

# Fleiri fáa hjálp móti pínu hjá Trimform

**Mong stríðast við pínu, og mong stríðast við vekt. Hjá Trimform í Kollafirði hava fleiri fingið hjálp**

Vilmund Jacobsen

Trimform í Kollafirði veitir elektroterapi til bæði kvinnur og menn, ung sum eldri. Hetta er ein spennandi viðgerðarstova, sum hevur hjálpt nógvum fólki – bæði við at sleppa av við tyngjandi pínu og við at sleppa av við nøkur kilo. Harumframt bjóðar viðgerðarstovan eisini vøddamýking.

- Ert tú troytt/-ur av nívandi pínu, kann viðgerðin við elektroterapi hjálpa tær. Sama

er, um tú ert móð/-ur av ov høgari vekt ella leysari húð.

Jónleyg Hansen, sum rekur viðgerðarstovuna, sigur, at viðgerðirnar gera, at tú minkar í vekt og sentimetrum, eins og vøddar og húð verða strammað upp, og møguleg appelsinhúð minkar – ella verður burtur.

- Pínulinnandi viðgerðirnar hjálpa eitt nú upp á iskias, gikt, sovandi bein/ hendur, pínu í knøum, lendum og ryggi, og tær hjálpa eisini upp á spenningshøvuðpínu, hovin bein/ hendur og strongd.

Hon sigur, at Trimform eisini hevur viðgjørt fólki við ítróttarskaðum við góðum úrsliti.

- Eg havi tvær eins Trimform-elektromaskinur, ið hvør hevur 32 elektrodur, sum kunnu

setast á kroppin. Við tveimum slíkum maskinum, kann eg hava tvey fólki í viðgerð í senn, sigur Jónleyg Hansen.

- Venjingar við koku-botninum kunnu hjálpa tær, um tú hevur trupult við at halda vatninum; viðgerðirnar geva tær størri vælveru og meira orku – tú verður avstressað/-ur, og klænkiviðgerðin reinsar eisini avfaldsevni og yvirskotsvætu úr kroppinum.

Hon vísir á, at viðgerðin eisini er góð eftir barnsburð, har kroppurin verður strammaður upp aftur, og tú fært sterkari vøddar.

- Viðgerðir við elektroterapi eru ógvuliga mildar, men tær eru sera effektivar, sigur Jónleyg Hansen.

**Góðar royndir**

Katrin Hammer í Kolla-

firði misti nakrar sentimetrar, men tað, sum hevði størstan týðning fyri hana, var, at hon slapp av við hitabylgjurnar, soleiðis at hon aftur kundi sova væl um náttina. Hon fekk bæði orku og svøvnin aftur við viðgerðunum hjá Trimform.

Edith á Løgmansbø í Miðvági fekk hjálp móti pínu í lendum og tennisalboga, og tá hon føldi, hvussu væl viðgerðirnar hjálptu, sendi hon eisini mannin í viðgerð fyri pínu í ørmum og lendum.

Jónleyg Hansen sigur, at nú tíðin stýttist til jólar, eru fólkið vælkommin at keypa gávukort – eins og fólkið eru vælkommin inn á gólvið í Kollafirði til eina ókeypis royndarviðgerð.

vilmund@sos.fo/ sølugreinin



KJAK

## KvF hevur longu fleiri rásir fyri hendurnar



Birgir Waag Høgnesen

Í hesum døgum er danska samfelagið leskað við nýggjari kringvarpsrás. Í eitt heilt ár ella meira hava dansku politikararnir keglast og meklast um radiostøðina Radio 24/7. Hetta var rásin, sum var "heimsins besta rás í Danmark". Støðin skuldi flytast til Aarhus, tí tað var alt ov nógv "københavnersnak" í miðlunum. Politikararnir vildu hava meira "bygdasnak" og minni frá teim bonaðu gólvunum í Keypmannahavn.

Flokkarnir gjørdu eina semju um flytingina, men tá fóru fólkin aftanfyri Radio 24/7 uppá bak-beinini, tí tey vildu ikki flyta til Aarhus. Síðani fóru politikararnir aftur at royna nýggja semju og bjóðaðu eina sendirás út, so ein og hvør kundi bjóða. Tað var Radio

Loud, sum nýggja rásin eitur, sum vann útboðið. Eigarnir av nýggju rásini eru eisini eigarar av øðrum lokalum rásum í Jútlandi.

**"Haldið kjaft"-pengar**

Sum kunnugt er tað vanligt, at flokkarnir í Fólkatínginum gera breiðar semjur. Hetta er so eitt dømi um eina miðlasemju ella eitt miðlaforlík, ið snýr seg um, hvat skal henda við miðlalandslagnum tey næstu árin.

Her hjá okkum er tað sum best ber til, eftir míni metan. Teir smærru miðlarnir vóru eitt sindur ónøgdir við atburðin hjá KvF og tess peningaríkiligheit. Fyri at fáa teir smærru miðlarnir at tiga, so fingur teir "haldið kjaft"-pengar undir heitinum 'miðlastuðul'. Tað virkaði, tí smáu miðlarnir tagdu við brestin.

Lat meg beinanvegin siga, at eg eri ikki serfrøðingur á hesum øki. Hinvegin, so havi eg arbeitt í miðlavinnuni síðan juli 2005, og tað hevur givið eitt gott innlit í, hvussu miðlarnir virka. Eg kann í hvussu er forvissa politikarar um, at "haldið

kjaft"-peningurin ikki hevur lyft støðið á teimum smáu miðlunum.

**Nýtt – men ikki nýskapandi og mennandi**

Ivan Niclasen hevur verið við í og staðið fyri framgongd í kringvarpinum í nógv ár, ikki minst á mentanarpartinum. Tá ið hann tók við sum stjóri, boðaði hann frá broytingum, og smátt um smátt hoyra vit um tær broytingar, sum verða umhugsaðar.

Í sendingini Pressan herfyri umrøddi mentanarleiðarin hjá KvF, Kári Sólstein, eina av hesum broytingum – hann nevndi tað 'útveiting' av sendingum. Broyttingarhugurin í KvF er at fegnast um, men tað, sum mentanarleiðarin umrøðir, er ikki útveiting – í roynd og veru er talan um ein "kom og ger eina sending"-sáttmála við onnur. So tað kundi verði gjørt øðrvísi.

Í somu Pressu-sending kom mentanarleiðarin inn aðra – møguliga – broyting. Hann upplýsti, at tað eru yvir 32 sendingar á skránni hjá kringvarpinum – m.a. tí kringvarpið skal fylgja einum public service-sáttmála

við Mentamálaráðið. Tað er ein avbjóðing at uppfylla ásetingarnar í sáttmálanum við bara einari rás, og tí hevur KvF spælt sær við tankan at seta á stovn ein nýggja rás, legði hann aftrat.

**Kann okkurt útveitast?**

Tað gleðir meg, at tað almenna kringvarpið arbeiðir við hugsanini um eina nýggja kringvarpsrás – hóast eg haldi, at tað kundi verið gjørt annarleiðis. Tá tað nú er so trøngligt í skránni hjá kringvarpinum, sum Kári Sólstein sigur í Pressuni, so er ikki bara ein møguleiki, at loysa tann trupulleikan, men helst fleiri...

Tað er langt frá mær at koma við eini loysn á einum stovni, eg ikki sjálvur arbeiða í, tí vit á R7 hava ríkiligt við okkum sjálvum, men eg havi onkrar tankar. Stutt sagt, so haldi eg, at bæði hugsanin um útveiting og meiri rásarum høvdu fingið bæði substans og perspektiv, um KvF hugdi oman yvir alt miðlalandslagið.

KvF hevur longu fleiri rásir fyri hondina – og í prinsippinum óendaliga

nógvar. Ber ikki til at flyta nakrar milliónir til eina, tvær ella tríggjar uttanhýsis rásir, so tað gerst rúmligari á sjálvari KvF-skránni? Uttanhýsis rásirnar kundu so framleitt ávísar sendingar í einum "miðlasáttmála" við kringvarpið.

**Hví ikki?**

Uttanhýsis rásir kundu so útvarpað t.d. allan ítrótt – flogbólt, hondbólt, fót-bólt, borðtennis, badminton, svimjing o.a., hóast sjónvarpið hjá kringvarpinum gjørdi sínar sendingar – óheft av tí, sum uttanhýsis rásin gjørdi. Hví ikki?

Er tað púra óhugsandi, at kringvarpið leigaði senditíðina hjá einari uttanhýsis rás t.d. frá kl. 13.00 til 17.00 hvønn dag 365 dagar um árið. Við hesum lestinum kundi viðkomandi uttanhýsis rás fyllt part av sendi-flatuni hjá KvF.

Óneygugt at siga: Tað, ið eg umrøði omanfyri sum 'uttanhýsis rás', nýtist ikki at vera ein av verandi kringvarpsstøðum, men kanska ein nýggj – bara hon lýkur krøvini.

**Miðlasemja – tveir flugur í einum bresti**

Kanska er hetta ein frymil, sum er verður at umhugsa. Tá hevði veruliga verðið talan um útveiting – og talan hevði blivið um ikki bara um eina, men heldur fleiri rásir afturat til KvF, so tað varð meiri enn ført fyri at lúka krøvini í sáttmálanum við Mentamálaráðið.

Tað tykist vera samsemja um, at KvF er ein mastodontur, ið fyllir nógv. Í hesari støðuni skurrar tað í mínum oyrum, at man gevur smærru miðlunum "haldið kjaft"-pengar, fyri síðani at hoyra, at kringvarpið arbeiðir við at gera ein nýggja útvarpsrás, tí tað manglar pláss í almennum útvarpsskránni.

Hevur KvF so nógvar skyldur og so stóra framleiðsluorku, at tilfarið ikki rúmast á KvF-rásini, so er at brúka tær rásir, sum longu eru fyri hondina. Tørvur er tískil á einari miðlasemju, har miðlastuðulin – "haldið kjaft"-pengarnir – verður tikin av og KvF keypir sær ávíst tímatal á uttanhýsis rásum.