

Samarbete

ÄGARKUNDERNAS EGEN TIDNING

4/20

Lycka är ...

VÄRLDENS LYCKLIGASTE FOLK
NJUTER AV NÄRHET OCH FÅGELSÅNG.
EXTREM LYCKA ÄR EN HELIG UPPLEVELSE.



TOMATER FRÅN NÄRPES
Kunskaperna
överförs från generation
till generation
i andelslaget

**ÅTTIOTALS-
SKÖNHET**
Hotell Ilves är
en bit av USA
i Tammerfors

HEMMET I LÅGOR
Hungerdags-
insamlingen hjälpte
Raumofamilj
efter en eldsvåda



REDAKTION SOK

Chefredaktör Veli-Pekka Ääri
Redaktionschef Sanna Suokko
Innehållschef, mat, Sanna Autio
Producent Enna Pohjala

UTGIVARE

Centrallaget för
Handelslagen i Finland (SOK)
Direktör för medieverksamhet
Anne Sassi

ANNONSFÖRSÄLJNING

smartmarketing@sok.fi

ÖVERSÄTTNING

Acolad

KONTAKTUPPGIFTER SOK

Redaktion

fornamn.efternamn@sok.fi

Växel SOK 010 768 011

Postadress

PB 1, 00088 S-gruppen
Ägarkundstjänsten 010 765 859
(0,0888 e/min.) betjänar i alla
frågor som gäller ägarkunderna
Ditt handelslag www.s-kanava.fi
Adressändringar
uppdateras automatiskt via
befolkningsdatasystemet.

REDAKTION SANOMA

Innehållschef Tytti Kontula
Art Director Leena Majaniemi
Producent Leila Mehto

TRYCKERI

PunaMusta Media
116:e årgången
Samarbete utkommer
sex gånger per år.
ISSN-L 0044-0396
ISSN 0044-0396 (print)
ISSN 2242-2196 (webb)
Upplaga 47 696 (LT 2019)
Medlem i Tidskrifternas Förbund



Omslagsbild
Rami Niemi

Foto SOK:s arkiv och Satu Kempainen



På denna gamla reklamaffisch marknadsförs SOK:s hemmafärger som lanserades 1922. Textilfärgerna blev snabbt populära och många privata köpmän började sälja dem i sina butiker.

Lycka är en attitydfråga

Finland har tagit första plats tre gånger i rad i FN:s lyckorapport. Vi är naturligtvis ödmjukt stolta över detta tillstånd i vårt samhälle. Samtidigt väcktes en lust att titta under motorhuv och ta reda på vad det sist och slutligen är som gör finländarna lyckliga.

Av en enkätundersökning genomförd bland ägarkunder skapades tidningens temaartikel, som onekligen är mycket nationell och säregen. Finländarnas lycka grundar sig sällan på yttre framgångar. Däremot skapas den på ett positivt sätt kring den helt vanliga vardagen och livet i sig. I exceptionella situationer omvärderas lyckan ofta. Det har säkerligen hänt även för oss finländare under de senaste månaderna. Vi har fått en mycket tydligare bild av vad som är viktigt för oss och som ligger oss varmt om hjärtat.

TIMO AIRAKSINEN, professor emeritus i filosofi, säger mycket insiktsfullt i vår intervju att det är de omständigheter under vilka lycka upplevs som är av betydelse, inte lyckan i sig. Han uppmuntrar oss att värna om epikurism: att emellanåt blicka inåt, dra oss tillbaka i ensamhet och därigenom uppnå sinnesfrid, lycka. Den gångna sommaren och semestertiden har förhoppningsvis bjudit på många möjligheter till detta. Att spika upp ett plank i en frisk sommar-

vind eller att njuta av det djupa lugnet i en tallskog gör gott för själen. Det är bra att värna om dessa stunder även i den stressiga vardagen, som snart börjar igen och snurrar på i allt snabbare takt.

BETYDELSEN AV ARBETE och att vi gör saker tillsammans har en viktig roll som en del av lyckan. Detta återspeglas till exempel i vår artikel där vi besöker tomatodlingar i Närpes. I den österbottniska staden har kunskaper om grönsaksodling förvärvat under många generationer, och ett andelslag har visat sig vara ett enkelt och bra sätt att organisera saker. I andelslaget konkurrerar odlarna inte sinsemellan, utan delar med sig av sina kunskaper. Rätt attityd är en del av att vara lycklig, det ska vi komma ihåg.



VELI-PEKKA ÄÄRI
Chefredaktör



Silja Varjonen, expert inom matfostran, uppmanar föräldrarna att lita på barnen, s. 30.



Börje Ivars är en av de största odlarna i Andelslaget Närpes Grönsaker, s. 24.

En smoothie är ett färskt mellanmål, s. 21.

Återkommande

- 2 Ledaren
- 29 Hiltunen
- 50 Förmåner till dig
- 51 Kryss



Toppa ugnstekta fattiga riddare med vinbärssylt och vispgrädde, s. 14.

Innehåll ⁰⁴/2020

4 Fräscht, uppiggande och tydligt

Alla 440 S-marketar förnyas.

5 "Konst gör dig lyckligare"

Konstnären Eila Ekman-Björkman och hennes dotterson Veeti Väliähdet njuter av att skapa konst.

6 Lycka skapas genom att leva

Finländarna berättar att de upplever lycka särskilt tillsammans med närstående, i det egna hemmet, ute i naturen och i det lilla.

14 Söta, fräscha vinbär

Syrliga vinbär passar till både salt och sött.

21 Avkopplande sommardagar!

Grilldelikatesser, grönsaker, egenhändigt plockade bär och goda drycker är enkel sommarmat.

23 Kräfter!

Koka signalkräfter kan användas i många rätter.

24 Tomaternas hem

Över 40 procent av den inhemska tomatodlingen sker i Andelslaget Närpes Grönsakers växthus.

30 Med fingrarna, med sked, tillsammans och med glädje

Silja Varjonen, expert inom matfostran, efterlyser mer glädje i att äta tillsammans i barnfamiljer.

33 Blomhinkens nya, mer städade liv

Sinituote tillverkar städredskap av S-gruppens gamla snittblomshinkar.

34 Stjärnornas favorittorn

Original Sokos Hotel Ilves är ett landmärke i Tammerfors.

40 En vit dröm

Alina Savela fick sin hett efterlängtnade Jopo med hjälp av Bonus.

42 Klimatinsats genom investeringar

Klimatförändringarna blir ett allt viktigare samtalsämne även på kapitalmarknaden.

46 Lågorna slukade hemmet

Ett hem i Raumo förstördes i en eldsvåda, men lyckligtvis fanns det hjälp att få i den svåra situationen.

Essi Kärpijoki kryddar sin wokrätt på S-market Manhattan i Åbo som har förnyats enligt det nya konceptet. I bakgrunden restaurangmedarbetaren Tuukka Reivo.

FRÄSCHT, UPPIGGANDE OCH TYDLIGT

Alla 440 S-market-butiker kommer att förnyas, en stor del under detta och nästa år.

V varför förnyas S-marketaarna?

Konsumentundersökningar visar att S-market anses vara en tillförlitlig, saklig och smidig matbutik. Tanken är att förnyelserna ska ge butikerna en modernare prägel. Förhoppningen är att det nya konceptet även ska ge kunderna mer glädje, entusiasm och inspiration, och även överraskningar!

Vad förändras?

Förnyelserna görs i olika omfattning. Alla butiker får åtminstone nya färger och ändringar i butiksmöblerna och produktupplägget. Vissa butiker genomgår större förändringar, till exempel har S-market Manhattan i Åbo infört specialiteter som en sushi- och wokbar.

Träytor och färgerna grått och svart skapar ett varmt, ljust och öppet skandinaviskt intryck i butikerna.

Trender och säsonger lyfts fram mer än tidigare. Produktnyheter placeras i hyllgavlar där de är lätta att plocka med sig.

Frukt- och grönsaksavdelningen har ett fräscht och brett utbud. Många butiker erbjuder färskpressad juice och ett stort urval av lokala produkter. På bröдавdelningen finns de bästa brödsorterna från lokala bagerier. Avdelningen för bryggda drycker blir mångsidigare. I ungefär hundra butiker ändras service-disken till ett Mattorg med ett ännu bredare utbud.

Förnyas alla S-marketaar?

Ja. Alla cirka 440 S-marketaar förnyas.

Enligt vilken tidtabell sker förnyelsen?

Merparten av butikerna förnyas under detta och nästa år.

Vilket mottagande har förnyelsen fått i butiker där den redan genomförts?

Mycket positivt. Många har beundrat det nya utseendet och till exempel har det breda sortimentet på frukt- och grönsaks- samt dryckesavdelningen fått mycket beröm. Fräscht, uppiggande och tydligt är ord som butikerna har beskrivits med.

Källor: Sortimentsdirektörerna Katja Tapio och Antti Oksa inom SOK Markethandel samt S-market Mannhattans butikschef Liisa Vainikainen.

KEDJAN S-MARKET

- Grundades 1984.
- Den största dagligvarukedjan inom S-gruppen.
- Cirka 440 butiker med en yta på 500–3 000 m².



Under coronavåren hade Veeti Väliahdet och hans mormor Eila Ekman-Björkman mer tid än normalt för måleri.

"KONST GÖR DIG LYCKLIGARE"

Konstnären Eila Ekman-Björkman och hennes dotterson Veeti Väliahdet vet att man kan bearbeta sina känslor och få sinnesfrid med hjälp av konst.

"MORMOR HAR ALLTID varit oerhört viktig för mig och jag har värdesatt hennes karriär som konstnär. Jag målade själv när jag var yngre, men i tonåren bytte jag konsten mot grekisk-romersk brottning. Jag blev mobbad i skolan och ett maskulint fritidsintresse kändes mer accepterat. Jag sysslade med brottning på landslagsnivå i ungefär fem år och levde som en elitidrottare, tills jag slutade för ett par år sedan på grund av skador på ryggkotorna. Efter det drabbades jag av en depression. Mormor uppmuntrade mig att börja måla igen och det gav mig ett sätt att hantera mina känslor. Måleriet är terapi för mig. Det är som meditation som får mig att känna mig fri och lättad."

Veeti Väliahdet, 22, barnbarn

"JAG HAR jobbat som konstnär och konstlärare och även grundat konstskolor. Under åren har jag upptäckt att konst gör människan lycklig. När du koncentrerar dig på kreativt, skapande arbete glömmar du allt annat. Själv målade jag till exempel fyra stora verk under coronavåren och de har gett mig stor glädje. När du skapar konst är det en underbar känsla när du lyckas, men å andra sidan frustrerande när något går snett. Lyckligtvis kan du då låta frustrationen gå ut över tavlan. Jag är mycket stolt över min dotterson Veetis utveckling som konstnär. Det kändes ända in i hjärtat när han efter att han slutat med brottningen kom till mig och sade: "Mormor, konsten är en del av mitt liv." Sedan började han måla. Han har inte bett mig om hjälp utan gör otroligt fina verk alldeles själv. Han har en fantastisk talang."

Eila Ekman-Björkman, 81, mormor

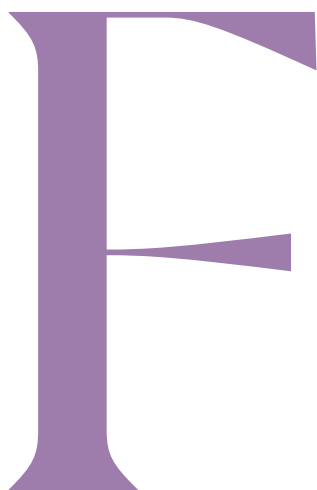
text KIRSI HEMANUS illustration RAMI NIEMI

LYCKA SKAPAS GENOM ATT LEVA

Lycka innebär olika saker för olika människor. Finländarna berättar att de upplever lycka särskilt tillsammans med närstående, i det egna hemmet, ute i naturen och i det lilla.







Frågan vad lycka egentligen är har sysselsatt människan i årtusenden. Det finns nog inget entydigt svar, eftersom lycka innebär olika saker för olika människor.

Författaren **Petri Tamminen** tror att uttrycket *lyckliga människor* måste betyda någonting mycket mer permanent än de känslor av lycka han upplever till och från.

”Mina känslor av lycka är mycket ombytliga. Jag når känslan snarast av misstag. Och när jag upptäcker den börjar den redan ändra form.”

Tamminen funderar hur lång tid i sträck man ska vara lycklig för att man ska räknas som en lycklig människa. Hur mycket lycka behöver man känna under ett dygn? Hur kan man mäta och jämföra lycka i undersökningar?

”Jag anser att lycka är någonting som kommer och går. Det är mer ett verb än ett substantiv”, säger han.

Finland har tagit första plats tre gånger i rad i FN:s lyckorapport. När tidningen *Samarbete* undersökte läsarnas upplevelser av lycka blev listan över lyckliga stunder lång. Läsarna berättade att de upplever lycka tillsammans med närstående och familj, i det egna hemmet, ute i naturen, på sommarstugan och i det lilla.

En stabil inkomst, skrott tillsammans med kollegor och känslan efter en löprunda eller ett bastubad nämndes också.

I enkätundersökningen som genomfördes i maj användes delvis frågor utarbetade av lyckoforskaren **Ilona Suojanen**. Till frågorna hörde exempelvis: Hur ofta skrattar du? Hur trygg känner du dig? Har du drömmar och mål? Hur betydelsefull upplever du att du själv och ditt liv är? Hur älskad känner du dig?

”Undersökningar visar att dessa faktorer har en positiv inverkan på människors lycka”, säger Ilona Suojanen. Hon disputerade i sambandet mellan arbetsliv och lycka vid Edinburghs universitet 2017.

I FN:s lyckorapport används mycket annorlunda indikatorer på lycka för att förklara vad som gör finländarna så lyckliga. Till dessa hör bland annat bruttonationalprodukt, antalet förväntade friska levnadsår, frihet att fatta beslut och göra val, nivå av korruption och huruvida svarspersonerna donerar pengar till välgörenhet.

”Dessa faktorer kanske säger mer om samhället än om hur människorna själva mår. Indikatorerna är också kulturbundna. Vi skulle sannolikt få andra resultat om undersökningen var utarbetad i Kina, Mexiko eller Nigeria”, säger Suojanen, och tillägger att hennes västerländska ursprung även kan återspeglas i de frågor hon har föreslagit.

”Känslor av lycka kommer av små saker. Som barn var jag lycklig när jag fick en fem pennis godisklubba. Jag känner lycka när min lilla hund vill sova i mitt knä. När det är varmt ute, solen skiner, jag hör fåglarna sjunga och inte har bråttom någonstans.”

KVINNA, 65+, SÖDRA FINLAND

Ilona Suojanen berättar att det var med stor behållning hon läste svaren i *Samarbetes* enkätundersökning. De gjorde henne glad, till och med röd.

”Kommentarerna var underbart vardagliga och vanliga. Precis sådan är lyckan ofta, det behöver inte vara några stora saker i livet. Det är inte något du lägger i en låda med en etikett på. Det går inte att kategorisera eller specifikt definiera lycka.”

Totalt 804 personer svarade på undersökningen. Två tredjedelar av svarspersonerna var kvinnor och flitigast svarade kvinnor över 65 år.

”Man kan undra om svarspersonerna till största delen är just de som känner sig lyckliga. Men i undersökningar om lycka är det ännu mer intressant att fördjupa sig i människors tankar och berättelser. Det går inte egentligen att göra några generaliseringar, men det går att förstå fenomen”, säger Ilona Suojanen.

Forskaren gläds över att så många skrattar varje dag. Hela 86 procent av kvinnorna i åldrarna 45–54 år uppgav detta. Enligt svarspersonerna är det vitsar, situationskomik, egna och andras tabbar, tv-program, saker som barn säger och babyers miner som får dem att skratta.

Samarbetes enkät i maj 2020 besvarades av 804 ägarkunder. Den kursiverade texten är fritt formulerade kommentarer i enkäten.

”Jag anser att lycka är någonting som kommer och går.”

Att många rör sig ute i naturen är också glädjande. Enligt undersökningen är kvinnor flitigare med att motionera ute i naturen än män och med åldern ökar naturupplevelsorna i betydelse. Vänner och god hälsa är också viktiga glädjeämnen.

”Solsken om våren, tid med vänner, en god natts sömn, att få vakna frisk, en vandring utflykt i skogen.” KVINNA, 65+, SÖDRA FINLAND

”Här ser man kanske effekterna av coronavåren: naturen har alltid varit en tillflyktsort för den som känner sig instängd. Merparten av svarspersonerna upplevde att de är vid god eller relativt god hälsa, och det har en direkt inverkan på välbefinnandet. Men det är bra att komma ihåg att även den som lider av en sjukdom kan vara lycklig”, säger Suojanen.

Även tacksamhet nämns som en källa till lycka. Svarspersonerna i den äldsta ålderskategorin upplevde lycka förknippad med andlighet oftare än de yngre. Av kvinnorna upplevde 55 procent detta, av männen 49 procent.

”När jag förstår hur mycket jag faktiskt har och hur tacksam jag är över det.” KVINNA, UNDER 34 ÅR, VÄSTRA FINLAND

Fyra av fem svarspersoner uppgav att de har drömmar och mål. Bland kvinnorna under 34 år återfanns flest personer med drömmar och mål, hela 88 procent. Det är förståeligt att unga har fler drömmar.

”Deras drömmar är åtminstone större. Jag hoppas ändå att människor i alla åldrar fortsätter att drömma. Det kan också vara så att man på äldre dagar inte vågar erkänna ens för sig själv att man har drömmar, eller man med åldern har blivit extremt realistisk”, säger Suojanen.

Den vanligaste drömmen var att resa. Coronavåren kan ha inverkat här också, eftersom man inte har fått resa.

”Detta kan också tolkas så att det har blivit enkelt för oss att resa och på ett sätt en del av det normala livet. På resor kopplar vi av och får ett avbrott i vardagen. Dagens pensionärer har också mer pengar att röra sig med än tidigare och de mår bättre och är mer aktiva.”

Närstående är en källa till lycka, enligt svaren. För en innebär det att få tillbringa tid med en baby, att lyssna till ett litet barns funderingar och tid tillsammans med partnern. En annan beskriver sin lyckligaste stund kort och gott med ”jag blev mormor”.

→



Bland de faktorer som ger trygghet nämndes familj, vänner, boningsorten och grannar, men även sällskapsdjur.

"Jag vet när jag kommer att få besök. Jag har en fungerande telefon och en hund. Vetskapen att jag får hjälp vid behov." KVINNA 55–64 ÅR, ÖSTRA FINLAND

Enligt Ilona Suojanen är en viktig faktor att fyra av fem svarspersoner upplever att deras liv är betydelsefullt. Det var framför allt unga som hade dessa upplevelser.

"Men naturligtvis önskar jag att alla känner att de är betydelsefulla, att ingen marginaliseras."

I västvärlden pågår en enorm lyckoboom. Det pratas mycket om lycka. Ilona Suojanen själv tillbringade hela våren i Singapore, där det inte pratas om lycka. Där funderar man mer på framgångar och lön.

Även om lyckoforskarna vanligen är män, visar många undersökningar att kvinnor är lyckligare. Suojanen funderar om lycka och särskilt dess olika uttrycksformer upplevs mer som någonting kvinnligt. Detta kan inverka på svaren.

"Kanske kvinnor har mer spelrum när de gäller hurdana de upplever att de får vara. Å andra sidan kan de känna press över att de alltid förväntas vara glada och öppna."

Till syvende och sist blir män lyckliga av liknande saker som kvinnor. En manlig Samarbete-läsare säger så här om sina drömmar:

"Giftna mig, få barn och leva ett lyckligt familjeliv, ha en egen bostad, ha ett jobb jag gillar, långa vandringsturer runt om i Finland, att skriva en doktorsavhandling." MAN UNDER 34 ÅR, NORRA FINLAND

A tt ge en allmängiltig definition av lycka är i princip omöjligt. Enligt författaren Petri Tamminen beror svårigheten med att definiera lycka på att känslan av lycka är mycket relativ.

"Lyckan står i relation till förväntningarna, till det förgångna och till andra."

Om han skulle försöka definiera sin egen lycka skulle han konstatera att han ibland är en upplyst guru på lycka och ibland en person som har förlorat all sin lycka.

"På morgonen är jag tydligen lycklig, men redan på eftermiddagen olycklig."

Tamminen har börjat tänka enligt följande:

"Relevant vid definition av lycka är att den definieras genom att leva vidare och att definitionen aldrig är helt fullbordad."

Enligt filosofen
Timo Airaksinen är
sinnesfrid ett bra
sätt att se på lycka.

TIMO AIRAKSINEN

Emeritus professor i filosofi

"Av betydelse
är de om-
ständigheter
under vilka
lycka upplevs."



Foto Meeri Utti

Ur ett filosofiskt perspektiv är lycka ungefär hundra olika saker, enligt **Timo Airaksinen**, emeritus professor i filosofi.

”Enligt Sokrates är lycka förknippat med dygdighet. Enligt **Aristoteles** är lycka att man är ung, förmögen, vacker och framgångsrik inom politiken. Om man tänker så skulle **Sanna Marin** vara prototypen för en lycklig människa, bortsett från att hon är kvinna. Enligt Aristoteles borde det vara en man”, säger Timo Airaksinen.

Man bör dock göra skillnad mellan att människan upplever sig vara lycklig och att människan är lycklig.

”Människor uppger alltid att de är åtminstone delvis lyckliga. Man kan inte leva om man är missnöjd hela tiden”, säger Timo Airaksinen.

Lycka innebär just det som individen själv avser med lycka. Lycka kan med andra ord vara precis vad som helst.

Enligt Airaksinen är det viktigare att

fråga sig vilken typ av lycka som är värdefull, värd att eftersträva.

”Hur eftersträvar du lycka? Vanligen eftersträvar människan alltid någonting annat, och när hon får det tror hon sig vara lycklig. Lycka kan dock inte vara målet med någonting du gör.”

Airaksinen själv har som mål att skriva klart sin nya bok. När det sker är följden en färdig bok, inte en lycklig författare.

Den mest djupgående poängen med lycka är: Det är de omständigheter under vilka lycka upplevs som är av betydelse, inte lyckan i sig.

Åldern har också en betydelse när det gäller lycka. Timo Airaksinen, 73, påpekar att tonåringar ofta är olyckliga och har ångest, helt trasiga.

”Ingen tonåring skulle ändå vilja byta plats med mig. På äldre dagar minskar ångesten, men där finns alltid det oundvikliga problemet att du då redan befinner dig i slutet av ditt liv. Nästa krämpa kan vara den sista.”

Enligt Airaksinen är äldre människors lycka som en stor mus eller kackerlacka.

Den är inte av intresse för någon, eftersom det samtidigt finns små elefanter. Relevant är alltså vems lycka vi talar om.

DE INTERNATIONELLA undersökningar om lycka där Finland har klarat sig bra är enligt Airaksinen tolkningsmässigt intressanta. Han tror att vi finländare kanske är så ödmjuka att vi alltid är lyckliga.

Indikatorerna i undersökningar om lycka, till exempel snabb internetuppkoppling eller inomhustoalett, intresserar inte filosofen överhuvudtaget. Man borde snarare fråga i vilken omfattning värk- och psykiatri används samt hur mycket familjevåld och alkoholmissbruk som förekommer i ett land. Ändå är det enligt honom lustigt att trots att Finland blir etta i undersökningar om lycka vill alla flytta till Spanien över vintern. Där är livet bättre, men i Spanien är befolkningen mindre lycklig.

”Hur kan man tolka undersökningsresultaten? Om vi tänker att Finland är det allra lyckligaste landet får Finland inte längre utvecklas. Ingenting får längre förändras.”

ANDLIGHET är en form av ett sedesamt liv eftersom den skapar sinnesfrid. Enligt filosofen är sinnesfrid ett bra sätt att se på lycka.

”Alla slags tillstånd av upphetsning och entusiasm leder bara till baksmälla och trötthet. Små glädjeämnen som många nämner som källor till lycka är bara yttre faktorer. Ett förändligt liv som eftersträvar sanning, skönhet och godhet är någonting helt annat. Om människan i epikuristisk anda lever ett besjälat liv är det lycka. Det kan var och en värna om i sitt eget liv.”

Ett besjälat liv är som ett privat rum där du kan dra dig undan ibland, men ingen kan göra det hela tiden.

”Konst och vetenskap, introspektion, att skapa en realistisk bild av dig själv; kanske denna typ av faktorer ger dig möjlighet att leva i sinnesfrid.”

Timo Airaksinen utkommer med boken Hyvinvointivaltion unohtamat: ikääntyneiden hoidon etiikka (Bazar) i höst. Den innehåller en omfattande redogörelse av hans tankegångar kring lycka. Airaksinen tidigare funderingar kring ämnet finns i boken Onnellisuuden opas (2011). →



Foto Meeri Utti

För Hilikka Olkinuora är havet den mest naturliga omgivningen för lycka och helighet. Hunden Jerri är en viktig lyckopartner för Hilikka, liksom hundar är för många.

HILKKA OLKINUORA

Präst, journalist och facklitterär författare

”Extrem lycka är en helig upplevelse”

Hilikka Olkinuora, präst, journalist och facklitterär författare, skulle hellre kalla det livets betydelsefullhet än lycka.

”Lycka är en upplevelse, medan betydelsefullhet är en erfarenhet. Erfarenheter stannar kvar i ditt liv när du en gång har upplevt dem. Till exempel är föräldrarnas kärlek som du upplevt som barn en erfarenhet som stannar kvar i ditt liv. En upplevelse är däremot förgänglig och behöver allt starkare upp-

levelser för att upprepas”, säger Hilikka Olkinuora.

Olkinuora citerar **Sylvi Kekkonens** aforism ”Lyckan kommer inte genom att leta, utan genom att leva”. Aforismen har varit familjens motto länge.

”Vi letar efter upplevelser, men vi ger rum för erfarenheter, vi gör oss mottagliga för dem.”

I DAGENS stressiga värld är det svårt att hitta lycka. Vi ger den inte möjlighet, utan att veta om det.

Lycka och betydelsefullhet är saker

som vi ofta ser först efteråt. Det är det tragiska med människan.

”Så går det till exempel när en närstående dör. Även de som blivit evakuerade och tvingats lämna sina hem känner till detta.”

Enligt Hilikka Olkinuora är lycka i sin djupaste form någonting heligt. Det är någonting vi måste värna om.

”Extrem lycka är en helig upplevelse, till exempel ett barns födelse. Tiden stannar. Människan upplever sig vara på rätt plats vid rätt tidpunkt, på samma gång unik och en del av allt. På så vis är det ett mysterium.”

KONST, SKÖNHET och naturen är viktiga källor till lycka. Med hjälp av dessa kan människan komma till viktiga insikter.

”Skogen är finländarnas kyrka. Under coronavåren är det många som har hämtat kraft genom att vara ute i naturen”, säger Olkinuora.

När vi letar efter lycka borde vi eftersträva ett mer ärligt liv.

”Vår lycka definieras ofta utifrån, upplevelselycka. Om lycka är någonting vi strävar efter genom andras ögon och på andras villkor är den inte bestående.”

Som begrepp är lycka en stor hemlighet, precis som begreppet helig. Det är inget trick eller knep, utan någonting större. Lycka kräver attityd, men det är en djupare process än en attitydförändring.

”Som präst träffar jag människor som är lyckliga, trots att de lever under oerhört svåra omständigheter.”

Hilikka Olkinuora säger sig respektera människans strävan efter lycka. Människan har ett mycket individuellt sätt att vilja ha och eftersträva lycka.

”Lycka kommer i många skepnader. Varje människas egna sätt är gångbara sätt att välkomna lycka. Vi ska inte förringa andras lycka.”

Lyckan har även en tendens att överraska, och det kanske är det allra finaste med den.

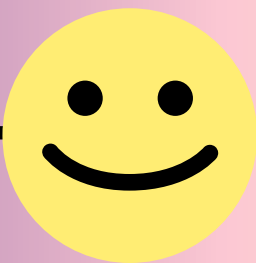
73 %

säger att pengarna räcker till en levnadsstandard som gör dem lyckliga. Mest nöjda med tillgången på pengar var de äldsta ålderskategorierna.

"Pengar gör dig inte lycklig, men brist på pengar kan förstöra lyckan."

"Människan behöver inte mer pengar än vad som går åt till mat, boende och andra små anspråkslösa inköp."

"När du slipper oroa dig över att pengarna inte räcker till det dagliga livet kan du i lugn och ro njuta av saker som gör dig lycklig."



VAD GÖR DITT LIV BETYDELSEFULLT?

"Jag upplever att jag är viktig för många."

"Allt, både glädje och sorg. Livet är som ett spindelnät."

"Ett balanserat och fredligt liv."

45 %

av svarspersonerna tillbringar tid ute i naturen dagligen och 31 % 3-4 gånger i veckan. Kvinnor är flitigare med att motionera ute i naturen än män och med åldern ökar naturupplevelsorna i betydelse. I Mellersta Finland finns de flitigaste naturbesökarna.

VILKA DRÖMMAR HAR DU?

"Efter karriären i arbetslivet vill jag grunda ett traditionellt konditori."

"Jag vill besöka en fyrö med familjen."

"Jag drömmer om att äga ett instrument och lära mig spela det."

VILKA VARDAGSSYSSLOR GÖR DIG LYCKLIG?

1. Att ta hand om anhöriga
2. Matlagning
3. Trädgårdsarbete
4. Att ta hand om barn
5. Bakning

I VILKA STUNDER KÄNNER DU DIG LYCKLIG?

"När jag förstår hur mycket jag faktiskt har och hur tacksam jag är över det. Jag är också lycklig över att jag får bo i Finland under dessa förhållanden."

"Beröring, kramar och pussar fyller mig med lycka."

"Fritiden tillsammans med frun. När jag öppnar telefonen och startskärmen är ett foto av mitt 3 veckor gamla barnbarn."

"När jag stupar i säng på kvällen efter en hel dag med fysiskt arbete och somnar genast."

"Min dotters nya hundvalp är ett stort gemensamt glädjeämne just nu!"

"Jag hoppas att jag igen får gå på KuPS matcher."

"En egen liten mormorsstuga och en åkerlapp."

"Jag skulle vilja ha en bra cykel och göra många utfärder med den."



Söta, fräscha vinbär

Mogna, härligt syrliga vinbär
passar till både salt och sött.
Använd bär som garnering
i en focaccia, fyllning i bullar eller
till en mångsidig curd.

text **SANNA KEKÄLÄINEN** och **NIINA MÄLKİÄ** foto **REETTA PASANEN**

VINBÄRSSNURROR

Långpannebullar fyllda med svarta vinbär bjuder på festliga smaker. Grädda vinbärssnurrorna i en långpanna och ringla över smält vit choklad.





VINBÄRSCURD

CA 3 DL | G | V |
15 MIN. + AVSVÄLNING 1 TIMME

5 dl (ca 350 g) svarta eller röda vinbär
3/4 dl socker
1 ägg
50 g smör

► Mosa vinbären med en stavmixer och pressa sedan moset genom en sil så att du får en slät puré.

► Lägg 2 dl bärpuré, socker och ägg i en kastrull. Värm upp under ständig omrörning tills blandningen bubblar upp. Sänk värmen och rör om noggrant hela tiden tills blandningen blir lite tjockare.

► Rör ned smöret i små klickar i den varma blandningen. Låt först curden svalna till rumstemperatur och ställ den sedan i kylskåpet.

TIPS Använd vinbärsmassan som blev kvar i silen i gröt, semlor eller bullar.



SMARRIGA SMÅKOMBINATIONER

KOLA

passar utmärkt till röda vinbär. Testa även kolagrädde.

CHOKLAD

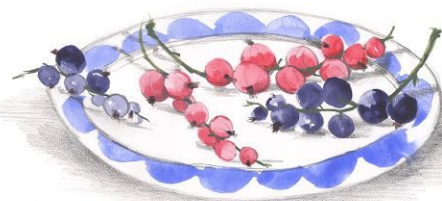
och svarta vinbär trivs bra ihop. Fyll en choklادتårta med vinbärsmousse.

MANDEL

gifter sig med vinbärsmaken. Tillsätt mandelmjöl i en bärpaj.

VANILJ

tonar ned syran i vinbären. Smaksätt vispgröt med vanilj.



KLASAR TILL VINTERN

Frys ned de vackraste vinbärsklasarna med luft emellan på en köldtålig tallrik.

Flytta försiktigt de djupfrysta klasarna till en ask med lock och förvara dem i frysen.

TÅRTPAPPER AV VINBÄRSBLAD



①

Placera en kakform på ett serveringsfat och stick in i bladkvistarna under formen.



②

Fäst bladen på fatet med en liten klick tårtglasyr.



③

Ta bort kakformen och placera eller montera tårten på serveringsfatet.

Illustrationer Sari Airola. Foto Getty Images



*Garnera en focaccia
med vinbär
i stället för oliver.*

TRENDIG FOCACCIA

I hemlandet Italien garnernas focaccia penslad med olivolja vanligen med oliver och under skördetid med vindruvor. Baka en finländsk, fräsch sensommarversion av focaccia genom att garnera den med svarta och röda vinbär.



*Toppa ugnstekta fattiga
riddare med vinbärssylt och
en liten klick vispgrädde.*



Så här gör du en fulländad vinbärssylt

2

STING FRÅN CITRUS

Även om vinbär i sig innehåller rejält med syra trivs de tillsammans med syrliga citrusfrukter. Testa till exempel med citron. Den accentuerar vinbärens smak och ger sylten en fyllighet. Du kan riva apelsin- eller lime-skall i sylten eller pressa ned en skvätt juice i syltkastrullen.

4

SMARRIG SMAKSÄTTNING

Piffa upp sylten med exotiska smaker. Kardemumma, kanel och stjärnanis passar bra till svarta vinbär. Röda vinbär i sin tur umgås gärna med vanilj. Toppa sylten med mynta, basilika eller kokosflingor strax före avnjutning.

1

SYLT MED SOCKER

Repa vinbären i en kastrull och tillsätt två matskedar vatten per liter bär. När vattnet ångar, tillsätt tre deciliter syltsocker per liter bär och koka i 15 minuter under omrörning då och då. Låt sylten svalna i ungefär en halvtimme. Rör om försiktigt ett par gånger så att bären placeras jämnt. Smaksätt om du vill och lägg upp på rena, upphettade burkar som du försluter genast.

3

FRÄSCHÖR MED FRUKT

Tillsätt frukt eller andra bär i vinbärs-sylten. Skär ned bitar av till exempel plommon, persikor eller aprikoser i sylten. Eller testa att tillsätta exempelvis hallon. Söta bär och frukter är en trevlig motpol till de syrliga vinbären. Du kan även tona ned syran i röda vinbär genom att tillsätta riven morot.



SALLAD MED FESTLIGA SMAKER

Komponera en elegant sallad av ett fåtal ingredienser. Gör basen av spenatsallad, smula över blåmögelost och nötter och toppa med röda vinbär. Syrliga bär, stark, salt ost och milda nötter passar utmärkt ihop.



FÖR BUBBLIGA LYCKOSTUNDER

När fransmännen har svartvinbärslikör och mousserande vin i glaset kallas det Kir Royal. Om de har vitt vin i stället för bubbel i glaset kallas drycken Kir, utan det kungliga epitetet. En lättare version av denna klassiska aperitif får du genom att ersätta likören med svartvinbärssaftkoncentrat och vinet med en alkoholfri mousserande dryck.

Toppa festdelikatesserna med vinbär. De passar till både mousserande vin och aromatisk ost.



TROLLA MED TVÅ INGREDIENSER

Förvånansvärt nog går det att göra en skojig och god bärpaj av endast två ingredienser: vinbärssylt och djupfrost smuldeg. Som en tredje ingrediens kan du ta florsocker och strö över den avvalnade pajen. ■



Avkopplande sommardagar!

Sommarmaten är enkel: grilldelikatesser, grönsaker, egenhändigt plockade bär och goda drycker. En hälsosam blåbärsdryck ger dig bästa möjliga start på dagen.

SANNA AUTIO

ANVÄND INHEMSKA KOTIMAISTA

Blåbärs- och havresmoothie

4 PORTIONER

PRODUKTER I SERIEN KOTIMAISTA:

- 1 påse (200 g) blåbär (djupfrysta)
- 4 dl blåbärssoppa
- 2 dl surmjölk
- 1 dl havreflingor

Blanda ihop alla ingredienser, blåbären får vara djupfrysta. Mixa i en matberedare eller med en stavmixer. Smaksätt eventuellt med socker eller honung. Servera genast.



Finländska blåbär behöver inte hettas upp före avnjutning.



Blåbärssoppa innehåller rikligt med C-vitamin.



Havre ökar fiberinnehållet i blåbärsdrycken.



Surmjölk ger smoothien syra och konsistens.

Kotimaista Inre filé av kyckling chili-ingefära innehåller eldigt och fräscht kryddade kycklingbitar.

HK rub & glaze-filébiffar av rybsgris inkluderar japanese rub-grillkrydda och yakiniku glaze-sås.

HK Texas-grillspjut består av ytterfilé av spannmålsgris kryddad i amerikansk stil. Grillspjutet räcker till sex personer.

Atria BBQ Hickory-filébiffar av spannmålsgris säljs i en ny förpackning med kryddsåsen separat.

Atria Grill & Glaze Firecracker-grillbitar tillverkas av kycklinglår. En eldigt söt sås medföljer för efterkryddning av bitarna.

Tammisen Wanted tomahawk av finländskt griskött är en stor kotlett med ben. Förpackningen på 500 g innehåller 2 kotletter.

Tamminen Wanted flank steak är en kryddad flankstek på 500 g av finländskt nötkött. Skär köttet i skivor först efter grillningen.

Gott att grilla

Sommarens nyheter är genomtänkta! Ge köttet en läcker stekyta på grillen eller smaksätt det med medföljande såser.

Sanna rekommenderar

Smakresa till Asien

VAASAN THE BAO BUN-semlorna ska värmas upp strax före avnjutning. Luftiga, ångade semlor hör till den asiatiska street food-kulturen. Värm upp semlorna i mikro eller över en kastrull med lite vatten i. Lägg semlorna i en sil ovanpå kastrullen och täck med locket. Låt vattnet koka tills semlorna är heta. Dela semlorna och fyll med pulled pork, kyckling eller härkis (bondbönor). Tillsätt riven kål och söt chilisås.



Foto Anna Huovinen

Skål för sommaren

1 SYRLIGT BUBBEL

Laitilan Naku Hard Seltzer Lemon Sour är smaksatt, kolsyrat vatten som innehåller 4,5 % alkohol, men inget tillsatt socker och inga färg- eller tillsatsämnen.



2 SMAK AV MAGNOLIA

Paulig Cold Brew Sparkling White Tea är en kallbryggd

tedryck med låg syra. Den innehåller även kolsyrat vatten, citron och rörsocker.



3 ETT STÄNK AV FLÄDERBLOMMA

Sinebrychoff Lemon & Elderflower Breezer har en lätt smak av citron och fläderblomma. Alkoholen kommer från ljus rom (4 %).



4 LÄTT SOMMARVIN

I Heart White är en vitvinsdryck med citrus. Den är gjord

på druvan Pinot Gris och har lätta toner av äpple, ros och nejlika. Alkoholkhalt 5,5 %.



Kräftor!

Kräftor bidrar med feststämning i välbekanta delikatesser. Skär ned saftigt kräftkött i en pasta och rosta kräftskalet som blir över och använd dem som smaksättning i en fisksoppa.

text HELENA SAINÉ-LAITINEN foto ANNA HUOVINEN

Var noggrann med att utnyttja allt kött på kokta signalkräftor. Köttet har en fin smak och passar i många rätter där du normalt använder räkor. De saftigaste bitarna på kräftor återfinns i klorna och stjärten.

Du gör en klassisk toast skagen genom att vända kräftköttet i crème fraîche och smaksätta med finhackad lök, citron, chili, salt och peppar. Tillsätt även dill och gräslök och lägg upp rejäla högar på rostad bröd med en sked. Testa också att använda skagenröran som fyllning i ugnspotatis eller en omelett.

Du kan också utnyttja kräftskalet genom att koka en god buljong på dem. Rosta skalet i smör tillsammans med lök, vitlök, mild chili och selleri eller fänkål. Tillsätt vatten eller fiskbuljong samt vitt vin och tomatpuré efter smak. Låt koka i cirka tjugo minuter och sila slutligen buljongen. Du kan frysa in buljongen i lagom stora portioner och använda den i till exempel risotto, soppor och såser.



Så här kokar du kräftor:
yhteishyva.fi/rapujuhlat

3 X SMAK AV KRÄFTOR

I PASTA

Fräs purjolök, tillsätt crème fraîche, körsbärstomater och kokt kräftkött. Smaksätt med basilika och citron.

I SALLAD

Skär ned kräftkött i en sallad tillsammans med avokado, äpple, bladselleri, örter, druvor och rostade nötter.

I SOPPA

Gör en buljong av kräftskalet. Red av buljongen och vänd ned löst vispad gräddde. Tillsätt kräftkött, hetta upp och smaksätt med örter.



bakom produkten

Tomaternas hem

Över 40 procent av den inhemska tomatodlingen sker i Andelslaget Närpes Grönsakers växthus. Andelslaget består av 37 delägare. Kunskaperna om grönsaksodling i den österbottniska staden har förvärvats under många generationer.

text IRENE PAKKANEN foto PÄIVI KARJALAINEN

Det finns över 7 000 olika tomat-sorter i världen. Finlands enda odlingar av tomat-sorten Dunne finns i Närpes.

I Närpes går grönsaksodlingen ofta från generation till generation. Börje Ivars (t.h.) dotter Jennifer Ivars och hennes man Victor Petersson (t.v.) har jobbat på släktens tomatodling i ett par år.



Körsbärstomater klättrar upp mot skyn på **Johan och Kajsa Lassanders** tomatodling i Finby i Närpes. Odlingen hör till Andelslaget Närpes Grönsaker, som har totalt 37 delägare. På Lassanders tomatodling har man uttryckligen specialiserat sig på körsbärstomater, som odlas i två plastväxthus med en areal på totalt 6 000 kvadratmeter.

Körsbärstomat var en av de första specialtomaterna som kom till Finland.

”Den har en smak som är både lite syrlig och söt samtidigt. Körsbärstomat passar som smörgåspålägg, i sallader och varmrätter. När de steks i ugn blir smaken ännu bättre”, säger Kajsa Lassander.

Paret Lassander byter inte körsbärstomatsort på sin odling av en plötslig impuls, utan de odlar samma sort i flera år.

”Det är bättre att lära sig en sort ordentligt än att hela tiden prova på nya”, säger Johan Lassander.

På åretruntodlingar av tomat byts plantorna vanligen ut en gång om året. Paret Lassander har valt en annan väg: de planterar unga plantor mellan de gamla. Metoden är arbetskrävande, men gör att de får skörd året om utan avbrott.

Tomaterna lockade honom tillbaka

Johan Lassander har finslipat sina kunskaper som odlare i över tjugo år. År 1997 inrättade han sitt första växthus och lärde sig odlaryrket under handledning av vänner och genom praktiskt arbete. Kajsa Lassander är utbildad grönsaksodlare.

Det var ingen självklarhet att Johan Lassander skulle bli odlare. Hans pappa hade en liten växthusodling, men sonen valde att se på livet ur en annan synvinkel. Han studerade till elmontör och jobbade flera år på ett lokalt metallföretag. Sedan började tomaterna locka.

”Här i Närpes var det många i min ålder som tog över sina föräldrars odlingar eller startade egna. Det verkade gå bra för dem. Jag kände att jag också måste testa.” Paret Lassander är nöjda med att det finns ett andelslag. Det garanterar dem möjligheten att koncentrera sig på odling.

”Andelslaget är ett enkelt och bra sätt att organisera saker och marknadsföra tomater”, säger Johan.

130 000 tomater i timmen

Paret Lassanders och de övriga odlarmedlemmarnas tomater hämtas på odlingarna och transporteras till andelslagets packeri. Där sorteras de och förpackas utifrån färg, vikt och diameter.

”Vi förpackar 13 000 kilo runda tomater i timmen, det motsvarar cirka 130 000 stycken”, säger

ANDESLAGET NÄRPES GRÖNSAKER

- Grundades 1957 för att marknadsföra de lokala växthusodlarnas produkter.
- 37 aktiva odlarmedlemmar. Packeriet har 40 fastanställda och säsongsarbetare, odlarmedlemmarna sysselsätter cirka 320 personer.
- Står för cirka 40 procent av den inhemska tomatodlingen.
- Omsättningen var 54,4 miljoner euro 2019.
- Till sortimentet hör utöver tomat även gurka, paprika och chili.
- Många av Närpes Grönsakers tomat sorter säljs inom S-gruppen. Andelslaget är en av producenterna av körsbärstomater som säljs i produktserien Kotimaista.

Jonas Lundström, försäljnings- och marknadsföringsdirektör.

Lådorna med tomater som ska säljas i lösvikt är märkta med sort, odlarnummer och förpackningsdatum. Och naturligtvis med texten ”Made in Närpes”.

Körsbärstomater, Dunne, bifftomater och andra specialtomater förpackas direkt i konsumentförpackningar. Odlarna i Närpes hoppas att de små plocktomaterna förpackade i askar och bågare ska komma till användning på ett mångsidigt sätt.

Koncentrationen är självförstärkande

Över 40 procent av den inhemska tomatodlingen sker inom Närpes Grönsaker.

Enligt andelslagets verkställande direktör **Stefan Skullbacka** har koncentrationen av grönsaksodlingar under årtiondena vuxit och blivit självförstärkande i Närpes, en stad med 9 400 invånare. Kunskaperna och färdigheterna har utvecklats under många generationer. I den lilla staden finns det även tillbehörshandel och teknik.

”Odlarna i andelslaget konkurrerar inte sinsemellan. De kan dela med sig av sina kunskaper och får stöd av andelslagets odlarrådgivning”, säger Skullbacka.

→

”Andelslaget är ett enkelt och bra sätt att organisera saker och marknadsföra tomater.”



Dunne samt körsbärstomater, bifftomater och andra specialtomater förpackas direkt i konsumentförpackningar.



Kajsa och Johan Lassander berättar att tomatodlarna har mycket jobb, men att det är självständigt och givande.



Jonas Lundström, andelslagets försäljnings- och marknadsföringsdirektör, berättar hur bifftomat blev populär igen efter att man bytt sort.



I packeriet förpackar Frida Rosengård bägare med pärltomater i lådor. På förpackningarna ges tips om för vilka ändamål sorten lämpar sig.



Körsbärstomater från Närpes säljs även under varumärket Kotimaista.

Andelslagets odlare får betalt enligt veckoavräkning utifrån leveransvolymerna. Från detta har packeriets kostnader dragits av. Ett eventuellt årsöverskott betalas till odlarna i slutet av året.

Försök och misstag undviks genom provodling. Även denna sommar odlas 40–50 nya grönsakssorter i provväxthus.

”Merparten är tomatersorter, men där finns även grönsaksprodukter som är nya för andelslaget”, avslöjar Skullbacka.

Biffomatens återkomst

Inom andelslaget lyssnar man noggrant på konsumenternas önskemål. Så gick det till exempel när efterfrågan på biffomat plötsligt tog slut i början av 2000-talet.

”Enligt konsumenterna var den bifftomatsort som odlades då för lik vanlig tomat till både smak och utseende. Vår odlingschef **Mikael Dahlqvist** började genast leta efter en godare sort. Valet föll på Ducovery, som är köttig och saftig och har endast lite frön”, säger Jonas Lundström.

Det var ett bra val: konsumenterna hittade tillbaka till biffmaten. Numera odlas biffomat året

om, under högsäsongen på sommaren över 15 000 kilo i veckan.

”Grillade bifftomater blir skojiga hamburgare om du använder dem som hamburgerbröd. Dela tomaterna itu och fyll dem med god ost och basilikavinägrett”, tipsar Lundström.

Det finns över 7 000 olika tomatersorter i världen. Olika sorter har olika smak, men odlingsmetoden har också betydelse. Detsamma gäller förvaringen: tomat ska inte förvaras i kylskåp.

”Det är bäst att förvara tomater i rumstemperatur. I kylskåp där det är under åtta grader förstörs tomaternas smak och aromer snabbt. Tomaterna blir vattniga och återfår aldrig sin riktiga smak”, säger proffset.

Med ensamrätt: Dunne

En av Närpes Grönsakers specialiteter är Dunne, en liten tomatersort av San Marzano-typ som Börje Ivars odlar för Närpes Grönsaker med ensamrätt i Finland. Ivars är styrelseordförande i andelslaget och en av andelslagets största odlare med en areal på 65 000 kvadratmeter. Blockväxthusen med flera takåsar i Närpes är som en glasfabrik med eget värmekraftverk och vattenverk.

Ivars blev bekant med tomatersorten Dunne i Danmark. Även om odlarkollegorna berömdes sorten tog han en stor risk när han började odla den 2012.

”Ingen hade odlat Dunne i vinterförhållanden. Jag var tvungen att satsa mycket på att lära mig och på marknadsföring. Därför ville vi ha ensamrätt på sorten.”

Aromerna i de hjärtformade små tomaterna med kraftig smak kommer ännu mer till sin rätt när tomaterna värms upp. Dunne som är mer köttig än körsbärstomater kan även grillas utan att explodera.

Dunne-tomaterna, liksom Ivars övriga tomater, får vatten via en droppslang i växtunderlaget. Med vattnet följer en näringscocktail som är anpassad efter plantornas ålder. Det går åt mellan två och två och en halv liter vatten per planta och dygn. Totalt förbrukar Ivars odlingar cirka 200 kubikmeter vatten om dygnet. Det motsvarar den årliga förbrukningen i en familj på fem personer. Vattnet kommer från en borrhunn som Ivars äger tillsammans med fyra andra odlare.

Börje Ivars är odlare i andra generationen. På odlingen funderar man på framtiden och en eventuell generationsväxling. Dottern **Jennifer Ivars** och hennes man **Victor Petersson** har jobbat på odlingen i ett par år och har även studerat växthusodling. Nu jobbar Jennifer som personalchef på grönsaksodlingen med 60 anställda.

”Det är bra att jag får lära mig så länge pappa jobbar kvar”, säger hon. ■

Tomat ska inte förvaras i kylskåp.

Två viktiga ord: Tänk om?

JAG TYCKER att det är underhållande att mata ekorrar. När jag erbjuder dem nötter ur handen tvekar de: ska man våga ta sig en godsak? De smyger försiktigt närmare min hand, sätter sin lilla tass på mina fingrar, tar snabbt en nöt och gömmer den i kinden. De tar en andra och en tredje nöt och sedan springer de snabbt i säkerhet längre bort. Alltid äter ekorrarna inte upp godsakerna de fått, utan de gömmer dem på olika ställen. Genom att gömma nötter förutser ekorrarna den kommande vintern.

ÄVEN MÄNNISKAN FÖRUTSER och funderar på framtiden och förbereder sig för den. Praktiska förutseende åtgärder är till exempel att spänna fast säkerhetsbältet, använda cykelhjälm, ta med paraply en molnig dag och teckna en försäkring. Det gör vi utifall att allt inte skulle gå som vi tänkt: OM vi skulle krocka med bilen eller cykla omkull, om det skulle börja regna eller om någon skulle göra inbrott i vårt hus. Säkerhetsbälte, hjälm, paraply och försäkring är en liten ansträngning, om vi kan förhindra större skador genom dem. Det är smart att vara förutseende, det har gjort att människan (och ekorrarna) har hållits vid liv i årtusenden.

FRAMTIDSFORSKARNAS uppgift är att förutse. Själv har jag sammanfattat mitt jobb enligt formeln: Förutse framtiden = fakta + fantasi. I praktiken innebär detta att vi framtidsforskare undersöker nutiden och dåtiden, dvs. fakta. Vi följer nyheterna, läser statistik och tar del av både trender och megatrender. Vi försöker plocka upp svaga signaler, dvs. olika nya innovationer eller överraskande handlingssätt som finns i dag.

Vi använder vår fantasi när vi ställer fakta mot framtiden. Här är två viktiga ord "tänk

om". Tänk om bilarna i framtiden kör utan förare? Tänk om havsnivån stiger till följd av klimatförändringarna så att Kervo blir Finlands sydligaste stad? Tanken är inte att komma fram till exakt rätt prognos, utan att fundera på olika möjliga framtida riktningar – både positiva och negativa – och sedan reagera på dem. Vill vi att Hangö ska försvinna under havet? Naturligtvis inte! Vad måste vi med andra ord göra för att klimatförändringarna inte ska förvåras?

EN CENTRAL TANKE när vi förutser framtiden är att vi själva genom hur vi agerar kan påverka vilken typ av framtid vi går till mötes. Var och en av oss ansvarar för vilken typ av framtid vi skapar. Och även om vi inte kan påverka allt, finns det många saker vi kan påverka. Bara viljan att omforma framtiden finns, kan människan åstadkomma nästan vad som helst.

” Tänk om Kervo blir
Finlands sydligaste stad?

Elina Hiltunen är framtidsforskare och faktaalitterär författare. Hon har specialiserat sig på att förutse framtiden, trender och svaga signaler. Hon är utbildad diplomingenjör i kemi och ekonomi doktor.



Tillsammans och med glädje

Det är ingen idé att försöka truga i barnen mat. I stället behövs det glädje i att äta tillsammans, fasta mattider och tillit till barnet, säger Silja Varjonen, expert inom matfostran.

text KAISA HAKO foto ANNA HUOVINEN

Måltiderna i barnfamiljer är ett myller av sinnesintryck och känslor. Det vet **Silja Varjonen**, verksamhetsledare för Föreningen för matpedagogik rf, Ruukku, som även själv har barn. Hennes förstfödde har nyss fyllt tre år och i höst väntar familjen sitt andra barn.

Varjonens passion för mat väcktes när hon var sju år gammal och fick lära sig att baka tigerkaka och göra knackkorvs-sås med hjälp av en kokbok för barn. Även om Varjonen numera jobbar som kostvetare har förtrollningen och njutningen inte försvunnit, utan hon pysslar gärna i köket och odlar ätbara grödor på sin lilla trädgårdstäppa i Helsingfors.

Enligt Varjonen kan man se samma ökade intresse för mat i barnfamiljer som i hela samhället. Vi uttrycker vår identitet med hjälp av mat.

”Mat är ett sätt att skilja sig från eller tillhöra en grupp genom att fokusera på till exempel hälsosamma eller etiska matval. Skiljelinjerna och ytterligheterna avspeglas även i olika trender: det finns

familjer som aktivt letar efter mer fakta om mat och som utmanar branschfolket och det finns familjer som inte kunde bry sig mindre”, säger Varjonen.

Oberoende av trender upplever nästan alla barnfamiljer en fas med matvägran, där det är svårt för föräldrarna att hålla känslorna i styr.

”Även jag blir irriterad av krångel med maten, trots att jag jobbar med matfostran”, erkänner Varjonen.

I 2–6-års ålder börjar barn vanligen förhålla sig avogt till nya smaker. Det är fråga om en biologisk utvecklingsfas. Föräldrarna ska ogärna inskränka familjens matsedel bara för att barnen inte gillar eller vägrar att äta någonting. I stället är det bra att komma ihåg att uppmuntra barnen när de vågar smaka på någonting nytt. Eller ens lukta på det!

Enligt Varjonen är det bäst att vänja barnen vid nya smaker redan i baby- eller småbarnsåldern, men det är inte för sent efter det heller.

”Även jag blir irriterad av krångel med maten, trots att jag jobbar med matfostran.”

→



"Ansvar för mattiderna och vilken mat som serveras ligger på föräldrarna. Men du kan ge barnen alternativ att välja mellan", säger Silja Varjonen. 3-åriga Aapo hjälper till med matlagningen.

SÅ HÄR ÄTER JAG

MIN HEMLIGA LAST:

Jag älskar chips, och det tycker mina vänner att är väldigt lustigt eftersom jag är kostvetare. Jag får dock aldrig dåligt samvete över någonting jag äter, du kan njuta av all mat.

DENNA MAT-INNOVATION VÄNTAR JAG PÅ:

Nya lättanvända fiskprodukter av inhemsk insjöfisk där även priset är förmånligt.

SOM 80-ÅRING vill jag äta god mat och även dricka rödvin till. Jag hoppas att jag får äta tillsammans med familj och vänner så ofta som möjligt.

1 Att äta tillsammans med andra är en hälsoinsats.

En sak som oroar mig är att barnfamiljer allt mer sällan har tid att äta tillsammans i dagens stressiga samhälle. Den viktigaste hälsoinsatsen när det gäller mat är att familjen äter tillsammans minst en gång om dagen. Hur ni pratar om mat och vilka associationer till mat ni förmedlar är ännu viktigare än vilken mat som serveras.

När jag gick i första klass jobbade min pappa natt på en fabrik för att kunna vara hemma när jag kom hem från skolan. Jag kommer ihåg hur härligt det var då pappa ofta gjorde plättar eller semlor åt oss. Att laga mat till någon annan är en stor kärleksförklaring.

På vardagar blir det ofta så att barnen äter ensamma eller att den ena föräldern lagar mat till barnen medan den andra sysslar med sitt. Redan med babyer är det viktigt att äta tillsammans så att de ser vad allt man kan äta och att de själva får smaka tillsammans med andra. Numera rekommenderas att barn ska börja prova på nya smaker redan vid 4–6 månaders ålder, så mångsidigt som möjligt och i form av puréer eller bitar som de själva kan äta med fingrarna. Samtidigt utsätts tarmen för olika födoämnen, vilket har visat sig minska förekomsten av allergier.

2 Föräldrarna kan lita på barnens förmåga att reglera sitt ätande.

Barnets kropp är smart. Jag önskar att föräldrarna skulle lita på barnens egen förmåga att reglera matintaget. Det är föräldrarnas uppgift att se till att mattiderna är regelbundna och att det finns mångsidig mat på bordet. Då har de gjort sin del. Det är ingen idé att truga. Om barnen inte småäter hela tiden mellan måltiderna äter de precis så mycket som deras kropp behöver vid måltiden. Ibland kan det vara endast en liten bit bröd. Du kan fråga om de är mätta i magen nu och lita på svaret du får. Det är inte farligt för barnet att hoppa över en måltid helt och hållet. Det balanseras ut vid nästa måltid.

Barns ätande är mycket individuellt och det är ingen idé att jämföra olika barn. Energiförbrukningen, tillväxtspurtar och barnets temperament på-

verkar ätandet. Vissa äter enorma portioner medan andra klarar sig på skräppande små mängder. Mängden mat berättar inte hela sanningen. Det gör tillväxtkurvan vid rådgivningsbyrån.

3 Mat är glädje, inte stress.

Det finns många saker i livet som gör oss oroliga och stressade. Måltiderna borde inte vara en av dem.

Den som lagar mat ska inte vara så hård mot sig själv. Det är okej att även använda färdiga rätter och puréer samt djupfrysta grönsaker. Det betyder inte att du har misslyckats som förälder.

Särskilt när barnen är små är många föräldrar oroliga och osäkra över om barnen får tillräckligt med näring, och det är helt förståeligt. Det är ju vår uppgift att hålla barnen vid liv. Men om vi överför våra rädslor på barnen kan det leda till en ond spiral. Vi trugar mat eller värderar den genom att säga: om du äter det här får du dessert. Att pressa eller muta kan fungera en gång, men tanken är att vi ska fostra barn som växer upp med ett sunt förhållande till mat.

Mat ska inte användas för att skuldbelägga barnet, vi bör förhålla oss neutralt till maten.

Vi kan främja matglädje genom att inkludera barnen i matlagningen. Det är också ett naturligt sätt att prova på olika födoämnen med alla sinnen.

Min treåring lagar ägggröda tillsammans med mig, vispar smet och håller makaroner i en kastrull. När vi lagar mat vill han smaka på allt med egen sked och nyligen fick han ett vredesutbrott när jag inte lät honom smaka på sojasås. Jag gav med mig. Reaktionen var: "Oj, beskt!"

Även om vi ska värdesätta mat behöver det inte vara en gravallvarlig sak. Broccoli kan mycket väl ses som träd för dinosaurier: "De här är dinosaurier och nu tänker de äta de där träden." ■

Det är föräldrarnas uppgift att se till att mattiderna är regelbundna och att det finns mångsidig mat på bordet.

PLAST SKA ÅTERVINNAS

- S-gruppens mål är att återvinna 80 procent av allt avfall senast 2025.
- Återvinning av plastavfall har varit vardag i S-gruppens butiker redan i många år.
- Kunderna kan hämta sitt plastavfall till Rinki-ekopunkterna som finns i anslutning till cirka 200 av S-gruppens verksamhetsställen.



På Sinituotes fabrik tillverkas över 600 olika produkter. Riina Kauppila och Tiina Pelttonen jobbar som hopsättare på fabriken.

BLOMHINKENS NYA, MER STÄDADE LIV

I Kumo tillverkas mer ekologiska städredskap av gamla hinkar för snittblommor.

Småstaden Kumo med sina drygt 7 000 invånare ligger mitt i Satakunta. Satakuntaborerna sägs vara allvarsamma, men det märker du inget av när du besöker Sinituotes fabrik.

De omkring hundra anställda på fabriken jobbar i tre skift och det hörs ett glatt sorl av röster i korridorerna. Många jobbar på fabriken i andra eller tredje generationen.

Det gör även **Jarkko Heino**, direktör för plastproduktion på Sinituote. Hans föräldrar flyttade från Vanda till Kumo på 1970-talet för att de fick jobb där. Heino själv blev bekant med fabriken genom sommar- och snuttjobb.

Efter grundskolan utbildade Heino sig till kock, och tanken var att han efter militärtjänstgöringen skulle jobba endast en tid på fabriken tills han hittade ett jobb inom sin egen bransch. Så blev det inte.

Arbetet på fabriken var så intressant att han stannade kvar. Hela 27 år senare är Heino fort-

farande inne på samma bana. Arbetsbeskrivningen har visserligen förändrats under åren, han har fått större ansvar och mer mångsidiga uppgifter.

Inom plastproduktionen har Heino jobbat över 20 år. Återvunnen plast är inget nytt för Sinituote. Men under de senaste åren har användningen av återvunnen plast ökat kraftigt, för närvarande är hela 35 procent av den plast som används inom produktionen återvunnen.

Ett nytt och inspirerande projekt är att ge S-gruppens svarta hinkar för snittblommor nytt liv.

Senja Forsman, hållbarhetschef inom S-gruppen, hade redan tidigare fått information från butikerna om att det skulle vara bra att hitta ett nytt användningsändamål för de svarta snittblomshinkarna som levereras till butikerna. Inom S-gruppen antog man denna utmaning med glädje och började tillsammans med Sinituote spåna idéer på en ny cirkulär-ekonomisk lösning.

”Hos oss kasserades blomhinkarna som energiavfall tidigare. Men det används många hinkar inom kedjan och därför är det viktigt att hitta bättre slutanvändning för denna plast”, säger Forsman.

På Sinituote gillade man idén genast. Efter noggranna testningar kom man fram till att det går att tillverka åtminstone plastdelar till disk- och toalettborstar samt städhinkar av blomhinkarna.

De första produkterna anlände till S-gruppens butiker i höstas.

Både Heino och Forsman är också glada över att plasten i dessa SINI-produkter redan är inne på sitt tredje liv, snittblomshinkarna är nämligen också tillverkade av återvunnen plast. ■

Stjärnornas favorittorn



Original Sokos Hotel Ilves är ett landmärke i Tammerfors, men inuti påminner det om USA där man hämtat inspiration till inredningen.

text **SAMI SYKKÖ** foto **JAANIS KERKIS**

Hotellentrén pryds av blyglas-
fönster designade av Tuire
Hämäläinen och takkronor från
Italien. En vacker marmortrappa
som är skyddad leder ned till
spaet. Till vänster finns den
stora festlokalen Ball Room.



Inför bygget av Ilves blev man tvungen att riva ett antal byggnader i rödtegel som tillhörde Verkatehdas, vilket Tammerforsborna motsatte sig mycket kraftigt. Ändå lämnades hela 8 200 förslag in i hotellets namntävling.

Foto Reijo Hietanen/HS bildarkiv

Tammerforsborna var upprörda. Invånarna i staden gillade inte alls att man började riva gamla, vackra Verkatehdas byggnader i rödtegel för att kunna bygga ett stort grått hotell i stället.

Dessutom påminde hotellbyggnadens form om en tändsticksask.

Tammerforsborna var inte heller förtjusta i att hotellbyggnaden skulle bli så hög. Hotell Ilves skulle enligt planen bli det första tornhuset och ett nytt landmärke i Tammerfors.

Många lämnade in besvär mot planen, även om hotellet i allra högsta grad behövdes. Turismen i Tammerfors ökade och näringslivet internationaliserades – Tammerfors-Birkala flygplats hade färdigställts till stadens 200-årsjubileum 1979.

Planeringen av hotellet hade inletts redan i början på 1970-talet, men bygget kunde inledas först när republikens regering hade tagit ställning i frågan två gånger och till och med president **Urho Kekkonen** hade rätt Tammerforsborna att acceptera bygget.

När hotellet efter år av ältande blev klart 1986 ville dock alla delta i öppnandet – uppskattningsvis 3 500 personer.

Och visst var Ilves något av ett underverk: 19 våningar, 336 rum och 9 sviter.

Målet var att göra Ilves till Nordens mest ljusstarka och internationella hotell och därför hade man hämtat influenser ända från USA. Och det syntes.

Hotellets exteriör präglades av 1980-talets spartanska estetik, men insidan däremot var inredd med vit carraramarmor, glänsande metall och bling-bling.

Hotellets enorma takkronor hade man låtit göra på ön Murano i Venedig. De pryds av fjäderformade kristaller, tusentals totalt.

En norsk konstnär hade designat tre fantastiskt vackra dörrar till den stora festlokalen Ball Room, och dessa tillverkades för hand. Senare ändrades en del av lokalen till restaurang, men lyckligtvis var man klok nog att spara den dörr

som blev överflödigt i samband med detta. Nu får man nämligen användning för den igen, genom att den gamla festlokalen kommer att återställas till sin forna glans i samband med en omfattande renovering som inleds inom kort. Det skulle kosta 250 000 euro att låta göra en ny dörr.

I DE FÖRSTA TIDNINGSRECENSIONERNA prisades hotellet som ett ställe med lyxig inredning och smak för det goda livet. När Ilves öppnade skulle servicen vara förstklassig. Hotellet anställde mycket personal: dörrvakter, piccolor, köttstyckare, konditorer och spritkassor. Hotellet sysselsatte över 200 personer, i dag är personalstyrkan 90 personer.

→

Hotell med smak för det goda livet



Hotellens storslagna takkronor har man låtit göra på ön Murano i Venedig. De har tusentals fjäderformade kristaller.



Från rummen på hotellets översta våning har man utsikt över hela Tammerfors.



Stolar designade av Tammerforsfödde Ilmari Tapiovaara hör till inredningen på det tammerforsiska hotellet.



De handgjorda metalledörrarna i Ball Room har motiv av fjordar.



Ögonblick ur hotellets historia: Thailandare bosatta i Helsingfors anländer för att hälsa på en thailändsk prinsessa som bodde på Ilves. Esko Roine och Sylvi Salonen skålar på en fest som ordnades på Ilves. USA:s före detta president Bill Clinton som bodde på Ilves besöker en lokal klädbutik. Spännande loger och en fontän mitt i rummet sätter färg på den ursprungliga inredningen i hotellets stora nattklubb. Ball Room är hotellets största fest- och konferenslokal.



Hotellet har fem restauranger och i anslutning till hotellet finns två köpcentrum: Ratina och Koskikeskus. Det finns direkta förbindelser till dem från hotellet. Du behöver inte ens klä på dig ytterkläder-na. Vissa gäster kommer för att tillbringa en hel weekend på hotellet och går inte ens ut.

Gästerna kan emellanåt ta sig ett avkopplande bad i hotellets spa.

"Vårt spa ligger så att säga mitt i byn", säger hotelldirektör **Irmeli Puolanne**. Hon började jobba som hotellchef på Ilves redan 1998.

"Spaet är en orsak till varför folk kommer till oss."

ORIGINAL SOKOS HOTEL ILVES ligger i centrala Tammerfors. Granne till hotellet är kartongfabriken Tako, som är den sista verksamma fabriken vid forsen Tammerkoski. Den är ett levande minne av Tammerfors historia med stor tillverkningsindustri, som inkluderade bland annat Finlayson och Aaltosen kenkätehdas.

Hotelldirektören berättar att Tammerkoski stränder en gång i tiden var så fyllda av röda tegelfabriker att Tammerforsborna knappt kunde skymta forsen. Nu är stränderna fulla av vackra promenadstråk.

Hotellets översta våning är en av de bästa utsiktsplatserna i Tammerfors. Dit kan man ta sig med hissar som var de snabbaste i Finland när hotellet var nytt. Och snabba är de fortfarande. När hissdörrarna öppnas tror man att man är på 2:a våningen, då man i själva verket redan är på 18:e våningen. Och när man därifrån tar trapporna upp till översta våningen har man hela staden för sina fötter.

Från hotellets översta våning ser man även till Ratina stadion som ligger intill. Där har många världsstjärnor uppträtt och naturligtvis bött här på Ilves: den amerikanske rapparen **Snoop Dogg**, den kanadensiske rockstjärnan **Bryan Adams**, den amerikanske musikern **Jon Bon Jovi**, den tyska gruppen Rammstein ...

När den brittiske popstjärnan **Robbie Williams** hade konsert i Tammerfors rapporterade medierna att han över huvud taget inte övernattade i staden. I själva verket bodde Williams med sin far och sin stora hund Mr Showbiz på Ilves i en vecka.

Stjärnan övernattade i presidentsviten och hans sällskap hade även tillgång till bastun och konferensrummet med utsikt på översta våningen.

USA:s före detta president **Bill Clinton** har också bött på Ilves. Clinton tog även en promenad i staden – tätt följd av sina säkerhetsvakter. Och återigen hade medierna någonting att rapportera om, när Clinton klädd i pikéskjorta besökte en lokal klädbutik och köpte ett bälte där.

Ett kapitel för sig var en thailändsk prinsessa som kom till Tammerfors med eget jetplan. Hon hade

”Spaet är en orsak till varför folk kommer till oss.”



Det populära spaet på Ilves är rymligt och ljus. Det är en av de stora attraktionerna på hotellet, liksom hotellets läge i hjärtat av staden.

ett helt entourage med sig, till och med egna frisörer. Sällskapet hade tillgång till hela 18:e våningen. När thailandare bosatta i Tammerfors kom för att hälsa på sin prinsessa kröp de på alla fyra genom huvudentrén. ”Det var deras sätt att visa prinsessan respekt”, säger hotelldirektör Puolanne.

ÄVEN OM GÄSTERNA är internationella, är hotellet tammerforsiskt. Hotellets inredning och frukost har en lokal prägel. I rummen finns möbler designade av Tammerforsfödde **Ilmari Tapiovaara**, och på mattor har man tryckt en dikt av den store Tammerforsförfattaren **Lauri Viita**. Till frukost serveras kornjästbröd och svartkorv från Tammerfors.

Ilves har inhyst deltagare i EU-möten och varit estrad för Efta-möten. I Ball Room har det ordnats riddarmiddagar och stora modevisningar. Den 5 december har det hela 29 gånger ordnats en fest till det självständiga Finlands ära. Gästerna är mellan tusen och tvåtusen till antalet.

Hotelldirektören säger att hon får uppleva magiska ögonblick så gott som varje dag.

”Detta hotell lever i takt med staden. Alltid när det händer någonting i Tammerfors är vi med.” ■



Artikeln är skriven av journalisten, ekonomen och stilambassadören Sami Sykkö.

ORIGINAL SOKOS HOTEL ILVES

- Hotellet färdigställdes 1986.
- På samma plats låg tidigare välkända Verkatehdas som tillverkade bland annat kläde som användes i herrbyxor. Av Verkatehdas har färgeriet och fabriksdirektörens hus bevarats.
- Hotellet har 19 våningar, 336 rum och 9 sviter. Restaurangerna är fem till antalet. En av dessa är en nattklubb.
- Hotellets spa är populärt och ligger alldeles mitt i staden, vid forsens strand.
- En renovering av hotellet kommer snart att inledas och det finns redan testrum som hotellgästerna får provbo.
- Vid renoveringen kommer den stora festlokalen Ball Room att återställas till sin forna glans.



Alina Savela
använder sin
nya Jopo
dagligen.

text IINA KANSONEN foto PANU PÄLVIÄ

En vit dröm

Alina Savela använde Bonus till att köpa en hett efterlängtd Jopo som snabbt tar henne till fritidsintressena och skolan.

När 13-åriga **Alina Savela** testade sin kompis Jopo för ett år sedan var det kärlek vid första ögonkastet.

”Jag märkte genast att Jopon var bekväm att cykla med. Och så är den ju snygg också”, säger Alina.

Där och då började hon drömma om en egen Jopo. Och uttryckligen om en vit sådan eftersom den passar till alla kläder.

Till en början var föräldrarna inte särskilt förtjusta i idén. Alina hade redan en cykel och familjen lever enligt principen att man inte ska köpa saker i onödan. Coronavåren fick dem dock på andra tankar.

”Alinas dansträningar är mycket viktiga för henne och de ställdes in. Dessutom skötte hon skoluppgifterna samvetsgrant hela våren. Därför åkte jag och min man till Prisma ett veckoslut i april och köpte en Jopo som överraskning till Alina”, säger mamma **Satu Savela**.

CYKELN KÖPTES för Bonus som familjen Savela i Grankulla hade samlat på sitt S-Konto. Familjen har som princip att alltid använda sin Bonus till någonting dyrare än vardagsköpen.

Nästan hela familjen Savela samlar Bonus. 17-åringen i familjen har ett parallellkort till föräldrarnas S-Konto och tanken är att beställa ett eget kort även till Alina. Nu behövs det, eftersom Alina ofta cyklar förbi den lokala Alepa-butiken med sin Jopo för att köpa någonting som mamma har glömt att köpa på shoppingturen – senast var det basilika.

”Tidigare var det svårt att få Alina att promenera till butiken, men med Jopon cyklar hon gärna dit”, säger Satu Savela.

JOPON HAR VARIT ett bra köp enligt både Alina och mamma. Alina har använt cykeln dagligen. Under coronatiden lät föräldrarna inte Alina besöka kompisarna hemma, men de fick träffas utomhus på cykel så länge de kom ihåg att hålla säkert avstånd till varandra.

Jopon har varit ett bra köp enligt både Alina och mamma.

Alina som börjar högstadiet i höst planerar att cykla till skolan. Jopon följer även med på en cykelhållare på bilen när familjen Savela åker till stugan i Vierumäki. Där är det kort väg att cykla till badstranden och olika fritidsplatser.

SAMLAR BONUS!

- Bonus samlas på hela familjens köp. Bonustabellen visar hur mycket Bonus du får. Maximal Bonus på 5 procent får du vid månadsköp på 900 euro.
- År 2019 belönade S-gruppen sina medlemmar med totalt över 400 miljoner euro. Ägarkunderna fick i genomsnitt 165 euro i Bonus på sina konton.

Läs mer: s-kanava.fi

Klimatinsats genom investeringar

text KIRSI RIIPINEN illustration PINJA MERETOJA

Du kan motverka klimatförändringarna genom dina dagliga val – och genom dina investeringar. Allt fler finländare förstår att klimatförändringarna har ekonomiska konsekvenser för företagen.

Cykla till jobbet. Använd ullstrumpor och sänk värmen hemma på vintern. Kyl hellre ned bostaden genom att vädra med korsdrag än med maskinell luftkonditionering på sommaren. Ät mer grönsaker och mindre rött kött.

Alla kan försöka motverka klimatförändringarna genom sina dagliga val, men hur du kan påverka genom investeringar har det talats väldigt lite om.

En klimatmedveten investerare söker objekt som bidrar till att bromsa upp klimatförändringarna.

Motiverade är vi, ytterst motiverade. Det visar även en färsk undersökning. I en undersökning om klimatförändringarna och investeringar, som Kantar har genomfört på uppdrag av S-Banken, framgår det att 80 procent av finländarna oroar sig över klimatförändringarna åtminstone i viss mån.

I undersökningen fick deltagarna också svara på frågan vem som bär störst ansvar när det gäller klimatförändringarna. Hela 91 procent av svarspersonerna anser att de stora staterna bär störst ansvar. Enligt svarspersonerna är det internationella

organisationer, till exempel EU, som har näst mest ansvar (87 % av svarspersonerna). Tredje störst ansvar har finansbranschen, enligt undersökningen. Två av tre svarspersoner anser att finansbranschen borde ta större ansvar för bekämpning av klimatförändringarna än den gör för närvarande.

”Att finansbranschen ansågs ha tredje störst ansvar visar att svarspersonerna anser att man kan påverka klimatförändringarnas utveckling med hjälp av pengar”, säger **Mika Leskinen**, investeringschef på S-Banken, om hur han tolkar resultaten.

Över hälften av svarspersonerna anser att investerare bör beakta klimatförändringarna även av ekonomiska skäl.

”Jag är särskilt glad över det resultatet. Det är glädjande att det börjar finnas en större förståelse i Finland för hur klimatförändringarna har ekonomiska konsekvenser för många företag.”

Hur väl känner finländarna då till konsekvenserna av sina investeringar och klimatriskerna förknippade med dem?

Över hälften av svarspersonerna uppgav att de har svaga kunskaper om riskerna. Svarspersonerna i de yngre ålderskategorierna känner bättre till klimatriskerna för företag och vid investering än i de äldre ålderskategorierna.

I undersökningen ställdes också frågor om investeringsobjekt som är positiva för klimatet. Enligt

→

*Stenkol anses vara
det minst attraktiva
investeringsobjektet.*



svarspersonerna är till exempel solkraft och investeringar som förbättrar energieffektiviteten attraktiva investeringsobjekt. Stenkol anses vara det minst attraktiva investeringsobjektet.

Megatrendens framfart en överraskning

Kollegorna har gett Mika Leskinen titeln ”de hållbara investeringarnas grand old man”, eftersom Leskinen har jobbat aktivt med hållbara investeringar sedan årtusendets början.

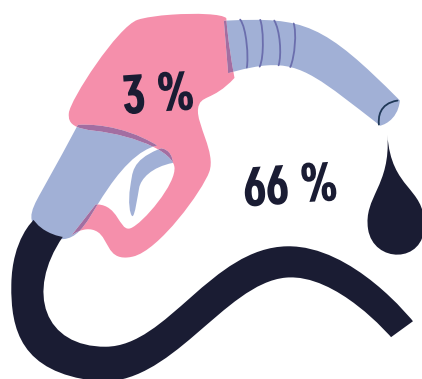
Till hållbara investeringar hör att beakta klimatförändringarna, men också bland annat den sociala aspekten, dvs. att även tänka på faktorer som barnarbete och om företagen iakttar god förvaltningssed. Klimatförändringarna är dock den mest synliga indikatorn på hållbarhet, och så är de ju också det största globala miljöhotet vi har.

Leskinen förutspådde redan för omkring femton år sedan att klimatförändringarna kommer att bli en faktor att räkna med även på kapitalmarknaden.

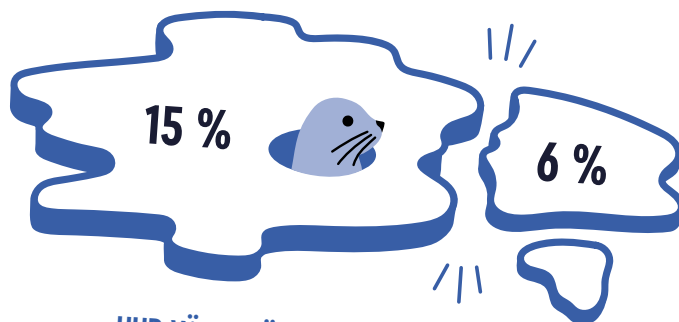
”Men jag trodde inte att klimatförändringarna skulle bli en så här viktig faktor så här snabbt.”

I Finland är vi enligt Leskinen föregångare inom klimatinvesteringar på många sätt. Han nämner att till exempel pensionsbolag som gör enorma investeringar överväger klimatkonsekvenserna av sin investeringsverksamhet noggrant.

Särskilt yngre människor och kvinnor har redan en tid betonat vikten av hållbarhet i sina val.



HUR ATTRAKTIVT INVESTERINGSOBJEKT ÄR ETT OLJEBOLAG ENLIGT DIG?
66 procent svarar att det inte är attraktivt alls eller inte särskilt attraktivt. Mycket attraktivt är det för 3 procent av svarspersonerna.



HUR VÄL BEDÖMER DU ATT DU KÄNNER TILL KLIMATRISKERNA FÖRKNIPPANDE MED DINA INVESTERINGAR?

Mycket väl säger cirka 6 procent av svarspersonerna och mycket dåligt närmare 15 procent.

S-Bankens undersökning visar samma sak. Unga människor och kvinnor oroar sig mer över klimatförändringarna.

Problemskapare eller problemlösare?

Hur god avkastning ger då klimathållbara investeringar för närvarande? Eller kommer avkastningen först senare?

Leskinen säger att det inte finns ett entydigt svar på dessa frågor. Han anser dock att det står klart att framgångsrika företag inte kan ignorera klimatförändringarna och andra hållbarhetsaspekter.

”Det finns finländska bolag där beaktande av klimatförändringarna betonas i verksamheten. Till exempel har fokusering på förnybara bränslen gett god avkastning både för bolagen och för investerarna i dem.”

Investerarna ska gärna fundera på om företaget de funderar på producerar någonting som är en del av lösningen eller en del av problemet. Det är med andra ord bra att fråga sig om bolagets verksamhet påskyndar eller bromsar upp klimatförändringarna.

Enligt Leskinen säger redan det sunda förnuftet att problemskapare har en mer osäker framtid än problemlösare.

Det är inte enbart investerarna som straffar bolag som bidrar till klimatproblemen. Lagstiftningen och beskattningen främjar mer miljövänliga lösningar.

”Jag trodde inte att klimatförändringarna skulle bli en så här viktig faktor så här snabbt.”

Även konsumenterna funderar på produkternas klimatpåverkan under shoppingturen och andra val som har med hållbarhet att göra.

Problematisksa fossila bränslen

Finns det branscher som investerare som vill satsa på klimatvänliga lösningar bör hålla sig borta från?

Jo! Leskinen lyfter fram till exempel verksamhet som i stor omfattning baserar sig på stenkol. Att utesluta stenkol och andra fossila bränslen var en av principerna för S-Bankens nya fond. Det ser du redan på aktiefondens namn: S-Fond Fossilfri Europa.

Stenkol är särskilt problematisk, eftersom utsläppen från den i relation till mängden producerad energi är avsevärt mycket högre med tanke på klimatet än från till exempel naturgas. ■

NY FOND MED FOSSILFRITT EUROPA SOM MÅL

I BÖRJAN AV våren lanserade S-gruppen ambitiösa klimatmål, enligt vilka S-gruppen ska vara koldioxid-negativ 2025. Som en del av S-gruppen deltar S-Banken aktivt i att motverka klimatförändringarna.

Ett verktyg i arbetet med att bekämpa klimatförändringarna är S-Bankens nya fond: S-Fond Fossilfri Europa. Den investerar i europeiska börsbolag som har en bra ställning när samhället går mot en fas med låga koldioxidutsläpp. Fonden investerar inte i producenter av fossil energi, bolag som äger fossila energireserver och elleverantörer som använder sig av fossila bränslen.

"I portföljen strävar vi efter att inkludera bolag som tar fram effektiva lösningar för att motverka klimatförändringarna eller som åtminstone är klimatneutrala. Vi har till

exempel investerat i bolag som tillverkar utrustning som främjar energieffektivitet", säger **Mika Leskinen**, investeringschef på S-Banken.

MILJÖMEDVETNA investerare ska ta del av fondförvaltarens principer för hållbara investeringar när de väljer fonder. Ger fondbolaget information i fondprospektet om vilka strategier för hållbara investeringar det iakttar och hur dessa implementeras? Investerare och investmentbolag kan påverka genom hur de investerar pengar: de kan poängtera och meddela att de investerar i ett bolag till exempel först när det börjar använda renare energi.

"Det är också bra att ta reda på om fondförvaltaren publicerar hållbarhetsrapporter om sina fonder regelbundet", säger Leskinen.

PROFESSIONELLA fondförvaltare fäster inte enbart uppmärksamhet vid energikällorna, utan även vid vattenförbrukningen i bolag som de överväger att investera i. För finländarna är rent vatten en självklarhet, men i global skala är det en värdefull råvara som ska användas på ett effektivt och berättigat sätt. I många branscher är vatten en viktig råvara eller en relevant del av produktionsprocessen.

Leskinen tipsar den som själv vill göra direkta hållbara investeringar att ställa sig frågan om bolagets produkt är en del av problemet eller en del av lösningen. Hur påverkar svaret bolagets framtidsutsikter? Har bolaget vid behov möjlighet att på ett kostnadseffektivt sätt omvandlas så att det är mer attraktivt till exempel ur klimathänsyn?



Vilken är din favoritartikel? Svara och vinn ett 100 euros presentkort!

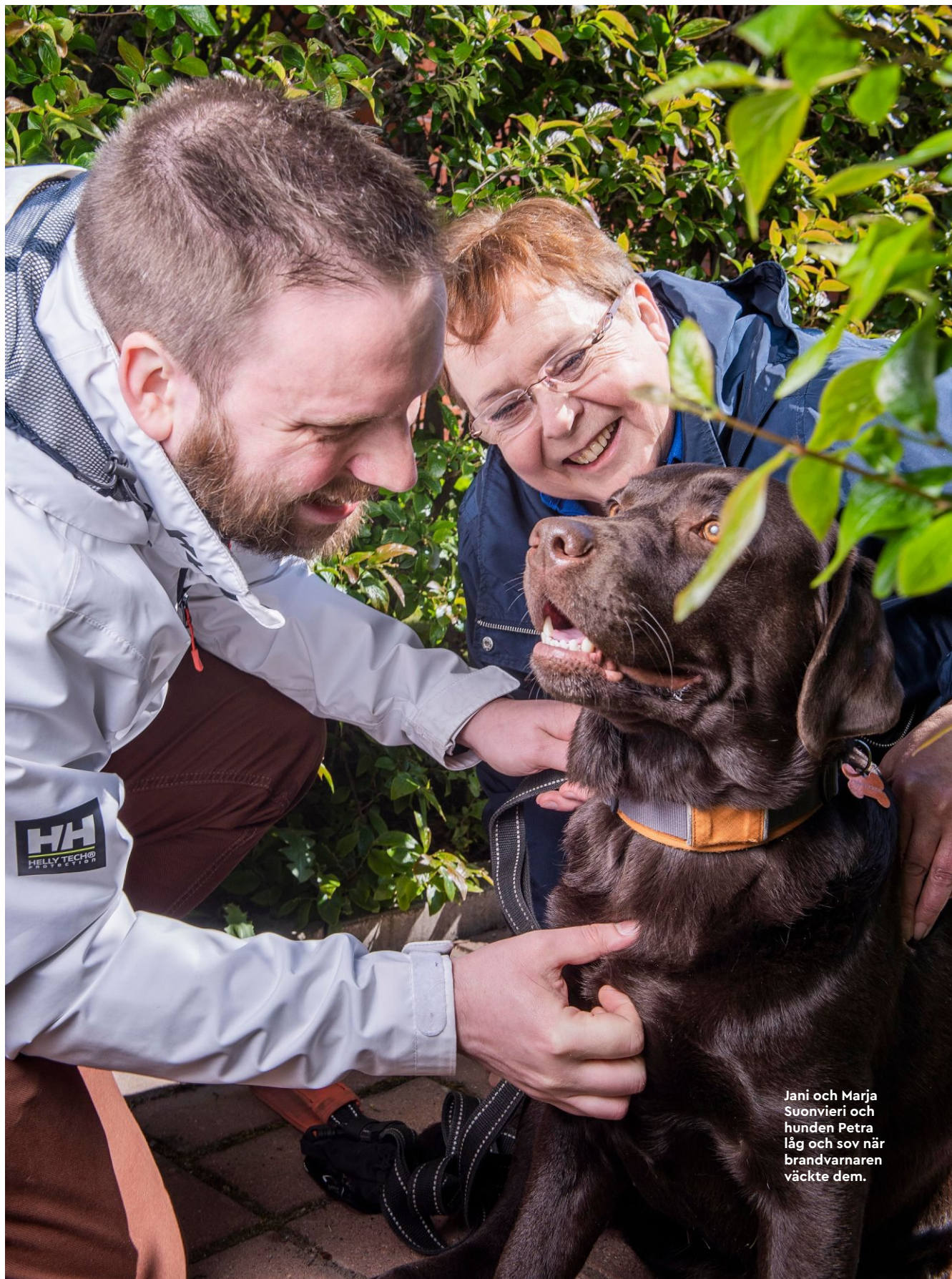
BLAND DEM som svarar lottar vi ut ett 100 euros presentkort till S-gruppens verksamhetsställen.

SKICKA DITT SVAR senast 15.8.2020 via nätet yhteishyvä.fi/osallistu eller per post till: SOK, Samarbetes redaktion, Läsartävling 4/20, PB 1, 00088, S-GRUPPEN.

DEN POPULÄRASTE artikeln i Samarbete 3/20 var *Kornas värld*. **Sari Laitinen** från Limingo vann priset i läsartävlingen.



Mika Leskinen,
investeringschef
på S-Banken



Jani och Marja
Suonvieri och
hunden Petra
låg och sov när
brandvarnaren
väckte dem.

Lågorna slukade hemmet

Marja Suonvieris bostad i Raumo totalförstördes i en eldsvåda en natt. Det var tungt att skapa ett nytt hem efter chocken, men lyckligtvis fanns det hjälp att få.

text JUHA RIIHIMÄKI foto VESA TYNI

Köksbordet stod i lågor. Det var det första som Raumobon **Marja Suonvieri** såg när hon öppnade sovrumsdörren på efternatten.

Suonvieri hade vaknat med ett ryck av ljudet från brandvarnaren. Trots chocken visste hon vad hon skulle göra. Suonvieri öppnade brandfiltren som hängde på väggen och lade den lugnt på det brinnande bordet. Sedan ringde hon nödcentralen.

Nödcentraloperatören anvisade henne att gå ut i trappuppgången. Men ytterdörren gick inte att öppna. Branden hade förbrukat så mycket syre att dörren inte gick att öppna på grund av undertryck.

I hallen såg Suonvieri hur ett svart moln från köket närmade sig. Ett dånande ljud fyllde hela lägenheten. Det var svårt att andas. Hon gick tillbaka till sitt rum, stängde dörren och tätade springan med sängöverkastet.

”Det var rök överallt. Jag låg på golvet och försökte bara andas genom tröjan.”

Suonvieri väntade på att brandkåren skulle komma och hörde sin vuxne son **Janis** röst någonstans ifrån, men visste inte om den kom från rummet intill eller trappuppgången. Hon hoppades på det bästa. Köksfönstret exploderade.

JANI SUONVIERI blev väckt av ljudet från brandvarnaren kort efter sin mamma i rummet intill. När

han öppnade dörren kunde han inte se någonting genom röken.

Jani Suonvieri bor i Tallinn och hade kommit till Raumo tillsammans med sin mamma kvällen före. Mamman hade varit på besök i Tallinn. Innan de gick och lade sig hade sonen gått ut med den sju månader gamla labrador retrievern Petra.

Inom kort blev det omöjligt att andas i rummet.

Jani Suonvieri öppnade vädringsluckan och lyfte upp hunden mot den.

”Jag ringde min sambo i Tallinn och sade att detta kan vara sista gången vi talas vid. Jag visste inte om jag skulle kunna ta mig ut. Det kändes som en evighet att vänta

på brandkåren.”

Från fönstret på översta våningen i trevåningshuset kunde han till sist se brandbilar svänga in på gården. Och snart slogs ytterdörren in med en yxa.

I RAUMO fanns det ingen jour denna natt i november 2017, och mor och son Suonvieri fördes därför till Björneborg.

De blev undersökta av läkare och fick syre. De hade inga fysiska skador, även om luftvägarna var svarta av sot.

Följande morgon vaknade de på akuten 50 kilometer från Raumo utan riktiga kläder. De skulle få lämna sjukhuset vid tolvtiden – men vart skulle de åka?

→

"När brandmännen räddade oss från lägenheten såg vi att allt var svart. Lägenheten var förstörd. Kläderna hade smält på klädstången. Vi båda hade endast telefonen i handen när vi fördes till ambulansen", säger Jani Suonvieri.

På natten hade en sjukskötare frågat om hon fick ge deras kontaktuppgifter till Finlands Röda Kors (FRK) som kan erbjuda krishjälp. Naturligtvis, hade Marja Suonvieri svarat, och på morgonen blev de kontaktade.

"En kontaktperson ringde och berättade att de hade ordnat med en hyresbostad. Vi blev hämtade och fick träffa en krisgrupp i FRK:s lokaler. Först blev vi bjudna på kaffe och någonting att äta och sedan sammanställde vi tillsammans en lista över

saker som behöver göras", säger Marja Suonvieri.

Hon tycker att det var fint att man redan i förväg hade tänkt på vilka behov brandoffer har. En människa som är i chocktillstånd kan inte själv tänka ut vad allt hon behöver då hon har förlorat allt.

"På listan fanns bland annat tandborste och -kräm, tvål och telefonladdare. Vi gick till Prisma tillsammans och där köpte vi med hjälp av FRK ordentliga kläder och skor i stället för dem vi hade fått på sjukhuset."

ENDAST ETT HALVT dygn efter den dramatiska händelsen stod mor och son Suonvieri på gården till hyresbostaden. Där bar folk från FRK in möbler som de hämtat på ett lopptorg.



Enligt brandkårens rapport förstördes bostaden till 90 procent.



Marja Suonvieri fick flytta tillbaka till sitt renoverade hem för drygt två år sedan.



”Vi fick en säng, en soffa, kökstillbehör och en kaffekokare. Sådana saker tänker du vanligen inte ens på, inte förrän de tas från dig”, säger Jani Suonvieri.

FRK hade också med sig hunden Petra som brandmännen hade räddat på natten. Hon hade fått ett nytt provisoriskt halsband och koppel i stället för de som smalt i branden.

Marja Suonvieri hade också möjlighet att komplettera det nya hemmet med saker från lopp- torget, i takt med att hon kom på vad hon behövde. Via FRK fick Marja och Jani Suonvieri även krishjälp där de kunde bearbeta det som hänt.

Jani Suonvieri stannade i Raumo i tre veckor för att hjälpa mamma med att få vardagen att fungera och återvända till jobbet. Efter olyckan var jobbet och arbetskamraterna räddningen.

”En kollega samlade in pengar så att vi fick allt vi behövde. Kollegans son är kock och han bjöd oss dessutom på en viltmåltid, den första husmanskosten vi ätit på två veckor. Vi åt den tillsammans som en familj innan Jani och sambon Teija återvände till

Tallinn. Det blev ett positivt minne”, säger Marja Suonvieri.

ENLIGT BRANDKÅRENS rapport förstördes bostaden till 90 procent. Brandorsaken föreföll vara en defekt apparat som låg på laddning på köksbordet.

Utan brandvarnare och de släckningskunskaper Marja Suonvieri en gång i tiden lärde sig i sjömansskolan hade branden haft ödesdigra följder.

Den förstörda lägenheten blev totalrenoverad och Marja Suonvieri fick flytta hem igen våren 2018. Det skrämde inte henne.

”Jag lärde mig att en olycka kan ske var som helst och jag har inte haft några mardrömmar om branden. Nu är jag noggrann med att telefonen och glasögonen alltid ligger bredvid sängen.”

På väggen hänger alltjämt en brandfilt och i taket har ännu bättre brandvarnare monterats. Olyckan lärde mor och son att vara ännu noggrannare med säkerheten när de använder olika apparater samt med räddningsvägarna.

Och hur gick det då med Petra? Hon gömmer sig fortfarande när hon känner röklukten från grillen, men den grillade maten duger nog minsann. I övrigt är allt som förr, enligt Marja Suonvieri.

”När renoveringen av bostaden blev klar funderade vi på om hunden kommer att känna igen den. Men Petra visade ingen oro. Hon gick glatt upp för trapporna.” ■

Efter olyckan var jobbet och arbetskam- raterna räddningen.

HUNGERDAGSINSAMLINGEN

- Finlands Röda Kors Hungerdagsinsamling fyller 40 år i år. Den fick sin början 1980 då frivilligarbetaren Mailis Korhonen från Pälkäne fick en idé om att ordna ett lokalt talko för att samla in pengar. Insamlingen utvidgades snabbt till hela Finland.
- Den första insamlingen ordnades för att hjälpa offren för hungersnöd i Östafrika, därifrån namnet Hungerdagen. Den ursprungliga idén var att samla in pengar så att alla kan få mat, även om det innebär att man själv fick äta lite lättare den dagen. Numera kan Hungerdagen tillbringas på många olika sätt.
- De medel som samlas in under Hungerdagen går till FRK:s katastroffond. Pengarna kan användas snabbt där hjälp behövs mest, eftersom de inte är bundna till ett specifikt mål.
- Med de donerade medlen hjälper man offer för eldsvådor i Finland så att de kan skaffa sig förnödenheter och få ett till-

fälligt hem. I fjol fick 830 offer för eldsvådor hjälp.

- Röda Korset ger psykiskt stöd till olycksoffer och deras närmaste samt till anhöriga till förvunna personer.
- Med medel från katastroffonden understöder man också Frivilliga räddningstjänsten (Vapepa) och upprätthåller beredskap för olika slags olyckor.
- Under coronatiden har vikten av god beredskap och utbildade frivilliga betonats. Personer som hör till en riskgrupp har fått hjälp med butiks- och apoteksbesök och tält har rests på sjukhusgårdar.
- Minst 80 cent av varje euro som har donerats till katastroffonden går till biståndsmålet. Insamlingskostnaderna får vara högst 20 procent.
- SOK är Hungerdagsinsamlingens samarbetspartner. Alla kontanter som donerats under insamlingen går via S-Banken, i samarbete med Reila Palvelut Oy.

dina förmåner

TIDNINGEN ansvarar inte för ändringar efter pressläggningen. Förmånerna ger ingen Bonus, om inget annat nämns.

MUSIK OCH TEATER

Sisko ja sen veli på Mathildedals sommarteater S-Förmån 2 e

Med S-Förmånskortet får du biljetter från biljettförsäljningen för 21–23 e (norm. 23–25 e) eller från Lippupiste för 23,50–25,50 e (norm. 25,50–27,50 e). Lippupiste lägger till en serviceavgift på priserna. Föreställningar 10.7–16.8.

Mathildedals sommar-teater, Ruukinrannantie 6, Mathildedal.

Biljetter: Teatteri Provinssin biljettförsäljning, tfn 044 052 0260, myynti@teatteriprovinssi.fi eller lippu.fi.

Mer information: teatteriprovinssi.fi.

Teaterns magi på Musiikkiteatteri Kapsäkki S-Förmån 4 e

Med S-Förmånskortet får du 4 euro rabatt till höstens pjäser Viisi tapaa olla vapaa, Wolandin iloinen seurue och Tohtori Zeiffal, Tohtori Zeigal ja virtahepo, jota ei koskaan saatu kiinni. Erbjudandet gäller endast normalprissatta (fr. 20 e) biljetter.

Musiikkiteatteri Kapsäkki, Tavastvägen 68, Helsingfors.

Biljetter: lippu.fi.

Mer information: kapsakki.fi och liput@kapsakki.fi.

Åbo Unga Teater presenterar S-Förmån 2 e

Med S-Förmånskortet får du biljetter för 10/11,50 e + 1 e leveransavgift (norm. 12/13,50 e) till Åbo Unga Teaters föreställning Suuri Avaruus-seikkailu 15.8–15.9.

S-Förmån 3 e

Med S-Förmånskortet får du biljetter för 15 e (norm. 18 e)

till Åbo Unga Teaters föreställning Supermarsu pelastaa Itämeren silakat 9.8–6.9. Biljetterna finns ute till försäljning nu.

Åbo Unga Teater, Ursinsgatan 4, Åbo.

Biljetter och mer information: nuoriteatteri.com/, tfn (02) 2322 812, toimisto@turunnuriteatteri.fi, lippu.fi.

FAMILJER OCH BARN

Förmånligare armband till Borgbacken S-Förmån 3 e

Med S-Förmånskortet får du armband till Borgbacken för 39 e (norm. 42 e) 5.6–18.10 från en del Prisma-, Sokos- och S-marketbutiker samt från huvudstadsregionens Sokos- och Radisson Blu-hotell i samband med en övernattnings.

Borgbackens nöjespark, Tivoligränden 1, Helsingfors
Mer information: tfn 010 5722 200 och linnanmaki.fi.

Onlinebiljetter till Sea Life S-Förmån 1,50-2 e

Med S-Förmånskortet får du onlinebiljetter för vuxna för 15 e och för barn för 11 e till Sea Life från vår webbutik sealifeshop.fi. Förmånen

gäller t.o.m. 31.12. Kom även ihåg att boka ditt besök på vår webbplats sealife.fi.
Sea Life Helsinki, Tivolivägen 10, Helsingfors.
Mer information: sealife.fi.

ÖVRIGA FÖRMÅNER

Bumerang- säkerhetsbricka S-Förmån 2 e

Med S-Förmånskortet får du i augusti en Bumerang-säkerhetsbricka och 12 månaders returneringstjänst för 17 e + leveranskostnader (norm. 19 e + leveranskostnader). Erbjudandet gäller endast nya inköp av säkerhetsbrickor.

Beställningar:

radakorsbutiken.fi, där du får S-Förmånen genom att ange förmåns-koden 4MVEV3N5, tfn 020 701 2211 eller Röda Korsets butik, Fabriksgatan 1 A, Helsingfors, öppen må-fr kl. 8.30–16.

Prova på golf på Aurinko Golf S-Förmån 30 e

Med S-Förmånskortet kan du prova på sporten gratis den 7.8. Anmäl dig nu. Platserna fylls på basis av förhandsanmälningar. 13.8 och 8.9 får du en green fee för 20 e (norm. 50 e). Kan bokas från och med 8.8 och 2.9.

Aurinko Golf Oy, Vengantie 58, Nådendal.
Mer information: aurinkogolf.fi, tfn 020 754 5900, info@aurinkogolf.fi.

Enklaste sättet att lära sig spela instrument online S-Förmån 29,90 e

Med S-Förmånskortet får du en månads testperiod gratis i Finlands största webbtjänst för instrumentundervisning.

Mer information: rockway.fi/etukortti.

Roadracing i Alastaro S-Förmån 3 e

Med S-Förmånskortet får du en inträdesbiljett för en helg för 17 e (norm. 20 e) till FM-deltävlingen i Roadracing i Alastaro 1–2.8. Inträdesbiljetten ger gratis inträde till depån.

Alastaro Circuit, Jarno Saarientie, Virttaa.

Biljetter och mer information: alastarocircuit.fi, roadracingsm.fi och circuit@alastarocircuit.fi.

Paavo Nurmi Games S-Förmån 5 e

Med S-Förmånskortet får du förhandsbiljetter för 30/38/53/63 e (norm. 35/43/58/68 e) till Paavo Nurmi Games ti 11.8. En serviceavgift tillkommer i webbutiken. Vid porten kostar biljetterna +5 e.

Paavo Nurmi stadion, Åbo.

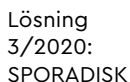
Biljetter och mer information: ticketmaster.fi, paavonurmigames.fi och paavonurmigames.fi.

Helsinki Card till förmånspris S-Förmån 10 %

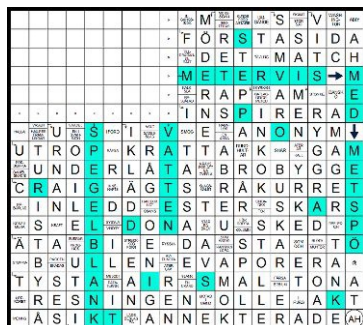
Med S-Förmånskortet får du kortet Helsinki Card 24 h för 45,90 e (norm. 51 e), 48 h-kortet för 56,70 e (norm. 63 e), 72 h-kortet för 66,60 e (norm. 74 e) och även rabatt på korten för barn i åldern 7–16 år (norm. 25–37 e).
Mer information och kort till nedsatt pris på helsinkicard.com med koden S-ETU.



Tohtori Zeiffal, Tohtori Zeigal ja virtahepo, jota ei koskaan saatu kiinni pelasi Musiikkiteatteri Kapsäkki.



Redaktionen
gratularar!



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

YHTEISHYVÄ.FI

SHOW ME THE MONEY

BONUS*



BONUS
ÄR
PENGAR.**

Över 350 miljoner euro i Bonus
ligger orörda på konton i S-Banken.
Kontrollera i S-mobil om också din
Bonus sover på kontot.

Exempelkalkylen inkluderar inte bränsleköp, för vilka Tanknings-
bonus betalas. Olika handelslag har lite olika bonustabeller.
Du kan kontrollera handelslagens tabeller på S-kanava.fi.

