

Helena Fríheim:

Óhjálpin undirmett sum menniskju

- Í fjölmiðlunum og manna millum verða óhjálpin fólk, gomul, lamin og rørslutarnað, umrødd vanvirðandi og sum ein tungur bólkur, ið eingin hevur orku til at taka sær av. Tað er at undirmeta hesi fólk, ið hava krav uppá virðing eins og øllum onnur, sigur Helena Fríheim, úr felagnum Apopleksi-Afasi.

TURID KJØLBRO

Javnan er umrødd av einum bólki í samfelagnum, ið litið og einki ger vart við seg sjálvan. Tey óhjálpu, gomlu og rørslutarnað. Í tíðindasendingini í sjónvarpinum síðsta friggjakvöld var eitt dømi, og felags fyrri tíðindini, ið eru at hoyra um henda tigandi bólkin av borgarum er, at umrøðan er negativ, manninkandi og vanvirðandi.

Tað heldur í øllum førum Helena Fríheim, sum var ein teirra, ið tók stig til felagið Apopleksi - Afasi, ið er felagið hjá fólk, ið eru vordin lamin. Hon hevur í 14 ár starvast sum ítrivsvegleiðari.

- Øll kunnu koma í eina støðu, har tey fáa brúk fyri allari hjálpi. At gerast gamal og rørslutarnaður er ikki ein óvanlig støða, men samfelagshugburðurin mótevís hesum fólkum er sera einstáttaður. Tey verða umrødd í fjölmiðlunum og manna millum sum ein tungur bólkur, sum eitt ting, ið eingin hevur orku til at taka sær av. Vit kunnu hugsa okkum, at hesi fólkini, ið verða umrødd soleiðis kenna seg illa, sum útskot, eingin vil hava. Spurningurin er eisini, hvat slík umrødd sigur okkara børnum. Tey kunnu fáa eina mynd av, at hesi óhjálpu ikki eru nakad.

Tað er ein orsök til, at hesi fólk gerast gomul og tí eiga vit at geva teimum ta bestu viðferð. Fólk eiga at spyrja seg sjálv, hvussu tað kennist at vera ein í hesum bólkinum, ið má dúva uppá hjálp frá øðrum, sigur Helena Fríheim, sum sjálv hevur verið lamin sum yngri.

Eingin hjálpi

So at siga eingin hjálpi er at heinta hjá hesum fólkum, tá ið sjúkaverkið hevur slept teimum. Tá ið tey koma heim av sjúkrahúsi ella venjingarheimi, verður tað álágt teimum avvarðandi at røkta hesi, sum eru rakt av einum og hvørjum, ið ger tey óhjálpin.

- Ofta er hesi fólkini knappliga komin í eina støðu, sum broytir teirra lív so ómetaliga nógv. Á sjúkrahúsinum fáa øll ta neyðturvilugu hjálpina, so mikið starvsfólkini, sum altíð eru hart fyrispent, megna. Men tá ið tey eru komin heim verða tey slept uppá fjall, eingin venjing stendur teimum í boði ella viðlíkahald av vunnna førleikanum. Tey mugu út at leita eftir hjálpi, sigur Helena Fríheim.

Hon setir spurnartekin við, hvussu nógv skal til fyrri at myndugleikarnir vakna og geva hesum fólkum virðiligar og mannsømiligar sémdir.

- Gomul og rørslutarnað mugu umrøddast sum virðiliga fólk, sum hava krav uppá tær bestu sémdir. Vit eiga at minnast, at hesin minni-letabólkurin eru fólk, ið ikki sjálv megna at rópa upp og gera vart við, hvønn tørv tey hava. Ein góður sosialpolitikur økir dygdina í einum samfelag. Við at geva gomlum og rørslutarnaðum betur kor verður arbeiðsmegin økt í samfelagnum. Hugburðurin mótevís gomlum og rørslutarnaðum eigur at verða broyttur soleiðis, at tey kunnu varðveita sjálvs-kensluna og sjálvsvirðingina. Ein positivur hugburður mótevís gomlum og rørslutarnaðum økir um myndina av einum góðum samfelag fyrri øll sum búgva her. At venda einum bólki í samfelagnum ryggin og lástast sum at eingin tørvur er á rættari viðgerð og viðferð, er ein skeivur máti at loysa støður, sum fólk eru komin í. Vit mugu hava eitt samfelagskjak har ið tey raktu eru við. Við lami fylgir avmarkaður møguleiki at flyta seg og ferðast stað úr stað. Eisini fylgja avmarkaðir møguleikar at fáa sett seg inn í ting og fylgja við, hvat fer fram rúndan um ein. Sostatt sleppur ein ikki sjálvur at gera av, hvørji fólk ein kemur saman við, sigur Helena Fríheim.



Sum yngri var Helena Fríheim lamin. Í 14 ár hevur hon verið ítrivsvegleiðari og hon var ein teirra, ið tók stig til at stovna felagið Apopleksi-Afasi, ið er felagið hjá fólk, sum eru vordin lamin. Mynd: Alvir Haraldsen.

Matur í myndum:

Gularótahjörtu, steiktur bananir og trøllaeyga til tvey

Nú er hon her. Fyrsta føroyska barnakóikibókin, ið gevur foreldrum frálíkt høvi at hugsa sær í køkinum saman við børnum.

TURID KJØLBRO

Nú koma tær raplandi. Bókurnar, sum enda sum gávur undir jólatrænum. Og hendan Matur í myndum, ið er kóikibók til tey smáu verður heilt vist ein av metseljarunum í ár. Sigríð Dalsgaard, húsarhaldslærari, hevur skrivað. Hon hevur drúgvur royndir sum lærari í heimkunnleika, bæði í fólkaskúlanum og læraraskúlanum.

Beinta Johannessen hevur tekið.

Bókadeild Føroya Lærarafelags og Føroya Skúlabólagrunnar hava givið bókina út. Hon er øðrvísi og stuttlig kóikibók, har allar uppskriftirnar eru í litmyndum við so litið av teksti, sum gjørligt. Sum tá ið tú lesur teknisku.

Flestum børnum dámar væl at gera mat, uttan at tey vaksnu blanda seg ov nógv

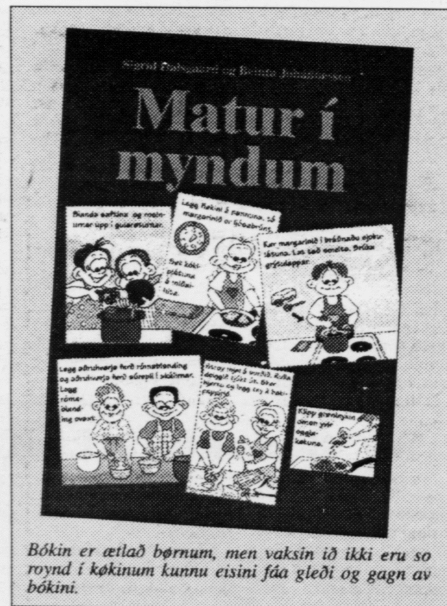
uppí, men tað kann vera trupult hjá teimum at lesa uppskriftirnar, serliga hjá teimum, ið ikki eru so roynd í lesikynstrinum. Men í hesi bókini eru uppskriftirnar einfaldar. Barnið skal bara fylgja myndatekstinum, ið er ógvuliga eyðskiltur. Ætlanin við myndunum er eisini at geva børnum høvi at læra seg rætt arbeiðslag í køkinum. Fremst í bókini verður sagt frá, hvussu mát-

að og vígað verður og hvørjar reglur eiga at galda í einum køki. Millum uppskriftirnar kunnu vit nevna: harukrás, sunnudagsgrýta, pitsabreyð, blakstampur, marengs, maisflykrukonfet, trøllaeyga og mangt, mangt annað.

Hóast uppskriftirnar eru einfaldar, so er sjálvandi best, um onkur vaksni er saman við børnunum, tá ið tey fáast við t.d. bakarovn, kókandi lög ella heitt feitt.

Matur í myndum, kóikibókin til tey smáu kemur væl við, bæði heima við hús, á dagstovnum og ikki minst í skúlum, nú vit hava fingið nýggja lærugrein, handaverk og list, í 1. -7. flokki, har m.a. heimkunnleiki er kravd lærugrein.

Matur í myndum er 85 blaðsíður, innbundin og kostar 95 kr. í bókabúðunum. MBM hevur stuðlað útgávu. Bókin er umbróttin og prentað á Dimmalætting, og Helge Justinussen hevur bundið inn.



Bókin er ætlað børnum, men vaksni ið ikki eru so roynd í køkinum kunnu eisini fáa gleði og gagn av bókini.