

KROPSIDEALID

Elin Ziska, heilsufrøðingur

– Ein donsk kanning millum trettan ára gomul frá 2014 staðfesti, at hóast einans átta prosent av gentunum vigaðu ov nógv, so vóru tað heili 41 prosent av teimum, ið kendu seg ov tjúkk. Tá er tað ein nokk so stór andsøgn millum veruleikan og tað, ið fólk sjálvi halda, sigur Elin Ziska, heilsufrøðingur

HALLUR AV RANA

A eini skrivstovu á Skúlanum á Fløtum, situr heilsufrøðingur Elin Ziska. Seinastu nógvur árin hevur hon arbeitt á Venjingarskúlanum, har hon vegleiðir børn, ung og foreldur um trivna og heilsu, umframt at gera regluligar heilsukanningar av skúlanæmingum.

Eina ferð um árið skulu allir næmingarnir í skúlanum mæta til heilsukanning, har tey millum annað verða vigaði og hæddin verður máld. Eisini tosar heilsufrøðingurin við børnini um evnir, ið eru viðkomandi fyri heilsuna og trivnaðin. Tað kann lýsast sum ein partur av vælfærðartilboðnum frá tí almenna til borgaran, at fakkfólk halda eyga við okkara heilsu frá ungum árum av.

Tað er eisini ein góð orsök til tess, tí sambært hagtølum, so er tað ein rimiligur stórur partur av føroyska skúlaungdóminum, ið hevur trupulleikar við at halda vektini á einum sunnum støði.

– Í 2012 gjørdi Gigni, ið er stovnurin har heilsurøktarfrøðingar starvast, eina BMI kanning av øllum børnum í fyrsta og sjeýnda flokki. Tann kanningin staðfesti, at umleið 25 prosent av øllum børnum í sjeýnda flokki høvdu eitt ov høgt BMI, sigur Elin Ziska og leggur afturat.

– Børn í Føroyum viga sum heild ov nógv. Tað er týðningarmikið at man tekur hettar í álvara, tí tað er ósunt at viga ov nógv og tað hevur nógvar óhepnar avleiðingar við sær. Men tað er uppáftur meira týðningarmikið, at man hevur tað gott við sær sjálvum. At man sálarliga hevur tað gott. Og tá tosað verður um kropsideal, so er tað meira sálarligt enn nakað annað.

Elin Ziska

Ung eru meira sárbær

Hóast øll í samfelagnum hvønn dag mugu fyrihalda seg til filmar og filmsbrot í lýsingum, filmum, miðlum og aðrastaðni, ið vísa kløn, vøkur og sunn fólk, ið tykjast at hava alt upp á pláss, so er tað ymiskt hvussu tað ávirkar okkum.

– Hjá teimum flestu, so er tað eingin trupulleiki at síggja hesar myndirnar, ið leggja upp til eitt kropsideal, ið er langt frá veruleikanum, men hjá tannáringum kann tað vera ein trupulleiki, sigur Elin Ziska, og leggur afturat.

– Tannáringin eru ein sárbær tíð. Tað er ein tíð, har ein mennir sín samleika, og tað ger man við millum annað at spegla sær í vinfólku, modellum og øðrum fyrmyndum. Tá er einki at ivast í, at alnetið er vorðin ein spegil, ið hevur fingið størri týðning.

Tað lukkuliga lívið

Tað føroyska samfelagið hevur, sum flest øll onnur samfeløg í vesturheiminum, verið gjøgnum eina skjóta menning og broyting síðstu tjúgu-tretivu árin. Tað hevur førkað føroyska samfelagið inn í tað, ið sosiologar vanliga kalla eitt postmodernistisk samfelag. Eitt samfelag eyðkent við, at einstaklingurin hevur nógv størri valmøguleikar og er ikki eins bundin at teimum gomlu normunum, ið fyrr vóru avgerandi fyri lívsleiðina hjá nógvum fólku.

– Vit liva í einum postmodernistiskum samfelag, ið gevur eitt ótal av møguleikum, har vit alla tíðina skulu velja til ella frá. Tað ávirkast vit sjálvandi av. Tað er fantastiskt, at vit hava so nógvar møguleikar at velja í.

Men heilsurøktarfrøðingurin ávarar eisini um, at tað hevur sína myrku síðu.



– Tannáringin eru ein sárbær tíð. Tað er ein tíð, har ein mennir sín samleika, og tað ger man við millum annað at spegla sær í vinfólku, modellum og øðrum fyrmyndum. Tá er einki at ivast í, at alnetið er vorðin ein spegil, ið hevur fingið størri týðning, sigur Elin Hentze