



## ENERGIVECKAN

# Vasa blir världscentrum för grön energi – rekordstor EnergyWeek lockar tusentals experter



Nästa vecka förvandlas Vasa till Europas hetaste energistad när EnergyWeek 2026 slår upp portarna. Evenemanget, som pågår 16–19 mars, samlar tusentals internationella toppexperter, beslutsfattare och innovatörer för att forma framtidens hållbara energisystem.

Programmet är mer omfattande än någonsin med

över 50 sessioner som spänner från havsbaserad vindkraft och grön vätgas till banbrytande batteriteknik och AI-säkerhet. Höjdpunkter inkluderar sessioner om "Energy Sovereignty in Action" och "Grid Flexibility – en 8 miljarder euros möjlighet".

– Evenemanget visar hur Österbotten leder den gröna omställningen. Här möts nordisk ingenjörskonst och globala visioner för att skapa konkreta lösningar, säger arrangörerna.

na.

En nyhet i år är fokus på regulatorisk utveckling med en session om en experimentzon för förnybar energi i regionen. Även rymdbaserade energisystem och framtidens datacenter står på schemat.

EnergyWeek har vuxit till en given mötesplats för branschen och bekräftar Vasas position som norra Europas energikluster.

Källa: energyweek.fi

## ÅBO UNIVERSITET

### Över nio timmars sömn kan vara en risk – "Sömn enligt rekommendation skyddar hjärnan"



För långa natters sömn och sömnproblem har ett samband med sämre kognition i övre medelåldern och ålderdomen, visar en ny doktorsavhandling från Åbo universitet. En över-

raskande upptäckt gjordes också i samband pensioneringen betydelse.

Forskaren Tea Teräs undersökte sambandet mellan sömnlängd, sömnbesvär och minne, inlärning samt exekutiva funk-

tioner. Resultaten är tydliga: de som sover över nio timmar per natt hade sämre kognitiva funktioner jämfört med dem som sover rekommenderade 7–9 timmar. Även störd och icke-återhämtande sömn påverkade hjärnkapaciteten negativt.

– Sömn enligt rekommendationerna verkar skydda de kognitiva funktionerna, sammanfattar Teräs.

En viktig upptäckt gjordes i samband med pensioneringen: kognitionen – särskilt inlärning och minne – förbättrades tillfälligt just vid övergången till pension. Förändringen berodde inte på förbättrad sömnkvalitet.

– Något hindrar anställda från att nå sin fulla kapacitet i slutet av arbetskarriären. Att utreda orsaken skulle kunna hjälpa till att förbättra den kognitiva förmågan redan i arbetslivet, funderar Teräs.

I en längre uppföljning var försämrade sömnbesvär kopplade till snabbare kognitiv nedgång.

Källa: Åbo universitet

### Veckans bild:



## EU

### Henriksson gläds åt framsteg: "Historisk seger för kvinnors rättigheter"

EU-parlamentarikko Anna-Maja Henriksson (SFP) lyfter fram två viktiga framsteg för kvinnors rättigheter. Medborgarinitiativet för aborträtt har gett resultat – EU-medel kan nu användas för att säkra abort för kvinnor i länder där det saknas. Samtidigt går förslaget om samtyckeslagstiftning för våldtäkt framåt i EU-parlamentet.

Källa: SFP



## EU

### Henriksson kräver slut på regelkrånglet: "27 olika regelverk är ineffektivt"

EU-parlamentarikko Anna-Maja Henriksson (SFP) kräver att EU:s inre marknad fullbordas. Företag hindras av fragmentering och överreglering – medlemsländerna måste sluta med så kallad "gold-plating".

– I en farlig värld måste Europa stärka sin konkurrenskraft. Det är ineffektivt med 27 olika regelverk. Nu behövs mindre prat och mer handling, säger Henriksson.

Källa: SFP



# I DAG

## LEDARE

### Vasa – Nordens energihuvudstad



Just nu pågår något exceptionellt vid Kvarkens kust. Medan världen famlar efter lösningar på den gröna omställningens mest komplexa utmaningar, har denna vår stad i Österbotten positionerat sig som epicentrum för själva framtidsskapandet.

När EnergyWeek 2026 öppnar sina portar denna vecka är det inte bara en konferens som inleds – det är en bekräftelse på Vasas självklara roll som Nordens energihuvudstad.

Detta är ingen slump. Bakom titeln ligger decennier av industriell utveckling och en unik koncentration av teknologiskt kunnande. Här, i EnergyVaasa-klustret, verkar över 180 energiteknikföretag under samma himmel. De är inte vilka aktörer som helst: Wärtsilä, med sina 17 900 anställda globalt och en omsättning på 6,9 miljarder euro, har sin själ i Vasa. Bolagets satsning på innovativa lösningar för gasvärdekedjan – från hantering av flytande gas ombord på fartyg till kraftproduktion och biogas – är central i den globala avkarboniseringen. När Wärtsiläs specialister utvecklar morgondagens teknologi, gör de det härifrån.

Men energihuvudstaden är mer än ett enskilt flaggskepp. EnergyWeek-programmet visar hela ekosystemets bredd. Här möts experter för att diskutera allt

från vindkraftens roll för ett post-berende Europa och havsbaserad energis stabilitet, till hur rymdbaserad data kan bygga resilienta system. Man talar om energi-lagring som en ny valuta på nordiska marknader, om batteriindustrins framtida kompetensbehov, och om hur AI och cybersäkerhet samverkar i branschen.

Det som gör Vasa unikt är inte bara närvaron av globala jättar, utan den täta väven av samarbete mellan industri, forskning och samhälle. Initiativ som "Innovation-Friendly Regulation" – en diskussion om en regulatorisk experimentzon för förnybar energi och grön vätgas i Österbotten – visar att man inte bara vill vänta på framtiden, utan aktivt forma den tillsammans med beslutsfattare.

När staden samtidigt profilerar sig som "Green Leaf City" och leder den urbana energiomställningen, ser vi en helhet som sällan skådas. Vasa har lyckats med konststycket att vara både en industriell motor och en föregångare i hållbarhet. Här finns inte bara planerna, utan också den konkreta förmågan att genomföra dem.

Medan Europa söker efter energiberoende och hållbara lösningar, behöver man inte längre leta på kartan. Svaret finns vid Bottenvikens kust.

Vasa har inte bara förtjänat titeln som Nordens energihuvudstad – den bär den med den tyngd som bara verklig innovation och långsiktigt arbete kan ge.

# NYHETER

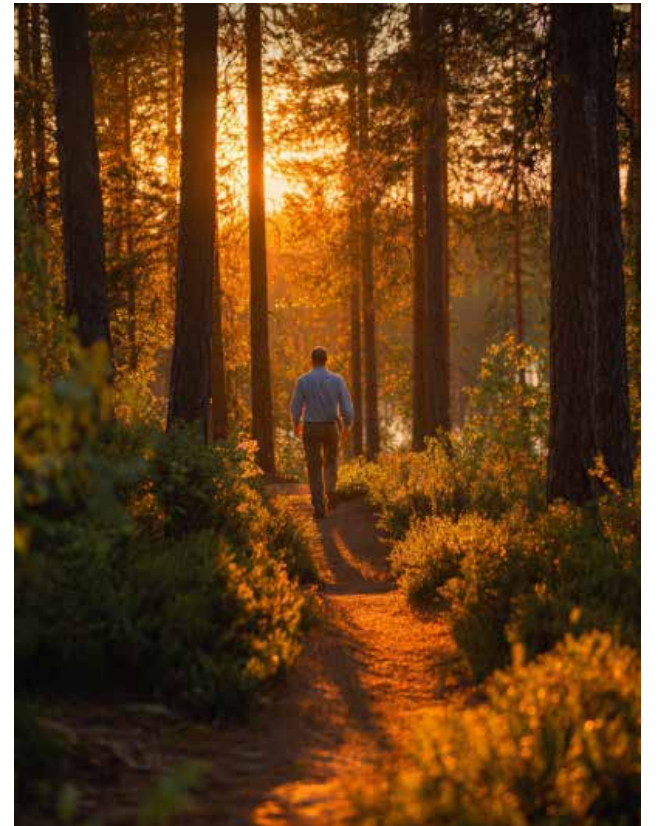
## VASA

### Pengar regnar över Vasaföreningar – snart kommer chansen igen

Succén blev total när Vasa stad öppnade plånboken för gröna idéer. Hela 50 ansökningar strömmade in till den första omgången av "Ekobonusen", och nu står det klart: nästan alla får napp – hela 48 projekt beviljas stöd. Pengarna, mellan 100 och 1000 euro, ska förvandla staden till ett grönare nöjesfält under Green Leaf-året 2026.

– Vi är överväldigade över engagemanget, säger projektchef Eva Bligt-Lindén.

Det blir städjippon, lupinrensning och skogsutflykter för barnen redan nu i vår. Barnen själva har redan sagt sitt: en gemensam stadsträdgård och en vegansk picknick fick flest



röster.

Men missade du tåget? Gräset är grönare på andra sidan! På grund av det enorma intresset öppnar staden för en ny ansökningsomgång redan

i april. Chansen att få sin egen ekobidrag är alltså tillbaka – större och grönare än någonsin.

Läs mer: [vasa.fi/ekobonus](http://vasa.fi/ekobonus). Bild: META

## KUNTSI

### Museet vädjar: Hjälp oss hitta de försvunna popkonstskatterna!



Var är de dolda mästerverken? Kuntsi museum i Vasa går nu ut med ett unikt spaningsuppdrag till allmänheten. Inför en stor retrospektiv utställning om popkonstpionjären Mikael Stierncreutz (1936–1976) saknas flera av hans centrala verk.

Konstnären, som avled blott 40 år gammal, slog igenom med dunder och brak redan 1966 – alla verk på debututställningen såldes omedelbart.

Museet söker framför allt följande verk, som visades i Pinx-ut-

ställningen 1966: Muotinäytös (Modevisning, 1965), Pulloja (Flaskor, 1966), Kaksi alastonta (Två nakna, 1965), Tölkki (Burken, 1966). Därtill söker vi efter verk såsom Saaristolaispojat II (Skärgårdsgossar II, 1968), Perhejuhla, Hildur Pettersonin perhe (Familjefest, Hildur Pettersons familj, 1968) och konstnärens kanske sista verk Ballerina (1976).

Om Du vet något om dessa talvor, ta kontakt: [museoinfo@vaasa.fi](mailto:museoinfo@vaasa.fi)

BILD: Mikael Stierncreutz: Ballerina, 1976, olja på duk, okänd ägare.

## STATISTIK

### Järkytilasto: Lähes miljoonia suomalaista köyhyys- tai syrjäytymisriskissä

Synkkä uutinen Suomesta. Tuore Tilastokeskuksen tilasto paljastaa, että köyhyys- tai syrjäytymisriskissä elävien määrä on kasvanut hurjasti. Vuonna 2024 riskissä oli peräti 958 000 henkilöä – eli 17,3 prosenttia väestöstä.

Kasvua edellisvuodesta on 28 000 ihmistä.

Pahinta se on nuorille aikuisille. Yksinasuvista alle 35-vuotiaista peräti 54 prosenttia on riskissä. Erityisesti niiden määrä kasvoi, jotka ovat sekä pienituloisia että vajaa-työllisiä. Tulevaisuus näyttää synkältä kokonaisuudelle sukupolvelle.

Lähde: Tilastokeskus

## Photo Supplement



## NYHETER

### VÄLFÄRDSOMRÅDET

## Österbotten revolutionerar vardagslivet med bebisar



Första barnet-tjänsten erbjuder förstagsbivande mödrar tre gratis hembesök – ”Stödet kommer hem och du behöver inte städa”

Välståndstjänstens län Österbotten introducerar en ny typ av gratis Första barnet-tjänst, som riktar

sig till familjer som väntar sitt första barn. Tjänsten kommer att lanseras i mars och april i de centrala och södra områdena, och kommer senare att utökas till hela regionen.

Detta är inte ett traditionellt besök på mödravårds- och barnhälsokliniken, utan stöd med låg

tröskel i hemmet. Varje familj får tre hembesök av en praktisk sjuksköterska: det första i de sena stadierna av graviditeten och de två nästa under barnets första fyra månader.

”När familjen får förebyggande stöd samlas inga små bekymmer på hög,” säger Anu Nyman, chef för hemtjänster för familjer med barn.

Vid första sessionen pratar vi om känslor, den kommande förlossningen och vardagsutrustning. Vid senare besök kan du till exempel öva på att bada bebisen eller amma tillsammans. Vårdgivaren kan också ta hand om barnet en stund så att föräldern kan vila.

Det som är speciellt med tjänsten är dess flexibilitet och frihet från dömande.

”Sjuksköterskorna kommer inte att komma för att undersöka familjen. Det finns inget behov av att städa inför ett hembesök. Det viktigaste är att familjen kan vara sig själv,” betonar Nyman.

Källa: Valfärdsområdet

### PÖRTOM

## Snart påbörjas jättebygget i Brändskog

Inom kort inleds arbetet med att bygga en datajätte i Brändskog, beläget tio kilometer öster om Pörtom kyrkoby. Det står klart efter ett informationsmöte som hölls i Pörteborg i torsdags kväll, där ett trettiotal personer närvarade för att ta del av planerna.

Bakom satsningen står Vasaföretaget Bess Solution, som förvärvat 12,6 hektar mark av markägaren Rainer Bäck och Pörtom församling. Placeringen är strategisk eftersom tomtens gränser till en elstation, vilket är en grundläggande förutsättning för verksamheten. Det tidigare äldreboendet i Pörtom, som stått tomt, kommer att byggas om och fungera

era som huvudkontor för den nya anläggningen.

Projektledare är Johan Malm, en erfaren ingenjör med 20 år på Wärtsilä samt tidigare uppdrag på ABB. Malm har ofta haft ledande roller i stora projekt och betonar att etableringen i Brändskog är det mest prioriterade för Bess Solution just nu, trots att företaget har flera andra projekt på gång.

Under mötet fick de boende och andra intresserade information om byggprocessen och tidsplanen. Byggstarten är planerad till våren, och datajätten väntas bli en betydande arbetsplats och en viktig etablering för hela regionen. Med närheten till elnätet och den centrala placeringen i Österbotten finns goda förutsättningar för verksamheten.

### MILJÖ

## Miljonsatsning ska rädda Finlands vattendrag – projekt startade i Vasa

Ett av Finlands största vattenvårdsprojekt genom tiderna, ACWA LIFE, har inletts med en budget på nära 28 miljoner euro.

Det åttaåriga EU-finansierade projektet lanserades vid Vasa universitetet i tisdags och samlar markägare, myndigheter och organisationer över hela landet.

Målet är att förbättra statusen i Finlands vattendrag genom så kallad avrinningsområdesplanering, från land till hav. Konkreta åtgärder som växtmarker och tvåstegsdiken testas på fem demoområden, däribland Laihela å och Solf å i Österbotten.

– All verksamhet inom ett avrinningsområde påverkar vattendragen, därför krävs brett samarbete, säger projektledare Helena Puro vid Södra Österbottens näringslivscentrum som koordinerar arbetet.

Åtgärderna bygger på frivillighet från markägare.

### ENERGY WEEK FÖR UNGA

## Energiveckan tar över köpcentret – nu är det barnens tur: ”Framtidens innovatörer”

EnergyWeek handlar inte bara om vuxna i kostym. Mitt i smeten, på Espen köpcentrum, pågår just nu EnergyWeek NextGen – en interaktiv vetenskapsfest för barn och unga mellan 6 och 15 år.

Måndag till torsdag har skolklasser fyllt andra våningen med experiment och energiupptäckter. Och på lördag 21 mars är det familjernas tur mellan klockan 10 och 16. Då öppnas dörrarna för alla nyfikna



barn som vill testa, bygga och lära sig mer om hur framtidens energilösningar ser ut.

Bakom satsningen står ett brett samarbete mellan bland andra Vasa stad, LUMA-keskus, Novia, Vamia och 4H. Målet är att väcka intresse för teknik

och naturvetenskap hos nästa generation – mitt under själva Energieveckan.

– Vi vill inspirera framtidens innovatörer, säger arrangörerna.

Källa: EnergyWeek.fi, Vaasa.fi

### HELSINGIN SANOMAT och NYT

## HS: Nu får prenumeranter världslidande tidning gratis

Helsingin Sanomat bjuder sina Digi+-prenumeranter på en exklusiv extraförmån – full tillgång till den amerikanska giganten The New York Times utan extra kostnad

Samarbetet ger läsarna tillgång till allt från nyheter till matlagningsappen Cooking och sportmediet The Athletic. Förmånen gäller i ett år för både nya och befintliga prenumeranter.

– Våra prenumeranter är nyfikna och internationella. Vi vill göra prenumerationen ännu mer värdefull, säger HS:s

ansvariga utgivare Erja Yläjärvi.

Hon betonar att samarbetet inte minskar HS:s egen satsning på utrikesjournalistik. The New York Times, med över 12 miljoner digita-

la prenumeranter, kompletterar speciellt inom sport, global politik och USA-bevakning.

Förmånen aktiveras på HS.fi/nytimes.

Källa: HS



### MUSEER I VASA

## Vasas museer efterlyser verk inför höstens utställning

Vasas museer förbereder en höstutställning om Önningeby konstnärskoloni och tar fortfarande emot information om verk av Elin Alfhild Nordlund (1861–1941) och Eva Topelius Acke (1855–1929).

Museet söker målningar, skisser, fotografier och uppgifter från både privata och offentliga samlingar. De två österbottenska konstnärerna var verksamma kring sekelskiftet 1800–1900 och



hade en viktig roll i den nordiska konsthistorien. Utställningen i Tikanojas konsthem vill fördjupa bilden av deras produktion och

hitta mindre kända eller tidigare oidentifierade verk.

Bild: Elin Alfhild Nordlund; Främsnabba, Önningebymuseet.

# Wasa Dagblad

Nästan allt Du behöver veta på 8 sidor

**vpress.fi**

## KVINNOMARSCH

### Jättemarschen tog över Helsingfors: 20 000 krävde nolltolerans för närståendevåld – ”Detta är det enda acceptabla målet”



Internationella kvinnodagen samlade rekordmånga 20 000 demonstranter på Helsingfors gator på söndagen – dubbelt så många som förra året. Enligt arrangörerna var det den största kvinnodagsdemonstrationen

i huvudstadens historia.

”Våldsförövarna måste hållas ansvariga och skuldbeläggandet av offren måste upphöra. Noll femicider är det enda acceptabla målet,” dånade Saara och Vilma Salminen från Justice for Vendi-rörelsen, som överlämnade petitionen till premiärminister Petteri Orpo, som själv hade anlänt till platsen. I sitt tal erkände premiär-

ministern ett hårt faktum: attityder måste förändras, och män måste aktivt delta i arbetet. Marschens främsta namn var också biskop Kaisamari Hintikka och Tehys ordförande Millariikka Rytkönen.

I samband med marschen överlämnade Saara och Vilma Salminen en gemensam vädjan från organisationerna till premiärminister Petteri Orpo, som kräver konkreta åtgärder för att få ett slut på våldet mot kvinnor. I sitt

tal påminde premiärministern om att förebyggande av våld mot kvinnor också kräver en attitydförändring: ”Att förebygga våld mot kvinnor kräver en stor attitydförändring. Det känns konstigt att du ens måste säga det högt. Det kräver aktivt deltagande från oss män i detta arbete.” Några av deltagarna i marschen störde den inbjudna gästpremiärministerns tal genom att bua, Silvia Modig, ordförande för Finlands nationella

kvinnoråd, avfärdade den nuvarande situationen: ”Noll kvinnomord är möjliga, men det kräver finansiering och samarbete – och arbetet får inte lämnas enbart åt organisationerna.”

Krafterna bakom marschen, UN Women Finland, Kvinnoförbundet och Finlands Nationella Kvinnorådet, samlade mer än 80 icke-statliga organisationer och fackföreningar. Källa: Finlands Nationella Kvinnoråd

## MALAX

### Måla vackra påskägg i Malax – ukrainsk tradition möter nyfikenhet

Lördag 28 mars kan du lära dig den ukrainska påskkonsten pysanka på Malakta i Malax. Tillsammans målar vi ägg med vax och färger i lager – kursledarna talar ukrainska, svenska och finska.

Den ukrainska konstnären Svitlana Matvienko visar sandkonst. Ta gärna med påskgodis till ett gemensamt knytkalas. Evenemanget är gratis.

Källa: Malax kommun

## KORSHOLM

### Nu kan du boka plats på Ellys marknad i Korsholm

Fredag 22 maj fylls Smedsby av försäljning och fest när Korsholms kommun ordnar Ellys marknad på Elly Sigfrids torg.

Företag, föreningar och privatpersoner kan kostnadsfritt boka torgplats. I fjol deltog över 60 utställare. Program utlovas både på torget och vid Kulturhuset. Sista anmälningdag är 3 maj.

Källa: Korsholms kommun

## VÖRÅ

### Invånarna får bestämma – vad ska Vörå satsa pengar på?

Nu får Vöråborna själva vara med och påverka hur kommunens pengar används. Kommunen lanserar en invånarbudget där alla kan komma med förslag på projekt och aktiviteter.

Det är ett sätt att öka delaktigheten och låta invånarna direkt bestämma över en del av budgeten. Mer information om hur du kan vara med kommer från Vörå kommun.

Källa: Vörå kommun

## VASA

### Här är stadens billigaste kaffe – Food Truck Cafe i Biltema

Mitt i Vasas bilindustriområde finns en riktig prischock: Biltemas Food Truck Cafe bjuder på ”stadens billigaste kaffe och bulle”.

Det är ett enkelt koncept – en food truck vid varuhuset som serverar kaffe, läsk och snabbmat till låga priser. Perfekt för en snabb och plånboksvänlig paus under shoppingrundan.

Källa: Biltema

## VASA

### Vem får priset för Årets kulturgärning i Vasa? Nu kan du rösta

Tre kandidater är nominerade till Årets kulturgärning i Vasa 2025 – och nu får invånarna välja vinnaren. Priset på 2000 euro delas ut för sjunde gången.

Kaaos Festival 2025 lockade metal-fans från flera länder. Bleckslagaren Oskari Tuominen, 18, för yrkesskickligheten vidare i femte generationen. Kantor Tarja Viitanen har grundat flera köror och arrangerat stora konserter. Rösta 16.3–16.4.

Källa: Vasa stad

## VASA

### EnergyWeek bjuder på eltips till alla Vasa-bor – mitt i Espen

EnergyWeek handlar inte bara om internationella experter. Mitt under evenemanget får Vasa-borna en egen mötesplats.

Måndag-tisdag 17–18 mars kl. 10–14 finns stadens infopunkt i köpcentrum Espen. Här delas ”el tips” ut – praktiska råd för att spara el i vardagen. Experter finns på plats för att prata om energi, klimatmål och hur just du kan bidra till en koldioxidneutral stad.

Källa: Vasa stad

## DE BÄSTA RESTAURANGERNA

### Här är Finlands 50 bästa restauranger – Palace ohotad etta, Frøj enda ljusglimten i Österbotten

Helsingforsrestaurangerna dominerar totalt när Finlands 50 bästa krogar korades på Gastro Helsinki-mässan. Palace tog hem segern för sjunde året i rad, före BasBas och Grön. Men en glad överraskning finns i Vasa: Frøj knep plats 36.

Listan, som röstats fram av 500 branschproffs – ett nytt rekord – toppas av Palace, som ohotad hållit sin position sedan 2020. Helsingfors står för hela 35 av de 50 platserna. Utanför huvudstadsregionen lyser Åbo och Tampere med sina bidrag: Kaskis (5:e) och Kajo (6:a) är bäst i landet utanför Helsingfors.

Men stoltheten är stor i Vasa, där Frøj (plats 36) är enda restaurangen från Österbotten på den prestigefyllda listan. Rovaniemiska Sky Kitchen & View (23:a) och Kuopios Musta Lammas (43:a) syns också. Bubbel under-listan (plats 51–100) innehåller hälften krogar utanför Helsingfors.

Källa: Messukeskus



## NYHETER

### KLIMATFÖRÄNDRINGEN

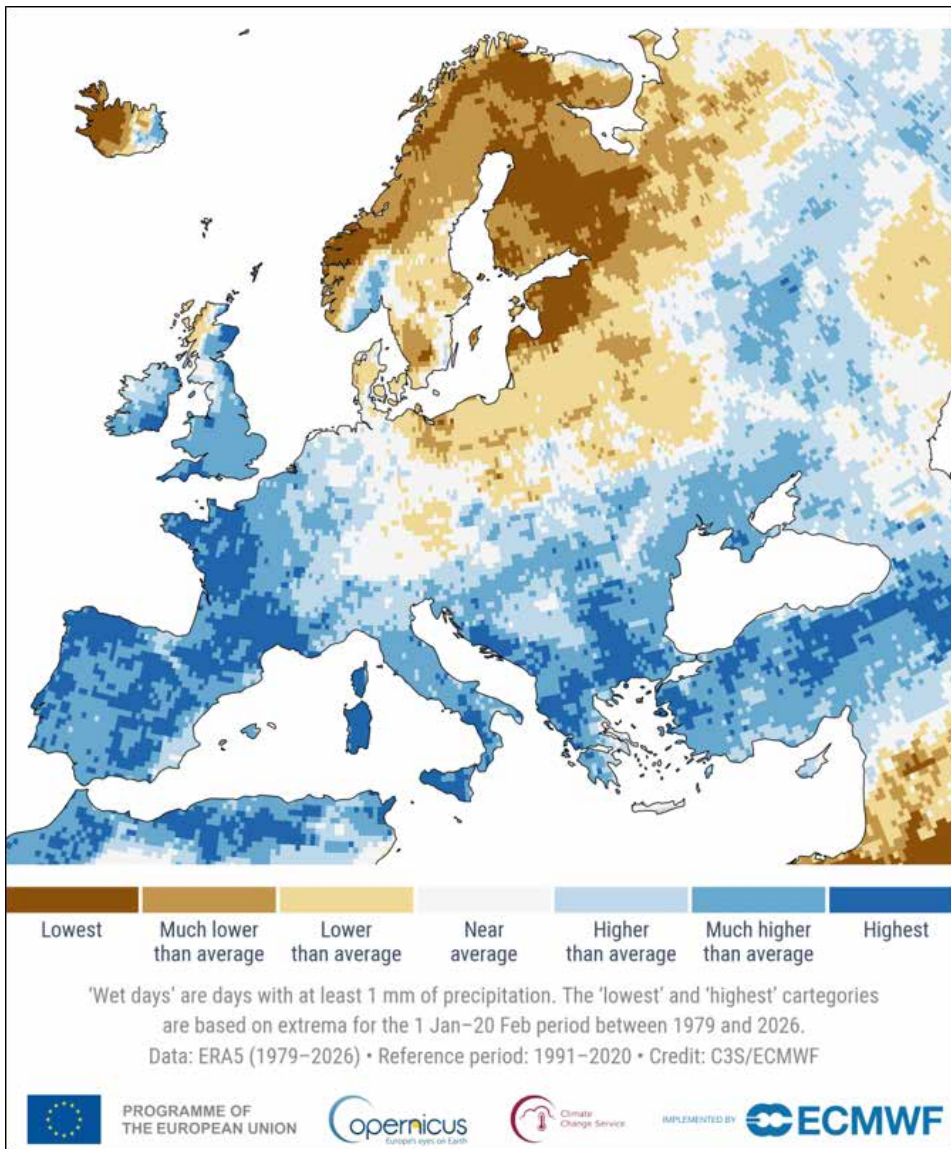
# Februari dränkte Västeuropa – men Finland var ovanligt snöfattigt

Februari 2026 var den femte varmaste i mäthistorien globalt, 1,49 grader varmare än förindustriell tid, visar en ny rapport från Copernicus klimattjänst. Samtidigt drabbades Västeuropa av exceptionella regnmängder och omfattande översvämningar - men Finland var snöfattigt.

Atmosfäriska floder – smala bälten av mycket fuktig luft – orsakade svåra översvämningar i Frankrike, Spanien, Portugal och Marocko med dösoffer och förstörda livsmedel som följd. Även Australien, Moçambique och Botswana drabbades i februari.

– Dessa extremhändelser understryker klimatförändringarnas växande effekter och det brådskande behovet av åtgärder, säger Samantha Burgess, klimatstrategichef vid EC-MWF.

I Europa varierade temperaturen kraftigt. Medan västra, södra och sydöstra Europa var varmare än normalt, var det kallt i Fennoskandien, Baltikum och nordvästra Ryssland.



Arktiska havsisen var i februari den tredje minsta i mäthistorien, 5 % under genomsnittet.

I Antarktis återgick is-täcket till nära normala nivåer efter fyra exceptionella år.

Källa: Copernicus Climate Change Service

### NILENDAMMEN

# Sidodammen vid Etiopiens jättedamm i fara – ”Katastrofrisk” för Egypten och Sudan



Damtvisten mellan Egypten och Etiopien tar en ny, fruktansvärd vändning. En nyligen genomförd internationell studie varnar för att den stora sidodammen till den kontroversiella GERD-dammen är en aktiv geohazardzon och visar oroande tecken på instabilitet.

Etiopien firade nyligen färdigställandet av sin stora damm och meddelade att man hade

13 vattenvägar och turbiner i drift, ner till den sista turbinen. Men samtidigt har forskare på andra håll slagit larm. En studie av Chapman och Yale-universitetet, publicerad i mars 2026 i International Journal of Disaster Risk Reduction, har undersökt en sidodamm av GERD, som är cirka fem kilometer lång. Resultaten är chockerande.

Satellitbilder visar att dammen har ackumulerat deformationer och läckor på upp till 40 millimeter. Forskare

fann enorma 41 miljarder kubikmeter grundvattenläckage under dammens fyllning, samt nya vattenytor nära dammen, vilket tyder på allvarliga läckor.

Men det värsta återstår ännu: Forskarnas modellering visar att om sidodammen misslyckades skulle konsekvenserna bli katastrofala. Flodvägen skulle nå Roseires-dammen i Sudan på fem timmar och Khartoum på tre dagar. Huvudstaden, Khartoum, skulle vara under vat-

ten upp till 34,7 meter djupt.

”Dessa fynd förutspår inte en omedelbar katastrof, men de identifierar mätbara varningstecken som kräver internationell uppmärksamhet och en transparent säkerhetsbedömning,” säger studiens huvudförfattare Hesham El-Askary vid Chapman University.

För Egypten är detta en mardröm för vattenpolitiken. Den har länge fruktat att dammen skulle minska mängden vatten den får från Nilen, och nu får rädslan en ny dimension: plötsligt handlar det inte längre bara om vatten, utan om att hela nationen kan spolas bort.

Källa: Hesham El-Askary et al., 2026, nb Världens största sadeldamm i risk: Multisensor-geohazardanalys och nedströmseffekter International Journal of Disaster Risk Reduction, Elsevier

Creative Commons CC-BY-licens.

Foto: Premiärministerns kontor i Etiopien, Public domain

## DIN HÄLSA

### REFLUXSJKDOMEN

# När magen säger ifrån: Allt du behöver veta om reflux



Reflux, eller halsbränna, drabbar de flesta av oss någon gång efter en rejäl söndagsmiddag. Men för många är det ett kroniskt besvär där magsaften regelbundet läcker upp i matstrupen. Det är inte bara obehagligt – det är något man bör ta på allvar för att skydda sin hälsa på sikt.

#### Varför händer det?

Grunden till problemet är oftast att den övre magsmunnen, en sorts slutmuskel mellan matstrupen och magen, inte håller tätt. Den största boven i dramat är ofta övervikt. Extra kilon runt magen skapar ett fysiskt tryck som pressar magsyran uppåt. Men även våra dagliga vanor spelar roll. Kaffe är en klassisk ”trigger”; koffeinet får magsmunnen att slappna av i otid, vilket öppnar dörren för syran att smita upp.

#### Symtomen du känner igen

De vanligaste tecknen är en brännande känsla bakom bröstbenet (halsbränna) och sura uppstötningar som ger en besk smak i munnen. Vissa upplever även en irriterande retthosta eller en känsla av en klump i halshalsen, särskilt när de ligger ner.

#### Små förändringar med stor effekt

Det fina med reflux är att livsstilsförändringar ofta gör underverk, ibland mer än mediciner. Här är tre effektiva tips för att avlasta din matstrupe:

- Gå ner 5 kg: Det

låter kanske inte som mycket, men studier visar att även en måttlig vikt-nedgång på fem kilo drastiskt kan minska trycket på magen och få symptomen att klinga av.

- Välj hängslan framför bälte: Allt som sitter åt runt midjan ökar trycket inuti buken. Om du lider av reflux kan det faktiskt hjälpa att byta ut ett hårt spänt bälte mot snygga hängslan för att ge magen mer utrymme.

- Höj huvudändan av sängen: Tyngdkraften är din bästa vän. Genom att höja sängens huvudända cirka 10–15 cm (till exempel mellan tråklossar under sängbenen) hindrar du syran från att rinna uppåt när du sover.

#### Medicinering och risker

Om livsstilsvalen inte räcker finns receptfria läkemedel, såsom protonpumpshämmare (t.ex. Omeprazol), som minskar produktionen av magsyra.

Varför är det då viktigt att behandla reflux? Långvarig irritation från magsyra kan orsaka cellförändringar i matstrupens slemhinna, ett tillstånd som kallas *Barretts esofagus*. I förlängningen ökar detta risken för matstrupscancer. Det är lyckligtvis ovanligt, men det understryker vikten av att söka vård om du har dag-liga besvär under en längre tid.

Genom att ge magen lite mer utrymme och undvika de värsta syndarna i skafferiet kan de flesta bli helt besvärsfria.

# AI

## AI Från utmanare till ledare: Hur Claude blev AI-markna- dens mest betrodda assistent



På mindre än två år har Anthropic Claude gått från att vara ett välbevakat alternativ till att av många användare och experter rankas som det ledande AI-verktyget. Vad ligger bakom framgången?

Det är inte länge sedan Google och OpenAI ansågs som de obestridda giganterna inom generativ AI. Men under det senaste året har ett tredje namn etablerat sig på allvar: Claude, utvecklad av det San Francisco-baserade företaget Anthropic. Enligt flera oberoende undersökningar och användartester rankas Claude nu som det AI-verktyg som flest professionella användare föredrar för komplexa uppgifter.

**KORT OM CLAUDE**  
Tillverkare: Anthropic, grundat 2021 av tidigare OpenAI-forskare  
Senaste modeller: Claude Opus 4, Claude Sonnet 4 (2025-2026)  
Tillgänglig via: claude.ai samt API för företagsutvecklare  
Säkerhetsstrategi: "Constitutional AI" – riktlinjer som vägleder modellens värderingar och beteende

Under 2025 lanserade Anthropic en rad modeller under varumärket Claude 3 och sedan Claude 4, med versioner anpassade för allt från snabba, kostnadseffektiva svar till djupgående analys och avancerad kodgenerering. Den senaste generationen, som innefattar Claude Opus och Claude Sonnet, har fått beröm i tekniska utvärderingar för sina prestationer inom matematik, programmering och juridisk textanalys.

Men det är inte enbart råa prestandamätningar som förklarar Claudes stigande popularitet. Många användare lyfter fram en annan kvalitet: konversationsstilen. Claude uppfattas av många som mer nyanserad och mindre benägen att ge förenklade eller alltför försiktiga svar. Modellen är designad för att resonera transparent och erkänna osäkerhet snarare än att ge ett skenbart säkert svar när kun-

skapen faktiskt är begränsad. Anthropic filosofi kring säkerhet och ansvarsfull AI-utveckling, som de kallar "Constitutional AI", har också bidragit till förtroendet hos företagskunder. Där konkurrenter ibland fått kritik för att antingen vara alltför restriktiva eller alltför tillåtande, har Claude sökt en medelväg: hjälpsam och kapabel, men med ett tydligt etiskt fundament. Det har gjort modellen attraktiv inom branscher som juridik, vård och forskning, där noggrannhet och omdöme väger tungt.

En annan faktor är det kraftigt utökade kontextfönstret. Claude kan numera hantera mycket långa dokument, hela kodprojekt eller omfattande utredningar i en och samma konversation. Det har öppnat dörrarna för professionella arbetsflöden som tidigare var opraktiska med AI-verktyg.

Det vore dock fel att måla upp bilden som entydig. AI-fältet förändras snabbt, och konkurrensen är stenhård. OpenAIs GPT-modeller och Googles Gemini är fortsatt dominerande på konsumentmarknaden, och alla aktörer investerar enorma resurser i nästa generations system. Experter är försiktiga med att kora någon slutgiltig vinnare i en industri där spelplanen kan förändras i grunden på några månader.

Vad som däremot är tydligt är att Anthropic lyckats visa att säkerhet och kapabilitet inte behöver stå i konflikt med varandra. I en tid av tilltagande debatt om AI:s risker och samhällseffekter har det budskapet funnit en mottaglig publik, inte minst bland beslutsfattare och organisationer med höga krav på tillförlitlighet.

Om Anthropic kan hålla samma tempo in i 2026 återstår att se. Men för tillfället har Claude gjort det som få trodde var möjligt för bara ett par år sedan: utmanat de etablerade jättarna och vunnit förtroende bland de mest kräsna användarna.

## META - NY AI

# AI-konkurrensen hårdnar. Bilder gjorda av META AI, som fritt kan användas av vem som helst.

Så här kan branden i Vasa år 1852 ha sett ut



## UKRAINE PRESIDENT

# Defense Support, European Integration, and Strengthening Sanctions Against Russia: Volodymyr Zelenskyy Met with Emmanuel Macron

13.3.2026

In Paris, President of Ukraine Volodymyr Zelenskyy held a meeting with President of France Emmanuel Macron to discuss the situation in the Middle East, strengthening sanctions against Russia, and increasing support for Ukraine.

"I am grateful for this visit, for all of France's support for Ukraine and for Ukrainians, and for your personal support, Emmanuel. We in Ukraine know all this and value it greatly. We also value the fact that we can always coordinate with France and stand together on many issues – that is so important, especially during wartime," Volodymyr Zelenskyy

emphasized.

The presidents discussed security in Ukraine, across Europe, and globally in light of the situation in the Middle East and the Gulf region. Volodymyr Zelenskyy expressed condolences over the death of a French serviceman in Iraq as a result of an Iranian strike the day before.

"Opinions may vary regarding this U.S. campaign against the Iranian regime, but it is hard for anyone to argue with the fact that the regime in Iran is terrorist in nature, and the entire region – and Iran itself – certainly needs far greater respect for life and stronger protection of life, first and foremost from this regime in Iran," the Head of State emphasized.

Volodymyr Zelenskyy noted that Ukraine can contribute to stabilizing the situation, and that more than ten countries have already approached Ukraine for

support in defending against Iranian "shaheds."

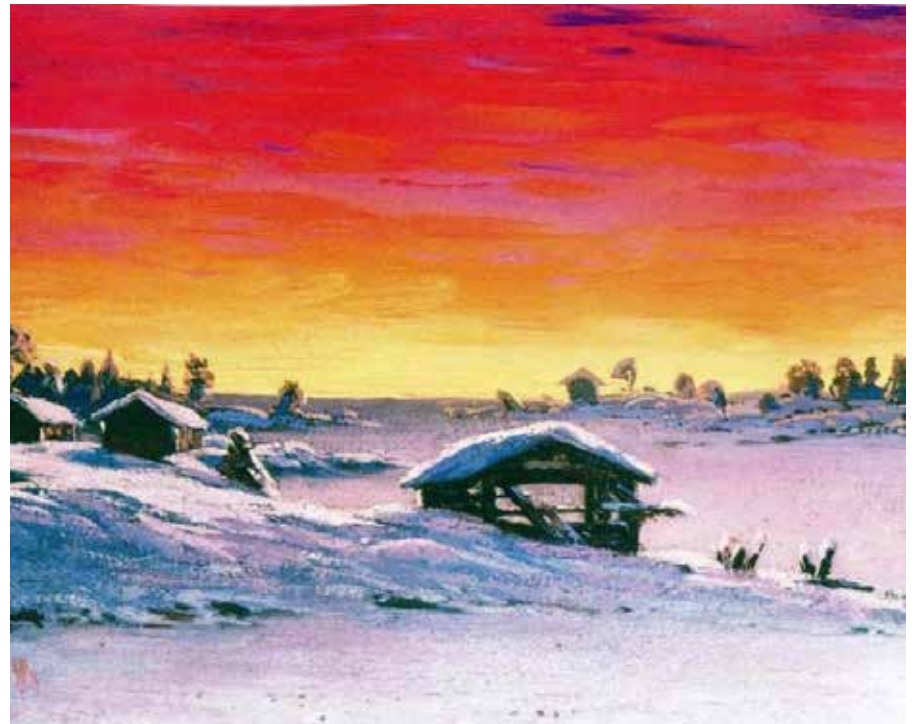
"It is not enough simply to obtain interceptors somewhere – there must also be experience in using them. Our warriors have such experience. There must also be proper systemic work with radars and with the entire air defense system. Ukraine is ready to share this experience for the security of those partners who are helping us," Volodymyr Zelenskyy noted.

In addition to all these issues and coordination of actions, the leaders also discussed defense support for Ukraine. Volodymyr Zelenskyy emphasized that Emmanuel Macron is fully informed about all aspects of the situation on the frontline. The presidents devoted significant attention to joint defense production, bilateral projects, and the implementation of the SAFE instrument.



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  
En vintrig solnedgång

## 1984 EN ROMAN AV George Orwell Del 21

Hans hånfulla ögon strövade över Winstons ansikte. "Jag känner dig", tycktes ögonen säga, "jag ser igenom dig. Jag vet mycket väl varför du inte gick för att se de där fångarna hängas." På ett intellektuellt sätt var Syme giftigt ortodox. Han talade med en obehaglig skadeglädje om helikopterräder mot fiendens byar, om rättgångar och bekännelser av tankebrotslingar, om avrättningar i Kärleksministeriets källare. Att tala med honom handlade till stor del om att få honom bort från sådana ämnen och om möjligt snärja in honom i teknikaliteterna på nyspråk, där han var auktoritativ och intressant. Winston vände huvudet lite åt sidan för att undvika att bli granskad av de stora mörka ögonen.

"Det var en bra hängning", sa Syme minnet. – Jag tycker att det förstör när de knyter ihop fötterna. Jag gillar att se dem sparka. Och framför allt, på slutet, tungan som sticker rakt ut, och blå – en ganska ljusblå färg. Det är den detaljen som tilltalar mig."

»Snälla, nämligen!» skrek den vitklädde proleten med sven. Winston och Syme sköt in sina brickor under gallret. På var och en av dem hölls snabbt den reglementerade lunchen – en metallpannikin av rosagrå gryta, en bit bröd, en kub ost, en mugg mjölkfritt Victory Coffee och en sackerantablett.

"Det finns ett bord där borta, under den där tv-skärmen", sa Syme. "Låt oss plocka upp en gin på vägen."

Ginen serverades till dem i handtagslösa porslinsmuggar. De tråkade sig fram genom det trånga rummet och packade upp sina brickor på det metallklädda bordet, i vars ena hörn någon hade lämnat en pöl med gryta, en smutsig flytande röra som såg

ut som spyor. Winston tog upp sin mugg med gin, stannade upp ett ögonblick för att samla nerverna och svalde den oljiga smaken. När han hade blinkat tårarna ur ögonen upptäckte han plötsligt att han var hungrig. Han började svälja skedar av grytan, som mitt i sin allmänna slarvighet hade tärningar av svampigt rosa material som förmodligen var en tillagning av kött. Ingen av dem talade mer, förrän de hade tömt sina dockor. Från bordet till vänster om Winston, litet bakom hans rygg, var det någon som talade snabbt och oavbrutet, ett rått pladdrande nästan som en ankas kvackande, vilket genomborrade det allmänna tumultet i rummet.

"Hur går det med ordboken?" sa Winston och höjde rösten för att få bukt med oväsendet.

"Långsamt", sa Syme. "Jag är inne på adjektiven. Det är fascinerande."

Han hade genast sken upp vid omnämmandet av nyspråk. Han sköt sin pannikin åt sidan, tog sin brödbit i ena handen och osten i den andra och lutade sig över bordet så att han kunde tala utan att skrika.

"Den elfte upplagan är den definitiva upplagan", säger han. "Vi håller på att få språket i sin slutliga form – den form det kommer att ha när ingen talar något annat. När vi är klara med det kommer människor som du att behöva lära sig det igen. Ni tror, det vågar jag påstå, att vår huvuduppgift är att uppfinna nya ord. Men inte ett dugg! Vi förstör ord – massor av dem, hundratals av dem, varje dag. Vi skär ner språket in i märgen. Den elfte upplagan kommer inte att innehålla ett enda ord som kommer att bli föråldrat före år 2050."



Han bet hungrigt i sitt bröd och svalde ett par tuggor, sedan fortsatte han att tala med ett slags pedants lidelse. Hans tunna, mörka ansikte hade blivit livligt, hans ögon hade förlorat sitt hånfulla uttryck och blivit nästan drömmande.

"Det är en vacker sak, förstörelsen av ord. Det stora slöseriet ligger naturligtvis i verb och adjektiv, men det finns hundratals substantiv som man också kan bli av med. Det är inte bara synonymerna; Det finns också antonymer. När allt kommer omkring, vad rättfärdigar ett ord som helt enkelt är motsatsen till ett annat ord? Ett ord innehåller sin motsats i sig själv. Ta "bra" till exempel. Om du har ett ord som "bra", vad finns det för behov av ett ord som "dåligt"? "Ogod" duger lika bra – bättre, eftersom det är en exakt motsats, vilket den andra inte är. Eller återigen, om du vill ha en starkare version av "bra", vad är det då för mening med att ha en hel rad vaga värdelösa ord som "utmärkt" och "utmärkt" och alla de andra? "Plusgood" täcker betydelsen, eller "doubleplusgood" om du vill ha något ännu starkare. Naturligtvis använder vi redan dessa formulär, men i den slutliga versionen av nyspråk kommer det inte att finnas något annat. Till slut kommer hela begreppet godhet och ondska att täckas av endast sex ord – i verkligheten bara ett ord. Ser du inte skönheten i det, Winston? Det var naturligtvis B.B.s idé från början", tillade han som en eftertanke.

En sorts fadd iver flög över Winstons ansikte när Storebror nämndes. Syme upptäckte dock omedelbart en viss brist på entusiasm.

»Du har inte så mycket till övers för nyspråk, Winston», sade han nästan sorgset. "Till och med när du skriver det tänker du på gammalspråk. Jag har läst några av de där artiklarna som du skriver i Times då och då. De är tillräckligt bra, men de är översättningar. I ditt hjärta skulle du föredra att hålla dig till gammalspråk, med all dess vaghet och dess värdelösa nyanser av betydelse. Du förstår inte skönheten i förstörelsen av ord. Visste du att nyspråk är det enda språket i världen vars ordförråd blir mindre för varje år?"

# HUMOR FÖR ETT-HUNDRA ÅR SEDAN

**INTE BLOTT MÖSSKROK...**  
Lekför Y. fann sig en dag föranledd att hålla ett förmaningstal till lärjungarna för deras lättja. Det slutade: Kom ihåg, att huvudet är gjort till något högie och ädlare än att hänga mössan på, nämligen att tänka med.

**PRIMA BLEKMEDEL.**  
Modern till den värnep-likliga sonen: Men kära hjärtanes, barn lelle, va' du ha vurti bleker! Sonen: Ja, som en sa krånglas å tvätte sek var eviga da'!

**FÖR TIDIG FRÖJD.**  
Då Per Öls Jon i Grön-amåla kom till skolan hade han ett ärende från far sin, som skulle slakta en gris - Vill skolläraren hålla till goe mä e skenka? Skolläraren: Det vill jag visst det, min gosse, hälsa din far och tacka den hedersmannen. En vecka gick men ingen skinka hördes av. Hör du Jon, sa skolläraren en dag, den rara skinkan du talte om, den har du nog själv svält i dej i din matsäck kan jag tro.

Jon: Å skolläraren änna befängder! Far slakta inf sugga.  
Skolläraren: Hur kom det sej, minkära Jon?  
Jon: Jo ho' kveckna till da'n ätter, se'n Fia på Näset lyckades få ina en hop svinmeklamenter.

**RADIO.**  
Tanten : Kan du förklara för mig den där trådlösa telegrafen, Gösta?  
Gösta: Ja visst. Om tant skulle hava en tax, som vore så lång att den skulle räcka från Newcastle till Helsingfors, och tant skulle trampa på dess svans i Helsingfors, så skulle den yla i Newcastle. Det är vanlig telegraf, och den trådlösa är precis detsamma bara att taxen felas.

**DET FÖRLORADE PARADISET.**  
Hur kan det komma sig, att du aldrig mera talar med Möller? frågade Pettersson en dag sin vän, då de promenerade i parken. Ni voro ju förr de bästa vänner i världen, och nu går ni förbi varandra utan att hälsa. Vi voro vänner, då vi båda voro ungar, blev svaret, men nu är han gift. Du upphör väl inte att vara vän med en man, emedan han går och gifter sig? Det var inte jag som bröt vänskapen, utan han. Hur så?  
Jag förärade honom en bok till hans bröllop, och sedan har han inte talat

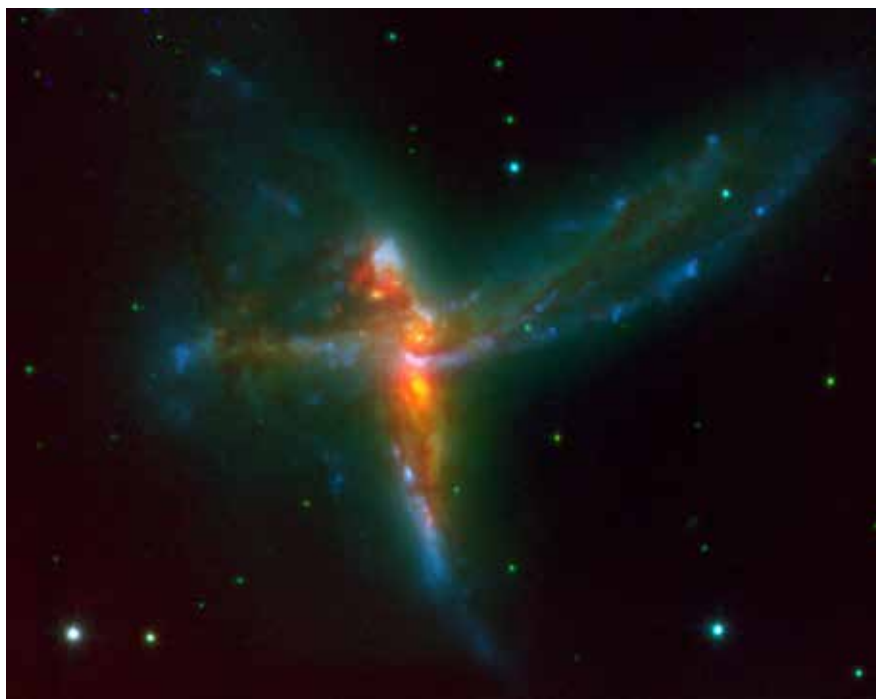
ett ord till mig och hälsar inte mera, när han möter mig på gatan. En bok! vad var det för en bok? Den hette „Det förlorade paradiset”.

**ÖVERVIKT**  
Redaktör Julie Hirn var som känt i besittning av en imponerande kroppshydda. En dag kom han vandrande ned för Esplanaden. I hörnet av Mikaelsgatan stod en grupp pojkar och gapade med öppen mun vid åsynen av Hirns vidlyftigt tilltagna kropp. 1 lim stannar bredbent framför dem och dundrar med gravlikt allvar:

— Vad stirrar ni på, pojkar. Har ni aldrig sett en fullvuxen karl förut?

**OM HUNDAR MED LÅNGT HÅR**  
— Hur vet dom på vilken ända huvudet sitter på hundfan då den har så långt hår?  
— Dom får väl höra efter vilken ända som skäller.

## Astronomic picture of the week:



### The Tinker Bell triplet

Using ESO's Very Large Telescope, an international team of astronomers has discovered a stunning rare case of a triple merger of galaxies. This system, which astronomers have dubbed 'The Bird' - although it also bears resemblance with a cosmic Tinker Bell - is composed of two massive spiral galaxies and a third irregular galaxy.

In this image, a 30-min VLT/NACO K-band exposure has been combined with archive HST/ACS B and I-band images to produce a three-colour image of the 'Bird' interacting galaxy system. The NACO image has allowed astronomers to not only see the two previously known galaxies, but to identify a third, clearly separate component, an irregular, yet fairly massive galaxy that seems to form stars at a frantic rate.

Credit: ESO  
Creative Commons Attribution 4.0 International License

## 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](mailto: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 rutinnässiga 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 Wasa, 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](mailto: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](mailto: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](mailto:wasadagblad@gmail.com) som jpg, tiff eller png.

## WASA DAGBLAD

[wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)



## HOROSKOP FÖR MARS 2026

### Mars´ skämtsamma stjärnprognos

**Väduren (21.3-19.4)**  
Vårens energi flödar i dina ådror! Tyvärr glömmer 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 vårtrend. 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!

