VIÐMERKINGAR

Grøðikraftin í tara

Olga Hentze

Tað er gamalt at brúka tara. Í Kina brúktu tey tara heilt aftur til umleið ár 500 sum ein part av matgerðini og sum eina medisinska plantu. Í eysturlondum er tari ein óumveruligur partur av matgerðini, sum ikki bara fjøltáttar matin, men eisini leggur væl til at vitaliteti.

Tari inniheldur 1,5 ferðir so nógvar c-vitaminur sum eitt nú appelsinur, og protein innihaldið er millum 25-35% av turrvekt. Tari er eisini ríkur fyri jod, ið er eitt mineral, sum hevur stóran týdning fyri metabolismuna hjá kroppinum.

Fólk, sum taka lættliga uppá í vekt, føla seg troytt, mental sein, missa hár, kunnu hava hesar trupulleikar, tí tey hava ov lítið jod í kroppinum. Hetta kann vera ein grund til seina metabolismu.

Koyrir tú tara uppí dietina ella sum eitt kosttilskot, kann hetta hjálpa uppá støðuna.

Í plantuheilivági er tari eisini brúktur at hjálpa fólki, sum viga ov nógv til at tapa seg. Evnið kann smyrjast uppá húðina sum "compres" og hevur anti-bruna-effekt. Hetta hjálpir til at eleminera klorin salt úr kroppinum og somuleiðis til at minka um rukkur og strekk merkir.

Tari er effektivur móti giktapínu, og sera høga innihaldið av mineralum og vitaminum hjálpir eisini til at reinsa kropsskipanina.

Tari hjálpir móti magabruna, tí hann uppsorberar magasevju og minkar um sýruna.

Í Kina verður tari nýttur sum lekidómur móti krabbameini.

Tú kanst fáa meira at vita um møguleikarnar og produktir við tara, og til ber eisini at fáa konsulatión hjá kostráðgeva við at ringja á tlf. 224258, 224259 ella við at senda telefaks á 448659.

T-post adressan er: yoga_63@yahoo.com

Enskt mál um dagin millum kl. 12 og 19. Føroyskt um kvøldið eftir kl. 19 og í vikuskiftinum.

Gudiligur ørskapur forpestar meiri enn nøkur ølsøla

Hilmar Simonsen

Ikki eiti á rásarúmi okkara nýggi trivnaðarmálaráðharrin fær í Sosialinum í seinastu viku. M.a. ætlar hann at forkoma ølsølu frá goymslunum hjá bryggjaríunum kring landið, tí tað "forpestar nærumhvørvið".

Ikki tí, at eg skal hálova allari øl- og rúsdrekkasølu definitivt, men tá eg las hasar tíðindagreinarnar vóru tað beiskir bitar at fáa niðurum. Nýggi trivnaðarmálaráharrin, sum kemur úr einum politiskum flokki ið rópar seg Miðflokkurin - eitt fullkomiliga villleiðandi navn fyri hendan flokk, hann átti meiri hóskandi at rópt seg Talibanflokkurin - hevur uttan iva nógvar religiøsar og snævurskygdar ambitiónir. Ikki hevur hann meiri enn júst mynstrað í landsstýrinum, so hoyra vit, at hann hevur ætlanir um at forfylgja ávísum minoritetum í samfelagnum, nevniliga teimum sum hava fingið fosturtøku framda. Við at kaga í journalir hjá teimum, vil hann, í besta nazistíli, royna at kroysta sína egnu forskrúðaðu lívsáskoðan niður í hesi menniskju. Verðin er býtt upp í tvær deildir hjá honum, eina svarta og eina hvíta, og fosturtøka hoyrir heima í tí svørtu deildini, so tað rungar eftir í. NUANCA er ein býur á Suðurpólinum, so har er einki at kjakast um.

Men fyri at venda aftur til ølkompleksið hjá honum, so kann tað væl vera, at rúsdrekka elvir til trupulleikar, um tað ikki verður nýtt við hóvsemi. Soleiðis er tað í dag, og soleiðis hevur tað altíð verið. Soleiðis er tað við so nógvum her í lívinum, at n ý t s l a av einum hvørjum kann vera gagnlig, meðan m i s n ý t s l a er av tí ónda. Hetta er forrestin eisini galdandi við religión! Tað er blivið vísundaliga prógvað fleiri ferðir, at nýtsla av øli og víni er til stórt gagn fyri heilsuna hjá fólki. Tað gagnar hjartanum, virkar fyribyrgjandi móti blóðtøppum, og er gott fyri blóðrenslið. Nýliga er eisini prógvað, at tað virkar fyribyrgjandi móti krabbameini, m.a. tí, at øl og vín innihalda sera nógv antioxydantir.

Av tí, at hetta er blivið vísundaliga dokumenterað velji eg heldur at trúgva tí, enn at trúgva upp á stívrendar pástandir frá Bill Jústinussen. Ein kann føla seg provokeraðan út um alt mark, tá summi fólk eru hersett av trongdini at læra onnur, hvussu tey eiga, og skulu liva sítt lív. Og her tað, at nógvir kristiligir fanatikarar skora eitt reint 13-tal. Ikki tí - eg eri bedøvandi líkaglaður við, um summi, herímillum eisini Bill, hava hug at liva sítt lív í einum ævigum religiónsrúsi, men um hann heldur seg vera hevjaðan til at fortelja mær og øðrum, hvørja lívsáskoðan vit skulu hava (sum er = hansara egnu, sjálvandi), so tirrar hann meg upp - og tað í ólukkumát.

Í øllum tí modernaða vesturheiminum hevur man viðurkent, at politikkur er verðsligur (sekulerur) og eigur at haldast atskildur frá religión. Vit kunnu ikki basera politiska løggeving á hvørki bíbliuna ella koranina, ella nakra aðra sokallaða heilaga skrift, men harafturímóti á sekulerar áskoðanir, og vísundaligar próvførslur. Tað finst eitt ótal av religiøsum áskoðanum, og eingin kann skila sær rætt til at siga, at "mín er betri enn tín". Religiøsitetur er ein individuellur persónligur spurningur, og eigur at respekterast sum so.

Tí er tað hugstoytandi, at hesin nýggi landsstýrismaðurin hevur sovornar ambitiónir, um at brúka bíbliuna sum jarnbrot til at gjøgnumtrumfa ymiskar lógir, sum hóva honum sera væl. Gudilig fanatisma forpestar meiri enn ølsølur í nærumhvørvum. Religiøsir fanatikarar eru permanent ávirkaðir av religiøsum opium, og kunnu tí vera meiri irriterandi enn alkoholikarar, sum tó onkuntíð eru rúsfríir.

Lat meg loksins nevna, at eg ikki enn havi lagt til merkis, um handlarnir í Føroyum eru farnir at selja burkur (t.e. slør sum kvinnurnar í teimum mest ekstremu religiøsu londunum skulu ganga við, smoygdum niður yvir høvdið), men um tann dagur upprennur, tá Bill fær trumfað tað í gjøgnum í løgtinginum, ja, so fær hann jiihad í Føroyum - og hvat ið tað kann gerast spennandi!!

Í Býin

Hafnia Lounge
· Stórt úrval av kaffi
· Dagsins køka
· Sandwich
· Flógv terta við salati
· Ymisk "snacks"
· Smyrjibreyð frá kl. 14-17
(aftaná kl. 17 eftir áheitan)
Upplatingartíðir
Sunnudag - hósdag
Opið kl. 14.00-24.00
Fríggjadag & leygardag
Opið kl. 14.00-01.00
Tlf. 31 32 33 · Fax 31 52 50

fk Matseðilin
agi .j li
Skinkusnitsel
r ggja agi 5.j li
Kyllingalær
e gar agi 6.j li
Oksasteik
á a agi .j li
Gjørd hara
T agi .j li
Fiskabollar í karrysós
ik agi 26.j i
Hamburgarryggur
***
Seinnaparts-TILBOÐ
frá kl. 1 .00
Juniorburgari 23,00
Maxiburgari *ella*
Búffsandwich 28,00
Matstovan í Hoyvík

TAXI
Koyrt trygt frá og til - ring til BIL
311444 - 313525
Skjót & góð tænasta
SVARAR ALT DØGNIÐ
Bil - Mini Taxi
Bilstøðin á Farstøðini

Í Býin

Felagið Tórshøll
Í vikuskiftinum spæla
Flúrar
Hvørt fríggjakvøld, leygarkvøld og sunnukvøld er livandi tónleikur
Sjavskapping týsdagin 9. juli kl. 19.00
Felagið Tórshøll
Sverrisgøta 22
Tlf. 31 15 65

NÁTT-BUSSURIN
hjá Øssuri Christiansen
Leygarkvøldið :
• Vetsm.-Tórsh. kl. 23.30
• Tórsh.-Vetsm. kl. 00.30
• Vetsm.-Tórsh. kl. 03.30
• Tórsh.-Vestm. kl. 04.30
(Koyrt verður um Kvívík og Kollafjørð eftir avtalu)
Onnur kvøld kann koyrast eftir avtalu
Tlf. 424254
Bussarnir:
Tlf. 286254

BLUES NIGHT V/ WENTUS [FI]
HÓSKVØLDIÐ 4. JULI:
OPIÐ ER FRÁ KL. 23.00 TIL KL. 04.00
FRÍGGJAKVØLDIÐ 5. JULI:
OPIÐ ER FRÁ KL. 22.00 TIL KL. 04.00
KONUFÓLK ÓKEYPIS ATGONGD ÁÐRENN KL. 01.00
ATGONGUMERKI KUNNU KEYPAST Í FORSØLU
Í KUNNINGARSTOVUNI Í HAVN
PLATFORM

Casablanca
Ristorante
Frá kl: 17:00
Bar-B-Cue
OKSAKJØT
LAMBSKJØT
KALKUN
KYLLINGUR
PYLSIR
EXOTISKAR
SÓSIR
YMISKAR
DRESSINGAR
GRØNMETI
SALATIR
BAKAÐI EPLI
POMMES
FRITTES
RÍS
Veljið sjálvi, og lat Okkara kokk steikja tað.
ET TAÐ TÆR LYSTIR
BERT 98,-
Bíleggið borð á tlf 319696

Kaggin
Hóskvøldið spæla
Ókeypis atgongd
The Jew Brothers band
Í samband við Jazzfestivalin
Fríggja- og leygarkvøldið spæla
Jens Marni Bandgin
Fríggjakvøld ókeypis atgongd áðrenn kl. 01.00
www.kaggin.fo

Klaksvíkar Klubbi
Tlf. 455681
Fríggjadagin 5. juli
• Fimmari
• Opið frá kl. 17.00-20.00
UNDIRHALD
Leygardagin 6. juli
• Opið frá kl. 22.00-04.00
Sunnudagin 7. juli
• Opið frá kl. 17.00-22.00

HESA VIKUNA
Hóskvøldið
LIVE kvøld
Double Up frá kl. 21.00 til 22.00
Dé Jà Vu
Ókeypis atgongd
Fríggjakvøldið
DJ Eyðfinn Drewsen
ladies night & Double Up til kl. 23.00 -01.00
Leygarkvøldið
DJ Eyðfinn Drewsen
Café'in hevur opið mán.-frí. 17.00-24.00 og leyg.-sun. 14.00-24.00
Club 20 Café
Írskur búffur v/chips, salat & whiskeysós
EISINI TANN BESTI Í LANDINUM
69,-
Discoteque Club 20
Tinghúsvegur • Tórshavn • Tlf. 31 56 28
www.club20.fo

Í BÝIN - HVØNN HÓSDAG

AUTO
-Dag & nátt-
-Alt døgnið-
Hýra bil - ring 311234
BENZIN
DIESEL
KIOSK
AUTO
311234