Savnsmynd

Renn fyri lívinum

Rørsla og vøddaarbeiði er av stórum týdningi fyri heilsuna. Men motión og onnur nýtsla av kroppinum hevur eisini týdning fyri heilan og sinnalagið - og børn, sum røra seg nógv, tey læra betur

RØRSLUR OG HEILSA
Rúna Sivertsen
runa@sosialurin.fo

Motión útloysir nógv sløg av evnum í kroppinum, millum annað evnið, sum stilla pínu og geva eina kenslu av eydnusemi.

Summir rennararar blíva so bundnir av evninum, sum kroppurin útloysir undir renningini, at teir ikki eru til at halda við hús.

Kanningar vísa eisini greitt, at børn, sum røra seg nógv læra betur.

Hetta stendur at lesa í drúgvari grein um rørslur og heilsu í danska heilsublaðnum, Naturli, sum vit loyva okkum at prenta nøkur brot úr.

Tað eru ótrúliga nógvir fyrimunir við motión, serstakliga um tú ýðkar saman við øðrum. Menniskjuni eru lívsgleðin og heilsan hjá hvørjum øðrum, og motión skal vera stuttlig, skulu vit ikki gevast at røra okkum.

Rørslur økja um góðar kostvanar og maturin hevur eisini stóran týdning fyri okkara sinnalag.

Ein náttúruregla er, at alt má nýtast fyri at verða sunt og í lagi. Tí tað, sum ikki verður brúkt, følnar, verður linligt, sjúkt og doyr. Hetta er millum annað galdandi fyri vøddar, sinur, beinagrindina, hjarta og heilan.

Sinnið hevur gjøgnum heilan stóra ávirkan á restina av kroppinum. Við rørslum fer ein rúgva av ymiskum hormonum í gongd og ávirka millum annað adrenalinið, sum ger okkum før fyri at gera avrik.

Ótýdligt eyðkenni frá heilanum, eitt nú gloymska og tunglyndi, hava skilligt samband við hugin at røra seg.

Motión forðar demens í stóran mun. Jú meira ein heldur seg í gond, tess minni er vandin fyri, at heilin gevst at virka.

Nógv gomul, sum eru tað vit vanliga rópa forkálkað, sita hendur í favn á røktarheimum ella heima og hava einki at gera. Onnur hjálpa teimum við øllum, eisini tí, tey sjálvi eru før fyri at gera. Hetta er harmiligt, tí sjálvt tær minstu uppgávur geva motión og lívsvirði.

Sjálvt fólk við so álvarsligum breki sum skizofreni verða munandi betur, tá tey venja og ýðka. Daglig og helst møðsom motión er eisini sera effektiv móti angist.

Í greinini í Naturli, www.naturli.dk, verður sagt, at motión eigur at verða tikið við í viðgerðini av sinnisbreki og kann í summum førum elva til, at heilivágur verður óneyðugur.

Bretar spíla seg út á Atlantsmótinum

Bretska stjórnin fer nú at gera treytirnar fyri oljuleiting á Atlantsmótinum linari og vónar við hesum at fáa tey stóru altjóða oljufeløgini at fara undir aftur miðvísa leiting á hesum stóra økinum. Hetta hendur samtíðis sum føroyskir myndugleikar fara undir at fyrireika næstu útbjóðingina á landgrunninum

OLJULEITING
Jan Müller

Stephen Timms, bretski orkumálaráðharrin vil ganga langt fyri at fáa stóru oljufeløgini at leita eftir kolvetni á Atlantsmótinum. Mynd DTI

Um nøkunlunda sama mundið sum føroyingar eru farnir at leggja til rættis uppskot at leggja fyri løgtingið um eina 2. útbjóðarrundu á landgrunninum, boðar bretski oljumálaráðharrin Stephen Timms frá, at DTI, sum umsitur oljuleiting á bretska landgrunninum, at 22. útbjóðingin í teirra øki verður latin upp um nakrar fáar vikur. Hetta stendur m.a. at lesa í grein í oljublaðnum Upstream, sum kom út nú um dagarnar. Blaðmaðurin Christopher Hopson skrivar úr London, at bretska stjórnin fer at leggja fram eina heilt nýggja "Frontier" rundu fyri oljufeløgini, har treytirnar fyri at leita verða nógv lagaligari og linari enn treytir, sum hava verið settar áður í hesum økinum.

Økið, sum talan er um, er Atlantsmótið og her serstakliga økið vestan fyri Hetland. Myndugleikarnir ásanna, at fá framstig eru gjørd í leitingini vestan fyri Hetland, síðani Schiehallionkeldan varð funnin fyri umleið 10 árum síðani. Orsøkin til at stjórnin vil geva oljufeløgunum lagaligari treytir er tann, at stóru oljufeløgini, sum fyrr hava víst hesum leitiøkinum stóran áhuga, eru farin at leggja íløgupengar sínar í onnur øki í heiminum, har tey halda seg kunna fáa meira burtur úr.

Men nú vilja myndugleikarnir so gera eina roynd fyri at skapa nýggjan áhuga fyri økinum, sum er bæði stórt og verður mett at goyma nógva olju og gass. Tískil hevur oljumálaráðharrin givið síni umsiting boð um at bjóða nýggjar teigar út undir nýggjum treytum. Stephen Timms sigur við blaðið, at við at minka um útreiðslurnar og við at økja um loyvistíðina vil stjórnin senda eitt signal til oljufeløgini um, at leiting og útbygging av oljufeltum í avbjóðandi økjum fer at verða stuðlað og stimbrað av myndugleikunum.

Nýggju treytirnar skulu geva feløgunum møguleika at søkja um størri øki fyri ein minni kostnað og skulu eisini geva teimum meira tíð til leiting og útbygging. Feløgini kunnu so lata 3/4 av økjunum aftur eftir eina kanningarperiodu og hesa tíðina kunna tey sleppa 90% bíligari.

Nýggjar bretskar treytir avbjóðing fyri okkum

OLJULEITING OG TREYTIR
ANALYSA
Jan Müller

Stóri spurningurin fyri leitingina við Føroyar og eina nýggja útbjóðing her vil so vera, um og hvørja ávirkan nýggju bretsku treytirnar til oljufeløg, sum vilja leita í teirra øki, fara at fáa fyri okkum. Hetta kann koma at hava við sær bæði fyrimunir og vansar. At bretskir myndugleikar eggja oljufeløgini, sum eru við at rýma av Atlantsmótinum, til at blíva verandi við at geva teimum lagaligari treytir, kann so koma at seta heilt nýtt fokus á alt økið og harvið eisini okkara landgrunn, sum er partur av Atlantsmótinum. Tað kann koma at geva nýggjar upplýsingar og vitan um undirgrundina, og tað kann gera, at tað verða gjørd nýggj fund. Ein vansi kann so vera, at áhugin fyri eini útbjóðing við Føroyar kann gerast minni, um so er, at treytirnar bretskir myndugleikar kunnu geva eru nógv lagaligari enn tær, sum Oljumálaráðið kann varta upp við.

Uttan iva kann hesin spurningurin fara at gerast eitt heitt tjakevni, tá løgtingið í vár skal taka støðu til m.a. treytirnar og eisini økini í 2. útbjóðing, tí tað vilja altíð vera ymsar meiningar um, hvat er rætta javnvágin, tá treytir skulu setast til útlendsk feløg, sum vilja gera íløgur her. Hetta verður tí ein stór avbjóðing til tey, sum skulu gera uppskot til reglur fyri 2. útbjóðing og tey, sum skulu taka endaligu avgerðina. Fyri eitthvørt leitiøki er altavgerandi: hvat skal til fyri at skapa áhuga fyri íløgum, og hvussu skal eigaralandið tryggja sær at fáa sum frægast burtur úr sínum egna ríkidømi.

Hetta eru so nettupp spurningar, sum Oljumálaráðið uttan iva fer at viðgera í næstum, nú alt grundarlagið undir 2. rundu verður fyrireikað. Tað er tí heldur ikki óhugsandi, at bretska útspælið kann koma at seta nýggj krøv til Oljumálaráðið um at vera kappingarført. Hinvegin minnir sumt av tí bretar nú seta í treytirnar tí, sum longu varð boðið í 1. útbjóðing við Føroyar, har gjørd vóru 9 ára loyvi við tí í huga at geva oljufeløgunum fleiri og víðari møguleikar enn bara at plikta tey til at bora innan ávíst áramál.

Bara stórkapitalurin sleppur framat

Hevur tú ikki heilt nógvar pengar á bankabókini, eru eingin møguleikar at byrja nakað nýtt í føroyskari alivinnu, sigur Hørður Wardum, sum nú leggur frá sær sum stjóri á Fiskaaling. Hann fer helst at brúka sína vitan uttanlands

ALIVINNA
Edvard Joensen

Stórkapitalurin stýrir føroysku alivinnuni, og hevur tú ikki eina rættiliga feita bankabók, hevur tú ongan møguleika at byrja nakað nýtt í vinnuni, sigur Hørður Wardum, sum ætlar sær uttanlands at brúka sín kunnleika um aling

Mynd: Álvur Haraldsen

Tað er ógjørligt at fara undir nakað nýtt í føroyskari alivinnu, um tú ikki hevur einar 20 milliónir á bankabókini, sigur Hørður Wardum, sum hevur sagt seg úr starvi sum stjóri á partafelagum Fiskaaling.

Støðan er so mikið vánalig, at tað krevjast øgiliga nógvir pengar til at fara undir nakað nýtt í alivinnuni. Tað ger so, at bara tær heilt stóru fyritøkurnar hava ráð til slíkt. Privatfólk, sum ætla at byrja nakað fyri seg sjálvan, hava ongan møguleika, sigur hann.

Sjálvur kundi hann hugsað sær at farið undir at ment onkra grein í vinnuni, men sær seg ikki føran fyri tí her á landi í hvussu er.

– Skal nakað nýtt roynast, sigur Hørður Wardum, skal tað gerast uttanlands. Har tykjast møguleikarnir betri at sleppa undir okkurt av tí, eg haldi meg hava fakligan førleika til.

Og júst tað fakliga hevur havt ein stóran lut í avgerðini, hann hevur tikið, um at siga seg úr stjórastarvinum á Fiskaaling.

– Tað hevur verið ógvuliga tungt at verið stjóri á Fiskaaling hesa tíðina, tí tað hevur mestsum bara verið mótbrekka, sum hann tekur til. Fiskurin á lívfiskastøðini í Skopun doyði allur av óhappi, og fíggjarliga hevur verið so mikið trongt eisini, at stóra uppgávan hjá stjóranum hevur verið at halda aftur, so til bar at yvirliva fíggjarliga, heldur enn at kunna brúka sín faklga kunnleika.

Hørður Wardum sigur, at hann kundi hugsað sær at arbeitt víðari við resirkulering, sum hann metir kundi ment føroyska alivinnu, og lækka kostnaðin á alda fiskinum munandi.

Við at alt fiskin á landi, til hann vigaði eini 500 gram ella so, hevði borið til at sett hann á sjógv nær á árinum tað skuldi verið, sigur Hørður Wardum. Ikki sum nú, fiskurin vigar eini 50 gram ella so, tá hann verður settur út. Tá tolir hann nógv minni av enn størri fiskurin, og verður tí settur út á vári. Allir seta út í senn, og taka tí eisini samstundis. Hinvegin hevði borið til at spjatt útsetingina, og harvið tøkuna, yvir alt árið og soleiðis eisini røkt marknaðin betri. Umframt tann heilt stóra fyrimunin, at styttri fiskurin gongur er i sjónum, minni er vandin fyri sjúku.

Og at enda, men ikki minst, hevði tað bara kostað ein lítlan part av tí, tað í dag kostar, um gjørt varð meira við resirkulering, sigur Hørður Wardum.

Møguleikarnir eru so smáir fyri slíkum í Føroyum, at hann nú ætlar sær uttanlands, helst til Danmarkar at royna sín kunnleika, sigur Hørður Wardum.

Jógvan S í rættin fríggjadagin

Málið um línuskipið Jógvan S er nú lagt fyri rættin og verður tikið til dómsviðgerð fríggjadagin. Føroya Rættur skal í fyrsta umfari gera av, um Fiskimálaráðið hevði loyvi at taka fiskiloyvið aftur frá Jógvani S

JÓGVAN S-MÁLIÐ
Edvard Joensen

Málið um Jógvan S er nú endað í Føroya Rætti, har dómsviðgerð verður fríggjadagin um, hvørt Fiskimálaráðið hevði loyvi at taka fiskiloyvið aftur frá skipinum

Mynd: Edvard Joensen

Fríggjadagin verður dómsviðgerð í Føroya rætti, har avgerast skal, um Fiskimálaráðið hevði loyvi at taka fiskiloyvið aftur frá línuskipinum Jógvani S.

Jógan Páll Lassen, er sakførari hjá stevnaranum, smápartafelagnum Nakki í Klaksvík, ið eigur Jógvan S. Hann sigur við Sosialin, at hann vegna smápartafelagið Nakk hevur kravt partsdómsviðgerði í málinum.

Tað merkir, sigur Jógvan Páll Lassen, at í hesum umfarinum verður ikki tikin støða til nakað endurgjaldskrav, men bara til, um grundarlag er fyri at krevja endurgjald frá Fiskimálaráðnum fyri mista inntøku hjá Jógvani S.

– Tað, sum nú skal avgerast er, um Fiskimálaráðið hevði loyvi at taka fiskiloyvi aftur. Um Fiskimálaráðið ikki hevði tað, skal so gerast av, um til ber at leggja endurgjaldskrav móti Fiksimálaráðnum, sigur sakførarin hjá smápartafelagnum Nakki.

Fær Nakkur ikki viðhald, er einki at koma við nøkrum endurgjaldskravi til, sigur Jógvan Páll Lassen. Verður tað øvugt, at rætturin kemur til ta niðurstøðu, at Fiskimálaráðið hevur borið seg skeivt at, verður farið undir at fyrireika eitt endurgjaldskrav, har krónur og oyru koma uppí. Tað verður eitt størri arbeiði, tí nógv er at gjøgnumganga í hesum málinum, sigur hann.

Uttan mun til, hvussu úrslitið í Føroya Rætti verður, hava partarnir sjálvandi hvør í sínum lagi møguleika at kæra til landsrættin. Men slík støða er ikki tikin enn, sigur Jógvan Páll Lassen, sakførari hjá smápartafelagnum Nakki, ið eigur Jógvan S.