att möta behovet startade Åbo universitet och

Åbo Akademi hösten 2023 en unik utbildningslinje där blivande läkare och tandläkare får stärka sina språkfärdigheter redan från början av studierna. Tre år senare har sats-

ningen blivit en framgångsmodell

Intresset har varit stort från start: första året sökte nästan 50 personer till de 20 studieplatserna, och ansökningstrycket har fortsatt öka. Studenterna får läsa prekliniska kurser på svenska vid Åbo Akademi samtidigt som de följer det finskspråkiga medicinprogrammet vid Åbo universitet. Målet är att utbilda läkare som kan arbeta obehindrat på båda språken i regioner där svenskan är starkt närvarande i vården.

Utbildningen ses som en viktig pusselbit när välfärdsområdena ska trygga svenskspråkiga tjänster i framtiden. För många patienter är språket avgörande för trygghet, förståelse och vårdkvalitet – och nu växer en ny generation läkare fram som kan möta just det behovet.

Källa: Åbo Akademi



DAGVATTEN

Allt du vill veta om dagvatten – och varför det i allt högre grad orsakar översvämningar



Under de kommande åren måste finska städer förbereda sig för helt nya typer av extrema väderfenomen. Kraftiga regn, kondens på vintern och plötsliga smältperioder belastar dagvattensystemen på ett sätt som de gamla planerna och rörledningarna inte längre räcker till.

Enligt experter är dagvattenöversvämningar redan tydligt vanligare än för tio år sedan – och trenden kommer att fortsätta om inte stadsplaneringen uppdateras för att spegla det förändrade klimatet.

Dagvatten avser regnvatten och smältvatten som inte absorberas i marken utan rinner in i gator, trädgårdar och avlopp. I städer förstärks problemet eftersom en stor del av markytan är asfalterad och betong. När vatten inte kan absorberas samlas det snabbt och orsakar översvämningar som kan skada byggnader, elsystem och trafik.

Under de senaste åren har vi sett situationer där mer vatten har tagits in un-

der ett kraftigt regn än vad hela avlopps nätet klarar av på ett ögonblick. I det här fallet är översvämning oundviklig. Experter påpekar att problemet inte bara orsakas av pipelines – utan också av att zonindelning och byggnation inte har hängt med i klimatförändringarna.

Många städer har fortfarande riktlinjer som baseras på gamla nederbördsmönster. I praktiken innebär detta att även nya områden är utformade för för små dagvattenkapaciteter. Samtidigt är pipelines redan på gränsen i gamla områden. När man lägger till en tätare stadsstruktur ovanpå växer problemet snabbt.

”När vi gjorde forskningen blev vi förvånade över hur stort gapet är mellan riktlinjerna och deras praktiska genomförande. Även om kommunerna har viljan att utveckla dagvattenhantering, har lösningarna ännu inte överförts från planer till detaljerade planer,” säger doktoranden Minna Mäki-Asiala vars doktorsavhandling granskades vid Oulues universitet fredagen den 27 februari.

Men det finns lösningar. Ett ökande antal städer har börjat bygga förvaringsområden, gröna tak och in-

filtrationsfält som bromsar vattenflödet och minskar risken för översvämningar. Gatudesiggen kan också användas för att leda vatten till säkrare platser. Experter betonar att dagvattenhantering inte bara är en teknisk fråga – det är en del av stadssäkerhet och anpassning till klimatförändringar.

Samarbetet mellan kommunerna har blivit en viktig roll, eftersom dagvattenproblemet inte stannar vid kommungränserna. Invånarna har också en roll att spela: asfaltering av gårdar, till exempel, ökar risken för översvämningar, medan grönområden och genomsläppliga ytor hjälper till att absorbera vatten.

Även om utmaningarna är stora påpekar experterna att översvämningrisker kan minskas avsevärt med rätt lösningar. Det viktigaste är att riktlinjer för zonindelning, byggnation och dagvatten uppdateras för att motsvara dagens nederbörd – inte gårdagens.

Dagvattenöversvämningar är inte längre undantaget, utan det nya normala. Därför måste städerna agera nu, innan nästa kraftiga regn gör problemet ännu dyrare.

Källa: Oulues universitet
Foto: META

VECKANS CITAT:

Timothy Snyder, 14 februari. 2025:
Texten är lika relevant nu som den var då

Timothy David Snyder (född 1969) är en amerikansk historiker som är specialiserad på Central- och Östeuropas, Sovjetunionens och Förintelsens historia. Han är Richard C. Levin-professor i historia vid Yale University och permanent forskare vid Institute for the Humanities i Wien



the Creative Commons Attribution-Share Alike 2.0 Generic license.

”Att blidka Ryssland, oavsett om det leder till Rysslands seger nu eller senare, kan mycket väl skapa förutsättningar för ett världskrig. Ryssland, som i praktiken förstör Ukraina med hjälp av amerikanerna, skulle vara ett helt annat land.

Ukrainas resurser, såsom de i Tjeckoslovakien 1938, skulle göra angriparen till en mycket starkare kraft. Detta är en besvärlig punkt, men den måste tas i beaktande. Ukraina har Europas bästa armé och den hårdaste i striden. Det är det enda västerländska landet som har utkämpat ett stort krig under detta decennium. Den regenererar snabbare än andra kan kopiera. Allt detta, tillsammans med jordbruk, mineraler och hamnar, kommer att tillhöra Ryssland om Ryssland får kontroll över Ukraina. Och sedan, efter ett tag, kommer Europa naturligtvis att stå inför ett mycket starkare land, ett land som vill föra krig och nu har en erfaren armé till sitt förfogande, ett land vars ledare tror att krig kommer att fungera.”

Eftergifter i Munchen - skriven av Timothy Snyder: <https://snyder.substack.com/p/appeasement-at-munich>

VASA UNIVERSITET

Rymddata ska rädda framtidens energi – ny topprekrytering till Vasa

Vaasan universitet stärker sin forskning kring hållbar energi med en internationell rekrytering: professorn Ali Arslan inleder sitt arbete vid universitetet och tar med sig expertis som sträcker sig från rymdteknologi till AI. Arslan har tidigare arbetat med satellitdata, energisystem och digitala tvillingar – teknologier som nu lyfts fram som avgörande för att klara den gröna omställningen.

Arslans forskning fokuserar på hur satellitbilder, sensordata och AI-modeller kan hjälpa till att förutsäga energiförbrukning, optimera produktionen och identifiera störningar innan de blir problem. Målet är att utveckla verktyg som stödjer energibolag och städer i de snabbt föränderliga förhållanden som klimatförändringarna orsakar.

Vaasa investerar kraftigt i energiteknik, och rekryteringen av Arslan ses som ett viktigt tillskott till regionens expertis. Enligt universitetet kommer användningen av rymddata att vara en nyckeldel av framtidens energisystem – och nu byggs denna expertis upp i Vasa.

Källa: Vasa universitet



TIDSKRIFTER

TIDSKRIFTER

DIGISATSNING: Alla svenskspråkiga tidskrifter i Finland blir digitala – jättesatsning startar 2026



Finlands svenskspråkiga kulturarv tar ett stort kliv in i framtiden. I början av 2026 startar Nationalbiblioteket ett omfattande femårigt projekt där alla svenskspråkiga tidskrifter som publicerats i Finland digitaliseras. Projektet genomförs tillsammans med Svenska litteratursällskapet i Finland (SLS) och upphovsrättsorganisationen Kopiosto, och finansieras av sex finlandssvenska stiftelser med totalt 2,1 miljoner euro.

Svenskspråkiga tidskrifter har getts ut sedan 1771, och samlingen omfattar över 3000 titlar – allt från vetenskap och religion till hobbytidningar, organisationspublikationer och humorblad. Hittills har endast ungefär en tredjedel digitaliserats.

Vetenskapliga tidskrifter först ut
Digitaliseringen inleds i februari 2026. Först står de vetenskapliga tidskrifterna på tur, och de öppnas för användning före årets slut.

Projektet finansieras av:
Amos Andersons fond, Stiftelsen för Åbo Akademi, Stiftelsen Tre Smeder, Svenska folkskolans vänner, Svenska kulturfonden och Svenska litteratursällskapet i Finland.

Så här får allmänheten tillgång
Eftersom en stor del av materialet omfattas av upphovsrätt har särskilda lösningar tagits fram tillsammans med Kopiosto:

MUSEIKORTET

Museikortet slår rekord – vartannat museibesök med avgift görs med kortet. Vilka är de mest populära museerna i Österbotten?

Museernas attraktionskraft minskar inte: år 2025 gjorde finländarna totalt 8,6 miljoner museibesök, nästan lika många som året innan. Det fanns 4,8 miljoner betalda besök, varav 51 procent gjordes med museikortet.

Förra året var det 2,45 miljoner besök med museikort, och antalet kortanvändare steg till 363 000 i Finland – en ökning med sex

procent. Det tio år gamla Museum Card har etablerat sig i plånboken hos kulturentusiaster över hela landet.

Pekka Impiö, VD för FMA Creations Oy, säger att intresset fortsätter att växa: "Kortet används aktivt över hela Finland, och allt fler köper det till sig själva eller som present."

De mest populära Museum-kortsdestinationerna i Österbotten 2025

Österbottens museum, Vasa
Kuntsi museum för modern konst, Vasa

Tidskrifter utgivna till och med 1974 öppnas fritt på digi.kansalliskirjasto.fi.

Material från 1975–2024 kan läsas på SLS:s arkiv i Helsingfors och Vasa.

Vetenskapliga tidskrifter öppnas på nätet till och med 2016, och i arkiven till och med 2024.

Forskare vid högskolor som ingår i Tutkain-avtalet får tillgång via Tutkain-tjänsten.

Allt material finns dessutom i landets pliktbibliotek.

"En ovärderlig del av kulturarvet"
Nationalbibliotekets överbibliotekarie Kimmo Tuominen gläds åt att samarbetet fortsätter efter den lyckade digitaliseringen av alla svenskspråkiga dagstidningar 2021–2023.

SLS:s vd Björn Teir betonar att tidskrifterna ger en unik inblick i finlandssvenskt samhällsliv och identitet. Kopiostos vd Valtteri Niiranen lyfter fram att digitaliseringen både ökar tillgängligheten och tryggar rättvisa ersättningar till uphovspersoner.

Nu tar det svenskspråkiga kulturarvet steget in i en ny digital era – öppen, sökbar och tillgänglig för alla.

Källa: Helsingfors universitet / Nationalbiblioteket

FOTO: Svenskspråkiga tidskrifter tillgängliga på tjänsten Digi.kansalliskirjasto.fi. Nationalbiblioteket

Tikanoja konstmuseum, Vasa
Wasa Graffitilandia, Vaasa
Carlsro-museet, Kristinestad

Toppen i hela landet: nästan alla i Helsingfors

De mest populära destinationerna med Museum Card 2025 låg främst i huvudstaden:

Ateneum konstmuseum, Helsingfors

Amos Rex, Helsingfors
Museum of Contemporary Art Kiasma, Helsingfors

Didrichsen konstmuseum, Helsingfors
HAM Helsingfors konstmuseum, Helsingfors

seum, Helsingfors
Museicentret Vapriikki, Tammerfors

Heureka, Vantaa
Naturhistoriska museet LUOMUS, Helsingfors
Utställningscenter WeeGee, Esbo

Arkitektur- och designmuseum, Helsingfors

Museikortet är en årsbiljett till mer än 360 museer från Ålandssöarna till Inari. Intäkterna från kortsystemet återbetalas till museerna baserat på antalet besökare. Källa: Museikortet

DIN HÄLSA

Kaffe skyddar mot Alzheimer – men drick sockerfritt!

Kaffe har länge ansetts vara mer än bara en morgonuppgiggare. Studier har antytt att det kan finnas en potential att skydda mot neurodegenerativa sjukdomar som Alzheimers och Parkinsons. Nu har en stor, långsiktig studie gett övertygande bevis, som bekräftar sambandet och, vilket är avgörande, avslöjar en viktig varning: den skyddande effekten gäller endast osötat och koffeinhaltigt kaffe.

Forskningen, som publicerades i American Journal of Clinical Nutrition, följde över 200 000 deltagare i UK Biobank under en median på nio år. Forskarna spårade noggrant deras kaffe-konsumtion och kategoriserade den efter typ: sockersötat, artificiellt söttat, osötat, koffeinhaltigt och koffeinfritt. De analyserade sedan förekomsten av Alzheimers sjukdom och relaterade demenssjukdomar (ADRD), Parkinsons sjukdom (PD) och dödlighet relaterad till dessa tillstånd.

Resultaten var slående. Individier som konsumerade den högsta mängden osötat, koffeinhaltigt kaffe (minst tre koppar om dagen) visade en signifikant minskad risk för både ADRD och PD jämfört med dem som inte drack kaffe. Specifikt hade de en 25% lägre risk för ADRD och en 29% lägre risk för PD. Denna skyddande effekt sträckte sig även till att minska risken för död från neurodegenerativa orsaker, även om detta fynd inte var statistiskt signifikant.

Studien avslöjade dock också en avgörande detalj: denna skyddande effekt försvann när socker, antingen naturligt eller artificiellt, tillsattes till kaffet. Varken sockersötat eller artificiellt söttat kaffe visade något signifikant samband med en minskad risk för neurodegenerativa sjukdomar. Inte heller koffeinfritt kaffe gav några skyddande fördelar.

Denna distinktion är viktig. Även om tidigare studier har antytt ett samband mellan kaffe och minskad risk för demens, har de ofta misslyckats med att skilja mellan olika kaffetyper. Denna nya forskning klargör bilden och betonar att fördelarna specifikt är knutna till kombinationen av koffein och frånvaron av sötningsmedel.

Vad för spelar det här roll?

Alzheimers och Parkinsons är förödande neurodegenerativa sjukdomar som drabbar miljontals människor över hela världen. Att hitta sätt att minska risken för dessa tillstånd är

en viktig folkhälsofråga. Denna studie erbjuder en enkel, tillgänglig livsstilsförändring som potentiellt kan göra en betydande skillnad.



Vad är vetenskapen bakom det?

Även om de exakta mekanismerna fortfarande undersöks, finns det flera teorier. Koffein, ett känt stimulant, har visat sig ha neuroprotektiva egenskaper. Det kan blockera adenosinreceptorer i hjärnan, som är involverade i att bromsa nervaktiviteten och främja sömn. Genom att blockera dessa receptorer kan koffein hjälpa till att skydda hjärnceller från skador.

Dessutom innehåller kaffeböner en mängd andra föreningar, inklusive antioxidanter, som kan hjälpa till att skydda celler från skador orsakade av fria radikaler. Dessa antioxidanter kan också spela en roll i de neuroprotektiva effekterna av kaffe. Tillsatsen av socker kan dock motverka dessa positiva effekter genom olika mekanismer, såsom att främja inflammation eller påverka insulinkänsligheten. Ytterligare forskning behövs för att fullt ut förstå det komplexa samspillet mellan kaffe, koffein, socker och hjärnan.

Vad bör du göra?

Om du gillar kaffe och är orolig för risken för neurodegenerativa sjukdomar, tyder den här studien på att byta till osötat, koffeinhaltigt kaffe kan vara ett fördelaktigt val. Att sikta på minst tre koppar om dagen verkar ge det mest betydande skyddet. Det är dock viktigt att rådgöra med din läkare innan du gör några betydande förändringar i din kost, särskilt om du har underliggande hälsotillstånd.

Denna nya forskning ger starka bevis för att osötat, koffeinhaltigt kaffe kan spela en roll för att skydda mot Alzheimers och Parkinsons sjukdom. Även om mer forskning behövs för att fullt ut förstå de mekanismer som är involverade, ger den här studien en värdefull inblick i de potentiella fördelarna med denna populära dryck – så länge du hoppar över sockret.

META - EN NY ARTIFICIELL INTELLIGENS

AI-kriget blir hetare: META AI errövrar Finland - är det här slutet för CHATGPT?

Våren är här, men på teknikfronten råder det fullt krig. Mark Zuckerbergs senaste vapen, Meta AI, landar nu med dunder och brak i svenskarnas fickor. Men gör den oss smartare – eller är det bara ett nytt sätt att dammsuga oss på data?

Överallt där du redan är

Där ChatGPT kräver en egen app och Google Gemini litar till sökmotorns kraft, slår Meta AI till där vi spenderar mest tid: på Facebook, Instagram och WhatsApp.

Meta AI bygger på den senaste Llama-modellen och är inte bara ett chattfönster. Den är integrerad direkt i dina flöden. Du kan be den planera inköpslistan för stugresan direkt i familjegruppen på WhatsApp, eller analysera stilen i din Instagram-bild med ett enkelt kommando.

Varför sägs Meta vara "bättre"?

Metas största trumfkort är sömlösheten. Du behöver aldrig byta app för att få svar. Dessutom tar de nya Ray-Ban Meta-glasögonen tekniken ett steg längre: du kan fråga "Hej Meta, vad är det för byggnad jag tittar på?" och AI:n svarar direkt i ditt öra baserat på vad kameran ser.

Fördelar med Meta AI jämfört med de gamla jättarna:

Integration: Den bor i appar du redan använder dagligen.

Snabbhet: Llama-arkitekturen är känd för att vara blixtsnabb och effektiv.

Multimodalitet: Den är extremt vass på att skapa bilder och redigera innehåll direkt i sociala medier.

"Detta är AI-världens schweiziska armékniv. Det är inte bara ett verktyg, utan en del av vårt sociala liv", säger en teknikexpert.

Är den verkligen kungen på tronen?

Även om Meta AI briljerar i vardagen, håller ChatGPT fortfarande ställningarna när det gäller djupa akademiska analyser och avancerad kodning. Meta är optimerad för konversation och underhållning, medan konkurrenterna satsar mer på teknisk precision.

I Norden väcks också stora frågor kring integritet. Meta använder offentliga inlägg från Facebook och Instagram för att träna sin AI, vilket har fått datainspektioner att höja på ögonbrynen. Som användare har du rätt att neka, men det kräver ofta att du gräver djupt i inställningarna.

Smidighet eller integritet – vad väljer du?

Meta AI är utan tvekan den mest "sociala" av alla AI-tjänster. Den kanske inte är världens smartaste professor, men den är den där kvicktänkta kompis som alltid finns till hands i din chattgrupp. Är den bättre? Det beror helt på om du värderar bekvämlighet högre än din personliga data.

BILDER: En fiktiv astrolaut på Jupiters måne Io.



UKRAINE PRESIDENT

It Is Fair to Give the Iranian People a Chance to Rid Themselves of a Terrorist Regime and to Guarantee Security for All Nations That Have Suffered From Terror Originating in Iran – Address by the President

28.2.2026

I wish you good health!

Today has been packed with international work. Rustem Umerov has already delivered a briefing following this week's meetings with envoys of President Trump. We discussed the main outcomes of the Geneva meetings – mostly on economic matters and reconstruction. And we are continuing preparations for the trilateral format, whenever that may take place.

Right now, we see that events

in the Middle East and the Gulf region are unfolding extremely rapidly. Unfortunately, Ukraine knows all too well what this is about. Although Ukrainians never threatened Iran, the Iranian regime chose to become Putin's accomplice and supplied him with "shahed" drones, and not only the drones themselves, but also the technologies. Iran also provided other weapons to Russia. Over the course of this full-scale war, the Russians have used more than 57,000 shahed-type attack drones against Ukraine – against our people, against our cities, and against our energy infrastructure. Other nations have also suffered from this terror. Therefore, it is fair to give the Iranian people a chance to rid themselves of a terrorist regime – to rid themselves of it and to guarantee security for all nations that have suffered from

terror originating in Iran.

Our position – it's well-known, and Ukraine has stated it repeatedly, including recently. It is important to preserve as many lives as possible. It is important to prevent the war from expanding. It is important that the United States is acting decisively. Whenever there is American resolve, global criminals weaken. This understanding must also come to the Russians. People cannot know the day or the hour, yet every act of evil, terror, and aggression against neighbors ultimately meets a just response. We expect that, in the end, the Middle East region will become safer and more stable. Much has already changed toward that goal. Ukraine is ready to help every nation so that security and justice increase, and terrorist

regimes decrease.

Depending on the security situation and real diplomatic possibilities, the time and place of the next meeting of our team and the U.S. team – the meeting with the Russians – will be determined. Russia must end its aggression against us – against Ukraine and against all of Europe. And security must be guaranteed. I have issued updated directives to our negotiating team and the broader Ukrainian diplomatic team. Peace is needed – true peace – and a real possibility for people to live freely and to live safely.

Also today, an important meeting was held here in Kyiv with representatives from the Netherlands – a state that is one of the leaders in supporting Ukraine and our defense. I want to express my gratitude that members of the new Dutch government – the Deputy Prime Minister and the Minister of Foreign Affairs – came almost immediately to visit us here in Ukraine. And that speaks volumes. I am thankful for it. I briefed them on the security situation and on what our intelligence expects from Russia in the near future. Of course, we

also discussed the prospects for negotiations. I am grateful for the Netherlands' readiness to continue supporting our state and our people. Our priority remains air defense. The Netherlands contributes significantly both through the PURL initiative and on a bilateral basis. We will continue this cooperation. At all levels with the Netherlands, with all our partners in Europe, and with all partners in the free world, we will continue building relationships that enhance protection for life.

I thank everyone who is helping us!
Glory to Ukraine!



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

VECKANS KONSTUPPLEVELSE



Fanny Churberg

12.12.1845, Vasa

10.5.1892, Helsingfors

Flickor på stranden, 1869

Finlands Nationalgalleris samling / Konstmuseet Ateneum

Bild: Finlands Nationalgalleri / Jenni Nurminen

1984 EN ROMAN AV George Orwell Del 19

Tre meddelanden hade glidit ut ur det pneumatiska röret medan Winston arbetade; men det var enkla saker, och han hade gjort sig av med dem innan de två minuternas hat avbröt honom. När hatet var över återvände han till sitt bås, tog ner nyspråkslexikonet från hyllan, sköt speakwrite åt sidan, putsade sina glasögon och satte sig till rätta med sitt huvudsyssla på morgonen.

Winstons största nöje i livet var i hans arbete. Det mesta var en tråkig rutin, men i den ingick också arbeten som var så svåra och invecklade att man kunde förlora sig i dem som i djupet av ett matematiskt problem – ömtåliga förfälskningar där man inte hade något annat att vägleda sig i än sin kunskap om Ingsocs principer och sin uppskattning av vad partiet ville att man skulle säga. Winston var bra på sånt här. Ibland hade han till och med fått förtroendet att rätta till Times ledande artiklar, som var skrivna helt på nyspråk. Han rullade upp budskapet som han hade lagt åt sidan tidigare. Den körde:

gångar 3.12.83 Rapportering bb Dayorder DoublePlusUngood Refs Unpersons omskrivning fullwise Ubsub antefiling.

På gammalspråk (eller standardengelska) kan detta återges: Rapporteringen om Storebrors order för dagen i Times den 3 december 1983 är ytterst otillfredsställande och hänvisar till icke-existerande personer. Skriv om det i sin helhet och skicka in ditt utkast till högre myndighet innan du lämnar in det.

Winston läste igenom den förläpande artikeln. Det verkade som om Storebrors order för dagen huvudsakligen hade ägnats åt att lovorda det arbete som utfördes av en organisation känd som FFCC, som tillhandahöll cigarettor och andra bekvämligheter till

sjömännen i de flytande fästningarna. En viss kamrat Withers, en framstående medlem av det inre partiet, hade valts ut för ett särskilt omnämnande och tilldelats en utmärkelse, den framstående förtjänstorden, andra klassen.

Tre månader senare hade FFCC plötsligt upplösts utan att några skäl angavs. Man kunde anta att Withers och hans medarbetare nu befann sig i onåd, men det hade inte rapporterats om saken i pressen eller på TV-skärmen. Det var väntat, eftersom det var ovanligt att politiska brottslingar ställdes inför rätta eller till och med angavs offentligt. De stora utrensningarna, som omfattade tusentals människor, med offentliga rätttegångar mot förrädare och tankeförbrytare, som erkände sina brott och sedan avrättades, var speciella uppvisningar som inte inträffade oftare än en gång på ett par år. Vanligare var att personer som hade ådragit sig partiets missnöje helt enkelt försvann och aldrig hördes av igen. Man hade aldrig den minsta aning om vad som hade hänt med dem. I vissa fall kanske de inte ens är döda. Kanske trettio personer som Winston kände personligen, hans föräldrar oräknade, hade försvunnit vid ett eller annat tillfälle.

Winston strök sig försiktigt över näsan med ett gem. I båset på andra sidan vägen satt kamrat Tillotson fortfarande hemlighetsfullt hukad över sitt speakwrite. Han lyfte på huvudet för ett ögonblick: åter den fientliga skådespelsblixten. Winston undrade om kamrat Tillotson var sysselsatt med samma arbete som han själv. Det var fullt möjligt. Ett så knepigt arbete skulle aldrig anförtros en enda person; Att å andra sidan överlämna det till en kommitté skulle vara detsamma som att öppet erkänna att det pågick ett påhitt. Mycket troligt är att så många som ett dussin



personer nu arbetade med rivaliserande versioner av vad Storebror faktiskt hade sagt. Och inom kort skulle någon huvudhjärna i det Inre Partiet välja den ena eller den andra versionen, redigera om den och sätta igång de komplexa processer av korsreferenser som skulle krävas, och sedan skulle den valda lögnen passera in i de permanenta dokumenten och bli sanning.

Winston visste inte varför Withers hade blivit vanärad. Kanske var det för korruption eller inkompetens. Kanske var Storebror bara för att göra sig av med en alltför populär underordnad. Kanske hade Withers eller någon i hans närhet misstänkts för kätterska tendenser. Eller kanske – vilket var det troligast av allt – hade det helt enkelt hänt därför att utrensningar och förångningar var en nödvändig del av regeringens mekanismer. Den enda riktiga ledtråden låg i orden "refs unpersons", vilket indikerade att Withers redan var död. Man kan inte alltid anta att så var fallet när människor arresterades. Ibland släpptes de och tilläts vara på fri fot i så mycket som ett eller två år innan de avrättades. Det hände mycket sällan att någon person, som ni hade trott var död för länge sedan, dök upp på ett spöklikt sätt vid någon offentlig rätttegång, där han drog in hundratals andra genom sitt vittnesmål innan han försvann, den här gången för alltid. Withers var dock redan en operson. Han existerade inte; Han hade aldrig funnits. Winston bestämde sig för att det inte skulle räcka med att bara vända tendensen i Storebrors tal. Det var bättre att låta den handla om något som inte hade något med det ursprungliga ämnet att göra.

Han kunde förvandla talet till det vanliga fördömandet av förrädare och tankeförbrytare, men det var lite för uppenbart, medan det kunde komplicera uppteckningarna för mycket att hitta på en seger vid fronten eller en överproduktionstriumf i den nionde treårsplanen. Vad som behövdes var ett stycke ren fantasi. Plötsligt dök det upp i hans sinne, hur färdig den än var, bilden av en viss kamrat Ogilvy, som nyligen hade dött i strid under heroiska omständigheter. Det fanns tillfällen då Storebror ägnade sin Dagsorder åt att hedra minnet av någon ödmjuk, vanlig partimedlem, vars liv och död han framhöll som ett exempel värt att följa. I dag borde han hedra minnet av kamrat Ogilvy.

HUMOR FÖR ETT-HUNDRA ÅR SEDAN

FRÅN EN SMÅBARNSSKOLA I WIBORG

Barnen hade fått i uppdrag, att teckna figurer vilka skulle åskådliggöra, vad barnen tänkte bli som stora. Sålunda hade en gosse tecknat ett segelfartyg, han ville alltså bli en sjöman, en annan en automobil, han skulle bli chaufför etc. Lilla Elsa hade icke alls tecknat. På lärarinnans fråga, varför hon ej gjort någon teckning svarade flickan — jag tänker bli gift, men jag vet ej hur det ritas.

I FÄNGELSET

Fängelsedirektörn: Vad, Ni är åter här! Jag trodde att Edert sista besök här skulle ha förbättrat er? Fången: Det gjorde det herrn, men jag vill bli ännu bättre.

STÖLD PÅ KOMMANDE

Filmskådespelerskan: Jag ber att Ni i eder tidning skall skriva om stölden av mina juveler! Reportern: När egde den rum? Filmskådesp.: Nästa måndag.

DYR KLÄNNING

Hustrun: Jag vill ha en ny klädning. Doktorn-mannen: Jaså då måste jag se igenom min patientlista, kanske någon ännu har kvar sin blindtarm.

ATT RÄKNA RÄTT. OCH FEL.

Läraren: Varför adderar Du alltid orätt. Eleven: Jag vet inte. Läraren: Hjälper någon dig? Eleven: Jo, min pappa. Läraren: Vad är han då? Eleven: Kypare.

ATT BANTA

— Jag sade ju dig, att du skulle säga nej andra gången man bjöd dig kaka. — Jag gjorde det, men de bjöd mig tre gånger och då visste jag inte hur jag skulle göra.

ÅLDER

Två nygifta unga fruar sitta och småprata. Den ena berättar om sitt äktenskap: »Tänk — min man är dubbelt så gammal som jag, de' ä' synd i alla fall!» Den andra: Hur gammal ä' han då?? — Ja, jag är 22(!) som du vet och han är 44. Stämmer det inte?? — Ja de' ä' ju hemskt — tänk när du blir 44, då blir han — 88 år!!!

MAT OCH DRICK

Några amerikanare voro på fotvandring i de skottska högländerna. Provianten tog slut varför en av deltagarna sändes till närmaste stad för att proviantera för en vecka. Han återvände med 20 helor John Beggs whisky och ett bröd. Då han visade sina kamrater vad han hade köpt utbrast en av dem: — utmärkt, men vem fan ska' äta brödet?!

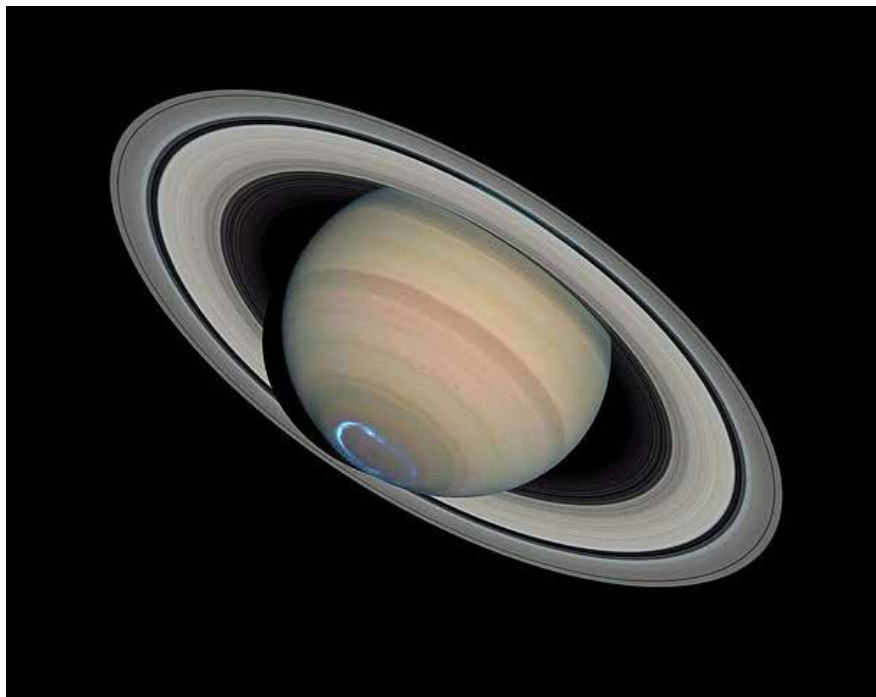
FÖR SÄKERHETS SKULL.

Hon (då hennes förlovade omtalat, att han skall begiva sig ut på en resa omkring jorden): Skall du nu också vara mig trogen, då du reser så långt bort, Henrik? Lova mig, att du skall skriva till mig från varenda stad, du besöker! Han: Är det din kärlek, som kommer dig att framställa denna önskan, Ada? Svär på, att du verkligen älskar mig, och att det inte är för att få frimärken till din samling, som du vill hava brev från varje stad och varje land, jag besöker!

ORSAKEN.

Kunden: Jag ville gärna ha en fullkomligt ljudlös slättermaskin. Köpmannen: Det är sällan, att folk nu för tiden visar sina medmänniskor så mycket hänsyn, att de inte vilja störa dem med sitt buller. Kunden: Vad mig angår, sä är det alldeles nödvändigt, ty om jag inte stiger tidigt upp på morgonen och slår gräset, utan att mina grannar höra det, blir jag nödsakad att låna ut maskinen minst sju gånger, innan jag själv får lov att använda den.

Astronomic picture of the week:



SATURN WITH AURORAS

Photomontage of Saturn with a false-colour image of ultraviolet aurora taken with the Imaging Spectrograph on January 24 superimposed on an image of visible light taken with the Advanced Camera for Surveys on March 22, 2004 from NASA's Hubble Space Telescope

NASA, ESA, J. Clarke (Boston University), and Z. Levay (STScI)

Public domain

BLOGGSKRIBENTER

Skriv i Wasa Dagblad – Vi söker blogg-författare!

Älskar du att dela med dig av dina tankar, erfarenheter eller kunskaper? Wasa Dagblad söker nu engagerade blogg-skribenter som vill skriva intressanta och inspirerande texter för våra läsare.

Oavsett om du gillar att skriva om lokala nyheter, kultur, livsstil, företagande eller personliga reflektioner – din röst är välkommen hos oss!

Att skriva för Wasa Dagblad är ett utmärkt sätt att nå en bredare publik, knyta kontakter och utveckla din kreativitet. Ingen tidigare erfarenhet krävs – allt du behöver är idéer och entusiasm! Vi uppskattar olika perspektiv och nya röster som speglar vår gemenskap.

Intresserad? Skicka din blogg-idé eller ett kort prov till oss, så publicerar vi gärna dina texter. Var med och gör Wasa Dagblad till en plats för meningsfulla diskussioner och engagerande berättelser!

Kontakta oss på wasadagblad@gmail.com för mer info. Vi ser fram emot att höra av dig!

WASA DAGBLAD

En modern tidning med en layout med drag av 1870-talets press. På den tiden hade tidningar bara 4-8 sidor. Mycket text, men inga bilder alls, så det är mycket att läsa på några sidor.

Tidningen innehåller citat från gamla dagstidningar hämtade från Riksarkivet (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3, Gemini, Aria och Monica gör en del av det rutinmässiga redigeringsarbetet, t.ex. översättning, korrekturläsning och skrivande av korta notiser. Alla texter har granskats av journalister och redaktionen ansvarar för texternas innehåll.

Wasa Dagblad är en publikation av dagstidningstyp som än så länge utkommer på söndagsmorgnar. Men vårt mål är att den ska komma ut varje morgon i framtiden.

Tidningen finns tillgänglig gratis på nätet.

Läsarnas texter är välkomna! Tidningen är lokalt ägd och kommer att fortsätta att vara det.

Chefredaktör är Hans Björknäs. Redaktion: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Vasala, tel. +358-40-5462455.

Redaktionen i Helsingfors: Wasa Dagblad, Andra linjen 9 B 36, 00530 Helsingfors. Telefon +358-40-5462455. Annonser kan sändas via e-post i jpg-format, ta gärna kontakt med redaktionen.

E-post: wasadagblad@gmail.com

FRÅN LÄSARNA

Vi tar väldigt gärna emot inlägg från våra läsare. Kommentarer, historier, minnen, debatt, nyheter från hemorten. Sannolikt kommer detta att vara den viktigaste delen i denna vår tidning.

Men utrymmet är ju begränsat, så skriv gärna rätt så kort! Så sänd gärna inlägg till: wasadagblad@gmail.com

ANNONSERA I

WD

Det kan ha ett visst PR-värde att vara bland de första som annonserar i denna historiska och hypermoderna dagstidning.

Sänd annonser till wasadagblad@gmail.com som jpg, tiff eller png.

WASA DAGBLAD

wasadagblad@gmail.com



HOROSKOP FÖR MARS 2026

Mars' skämtsamma stjärnprognos

Väduren (21.3-19.4) Vårens energi flödar i dina ådror! Tyvärr glömmet du ditt paraply överallt. Ta det lugnt - du är väl inte gjord av socker (tror vi)?

Oxen (20.4-20.5) Vinterslasket gör dig butter, men du låtsas som att du trivs. Kryp upp i soffan, drick en liter te och vägra erkänna att mars räknas som vårmånad.

Tvillingarna (21.5-20.6) Du är full av idéer och planer! Synd bara att du förverkligar typ en av dem. Men hey, att tänka på att göra något är ju nästan samma sak som att göra det, eller hur?

Kräftan (21.6-22.7) Du känner dig känslös och nostalgisk. Försök

att inte ringa ditt ex eller gråta över gamla väderprognoser. Våren kommer - jag lovar!

Lejonet (23.7-22.8) Solen tittar äntligen fram, och du kan återvända till din naturliga livsmiljö - uppmärksamhetens centrum. Bara kom ihåg att solglasögon inte gör mars till en somrig månad.

Jungfrun (23.8-22.9) Du storstädar redan för våren, men våren verkar inte storstäda för dig. Andas djupt och acceptera att dammtussar är som vänner - de kommer alltid tillbaka.

Vågen (23.9-22.10) Vet du vad du vill? Nej. Men det är okej, för du råkade redan blanda ihop tre lattebeställningar på kaféet. Äventyret kan börja!

Skorpionen (23.10-21.11) Du är mystisk och oemotståndlig - förutom när du försöker dra på dig vinterstövorna i all hast. Låt våren komma i sin

egen takt, som en riktigt bra thriller.

Skytten (22.11-21.12) Mars för med sig stora möjligheter! Eller bara mer snömodd. Men din inställning avgör allt, så håll skorna torra och humöret uppe.

Stenbocken (22.12-19.1) Du har en plan för våren. Universum har en annan. Flexibilitet är nyckeln till framgång - och till att inte bli arg när bussarna är försenade.

Vattumannen (20.1-18.2) Din kreativa hjärna uppfinnar en ny vartrend. Tyvärr är det sandaler och raggsockor. Kanske inte än, men vi uppskattar din vision!

Fiskarna (19.2-20.3) Födelsedagar och vårkänslor gör dig till en romantisk drömmare. Bara se till att inte vandra rakt ut i en snödriva medan du beundrar vårsolen. Dröm stort - men håll koll på var du går!

