



Sigla sjálvir: Eftir blokaduna av Ternuni í Nólsoy sunnudagin, og tí Strandferðslan ikki vildi sigla mánamorg-unin, tóku nólsoyingar enn einaferð málið í egnar hendur. Her er tað bjargingarbáturin Brá, sum er í Havn eftir mjólk til handilin í Nólsoy.



Rørsla betrar um heilsuútlit tá fólk hava krabbamein

Krabbameinsfelagið leitar nú eftir fysioterapeutum ymsastaðni kring landið

Vilmund Jacobsen

- Hevur tú hug at gera okkurt fyri onnur, er tað kanska tær, vit leita eftir.

Soleiðis siga tey í Krabbameinsfelagnum, har tey sóknast eftir ágrýtnum, positivum og hugskotsríkum fysioterapeutum kring landið.

Endamálið er at skipa fyri fimleiki fyri fólki, ið hava ella hava havt krabbamein og teirra avvarðandi.

Krabbameinsfelagið hevur í nøkur ár havt vælvirkandi fimleikalíð í Havn og í Suðuroy. Hetta hava verið ókeypis og sera vælumtøkt tilbøð.

- Rørsla og styrkivenjing hava stóran týðning, bæði líkamliga og sálárliga, og ítróttur og rørsla betra um útlitini at fáa

heilsuna aftur, samstundis sum rørsla gevur styrki til at standa ímóti hørðu viðgerðini.

Í Krabbameinsfelagnum vísa tey á, at fimleikatilboðið er til øll, sum hava ella hava havt krabbamein, og tiltakið er eisini fyri teirra avvarðandi.

- Dentur verður lagdur á venjingar, sum geva styrki og konditiún.

Krabbamein rakar ikki bara tann sjúka, men alla familjuna.

- Tí verður tiltakið skipað soleiðis, at familjan kann venja saman. Hetta verður ein løta, har til ber at hava tað stuttligt, mennandi og samstundis koma í betri venjing.

Felagið vísir á, at sosiála samveran eisini er av

stórum týðningi.

- At hitta onnur í somu støðu, kann lætta um tunga, torføra og stundum einsliga stríðið at fóta sær og geva orku til at koma í venjing, hóast tú fær ella hevur fingið harða krabbameinsviðgerð, sigur Krabbameinsfelagið.

Felagið vendir sær soleiðis til fysioterapeutar, sum hava hug og áráði at skipa fyri einum slíkum tilbøði í egnum nærumhvørvi.

- Hevur tú hug og orku at hjálpa okkum at hjálpa, soleiðis at vit saman kunnu hjálpa enn fleiri, eru fólk vælkommin at venda sær til okkara, siga tey í Krabbameinsfelagnum.



Mugu ansa eftir skaðaplantunum

Vilmund Jacobsen

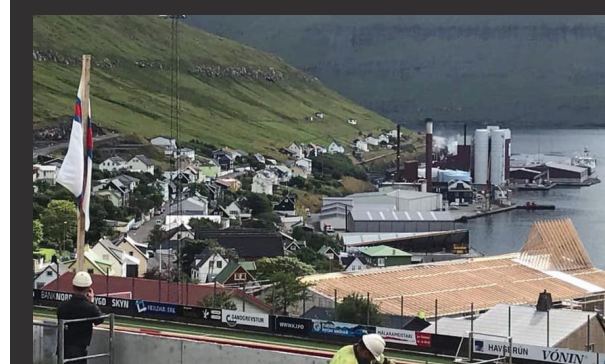
Nógvar blómur ella plantur eru innsløddar til Føroyar. At hesar eru "innsløddar", merkir, at fólk antin hava tikið tær við sær við vilja - ella av óvart - og at tær síðan eru komnar út í náttúruna. Á heimasíðuni hjá Jens-Kjeld Jensen – jenskjeld@info – lesa vit, at nakrar av innsløddu blómum og plantunum trívast alt ov væl, og tær gera stóran skaða á upprunavøksturinum.

- Upprunavøksturinn kann hvørva, um ikki verður ansað sera væl eftir skaðaplantunum. Aloftast leggur tú ikki til merkis innsløddu skaðaplanturnar, fyrr enn ov seint er. Á heimasíðuni verður víst á, at innsløddu planturnar ofta trívast betri enn upprunaplanturnar, tí hesar eru vanar við sterkari figgindar - nakað sum upprunaplanturnar ikki eru. Tí verða upprunaplanturnar við undirlutan.

- Innsløddu planturnar eru oftast eisini nógvar størri enn upprunaplanturnar, sum tí køvast undir hesum sterka figgindanum. Í 2014 segði býargartnarin, Tórður í Hoyvík, at hann tá hevði starvast hjá Tórshavnar kommunu í 30 ár. Hann vísti á, at øll hesi ár hevur garðaskørar verið at sæð ymsastaðni kring um í kommununi.

- So, garðaskørar er ikki nøkur nýggj planta her á landi, legði býargartnarin aftrat. Á Facebook-síðuni hjá Jens-Kjeld Jensen verður lagt aftrat, at eingin ánaði, hvussu vandamikil garðaskørar var, fyrr enn nakrir danskir plantufrøðingar vitjaðu í Føroyum í 2009.

- Teir peikaðu á plantuna og søgdu, at hasa skulu tit ansa eftir, tí hon er vandamikil. Á Facebook-síðuni verður gjørt vart við, at tað, sum skrivað verður á síðuni, er eftir bestu sannføring, men hetta nýtist kortini ikki at merkja, at eitt nú plantuserfrøðingar eru samdir.



Tað er nógvar byggi-virksemi í Fuglafjarðar kommunu. Seinasta fríggjadag varð ítróttarhúsið í Fløtugerði reist. Á myndini sæst eisini partur av tekjuni í nýggja skúlanum, sum verður bygdur í Fuglafirði.

Bryggja øl við hvannsmakki



Tað eru hvannir úr hvanngarðinum Heimi í Húsi, sum nú skulu seta smakk á ølir hjá Hvonn

Hvanngarðurin var virðismikil føðikelda hjá húsarhaldinum, tá lítið annað grønmeti var

Vilmund Jacobsen

Í Koltri er væl staðsettur hvanngarður, og nú ger eitt av føroysku bryggjaríunum forvitnisligar royndir at bryggja øl við hvannsmakki.

Tað er skeinkistaðið og matstovan Hvonn í høvuðstaðnum, sum stendur aftan fyri hesa verkætlan.

Hetta verður upplýst á Facebook-síðuni, Koltur.

Sagt verður, at nevndi hvanngarður liggur Heimi í Húsi, og tað eru hvannir

úr hesum garði, sum nú skulu seta hvannsmakk á ølir hjá Hvonn.

- Hvanngarðurin var virðismikil føðikelda hjá húsarhaldinum, tá lítið annað grønmeti var. Hvonn er sunnur, góður og vitaminríkur kostur.

Lagt verður aftrat, at fólk skuldu ikki biða sær hvannrót, tí um tey gjørdu tað, treivst hvonnin ikki.

- Tú skalt "stjala" tær ein avleggara, tá tað ber til, verður sagt á Facebook-síðuni, Koltur.