

VASA ELEKTRISKAS
KUNDTIDNING **3** 2020

Nette

*Kaffets värld
som passion*

*Toppmoderfotograf
hittade hem i Vasa*

*Dammsug
kardemumma + andra
doftande städtips*

Jussi Lehtonen

**"Husdjur är
bra för hälsan"**

TEMAT

Allt fler vill skapa
med egna händer



Vi utvecklar för våra kunder

MÅLET FÖR vårt dagliga arbete är att skapa branschens bästa och mest glädjande kundupplevelse. Den uppnår vi genom att erbjuda våra kunder tjänster som lever upp till och ibland även överträffar förväntningarna. Det hela kräver ett kontinuerligt utvecklingsarbete tillsammans med kollegor och kunder, men också med andra företag. Kundernas önskemål, behov och säkerhet styr på många sätt vår verksamhet och omställningen i hela energibranschen. Att samordna alla dessa aspekter är ett av mina fokusområden i vår utvecklingsenhet.

Konsumenternas energival baserar sig ofta på pris. I framtiden avgörs valet allt oftare av ett antal olika faktorer. En del kommer fortfarande att sätta störst värde på det förmånligaste priset, andra på att allt sker enkelt och smidigt. Somliga vill förverkliga sina värderingar, såsom miljöhänsyn eller självförsörjning. Och sedan finns de som vill vara med och skapa sin egen palett av produkter och tjänster. Själv räknar jag mig till den sista gruppen. Jag blir inspirerad av varje möjlighet att göra saker och ting på ett bättre och mer effektivt sätt – både på och utanför jobbet. För mig är utvecklingsarbetet snarare ett sätt att betrakta världen omkring mig än bara ett jobb.

Energibranschen är inne i en förändring som drivs av digitalisering och datautvinning. Idag har vi en väldigt massa information om allt som händer i energisystemet. Hur vi kan utnyttja den datan och använda oss av analytik och artificiell intelligens spelar en stor roll i utvecklingen av våra energisystem. Det hjälper oss att skapa nya tjänster för våra kunder och att samtidigt göra vår egen verksamhet mer effektiv.

I hemmen blir det allt vanligare med ny teknik som ger större boendekomfort och en möjlighet att optimera energiförbrukningen. Samma teknik hjälper oss att skapa balans i energisystemet. Därmed kan vi tillsammans bekämpa klimatförändringen med lösningar som ger nytta till både kunderna och samhället i stort.

Med önskan om en stämningsfull höst

Heino Järvelä

utvecklingsingenjör, Vasa Elektriska

Innehåll

Temaartikeln i detta nummer handlar om varför det är så populärt med slöjd och vad som är trendigt inom hantverk och handarbete just nu. Läs om slöjdaktivism, instrumentbygge, skotillverkning och mormorstrenden!

- 3 I FRAMTIDEN**
Nytt material gör dig osynlig
- 4 TEMA**
Jag gjorde det helt själv!
- 12 BABEL**
Husdjur ger hälsa
- 14 SMARTARE HEM**
Det doftar gott!
- 16 PASSION**
Juuso Viljanen: "Att laga kaffe är mindfulness för mig"
- 20 AKTUELLT**
Läs om bl.a. elpris, hängivna K-popfans och eldrivna flygplan.
- 24 VASAKOMPETENS**
På jakt efter det perfekta ögonblicket
- 26 KORSORD**
- 27 RECEPT**
Äpplet överraskar som nachos

KONCERNEN VASA ELEKTRISKAS KUNDTIDNING

Följande Nette utkommer 11/2020
Postadress: PB 26, 65101 Vasa
Besöksadress: Kyrkoeshplanaden 0, 65100 Vasa
Växel: 06 324 5111
Kundtjänst: 06 324 5750, kundtjanst@vasaelektriska.fi
Felanmälningar: 06 324 5710 (24 h, samtalen spelas in)
Internet: www.vasaelektriska.fi
ISSN: 1458-7297

Produktion: Aller Ideas
Chefredaktör: Mikaela Jussila,
nette@vasaelektriska.fi
Redaktionskommitté: Johan Eriksson,
Marko Hakamäki, Isa Lammi,
Mikaela Jussila, Tiina Lillbacka
Tryckeri: UPC Print
Pärmbild: Marjaana Malkamäki



4041 0948
Painotuote



**Vasaenergi
som
bäst**



Nytt material gör dig osynlig

Text **ELINA VIRONEN**

MAN KAN FRÅGA sig om författaren **J. K. Rowling** kunde ha trott att den osynlighetsmantel som hon hittade på att klä Harry Potter i skulle bli verklighet en dag. Nu har man i Kanada i alla fall uppfunnit ett material som gör föremål och även människor osynliga.

Verklighetens osynlighetsmantel baserar sig inte på trollkonst utan fysik. Det nya materialet är tillverkat av genomskinlig, vågformig plast som används i lentikulära bilder, som ser olika ut beroende på vilken vinkel de ses från. Tekniken kallas även lentikulär lins.

Osynlighetsmaterialet tillverkas genom att man sätter ihop flera plastark. Materialet fungerar så att föremål som är bakom mittpartiet på det reflekterar ljuset så att det inte når betraktarens öga. I stället ser betraktaren det som finns till vänster och höger om föremålet. Därmed uppstår en illusion av osynlighet.

Materialets uppfinnare, den kanadensiska företagaren **Guy Cramer**, har utvecklat och sålt kamouflagekläder för militärt bruk i nästan tjugo år. Nu ville han ta kamouflagen till en ny nivå.

"Problemet med kamouflagemönstrat är att det bara fungerar i viss miljö och man ska helst stå stilla", säger Cramer.

År 2010 hittade han på att prova om en lentikulär lins skulle kunna dölja föremål genom att splittra ljus. Då blev en första prototyp till osynlighetsmanteln till.

Att uppfinna saker sitter i hans gener: hans morfar **Donald Hings** var en av de första som utvecklade radio-telefoni.

"Efter gymnasiet arbetade jag sex år som min morfars forskningsassistent. Han lärde mig att innovera, lösa problem och tänka kreativt."

Uppfinnaren har finskt påbrå. Hans mormor, Donalds Hings hustru **Rakel Saarukka** invandrade till Kanada från Finland.

Cramer har tankar om att licensiera ut patenten på osynlighetsmaterialet till storföretag. Om materialet kommer att användas även i konsumentprodukter återstår att se.

Kolla videon hur materialet gör människan osynlig:
www.hyperstealth.net.



Text **TERHI HAUTAMÄKI** Bilder **KIRSI-MARJA SAVOLA**

Jag gjorde det helt själv!

Det spelar ingen roll om du stickar mössor, odlar potatis eller fixar gamla möbler. Att skapa något med egna händer ger tillfredsställelse, och ofta är själva processen viktigare än slutresultatet. Slöjdtrenden har varit stark de senaste åren och undantagstiden har förstärkt den ytterligare. Att göra själv ger sinnesro och för oss tillbaka till det trygga och bekanta.

A man with glasses and a beard, wearing a grey checkered shirt and blue shorts, is sitting on a light-colored sofa and playing a green and white electric guitar. A woman with blonde hair, wearing a black t-shirt and blue jeans, is sitting next to him, smiling and looking at the guitar. In the foreground, the out-of-focus neck and headstock of another guitar are visible. On the wall behind them is a colorful abstract painting. The text is located in the top right corner of the image.

Saija Hostikka gick på en kurs och byggde en Telecaster-elgitarr som hon gav som gåva till sin musikermake Jaakko Penttilä. Härnäst tänker Hostikka bygga en elbas till sig själv. Tidigare har hon snickrat en kantele. Den professionella musikern har blivit helt frälst på instrumentbygge.

förföl fick **Saija Hostikkas** make en unik födelsedagspresent: en elgitarr som Hostikka hade tillverkat helt själv från början till slut.

Hennes make är elgitarrist och presenten kom i professionell användning på spelningar. För Hostikka själv var det en stor upplevelse att få slutfört projektet, där hon fick lära sig varje arbetsmoment från början. Sammanlagt tog arbetet ett år.

Saija Hostikka är kontrabasist och elbasist, och studerar på Sibelius-Akademien vid Konstuniversitetet. Fast hon som musiker är van vid att arbeta med sina händer var det en helt annan fascination att bygga ett instrument.

”Som musiker åstadkommer man inget färdigt. När man bygger ett instrument ser man sina händers verk hela tiden när arbetet fortskrider”, säger hon.

Som barn bodde Hostikka på landet och såg hur hennes pappa och farfar byggde och reparerade allt möjligt. Hon fick också redan som liten flicka en kniv att tälja på träbitar med. Någon större bakgrund inom hemslojd än så har hon inte.

Hostikka kom i kontakt med instrumentbygge vid öppna universitetet innan hon började studera vid Sibelius-Akademien. Hon deltog i en kurs där **Timo Mustonen** lärde deltagarna bygga en tiosträngad kantele. Hostikka blev inspirerad och fortsatte till nästa kurs där hon byggde gitarren.

Millimeternoga arbete

Gitarren som Hostikka byggde var av Telecaster-modell, elgitarrernas basmodell. Hon började med att läsa en bok om instrumentbygge. Den gav henne bra insikt i de olika arbetsmomenten. Virket, amerikansk al, beställde hon från ett företag i Uleåborg. Andra delar köpte hon i en musikaffär i Helsingfors. Mikrofonerna hade Hostikkas make redan hemma. Det ingår många arbetsmoment i att bygga en gitarr. Man ska limma ihop träbitarna och rita ut formen av gitarrdelarna på virket. Sedan sågar man ut delarna, fräser ut fickor för mikrofoner och rundar kanterna. Därefter gör man gitarrhalsen, limmar greppbrädan på plats och monterar bandstavarna. Alla ytor slipas.

”Ytbehandlingen tar överraskande lång tid. Ytan ska målas och lackeras i 6–7 omgångar. Efter varje omgång ska man låta lacken torka och ytan slipas före nästa lackomgång.”

När gitarrkroppen och halsen är färdiga är det dags att montera hårdvaran och elektroniken.

Att bygga ett instrument är ett precisionsarbete. Om något hamnar en millimeter snett blir resultatet lidande. Med elinstrument är det visserligen valet av mikrofoner och strängar som har störst betydelse. Mest påfrestande var absolut slutförarbetningen,

tycker Hostikka. Det var överraskande många arbetsmoment kvar när hon redan hade glatt sig över att det hela snart är klart.

”När man såg en nästan färdig gitarr kunde man inte fatta hur mycket arbete fortfarande krävdes. När det kom till elarbeten hängde jag inte alls med. Jag förstod mycket väl varför man normalt låter proffs sköta sånt där.”

Mansdominerad hobby

Vem som helst kan lära sig att bygga ett instrument. Till exempel medborgarinstitutet erbjuder kurser i instrumentbygge. Det finns också nätbutiker som säljer gitarrdelar och -byggsatser till gör-det-själv-folket.

Instrumentbygge är fortfarande överraskande mansdominerat. På gitarrbyggarkurser är oftast alla deltagare män, medan kanteler och stråkharpor även byggs av kvinnor. Hostikka skulle gärna se fler kvinnor som instrumentbyggare.

Att bygga själv betyder inte nödvändigtvis mindre kostnader, fast Hostikkas elgitarr blev billigare än i butiken. Den kostade runt 350 euro.

”Den kostade mer eller mindre det samma som de lågprisinstrument man kan beställa från Asien, men materialen är bättre och jag kunde välja dem själv. Och arbetskostnaderna är förstås inte medräknade. Det är de som gör att ett professionellt byggt instrument är betydligt dyrare.”

Att göra är att lära

Saija Hostikkas make blev förtjust över sin födelsedagspresent. Hon tycker också själv att resultatet var lyckat.

”Nu skulle jag göra gitarrhalsen smalare, men annars är jag nöjd. Maken tog gitarren direkt med på spelningar. Den har också väckt förvåning. Många har frågat vilket märke den är.”

Härnäst tänker Hostikka bygga en elbas. Det är hennes fritidsprojekt, men som student vid Sibelius-Akademien kan hon använda universitetets lokaler och verktyg.

Hostikka tycker att instrumentbygge är mycket lärorikt och ger en ett och annat som man har nytta av som musiker. Hon lärde sig mycket om bl.a. valet av delar och lokaliseringen av fel. Nu vet hon också mer om vilken betydelse materialen och formgivning har för instrumentets vikt och klang.

”Hade jag inte byggt ett instrument själv skulle jag veta mycket mindre om sånt där. Samtidigt har till exempel vetenskapen om de olika träslagens skillnader gett mig mer insikt i mitt eget spelande. Nu ser jag på instrumenten i en musikaffär med mycket skarpare ögon.” ■



Att bygga en gitarr med egna
händer från början till slut
har gett Hostikka en bättre
kännedom om instrument, något
som hon har nytta av i sitt arbete
som musiker. Också själva
byggprocessen är fascinerande,
för då kan man konkret se sina
egna händers verk.



1

Samspel mellan hand och hjärna

Undersökningar av hjärnan har visat att händer och funktioner som har med händer att göra sysselsätter vår hjärna mycket mer än andra kroppsdelar. Vi behöver handgripligen en beröring med omvärlden. Att skapa med händerna är bra för hjärnan också därför att det lär oss nya kognitiva och motoriska färdigheter.

Professor i slöjdvetenskap vid Östra Finlands universitet **Sinikka Pöllänen** har forskat om hantverkets och handarbetets betydelse för människan. Hon berättar att redan valet av material och råvaror ger oss välmående.

”Folk petar och smeker på dem i butiken och överväger noga varje inköp. Några personer som jag intervjuade för mina undersökningar berättade att det bästa är att sitta stilla och smeka på sitt pågående handarbete. Det var också en som sade sig gå i tygaffärer för att suga i sig färger.”



4 orsaker till varför slöjd fascinerar

2 Gemenskap

Fast man kan slöjda på egen hand innebär intresset också en samhörighet: glädjen av att få feedback, lära av andra och dela med sig. Slöjdintresserade träffar varandra till exempel på stickkaféer och sy-lans. Ett sy-lan är ett kollektivt sömnadsevenemang dit alla kommer med egen symaskin och tillbehör. Det finns även virtuella sy-lan som anordnas på nätet.

Programledare på Strömsö **Lee Esselström** har förkunnat slöjdens glädjebud i tv i nästan tjugo år. Hon tycker att de sociala medierna har ändrat på hur folk skapar med sina händer.

”Även yngre människor har alltid

varit intresserade av hantverk, men nu vågar de visa mer vad de gör. Man kan föra dagbok på Instagram eller Pinterest och visa att nu håller jag på att sticka den här eller nu har jag tält en virknål.”

Strömsö får en väldig massa feedback från tittarna. De berättar hur de blivit inspirerade att till exempel pyssla med garnfåglar, vilket de inte hade kommit på annars. Mest tycker tittarna om enkla och snabba handarbeten, som de kan göra hemma till exempel tillsammans med barnen.

”För hundra år sedan gjorde folk vad de behövde. Idag gör vi för att vi behöver göra. Själva processen är viktigare än slutresultatet.”



Stresslindring och sinnesro

Att göra saker och ting med händerna är en motvikt till dataarbete där man ofta inte ser vad man har åstadkommit under dagen. Det är någonting belönande med slöjd: en stickning växer varv för varv eller en möbel får en ny omgång färg.

”När folk har börjat leta efter sinnesro i meditation har många insett att man kan få samma känsla av att skapa med sina händer. I ett hantverk upprepar man ju ofta samma sak gång på gång”, säger Esselström.

Sinikka Pöllänen har i sina undersökningar kommit fram till att människor ofta väljer olika hantverk i olika livssituationer. När man har det tufft, till exempel efter en skilsmässa, startar man ofta ett utmanande projekt som kräver mycket koncentration och för tankarna bort från bekymren.

Esselström berättar att hon också har många olika handarbeten på gång för olika situationer, sinnesstämningar och humör.

”Jag har alltid något riktigt lätt på gång, till exempel en halsduk eller benvärmare. Då arbetar händerna automatiskt. Men när jag koncentrerar mig på att knyta knutar i en makramé kan jag inte tänka på något annat samtidigt.”

Ekologiskt tänkande och respekt för föremål

sitt arbete på Strömsö märkte Esselström för ett tiotal år sedan att intresset för slöjd ökade dramatiskt i takt med tankarna kring miljö och hållbar utveckling.

”Man började tänka på hur föremålen hade tillverkats och var de kom ifrån. Och man började känna respekt för mormors virkade överkast som hon hade lagt flera hundra timmar på.”

Genom att göra själv får man sådana föremål omkring sig som man inte genast vill byta ut. När man har varit med om att tillverka något uppstår också en annorlunda respekt för inköpta saker.

Redan att ha självtillverkade textilier eller andra saker omkring sig ger människan en känsla av välbefinnande, menar Sinikka Pöllänen.

”Många säger att när de ser sina handarbeten eller hantverk hemma känns det levda livet mer meningsfullt. Det har lämnat ett konkret avtryck.” ■

BILDER ISTOCKPHOTO



Välj ditt pyssel

Bland de många trendiga slöjdformerna finns något för var och en.

BULLET JOURNALER | En bullet journal eller bujo är ett tjockt häfte som är en kombination av kalender, dagbok och anteckningsbok. Meningen är att man kan knäpa med den länge och andäktigt. Där noterar man viktiga livshändelser, drömmar och planer, gör listor över saker man ska göra och klistrar in foton och bilder. Ett utmärkt verktyg för kreativt uttryck!

CRAFTIVISM | På 1970- och 1980-talet använde chilenska kvinnor applikationsarbeten som ett sätt att protestera mot diktatorn Pinochet och dokumentera folkets lidanden. Idag är craftivism eller slöjdcraftivism en trendig hobby. Slöjdcraftivister omsätter politiska ställningstaganden i korsstyggn och syr broderier med samhällskritiska tänkespråk. Ut med "Carpe diem" och andra plattityder och in med humor och sarkasm!

TÄLJNING | Hantverkstraditionen är i medvind. Förbundet för hemslöjd och konsthantverk Taito har utnämnt täljning till årets hantverksteknik 2020. Det tilltalande med täljning är att det är så enkelt. Man kan tälja var som helst: hemma, på gården eller i skogen. Det finns kurser i täljning, och på YouTube hittar du videor om t.ex. hur du täljer en träsked.

ODLING AV KÖKSVÄXTER | En matnörd nöjer sig inte med råvaror från närbutiken. Anlägg en köksträdgård där du odlar till exempel örter. Även svampar kan odlas hemma. Den som bor i lägenhet kan sätta potatisar i en hink eller i en kruka på balkongen.

MAKRAMÉ OCH PUNCH NEEDLE | Finländarna är ett stickarfolk, men då och då rullar även andra handarbetstekniker som modevägor över landet. Just nu är många förtjusta i makramé där man med snören och knutar gör dekorationer till bl.a. väggbonader. Punch needle är en broderiteknik där en ryaaktig, mjuk yta som dekoration på kuddar, väggprydnader och tavlor.



Pihka Collections expedit Miia Ylimäki och företagarna Roosa Mattson och Sofia Salmi har märkt att skotillverkning intresserar många.



KIRSI-MARJA SAVOLA

Gör dina egna skor

Pihka Collection bjuder in sina kunder att själv tillverka läderskor och -väskor från företagets kollektion. Idén kommer ursprungligen från England.

Två nybakade skomakare från Finland studerade i England i början på 2010-talet. De praktiserade i små verkstäder där man tillverkade skor för hand. Där lade de märke till ett intressant koncept som många skoverkstäder erbjöd: utöver att tillverka och sälja skor höll de kurser där de lärde sina kunder att tillverka sina egna skor.

En sådan idé skulle kunna funka i Finland också, tänkte de.

Pihka Collection grundades år 2013. Företagarna har bytts ut, men konceptet är det samma. Företaget säljer väskor, men organiserar också kurser där kunderna kan tillverka stövletter, kängor, sandaler och väskor från företagets kollektion. Pihka Collection har en butik och verkstad i Helsingfors och en filial i Kehräsaari, Tammerfors.

En sko- eller väsktillverkningskurs varar en lördag, och man behöver inte ha någon hantverkserfarenhet för att delta. **Roosa Mattson**, den ena av de

två nuvarande företagarna, säger att ett intensivt kort arbetspass passar många som har det jätligt.

”Jag tänker själv att ju fler saker och ting som blir digitala, desto mer längtar människor efter någonting påtagligt. Att skapa saker med händerna är en strävan efter något äkta.”

Att göra skor är för de flesta en mycket mer främmande process än att sy kläder. Mattson tror därför att många är nyfikna på att se hur skor blir till.

Skotillverkningskurser erbjuds i många länder av både skotillverkare och företag som säljer material och tillbehör. Samma nätbutik kan sälja både material och onlinekurser, där man visar hur man kan göra skor hemma med en symaskin eller för hand.

Roosa Mattson berättar att deras kurser är lättillgängliga eftersom deltagarna har en färdig kollektion och färdiga mallar att välja från.

Först skär man ut lädret, sedan ruggar man upp och tunnar ut det. Kursdeltagarna syr ovanlädret till skorna. Att göra sulan överlämnas åt professionella skomakare. De syr fast överlädret i sulan och slutbehandlar den.

”Där krävs en speciell färdighet och maskinhantering. Vi vill att kunden ska få ett par riktigt bra skor.”

På kursen används gamla industri-symaskiner. Sulorna sys fast med en traditionell symaskin som sadelmakarna brukade använda.

Självgjorda skor blir dyrare än vad vanliga skor kostar i butikerna. En dagskurs med lunch och kaffe kostar 320 euro. Därtill kommer en materialavgift som till exempel för ett par sandaler är 40 euro och för kängor 70 euro. Mattson säger att efter kursen förstär många mycket bättre varför skor kostar vad de kostar och hur priset sätts.

”Har man gjort sina skor eller sin väska själv vill man också hålla dem i skick. Då får produkten en längre livslängd.” ■

Egen produktion har högkonjunktur på nätet

VILL DU SÄLJA dina stickalster eller trähantverk? De är få som tjänar sitt levebröd med slöjd, men lite extra inkomst kan den ge. Det har uppstått en småskalig produktion i gränslandet mellan företagande och hobby. Slöjdare säljer sina smycken, kläder, hushållsryklar och konsthantverk i Facebookgrupper och på online-auktioner, så som Huuto.net och Tori.fi.

En av de mest kända internationella näthandelsplatserna för hantverksprodukter är Etsy. Där kan vem som helst öppna sin egen "butik". Handelsplatsen tar ut en noteringsavgift på 0,18 euro för varje produkt, men det finns inga andra löpande utgifter. När produkten säljs tar Etsy ut cirka 10 procent av priset som provision.



ISTOCKPHOTO

Inte så barnsligt

ATT BYGGA modelljärnvägar och -flygplan har väl alltid varit tillåtet även för vuxna. Annars har det funnits en lång rad fördomar om vilka intressen som är passande för barn och vuxna.

Den finska dockhusföreningen Nukkekotiyhdistys, som grundades 1991, berättar på sin webbplats att det har funnits och fortfarande finns många i Finland som odlar sitt intresse för dockskåp i smyg, eftersom det inte har ansetts som lämpligt för vuxna. Lyckligtvis håller attityderna på att förändras. Att skapa interiörer för dockhus är ett hantverk som kräver stor precision, kreativitet och fingerfärdighet. Dessutom var dockskåpen ursprungligen inte avsedda som leksaker för barn utan dekora-

tiva miniatyrvärldar.

Idag är även "barnsliga" intressen och slöjdformer allt mer accepterade som vuxenhobbyn. Exempelvis har många käpphästryttare över tjugo år på nacken, men de fortsätter att tillverka käpphästar och rida dem.

En vuxen som gräver fram en målarbok på tåget väcker inte heller någon större förvåning längre. Målarböckerna för vuxna blev ett internationellt fenomen för några år sedan. Det är lätt att förstå. Alla som har haft en målarbok som barn vet hur lugnande och fängslande det är färglägga inom de svarta linjerna. Och som vuxen hamnar udden av kritan inte längre utanför konturerna.



ISTOCKPHOTO

Mormorstrend och ung trädgårds-entusiasm

TIDIGT PÅ 2000-talet blev det populärt bland tonårsskallar att sticka mössor. Det väckte stor uppmärksamhet vilket visar hur starkt de olika hantverksteknikerna är förknippade med ålder och könsroller.

Men tiderna förändras. Till exempel skådespelare **Antti Holma** stickar på sin fritid, och webbdesigner **Pasi Heiskanen** utreder sömnadens hemligheter i sin blogg *Vikatikki* (felstyggn) som han beskriver som "en syblogg av en man med korvfingrar".

Även om folk i alla åldrar alltid har sysslat med handarbete är det idag mer än tidigare också ett ungdomsfenomen. Det har vi kanske stickbloggare och sociala medier att tacka för. Professor i slöjdvetenskap Sinikka Pöllänen beskriver fenomenet med det nyfunna intresset för hemtrevligt traditionellt handarbete som nygamal mormorstrend.

Man kan också fråga sig om det inte är en "nygamal medelålderstrend" på väg in i trädgårdsintresset. En undersökning från Kantar TNS visar nämligen att även om det är de som passerat 35 som satsar mest pengar på sina trädgårdar så växer intresset snabbast bland de unga vuxna.

Husdjur ger hälsa

Att skaffa en djurkompis är en hälsoinsats: den får dig att stressa mindre och kan till och med förlänga livet. Också att bara titta på djurvideor har en positiv effekt.

Text **ELINA VIRONEN** Bild **JUSSI VIERIMAA**

Brukar du också titta på kattvideor under arbetsdagen eller i sängen på kvällen? Det lönar sig! Att ta en liten djurpaus är avslappnande. Det hjälper dig att arbeta mer effektivt eller somna in snabbare.

Till exempel en undersökning från Washingtons universitet i USA visar att djurvideor reducerar stress. De gör att pulsen sjunker och utsöndringen av kroppens stresshormon kortisol minskar. Japanska forskare i sin tur har kommit fram till att bara det att vi ser på söta djurbilder ger oss bättre koncentrationsförmåga.

Enligt en australisk undersökning har husdjursägare en lägre risk att dö av hjärt- och kärlsjukdomar än andra. Det innebär att de kan leva längre än genomsnittet.

Det spelar ingen roll om sällskapsdjuret är en hund, katt, råtta eller orm. Alla djur som man tycker om ger en positiv effekt, säger kulturvetare **Jussi Lehtonen**, som har forskat kring djurens inverkan på vårt välbefinnande. Han tycker om att umgås med familjens korthåriga collie Fanny.

”Det är helt underbart att ta sig ut på en runda i skogen med Fanny efter en jäktig dag på jobbet. Fanny är en familjemedlem för mig, och det är lätt att slappna av med henne”, berättar Lehtonen.

Ett djur kan vara en viktig vän, vars sällskap lindrar känslan av ensamhet och ångest. Ett

förhållande till ett husdjur kan till och med upplevas tillföra mer tillit, ärlighet, osjälviskhet och kärlek än en mänsklig relation. Det framgår ur psykolog **Tanja Honkanens** undersökning *Turpaterapiaa ja karvaista kaveruutta* (multerapi och hårigt kompisskap) från 2013.

”Med ett djur behöver man inte låtsas. Djuret accepterar dig som du är. Det ger trygghet och sällskap och kräver inget annat än närhet och ömhet”, säger Lehtonen.

*”Med ett djur
behöver man inte
låtsas någonting.
Djuret accepterar dig
som du är.”*

Enligt Honkanens undersökning är djurägare mer nöjda med sitt liv än de som inte har husdjur. Det är egentligen inte alls konstigt: husdjuren ger glädje och sällskap, men de främjar också sina ägares fysiska aktivitet och sociala kontakter med andra djurintresserade, vilket ökar välbefinnandet.

”När man är ute och promenerar med hunden kommer man säkert till tals med andra hundägare och även med människor som inte har hund. Husdjuren är ett lätt samtalsämne, liksom vädret.”

Hundar är inte de enda djuren som aktiverar sina ägare. Lehtonens undersökning har bekräftat att äldre kattägare

ofta är mer aktiva och tar bättre hand om sig själva eftersom de också ska sörja för sitt husdjur.

Våra välgörande djurvänner har även fått en lång rad nyttiga och glädjande arbetsuppgifter. Katter arbetar som stämningsskapare i kattkaféer, hästar och alpackor som terapihjälp och biblioteken har läshundar som barnen kan öva högläsning med. ”Ett djur kritiserar inte. Därför är det lätt att öva att läsa högt eller berätta om svåra saker för ett djur i terapeutens närvaro.”

Kontakten med djur hjälper också mot smärta. Beröring av ett djur ökar utsöndringen av den smärtstillande substansen oxytocin, också kallat kärlekshormonet, i kroppen. Ibland tar man också hjälp av djur vid läkarmottagningar. I Hattula har en tandläkare anställt dvärgtaxen Nipsu, vars uppgift är sitta i famnen på patienter under behandlingen.

Husdjuren är också omtyckta gäster på äldreboenden. Lehtonen berättar att djuren har väckt minnen till liv även hos svårt demenssjuka.

”En människa kan ha upplevt de lyckligaste och sorgligaste stunderna i sitt liv tillsammans med sitt eget husdjur. Därför kan beröringen av ett djur återkalla de minnena. Ett husdjur är lite som ett spädbarn. Det är helt beroende av sin ägare. Därför blir förhållandet till ens husdjur ofta något speciellt och djupt.” ■



VASA ELEKTRISKA UNDERSÖKER KÄRLEKEN TILL DJUR

Vi ville ta reda på hurdana känslor det råder mellan husdjur och deras ägare. Vi bad teknologie doktor **Pekko Vehviläinen** följa kärlekskurvorna hos tre hundar och deras respektive ägare med hjälp av smarta ringar och halsband. Det framgick bland annat att när ägaren kom hem sköt kurvan i taket hos både ägaren och hunden. Kolla videon och läs mer på vasaelektriska.fi/karlek-ar-elektricitet.

Jussi Lehtonen

Forskningschef vid Åbo universitets forsknings- och utbildningscentrum för social- och hälsotjänster.

Kulturvetare och framtidsforskare, filosofie doktor. Har bland annat forskat kring djur som medhjälpare i framtidens äldrevård.

Husse till en 7-årig korthårig collie. Tidigare har familjen haft en nymfkakadua, en katt och akvariefiskar.



Text **ELINA VIRONEN**

Det doftar gott!

Blir du trött på att städa ibland? Varför inte prova något utöver de vanliga rutinerna? Här får du tips om det lilla extra som ger städningen en helt ny dimension – och nya dofter!

5
tips för
ett väl-
doftande
hem

På hösten trivs vi mer inomhus igen, och då har vi också mer tid för att sörja för hemmet. Att vårda sitt hem lönar sig. Det är också vetenskapligt bevisat.

En undersökning som gjordes vid University of California visade att ett rörigt hem höjer nivån av stresshormonet kortisol i blodet. Ett välstädat hem däremot sänker stresshormonnivån.

Städning gör oss glada i sinnet också för att vi då gör någonting för vårt eget välbefinnande, reflekterar **Alina Leinonen**, rådgivningsassistent hos det finska Marthaförbundet.

”Ser man städningen som ett nödvändigt ont kan det vara bra att förhålla sig till det på samma sätt som till andra vardagssysslor som ökar välbefinnandet, så som att gå på gym eller att laga nyttig mat. Början är ofta svår, men slutresultatet ger effekt”, säger Leinonen.

Det finns också enkla och väldoftande trick som man kan sporra sig med. De sätter till och med lite guldkant på städningen. ■

1 Gör ditt eget sköljmedel

ÄTTIKA KAN ANVÄNDAS som sköljmedel för att göra tvätten mjukare och minska den statiska elektriciteten. Den tar också bort till exempel ingrodd svettlukt från sportkläder. Marthaföreningen rekommenderar ättika i stället för sköljmedel eftersom den inte ökar kemikaliebelastningen i naturen. Sköljättika är lätt att tillverka: blanda ihop ½ vatten och ¼ brännvinsättika. Dosera 0,5 dl i en full tvättmaskin.

”Tvätten får en mildare doft när man tillsätter eteriska oljor eller torkat citrusskal till sköljättikan”, tipsar Leinonen.



2 Gör en doftpåse

DET GÅR LÄTT att göra en doftpåse av ett vanligt engångskaffefilter. Fyll filtret med torkade björkblad, kanelstänger, dina favoritörter eller varför inte rosenkronblad, och sy eller häfta ihop det till en påse. Påsen ger en härlig doft till exempel i linneskåpet eller bastun. Lägg påsen på ett ställe i bastun där den inte blir blöt. Lägg den inte på bastuugnen!

3 Parfymera dina rengöringsmedel

DU KAN GE diskning eller städning en lite lyxig dimension när du skaffar parfymfritt handdisk- eller allrengöringsmedel och tillsätter eteriska oljor. Du kan också tappa rengöringsmedlen i nya snyggare flaskor. Då behöver de inte gömmas undan i skåpen, utan kan stå framme på diskbänken eller på en hylla.



4 Sprid doften av bullar med dammsugaren

LÄNGTAR DU EFTER ett bulldoftande hem? Det kan du få när du dammsuger. Strö kryddor du använder i bulldegen, som kardemumma och vaniljsocker, på golvet och dammsug upp dem. Då sprids doften med dammsugarens frånluft överallt i hemmet. Ju mer kryddor du använder, desto starkare doftar det.



5 Ta bort dålig lukt från mikron och kylskåpet

STARKA MATLUKTER fäster lätt i mikrovågsugnen eller i kylskåpet. Du kan bli kvitt lukten med en blandning av matsoda eller bikarbonat och vatten. Blanda ett par matskedar bikarbonat i ett glas vatten och låt det stå i kylskåpet eller mikron över natten. Lösningen suger åt sig lukterna.

"Ett snabbare sätt att luktbefria mikron är hälla bikarbonatlösningen i ett mikrovågsugnsfast kärl och värma upp den i cirka tio sekunder åt gången. Kontrollera sedan om lukten finns kvar. Upprepa uppvärmningen tills lukten är borta", råder Leinonen.

Text **ELLA PESONEN** Bilder **MARJAANA MALKAMÄKI**

"Att laga kaffe är mindfulness för mig"

Kaffe är en stor del av tammerforsaren Juuso Viljanens, 33, liv. Han bloggar om sin passion och har hittat många nya vänner tack vare sitt intresse. En lugn eftermiddagskaffestund hemma är höjdpunkten i vardagen.



Tammerforsbon Juuso Viljanen har sedan 2015 skrivit om sitt kaffe- och teintresse i bloggen Uttaja. "Nuförtiden väljer jag ofta resemålen för utlandsresor så att jag också kan besöka ett rosteri eller annat kafferelaterat."



Kaffe på kommande i en Chemex-kanna. Glaskannen med ett handtag i trä, som hålls på plats av ett snöre i läder, är en klassiker bland kaffeapparaterna och samtidigt en prisbelönt designprodukt. Med den svarta Fellow Stagg Pour Over-vattenkannen uppvärms kaffevattnet. Den fungerar på en vanlig elspis, induktionsspis och vedspis.



De traditionella mokabryggarna var bland det första Viljanen skaffade när han blev biten av kaffeflugan för några år sedan.



Viljanen har provat en av de dyraste kaffesorterna i världen, Jamaica Blue Mountain. Den odlas på 900–1 800 meters höjd på Blue Mountains-bergen på Jamaica. "Kaffet är känt för den höga kvaliteten och det höga priset. Jag köpte det i Tyskland. 100 gram kostade 15 euro."



Länge var min kaffementalitet den traditionellt finska: kaffet skulle vara starkt och rikligt. En panna på morgonen för att komma igång, mera på jobbet som bränsle och en eftermiddagsfika hemma efter jobbet därtill.

Min första bekantskap med ett specialkaffe gjorde jag för sex år sedan när jag var i Tallinn med min ex-hustru. Jag minns fortfarande den kaffeslurken. Den smakade – och doftade – starkt av citrusfrukter. Det var en tankeställare: kan kaffe vara sådant här också?

Jag blev så betagen i kaffe att jag sökte jobb hos rosteriet Mokkamestarit i Tammerfors. Där rostade, sålde och presenterade jag olika kaffesorter i ett halvt år. Jag deltog i också så kallade cuppings, kaffeavsmakningar.

Ju starkare min glöd för kaffe blev, desto mer ville jag också lära mig. Jag läste på nätet och i böcker, skaffade olika kaffeapparater och bytte upp mig också i teväg. Till slut började jag skriva om kaffe och te i min blogg *Uuttaja* (bryggaren).

Det mest fascinerande med kaffe är att man kan laga det med egna händer. Man kan nördas med de olika tillagningssätten i all oändlighet: prova en starkare bryggning, en grövre malning, olika vattentemperaturer... Det finns även en TDS-mätare för att kontrollera hur mycket koffein det finns i varje kopp. Man kan driva det här hur långt man bara vill.

Dessutom ger kaffet ett ständigt fyrverkeri av smaker. Varje kopp är en resa. Till exempel har de etiopiska kaffesorterna en stark arom av svarta vinbär som varje gång tar mig på en minnesresa till min barndom och besöken hos farmor. Hon brukade ge oss vinbärssaft direkt ur en saftmaja, och sedan fick man blanda i socker.

Det sägs att det finns tre saker som man aldrig tröttnar att titta på: rinnande vatten, brinnande eld och sovande barn. Jag tycker att man kan lägga till i listan en proffsig barista. Självt kan jag åstadkomma ett någorlunda igenkännbart hjärta på en latte.

Man kan säga att det finns två läger av kaffeentusiaster: de som lagar filterkaffe

med olika manuella tekniker och avnjuter sitt kaffe svart, och de som också blir frälsta på espresso och latte art, dvs. konsten att göra olika mönster av mjölkskum på toppen av kaffet. Självt räknar jag mig främst till den första gruppen.

Jag har ingen vanlig kaffebyggare utan en kaffekvarn och en uppsjö av olika filterpapper, trattar och strutar för manuell kaffekokning. Jag började med en kaffepress och en mokabryggare eller "mutterpanna", men nu har jag byggt ut utrustningen med bland annat Aero Press, Chemex-kanna, sifon, en handdriven espressomaskin och naturligtvis en traditionell kaffeanna för öppen eld.

Jag jobbar på en fabrik, och där dricker jag nog den vanliga bulkvaran. Det är en höjdpunkt på dagen när jag kommer hem efter jobbet och med andakt gör i ordning en riktig kvalitetsfika.

En teknik som jag använder ofta är pour over. Där håller man manuellt vatten i en filtertratt. Det tar tio minuter att laga en kopp kaffe, och under hela den tiden är man fullständigt fokuserad på kaffet. Det är mindfulness för mig, ett vattenhål mitt i vardagens jäkt.

Under helgerna sätter jag ibland på bra musik i bakgrunden. Ofta är min treåriga son med för att känna doften av när pappa gör kaffe. Det är hans hedersuppdag att sätta på kaffekvarnen.

"Aromen av svarta vinbär i de etiopiska kaffesorterna påminner mig om besöken hos farmor."

Sedan jag bytte till specialkaffe har jag druckit mindre kaffe än tidigare. Idag är kaffedrickandet inte längre en prestation utan en njutning. Nuförtiden blir det 3–5 koppar per dag. Ibland dricker jag också koffeinfritt. Det koffeinfria kaffet har ett dåligt rykte i Finland, men det finns faktiskt utmärkta alternativ där också.

Jag handlar mina specialkaffesorter hos små finska rosterier. De kostar visserligen lite mera, men jag tycker att den allra billigaste sorten som man får

Juuso tips till blivande kaffekännössörer

SMAKA PÅ OLIKA KAFFESORTER

"Du kan börja med det specialkaffe som finns i mataffären. Smaka kaffet helst svart, mjölkens fett och sötma ändrar dess karaktär. Ett gott kaffe saknar inte mjölk."

LÄS PÅ

"En av mina kaffeikoner är engelsmannen **James Hoffman**. Han har skrivit boken *World Atlas of Coffee* som är ett slags bibel för kaffeentusiaster. Han har även en bra YouTube-kanal. Jag kan också rekommendera podcasten *Cappuzine*. Den görs av **Jarno Peräkylä** och **Samuli Parkkinen** som har lång kaffeerfarenhet."

GÅ MED I EN KAFFEKLUBB

"Den finska kaffetjänsten Slurp fungerar på samma sätt som bok- och skivklubbar förr i världen. Man kan anpassa sitt abonnemang efter eget tycke och smak, och 1–2 gånger i månaden dimper ett brev med kaffe genom brevkastet. Bättre post kan man inte få!"

tre paket för en tia inte är det smartaste valet. Kaffebranschen har det tufft, och framtiden ser mörk ut med tanke på klimatförändringen. Var och en kan göra skillnad med sina konsumtionsvanor.

Det är bra med transparens. Ju mer detaljfakta det står på etiketten, exempelvis vilken gård kaffet kommer från och vid vilken tvättstation börnorna behandlats, desto bättre tycker jag kaffet är. Det är min dröm att få åka till en kaffefarm i Sydamerika, till kaffets ursprung. Jag har hört att det är en ögonöppnare.

Kaffeintresset har gett mig mycket mer än jag kunde vänta mig. Jag har fått många oförglömliga erfarenheter och en stor skara nya kompisar. Kaffekretsarna i Finland är små, och där finns helt underbara människor. Varje gång jag går på ett kaffeevenemang, till exempel Helsinki Coffee Festival, är det genast minst tre som vinkar med handen och säger "Juuso, hur står det till, kom över ett tag?" Det vore toppen om jag en dag skulle kunna ha kaffe som yrke." ■

Elpriset sätts på elbörsen

Vet du hur kundpriset för el uppstår och varför det kan variera? Energichef **Jari Hovila** från Vasa Elektriska berättar.

Text **ELINA VIRONEN**

1 Hur avgörs säljpriset för el?

”Vasa Elektriska och andra energibolag handlar med derivat på elbörsen Nasdaq OMX Commodities. Derivathandeln gör det möjligt att slå fast inköps- och säljpriset på el för flera år framöver. Därmed skyddar den både försäljare och köpare mot plötsliga förändringar av marknadspriset.

Vi fastställer alltså elpriset på elbörsen för en lång period och i små delar. Därför syns ett förändrat marknadspris inte genast i kundpriset. Om elpriset på börsen vänder uppåt men sedan går ner igen höjs kundpriset inte nödvändigtvis alls.”

Namn: **Jari Hovila**
Arbetsuppgift: **energichef**
Utbildning: diplom-ingenjör i elteknik och ekonomie kandidat
Familj: hustru och fyra barn mellan 1 och 11 år
Fritidsintressen: barnens hobbyer och byaföreningsverksamhet

2 Vilken nytta har kunden av systemet?

”Vårt säljpris är stabilt. Kunderna kan vara lugna. De behöver inte hela tiden sitta och jämföra sitt elpris med konkurrenternas. Skulle elpriset förändras titt som tätt skulle det lätt bli stressigt för kunden.”

3 Varför varierar elpriset?

”Priset bestäms på basen av utbud och efterfrågan. Exempelvis rasade elpriset på elbörsen i vintras då vädret var blåstigt och produktionen av vindkraft ökade. Det regnade också mer än genomsnittet vilket ökade tillgången på vattenkraft. Samtidigt var efterfrågan på el låg eftersom vädret var mildt.

Förändringarna i utbud och efterfrågan påverkar elpriset inte bara på Nasdaq OMX Commodities, utan också på den nordiska elbörsen Nord Pool. På Nord Pool sätts ett så kallat spotpris timme för timme. En del elkunder kan känna igen spotpriset från elavtal som baserar sig på börspriset.”





ZUNUM AERO

Planer på elflyg

GODA NYHETER för Kvarkenregionen! Kvarkenrådet har tillsammans med en rad samarbetspartner som driver forskning och utveckling fått EU-finansiering för utvecklingsprojektet FAIR kring eldrivna flyg. Vasa Elektriska är medfinansier i projektet som pågår till sommaren 2022 och stärker regionens roll inom energibranschen ytterligare.

Avsikten med FAIR är att utreda hur en kommersialisering av eldrivet regionalflyg i Kvarkenregionen kan genomföras på ett snabbt och effektivt sätt. Elflygen skulle svara på regionala utmaningar, så som långa avstånd, men också det globala behovet att minska flygtrafikens klimat- och miljöbelastning. Dessutom skulle de främja näringslivet och utvecklingen i området och inge framtidshopp för mindre flygplatser.

HALLÅ, DU SOM HAR FJÄRRVÄRME!

När uppvärmningssäsongen börjar – kom ihåg att kontrollera:

- trycket i uppvärmningssystemet
- bruksvattnets temperatur och ventilens funktion
- cirkulationspumpens funktion
- rör och anslutningar i uppvärmningssystemet för läckage
- expansionskärlets skick
- regulatorns vintertidsinställningar om den är tidstyrd
- att sommarspärren inte är aktiverad.

Se också vasaelektriska.fi/kollafjarrvarmen

SÅ TAR DU HAND OM

Ventilationsaggregatet

När aggregatet är rent hålls inomhusluften frisk och sund.

1 | Byt ut filtren ett par gånger om året, helst på våren före säsongen för gatudamm och pollen och på hösten när säsongen är över för att inomhusluften ska hållas ren och fräsch. Byt ut filtren oftare om du bor till exempel vid en högt trafikerad gata och de blir snabbt smutsiga. Ett smutsigt filter är svart eller grått. Vanligtvis har ett ventilationsaggregat tre filter: grov- och finpartikelfilter för tilluften och ett grovpartikelfilter för frånluften. En del grovpartikelfilter kan rengöras och användas på nytt. Följ aggregattillverkarens anvisningar vid filterbyte.

2 | Rengör aggregatet med ett par års mellanrum. Aggregatet innehåller känsliga delar, så det kan vara bäst att anlita proffs för rengöringen. Bestämmer du dig ändå för att utföra rengöringen själv – följ noga tillverkarens anvisningar. Koppla ifrån aggregatet, låt resistorerna svalna och öppna luckan. Vanligtvis kan värmeåtervin-



VALLOX OY

ningscellen tas av och rengöras med ett mildt tvättmedel. Damsug ytorna inuti aggregatet och torka dem med en fuktig trasa.

3 | Låt ett ventilationsproffs sota ventilationskanalerna med 5–8 års mellanrum.

4 | Om du bor i ett nybyggt hus låt en ventilationsplanerare justera ventilationen på nytt inom ett par år efter monteringen av aggregatet när byggfukten har torkat ut.

5 | Låt serva ventilationsaggregatet om det uppkommer fel, till exempel om aggregatet inte blåser på full effekt eller ger ett pipande ljud. Att byta ut lagren i fläkten förlänger aggregatets liv med flera år. Oftast har ett ventilationsaggregat en livslängd på 20–30 år.

Källor: Hanna Kyrönviita från Andningsförbundet och hengitysliitto.fi



BOTHNIA HIGH 5 - ALLIANSIN KUVAANKKI.

El och värme för sjukhuset

VASA CENTRALSJUKHUS byggs ut med den nya H-byggnaden. I och med utbyggnaden växer också behovet av fjärrvärme. Vasa Elektriska har ökat kapaciteten i reservkraftsystemen för fjärrvärme i händelse av störningar. På sjukhusområdet har ett nytt reservkraftsystem uppförts och det ska även försörja en del av stadsdelen Sandviken.

I fall av störningar säkerställs elförsörjningen till den nya H-byggnaden som normalt på sjukhus: med dubbla eller trefaldiga elnät med egna oberoende energikällor.



Följ oss
i sociala
medier!



VELL-PEKKA VÄISÄMEN

Keldjur och kärlek

ETT MÄSTERSKAP i vem som är bäst på ösa söta ord över sitt keldjur och den riksturnerande Kärlekscontainern, som är minst lika glad och överraskande på insidan som på utsidan. Bland annat detta har Vasa Elektriska bjudit på i sociala medier i sommar. Och garantin för rosa energi och gott humör gäller också i höstruset! Gå in på Instagram och bli förtjust!

♥ #kärlekärelektricitet



Nina är finsk mästare i att gulla med husdjur!

I JUNI ARRANGERADE vi FM i att gulla med husdjur. Tävligen, som ägde rum i sociala medier, blev en braksuccé! Deltagarna var många och tävligen uppmärksammades också i medier, bl.a. i Tians nyheter på tv. I finalkampen, som leddes av **Janne Kataja**, gullade **Nina** (@ninajhedkrok) sig till seger med siameskatten Lumi (på bilden). Nina fick ett presentkort på 500 euro till Musti ja Mirri. Grattis till vinnaren och stort tack till alla deltagare!

Intelligent laddsystem för elbilar – en smart investering

ELBILAR BLIR ALLT POPULÄRARE, och många husbolag funderar över att skaffa en laddstation. Ett smart laddningssystem kan vara ett klokt val när olika alternativ begrundas. Det är också en framtidssäker investering. När allt fler invånare i huset skaffar elbilar och laddar dem samtidigt följer det intelligenta systemet belastningen i fastigheten och justerar effekten i systemet därefter. När kapaciteten räcker till sker laddningen på full effekt, men när många bilar laddas samtidigt begränsar den dynamiska belastningskontrollen laddeffekten så att den hålls jämn för alla bilar. Då är laddningen så effektiv och säker som möjligt.

Planerar ditt husbolag att skaffa ett laddsystem för elbilar? Läs tipsen från våra experter på vasaelektriska.fi/laddaelbil.

Mycket rent

Elen som Vasa Elektriska sålde till sina kunder 2019 hade följande ursprung:

förnybara energikällor

37,3 %

fossila
bränslen

27,9 %

kärnkraft

34,8 %

De specifika koldioxidutsläppen från elen som Vasa Elektriska sålde 2019 uppgick till 153 g/kWh. Mängden använt kärnbränsle från elproduktionen var 0,9 mg/kWh.

VÄRMELAGRET PROVKÖRT

VÄRMEENERGILAGRET i grottorna under kraftverket på Vasklot i Vasa har provkörts under sommaren. Grottorna är fyllda med vatten som har laddats med överskottsenergi från Westenergys avfallsförbränningsanläggning. Värmeenergin i vattnet kan användas till uppvärmning av fastigheter i fjärrvärmenätet i Vasa. På vintern fylls lagret på med värme från kraftverket på Vasklot. I framtiden kan lagret värmas upp med vilken energiform som helst.

När all energi kan tas tillvara minskar behovet att starta de mindre miljövänliga kraftverken. På det sättet blir klimatavtrycket för Vasatrakters fjärrvärmekunder ännu mindre.

Vi stärker fjärrvärmenätet i Smedsby

I SOMMAR KÖPTE Vasa Elektriska fjärrvärmenätet i Smedsby i Korsholm. Förvärvet har medfört många goda nyheter för Smedsbyborna.

Vi kommer att utveckla fjärrvärmenätet under de kommande ett par åren och förbättra nätets driftsäkerhet. Dessutom får Smedsbyborna möjlighet att byta till vår koldioxidneutrala fjärrvärme. I sommar fick våra kunder i Smedsby nya elmätare som kan avläsas på distans, och således behöver inga mätarställningar skickas in. Priset på fjärrvärmen i området sjönk i och med köpet.

Våra företagskunder i området fick samtidigt möjligheten att sälja sin spillvärme till fjärrvärmenätet.

Fans med el på huden

Vi tog reda på vem som är Finlands största K-popfan. Vi mätte fansens reaktioner med hjälp av en smart ring och hittade en vinnare som vill rasera fördomar.

Vad är det frågan om?

Vi ville ta reda på om det är möjligt att mäta starka känslor, så som förtjusning eller beundran. Eftersom K-pop, koreansk pop, har väldigt passionerade fans bestämde vi oss för att ordna en lekfull tävling där vi sökte efter Finlands största K-popfan. Av alla sökande kvalade de tre mest inbitna – 46-åriga ekonomisekretären **Irma Salminen**, 17-åriga studenten **Katrianna Riihiluoma** och 26-åriga läkaren **Alexandra Lehtonen** – in till tävlingen där deras entusiasm mättes med hjälp av en smartring.

Hur gick mätningen till?

När vi blir förtjusta eller tänder på något aktiveras det sympatiska nervsystemet, vilket gör att vi börjar svettas.

”Vätska, svett i det här fallet, leder elektricitet väl. Smartringen mäter hudens elektriska ledningsförmåga”, förklarar vår kärleksexpert, doktor i mätteknik **Pekko Vehviläinen**, som utförde mätningen.

Fansen fick se sin favoritgrupp på video och höra dess musik samtidigt som den smarta ringen registrerade de emotionella reaktionerna hos dem.

”Att de verkligen rågillade vad de såg och hörde var uppenbart i ringens data. Aktiviteten steg med upp till hundra procent”, säger Vehviläinen.

Vem klarade sig bäst?

De starkaste känslorna mättes hos 26-åriga Alexandra Lehtonen (på bilden) som också bekänner sig vara ett verkligen dedikerat fan. Hon blev helsåld på K-popen för ett och ett halvt år sedan och har sedan dess följt sin favoritartist, sydkoreanske Lee Taeyong, överallt i världen. Dessutom följer hon honom tätt på sociala medier.

”När jag går in för något lever jag mig helt in i det, av hela hjärtat”, säger Lehtonen.

Hon tycker att K-popen inte är ett socialt accepterat vuxenintresse i Finland. När hon såg på Twitter att Vasa Elektriska söker K-popfans till en undersökning ville hon absolut vara med.

”Jag ville visa att vi K-popfans finns i alla åldrar och att K-popen inte bara är en tonårsgrej.”



På jakt efter det perfekta ögonblicket

Modefotografen Guillaume Roujas reser från den ena världsmetropolen till den andra i arbetsresan. När jobbet är gjort är det alltid trevligt att komma hem till lugnet i Vasa.

Laptopen, kameraväskan och en vägg fullklustrad med färggranna post-it-lappar med kontaktuppgifter till modehus och designers. Det är det väsentliga i den franska fotografen **Guillaume Roujas'** arbetshörna.

Fast arbetshörnan befinner sig i hans hem i Vasa hinner han inte sitta där så ofta. Själva arbetet, modefotograferingarna, sker på olika håll i världen.

De senaste tio åren har Roujas tillbringat halva året resande från den ena modeveckan till den andra: från New York till London, sedan till Milano och Paris. Schemat är intensivt och hektiskt. Modeveckornas kärntrupp – fotograferna, modellerna, makeupartisterna, frisörerna och modejournalisterna – förflyttar sig hastigt från stad till stad.

"När modeveckan i en stad avslutas ger vi oss iväg mot nästa. Det blir ingen tid att till exempel äta på restauranger", berättar Roujas.

I början av året bestämde han sig för att varva ner lite för barnens skull. Sedan kom coronapandemin och gjorde sitt till. Men när situationen någon gång återgår till det normala och modeveckor och fotograferingar kan arrangeras igen

GUILLAUME ROUJAS är en fransk modefotograf som sedan sju år tillbaka bor i Vasa med sin familj. Han har arbetat med flera ansedda tidningar, så som New York Times, italienska Vogue och franska Elle. Han samarbetar också med flera internationella designvarumärken.

blir det återigen mycket resande både i Finland och utomlands – fast en vecka mindre i månaden än förr.

"Jag har två flickor på 2 och 4 år. Jag vill se dem växa upp och prata franska med dem hemma. När jag är ute och reser ser vi varandra bara på Skype."

Från Paris till Vasa

En modeshow på taket av en skyskrapa, ett sällsynt besök på Ralph Laurens berömda bilmuseum, en catwalk på spåren i New Yorks metro och ett hotell där väggarna var klädda med en miljon blommor för en modevisning. Det är några exempel på vad Roujas har varit med om under sin karriär.

"Jag medger att jag älskar mitt arbete. Jag är en lycklig fotograf", säger han skrattande.

Gemensamt för de bästa stunderna i hans karriär har varit en överraskningseffekt och ett visuellt fyrverkeri: till exempel när alla 90-talets supermodeller från **Naomi Campbell** till **Cindy Crawford** kom upp på scenen på samma gång eller när modevisningen var en spektakulär kombination av dans och teater.

"Då är det lätt att fotografera. Man behöver bara trycka på utlösaren och bilderna blir fantastiska. Det är som en gåva till fotografen."

När jobbet är gjort är det alltid trevligt att komma hem till Vasa, som Roujas beskriver som lugnt men livligt. Han besökte Vasa för första gången 2011 när han hälsade på en vän som var utbyttessstudent i Finland. Då träffade han i förbigående en kvinna som han sedan

Hemma är Guillaume Roujas familjefar, på jobbet ute i världen en modefotograf mitt i karriären.

av en slump stötte på igen i Paris under samma vår.

De blev ett par och flyttade ihop i Paris i ett par år. De landade i Vasa när sambon **Pia** blev erbjuden ett intressant jobb inom marknadsföring i sin hemstad.

"Jag trivs i Vasa, men jag älskar fortfarande Paris. Som tur är kommer jag ofta dit i arbetet."

Mörkrummets under förtrollade

Roujas kommer ursprungligen från en liten by i Provence i Frankrike. Han studerade historia och grafisk design, och hade inga planer på att bli fotograf.

Vändpunkten kom för 22 år sedan när han hade tillfälle att framkalla bilder i ett mörkrum tillsammans med sin vän som var fotograf. Han blev förtrollad av det röda ljuset och hur bilden uppenbarade sig på fotopappret.

"Jag var redan som barn fascinerad av min pappas kamera. Det kändes som om saker och ting blev mer meningsfulla när jag såg dem genom linsen. Men jag tänkte aldrig att jag själv skulle bli fotograf."

Det gick annorlunda: År 2000 började Roujas studera fotografi i Paris. För att ha råd att bo i den dyra staden knäckade han först som bröllopsfotograf och sedan som bildjournalist på lokala tidningar.

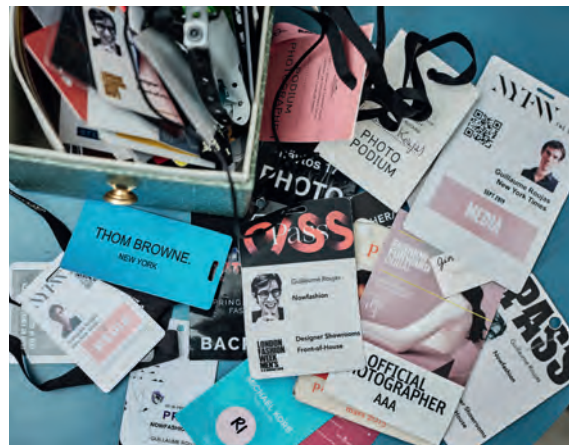
När Roujas blev skickad på ett jobb på modeveckan i Paris märkte han att modefotografering kändes naturligt. Sedan inbjöd hans fotografvänner honom att bygga upp en onlineplattform kring modeveckorna, och han tackade ja.

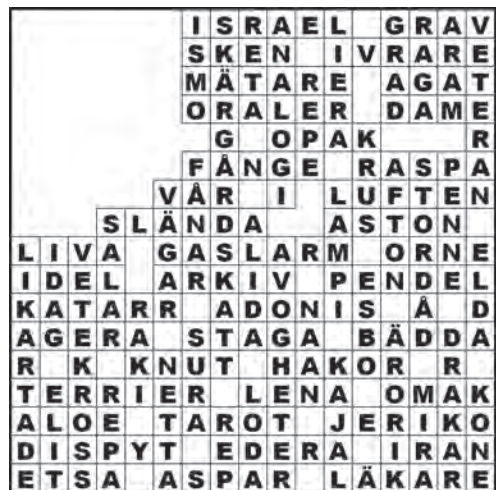
Branschen är hårt konkurrerad, men Roujas antar att han har klarat sig väl tack vare hårt arbete och rätt attityd.

"Attityden är det viktigaste. Le, uppmuntra de andra och prata med folk. Låtsas inte utan var dig själv!" ■



PÅ HEMMAKONTORET | Guillaume Roujas' arbetshörna är inredd med konstverk av hans barn. På post it-lapparna står kontaktuppgifter till personer i modevärlden. Han klär sig gärna i finska modemärken och alltid i svart. "Svart är fotografernas traditionsfärg. Vi får inte sticka ut." Roujas' foton (nedan) har publicerats i välkända internationella modemagasin.





Äpplet överraskar som nachos

Höstens äpplen kan bli till många sorters delikatesser, men den här har du knappast smakat på. Äppelnachos är en superlättagad efterrätt eller ett mumsigt tilltugg som stjälar ditt hjärta.

Recept **HANNA HURTTA** Bild **KIRSI-MARJA SAVOLA**

Perfekt smak-kombination!

Kolasåsen och chokladen ger söta, myntan, lingonen och äpplet fräschhet.



Börja med kolasåsen:

Smält sockret i en kastrull och blanda i grädden under vispning. Låt koka i cirka fem minuter. Vispa ner smöret och saltet. Låt svalna.



Förbered äpplen och chokladen:

Ta bort kärnhusen och skär äpplena i tunna skivor. Hacka chokladen till ett grovt kross med en kniv.



Gör i ordning nacho-fatet:

Lägg ut äppelskivorna på fatet. Häll rikligt med kolasås på dem och strö över chokladkross, lingon och nonpareller. Avsluta med färsk mynta.

Till ett fat äppelnachos behöver du:

500 g äpplen
50 g choklad (t.ex. hasselnötschoklad)
kolasås
lingon
nonpareller
myntablاد

Kolasås:

2 dl socker
2 dl vispgrädde
1 msk smör
(en nypa salt)

Gena genom att använda färdig kolasås.



Vasaenergi som bäst.

Tillsammans kan vi göra skillnad!

**Byt till en elektronisk faktura –
vi donerar ytterligare 5 € till
Mannerheims Barnskyddsförbund.**

Vi beslutade oss för att donera 7 000 euro till MLL och på så sätt bidra med mathjälp till familjer och ett lyssnande öra för barn och unga.

Nu utmanar vi dig att delta! För varje byte till elektroniskt betalningssätt ökar summan med 5 euro!

Läs mer om hur du deltar:
vasaelektriska/tillsammans

#tillsammans



MANNERHEIMS
BARNSKYDDSFÖRBUND

**Vi donerar
5 € per faktura**
Byt till en elektronisk
faktura och
gör skillnad.