*Tað nyttar lítið at leggja fínar ætlanir á einum skriviborði í Havn, Skal tað hava nakra ávirkan, skal tað livandigerast av fólkinum og tað er júst tað, vágbingar hava gjørt, segði Hans Pauli Strøm, landsstýrismaður, tá ið hann var við á fólkaheilsutiltaki í Vági mikukvøldið*

# Vágbingar hava gjørt tað stuttligari at liva

**– Tað ræður um at fáa fólk í sving og tað eru vágbingar farnir, sigur Hans Pauli Strøm**

FÓLKAHEILSA

*Áki Bertholdsen*
*aki@sosialurin.fo*

– Tað skal vera stuttligari at liva vaksnamannalívið. Tað hava vábingar gjørt.

Hans Pauli Strøm, hevur framum nakran annan føroyskan politikara, givið føryingum eitt nýtt orð í dagliga málið. Og tað er orðið fólkaheilsa.

Hann hevur sett sær fyri at bøta um fólkaheilsuna hjá føroyingum. Og tí er hann eisini ómetaliga fegin um fólkaheilsutiltakið, sum kunningarstovan í Vági hevur skipað fyri í alt heyst.

Í 12 mikukvøld á rað hevur kunningarstovna í Vági skipað fyri tiltaki, sum hevur til endamáls at fáa fólk at røra seg meiri. Kjarnin í hesum tiltakinum hevur verið ein gonguferð onkustaðni í Vági ella har um leiðir. Men hvørja ferð hevur eisini onkur við serligari vitan um fólkhaheilsu hildið ein heilt stuttan fyrilestur fyri gongufólkinum um heilsu, kost, rørslu o.s.fr.

Og síðsta mikukvøld hevði tað eydnast at fáa sjálvan landsstýrismannin suður at geva gongufólkinum nøkur eggjandi orð við á vegnum.

– Hetta, sum vágingar hava gjørt í heyst, er akkurát sjálv meiningin við fólkaheilsutiltakinum, segði Hans Pauli Strøm.

Hann helt, at tá ið roynt verður at taka eitt tak fyri fólkaheilsuna, er tað alneyðugt, at tað ikki verður gjørt við hóttanum og forboðum, men við einum jaligum boðskapi.

– Tað skal vera stuttligari at liva vaksnamannalívið og tað er júst tað, sum vágbingar hava gjørt.

Eftir hansara tykki snýt fólkaheilsa seg um fýra viðurskifti.

Nummar eitt er at røra seg meir. Tað eru hyggjuráðini burturav, segði hann. Og tað kann gerast við at ganga, súkkla, rógva, renna, spæla bólt, svimja o.s.fr.

– Og her heima eru vit so hepppin, at tað er bara at fara beint útum, so eru vit í Guds fríu nattúru og tað er onki so sinnisríkandi sum tað, sama, hvussu veðrið er.

Onnur góðu ráðini frá landsstýrismanninum eru vit skulu leggja dent á at eta góðan mat.

Og í hesum sambandi legði landsstýrismaðurin dent á, at í hesum sambandi hugsaði hann ikki beinleiðis um røst riv. Hann hugsaði meiri um grønmeti og frukt.

Triði ráðini eru at forkela seg sjálvi og tey, vit eru saman við. Ikki minst skulu vit forkela okkum sjálvi við at sleppa okkum av við tubbakksroyk.

Og loksins eru fjórðu ráðini at drekka meiri av tí, sum fæst ókeypis úr krananum og minni av onkrum øðrum.

Landsstýrismaðurin helt, at hetta eru alt ráð, sum ikki eru serliga dýr ella serliga trupul at liva eftir - tað er bara at leggja í vaðið.

## Skal livandigerast av fóllkinum

Hetta kvøldið Hans Pauli Strøm var við á gonguferðini í Vági, vóru eini 60 fólk við. Og tey hoyrdu eisini landstýrismannin greiða frá, at landsstýrið hevur sett sær fyri orða ein fólkaheilsupolitikk.

– Hetta eru nøkur yvirskipað mál fyri, hvørji mál, vit ætla at fremja fyri at bøta um fólkaheilsuna hjá føroyingum.

Men so vísti hann eisini á, at hóast landsstýrið leggur ætlanir og kemur við góðum ráðum, verður tað ongantíð meiri enn ein skriviborðsætlan. Skal tað virka, skal tað livandigerast av øllum somlum, bæði myndugleikum, stovnum ítróttarfeløgum, ungmannafeløgum, pensjonistafeløgum, skúlum, arbeiðsplássumm sjúklingafeløgum, bygdarfeløgum, øðrum felagsskapum og einstaklingum.

– Ein fín ætlan á einum skriviborði í Havn munar lítið. Skal ein fólkaheilsuætlan hava eina meining, skal tað eydnast at fáa fólk í sving.

– Og tað er akkurát tað, sum vágbingar eru farnir

Hans Pauli Strøm sigur, at Almanna- og Heilsumálaráðið er í løtuni í ferð við at orða ein slíkan fólkaheilsupolitikk og tað verður lagt fyri Løgtingið næsta ár.

## Góða undirtøku

Annars hava gonguferðirnar í Vági fingið sera góða undirtøku. Tað hava verið ímillum 60 og 10 fólk við, men í miðal hava yvir 30 fólk verið við.

Talan var ofta um 3 ættarlið; børn, mammu og ommu og onkuntíð eisini um pápa og ella abba. Tað gjørdist tíðliga greitt at áhugin millum vaksnu mennirnar var ikki so stórur. Menninir, sum vóru við, komu, bara við einum undantaki, saman við konuni.

– Fyri at lýsa kynsbýtið og aldurssamansetingina, kann sigast, at á einum vanligari gonguferð við 25 fólkum, vóru 5 børn, 2 unglingar, 15 kvinnur og 3 menn.

Fyri at tryggja gongufólkið í ferðsluni var brúk fyri endurskinum og tað vóru Meginfelag Búnaðarmanna og Suðuroyar Sparikassi vóru fúsir at stuðla.

Durita Brattaberg á Kunningarstovuni í Vági, sigur, at enn hava gonguferðirnar ongantíð verið avlýstir fyri veður.

Hon heldur, at hetta fólkaheilsutiltakið í Vági hevur verið væleydnað og fleiri av teimum, sum hava verið við, siga, at hetta hevur givið teimum avgerandi skumpið til at fara ein gongutúr. Somuleiðis vilja fleiri, at hetta skal halda fram eftir jól.

Gonguferðin við landsstýrismanninum gekk útígjøgnum bygdina, niðan í skótahúsini, har tey fóru inn og har var tónleikur, so tey fingu eisini ein vals. Áðrenn farið varð aftur til gongu, fingu tey mandarinir, súrepli og heita saft.

## Seinasti gongutúrur

Seinasta gonguferðin í hesum umfari verður í annaðkvøld. Byrjað verður sum vant kl. 19 á Kunningarstovuna í Vági. Anne Birgitte, lækni í Vági, gevur gongufólkunum eitt gott orð við á vegnum áðrenn farið verður til gongu.

Aftaná gonguferðina verður farið í Stóra Pakkhús har gløgg og holukøkur fáast til keyps.

Í Stóra Pakkhúsi verður eisini lutakast millum tey, sum hava verði við til Fólkaheilsuverkætlanina í Vági, har vinningarnir eru eitt gávurkort til okkurt heilsugott til jóla og onkur lukkupakki og kanska okkurt annað við.

*Hesi báðir hoyra til yngra ættarliðið, sum eru til gong í Vági*