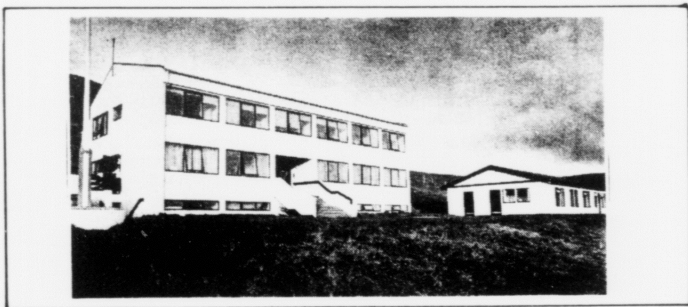




Eins og islendingar leitaðu til USA fyrri at fáa viðgerð fyrri alkoholismu, kunnu feroingar nú leita sær til Ísland í somu orindum. Starvsfólkið á SÁÁ stovnunum hevur tað felags við sjúklingarnar, at teir allir eru alkoholikarar, — frá læknum og til onnur starvsfólk. Felags fyrri starvsfólkið er eisini, at tey hava fingið heilsubót. Feroingar fara nú til Íslands. Ætlanin er at stovna felagsskap í Føroyum, sum seinni kann fara undir at byggja slíkan stovn her. Myndin visir hvíðarheimið í Ølfusi í Íslandi

gingu við at gerast edrúur. Tú fekk minni og minni heiliyág, sum fráleið. — Hóast eg hevði hugsað mær, at hetta fór at verða ræðuligt, var als ikki so.

Umleið 40 sjúklingar vóru á heiminum, og øll høvdu somu trupulleikar sum eg! Tað gjørdi, at eg ikki nýttist at skammast yvir brek mitt. Eg varð góðtíkin sum sjúklingur. Serliga væl minnst eg, hvussu góð starvsfólkini vóru við meg. Eg kendi tryggjeika. Frammanundan ræddist eg kensluna av, at nakar lá eftir mær. Hetta er kensla sum allir alkoholikarar merkja, sum hjáárin av misnýtslu. Hetta var eg tó spard fyrri, ti eg leyt alt upp í hendurnar á starvsfólkunum, og kendi, at tey høvdu álit á mær.

Tá 10 dagar vóru farnir, bleiv eg flutt á eitt slag av hvíðarheimi. — Eisini innan SÁÁ felagsskapin. Nú vóru vit fleiri í felag, og tað var hugagott. Vit kendu hvønn annan og kundu stuðla og leita hjálp frá hvørjum øðrum.

Uppbyggingin

— Her var uppgávan at byggja seg sjálfan upp aftur frá grundini. Vit lærdu at viðganga sjúkuna, og eisini at fyrigeva okkum sjálvum, alt tað vit høvdu gjørt og uppliva í tíðini, vit vóru misbrúkarar. — Tá tú ásannar, at alt hetta var stýrt av rúsevnum og at tú misti persónleikan burtur í rúsinum, so var tað ikki so torført at góðtaka.

— Tú verður kanska eisini var við, at tú hevur átt tin persónleika, men at tú ikki hevur torað at góðtikið hann.

Kanska hevur tú altíð viljað verið ein annan enn tú ert, — kanska eitt betur menniskja ella tilíkt?

Er tað ein umbering fyrri at gerast misnýtari?

— Nei, tað er eingin um-

bering fyrri, at eitt menniskja gerst misnýtari. Onkur vil kanska halda, at ein fer at drekka, ti hann hevur t.d. figgarligar trupulleikar. Hann góðtekur kanska ikki, at hann hevur figgarligar trupulleikar, ti hann drekkur.

— Tað er ikki skomm at vera alkoholikari, ti tað er ein sjúka, sum aðrar, sigur Birita.

— Eg kann tí koma fram í ljósmála, ti eg eri alkoholikari, men eisini ti eg nú havi verið rúsfri í trý ár.

— Hetta geri eg fyrri at hjálpa teimum, sum hava somu trupulleikar sum eg. Tey skulu vita, at tey ikki eru einsamøll. — Ikki minst ti tað ber til at fáa heilsubót. Ti vil eg ráða fólk til, at fáa viðgerð sum skjótast.

Tá Birita kom heim aftur, eftir viðgerð á SÁÁ stovni, visti hon, at tað fór at verða torført at koma inn í samfelagslívið aftur.

— Eg gjørdi tað til eina avbjóðing. Stutt eftir at eg var heimkomin var stór samkoma í bygdini. Hóast eg var bangin at hitta fólk aftur, fór eg avstað, setti meg miðskeiðis millum fólk, og dróg andan! Tað var ikki lætt, men eg vil siga, at tað botti væl um stóðuna, at fólk vóru so fegin um, at eg hevði fingið hjálp. Ongantið havi eg hitt fólk, sum hava verið fordømandi ella á annan hátt hava verið tverlig móti mær.

Fordømingin kemur frá einum sjálvum, og ikki frá teimum, sum eru kring ein!

Nú eru fleiri fólk, sum hava fingið viðgerð í Íslandi. Tey hittast regluliga, tosa um vanlig gerðarmál og um trupulleikar sum stínga seg upp. Hetta er partur í gerandisdegnum hjá einum alkoholikara, at hann stuðlar seg til onnur, samstundis sum hann er tann, sum veitir hinum stuðul. Eisini familjan kring ein alkoholik-

ara krevur viðgerð.

Familjan

— Vit hava nú vitjað nógv fólk, sum hava okkara hjálp fyrri neyðini. Eitt noyðast vit tó at ásanna. Familjan er oftast nógv sjúkari enn alkoholikarin, ti hon góðtekur, at viðurskiptini eru ótolandi.

Hevði familjan sett alkoholikarnum stólin fyrri hurðina, so var lættari hjá honum at góðtaka brekið, og hervið leita sær heilsubót.

Eitt serliga gott dømi er hetta: — Ein maður biður mammu sína keypa øl fyrri seg. Hon svarar ikki, men letur sum einki. Hann biður hana enn einaferð, og hon svarar ikki.

Tá gerst hann óður í høvðinum og sorlar tað, sum er nærindis.

So fer hon at keypa øl, men verri er, at hon orsakar aftaná, at hon ikki gjørdi tað, áðrenn sonurin bleiv óður.

— Við hesum kunnu vit visa á, at familjan verður so niðurundirðomin at hon ikki leggur til merkis, at hon er merkt av alkoholikarnum. Hetta kann ávirka børn og foreldur, konur og menn, so tey at enda halda, at tað er teirra skyld, at soleiðis er áfátt innanhýsis.

Tá ein er misnýtari og leitar sær heilsubót, so heldur ein, at gleðin við at liva, er av. Tú er so von við rúsin, at tú ikki heldur, at tað kann verða áhugavert at liva, við honum fyrri uttan.

— Gleðin er so mikið stórri, tá tú leggur til merkis, at tað er júst tá, tú byrjar at liva. At vera misnýtari er líðiligt, sigur Birita at enda og skoytir uppi, at tað er so mikið gleðiligt, at tú eigur til góðar eitt liv uttan rús, sum gevur áræði og dirvi at halda fram.

Tú ert hamskift og bilsin samstundis, at fáa loyvi at uppliva hetta.

Fólkalandskappingin væleydnað

— Onnur lond geva henni gætur

Tað er nakað fráliðið, siðan Fólkalandskappingin í svimjing 1984 var liðug. Av tí at øll Norðurlond ikki kappaðust um sama mundið, eru úrslitini ikki komin fyrr enn nú.

Føroyar gjørdist vinnari í kappingini. Hóast fólkatalið her er nógv minni enn í hinum londunum, so megnaðu feroingar, — frá tvey ára aldur og upp til 85 ár, at ávirka úrslitið, so tað gjørdist best.

Sigurd Lamhauge, ein av stigtakarunum til Fólkalandskappingina og limur í starvsnevndini í Svímjissambandinum, sigur við Sosialin, at felagið ongantið hevði imyndað

ingini var at gera svimjing til familjutrótt, sigur Sigurd Lamhauge. Hetta skal skiljast soleiðis, at ein ikki nýttist at vera itróttarfólk við kappingarhugi, fyrri at svimja. Her kunnu øll fólk luttaka. Svímjikkappingin visti eisini, at fólk í hóptali vitjaðu svímjikhøllirnar, i nógv størri tali enn áður.

Nú siga fólk við okkum, at tey sakna kappingina, ti tey annars høvdu svomið meira. Tað gav áhuga og áræði, at vera við í fólkalandskappingini.

— Umfram at gera svimjing til familjutrótt, vóna vit sjálvsagt eisini, at vit, sum tíðin liður, fara at fáa góðar kapp-

— Hverjar aðrar royndir hava tit gjørt í fólkalandskappingini?

— Vit hava skipað kappingina út frá okkara fyrirteytum. T.v.s., at grannalond okkara nú royna at taka upp okkara hugskot. Tá vit byrjaðu, tosaðu vit okkara millum um, hvat vit serliga skuldu leggja dent á, fyrri at fólk skuldi geva tiltakinum gætur. Dømi er, at vit settu okkum fyrri at svimja til Australia. Hetta gjørdum vit av okkara eintingum, og tað hevur ført við sær at islendingar settu sær fyrri, at svimja jørðina runt, eftir hugskotinum hjá okkum.

— Heldur fólkaland-



Í Fólkalandskappingini 84 er Svímjissambandið serliga vordid eyðkent fyrri fráliku hugskotini, i samband við at fáa fólk at geva tiltakinum gætur. M.a. tekningar, kappingar innanoyggja og hugskotið at svimja til Australia, eru fyribrigdi sum Føroyar av sínum eintingum settu i verk

sær, at feroingar skuldu taka so væl undir við tiltakinum.

Av tí at øll londini ikki svumu í sama tíðarskeiði, so vóru bert trigrir teir bestu mánaðarnir tiknir við í savnaðu kappingini. Upprunaliga var ætlanin at kappingin skuldi ganga yvir eitt hálvt ár, men nú var bert helvtin tikin við.

Tilsamans svumu 95.984 feroingar teir 19.192,8 kilometrar. Av teim trimum mánaðunum, sum vóru tiknir við, svumu 56.949 fólk.

— Hvat ætlar Svímjissambandið at nýta góða úrslitið til?

— Endamálið við kapp-

svimjarar. Ti ætlanin at fylgja hesum tiltakinum Upp. — eitt nú við at skipa fyrri svímjiskúla, har luttakararnir kunnu fáa prógv fyrri ávása svimjing, so hvørt sum tey mennast.

Hetta kann skipast sum frálæra innan skúla og svímjifelag, men enn er ov tíðliga at siga, nær tað kann byrja.

Eitt nú hava vit fingið at vita, at lærarar í fólkaskúlanum ikki hava serligt tilfar í frálæruni innan svimjing, og her er so ætlan okkara at gera eitt arbeiði, fyrri at fáa svímjiskúlan innferð í undirvísingina.

kappingin fram?

— Ikki beinanvegin, men vit hava ætlanir um at gera landskapping, har svímjikhøllirnar innanoyggja kunnu kappast, hvørt móti øðrum. Serliga fyrri Fólkalandskappingina 1984 í Føroyumvar eisini, at vit byttu oyggjarnar upp í øki, og sammettu tølina fyrri hvørt stað sær. Sum kunnugt var tað Hest, sum vann innan oyggjakappingina, og hetta tiltakið kunnu vit royna einaferð enn, hóast tað bert er fyrri feroingar, sigur Sigurd Lamhauge at enda.

Dagny