

EIN tallerk

Frá fyrsta degi hevði Signhild sett sær fyri, at hon skuldi gera allan vanligan mat til restina av familjuna. Tey skuldu í øllum førum ikki liða undir avgerð hennara.

Hon veit um heim, har ein gera eina matskrá til tann sum er uppá kur og eina aðra matskrá til hini. Undir slíkum umstøðum varir kururin bert stutta tíð, tí tað er so tíðarkrevjandi.

Matskráin heima á Gerðisvegi 52 er tí í mangar mátar meinelík teirri í mongum øðrum heimum: Høsnarungi, oksakjót, knettir, frikadellur, ræstur fiskur við garnatálg og annað slíkt, ið familjuni dæmdi til døgurða.

Tað var bert ein rættiliga stórir munur: Meðan Signhild áður kundi fylla sær upp á tallerkin aftur, so gjørdi hon ikki tað longur. Áður var ikki nóg mikið við einum tallerki. Nú var ein einstakur talerkur nóg mikið til at taka ta ringastu svongdina.

TAÐ SAMA

– Eg eti tað sama sum áðrenn 10. november 2010, men eg eti bara minni. Tallerkarnir hava eisini somu stødd sum áður, men eg koyri bara døgurða eina ferð uppá, sigur Signhild Eggholm



» Tú kanst eisini líka stóla uppá, at eg ætli mær ongantið aftur í sooo stór klæði

» Sonurin helt ein dagin fyri, at væl var eg vorðin minni. Men hann helt eisini, at eg var vorðin lægri



við siga, eitt lív sum eg sjálv kann liva við.

At byrja við sást ikki so nóg til vekttaðið, men eftir nøkrum døgum byrjaði familjan eisini at síggja mun.

– Ja, tú kanst ætla at tað fældist væl, tá maðurin ein

dagin segði við meg, at hann helt at eg var afturfarin. Tað var ótrúliga stórt at uppliva, at onnur nú eisini sóu tað sama sum vektin segði.

– Tja, eg veit ikki. Sonurin helt tó ein dagin fyri, at væl var eg vorðin minni. Men

hann helt eisini, at eg var vorðin lægri!

Tók ikki uppá

Signhild gjørdi sær beinanvegin greitt, at hon ikki ætlaði sær á vektina hvønn dag fyri at kanna vektina.

Hon valdi sær ein dag um vikuna til hetta – sunnudag – men er nú á vektini eina ferð um mánaðin.

– Summi fara á vektina hvønn einasta dag, meðan tey eru á kur, men tað vildi eg ikki. Vektin kann broytast frá einum degi til annan, og tað er ikki vist at kilo'ini fara av hvønn einasta dag.

– Og tað var tað sama hjá mær. Eg misti tó kilo hvørja viku – onkra viku 1 kilo, onkra viku 2 kilo og onkra viku bert 800 gramm. Tað góða var, at eg ongantið tók uppá. Tað fór altíð eitt sindur av, greiðir hon brosandir frá.

Tá hon so gjørdi stöðuna upp beint undan jólam 2010, kundu hon og familjan fegin staðfesta, at konan og

mamman hevði mist 10 kilo eftir bert 40 døgum.

XL ella XS

– Tá ein soleiðis minkar so nóg í vekt, gongur tað sjálvandi eisini útyvir garde-robuna. Tað gjørdi tað eisini í heimum hjá Signhild.

– Ja, eg havi faktiskt koyrt øll tey gomlu klæðini burtur. Tey eru øll endaði í endurnýtsluni hjá Bláa Krossi í Havn.

– Kanska er ein einstakur jakki eftir onkustaðni í húsinum, haldi eg. Men her er ikki eitt gamalt plagg eftir, sigur hon brosandir.

– Og tú kanst eisini líka stóla uppá, at eg ætli mær ongantið aftur í sooo stór klæði, sigur viljasterka kvinnan úr Vestmanna.

snorri@sosialurin.fo

Døgurðin hesa vikuna

Heilt frá barnaárum hevur Signhild dámt væl at eta. Men hesin hugurin røkkur nú einans til at eta so mikið, at hon ikki kennir svongd longur.

Henni dámar allan mat, og roynir tí eisini at borðreiða so fjølbroyttan døgurðamat fyri familjuni sum tilber.

Í farnu viku sá matarskrá hennara soleiðis út:

- **Mánadag:** Ræstur fiskur við garnatálg og spiki.
- **Týsdag:** Grýturættur
- **Mikudag:** Høsnarungi
- **Hósdag:** Turrur fiskur
- **Fríggjadag:** Feska súpan
- **Leygardag:** Knettir
- **Sunnudag:** Oksasteik

Nátturðin er ein vanligur nátturði við ymiskum viðskera. Sum vera man er nógur soltin viðskeri eisini, so sum ostur, skinka, tun og slíkt sum Signhild dámar væl.

– Eg havi eisini púra lagt av at koyra margarin uppá breyðið. Tað smakkar líka so væl uttan, slær hon fast.