

# Putlarar

Tað var fyri 25 árum síðani, at nakrar kvinnur í Svensk Røde Kors byrjaðu at binda og seyma til børn. Húgvur, troyggjur, kjólar og annað, sum varð latið børnum í fátæka partinum av okkara alheim samfelag.

5 ár seinni byrjaðu tey í Dans Røde Kors hetta sama og kallaðu hetta slag av virkseimi fyri “Nørklere”. Í dag eru umleið 5.000 nørklarar í Danmark.

Í Reyða Krossi Føroya byrjaðu vit fyri nøkrum mánaðum síðani undir heitinum “PUTLARAR”.

Vit binda, hekla og seyma barnaklæði: undirtroyggjur, undirbuksur, troyggjur kjólar, buksur, teppi, hosur, húgvur o.a.

Uppskriftirnar hava vit fingið frá donsku deildini, sum eisini savnar lutirnar saman, pakkar teir, og sendir teir víðari.

Tíverri, kunnu vit siga, er tað alt ov nógv staðni brúk fyri hesum virkaðu barnaklæðunum, skulu tey yvirleva nátturuvánlukkur, kriggj, fátækradømi og aðrar ræðu-

leikar, sum er gerandisdagur hjá alt ov nógvum børnum.

Hevur tú tógv liggjandi og hug til at verða við, so ger tað. Uppskriftirnar fært tú frá okkum. Vit hava eisini eitt sindur av tógvi.

Stikkan í Havn stuðlar Reya Krossi við at lata uppskrift og tógv til eitt plagg fyri einans 15 kr.

Vilt tú vita meira, kanst tú ringja til Annu Margretu Clementsen tlf. 319095, Marit Holm Petersen tlf. 220885 ella Annu Mariu Persson tlf. 317070 ella 227605.

# Kontórmenn til New York Marathon

Jógvan Páll Lassen og Henry Olsen eru í lötuni í New York, har ið teir skulu renna maraton sunnudagin. Talan er um hitt heimskenda "New York Marathon". Teir báðir halda, at rørsla er týðningarmikil, tá ið tú hevur eitt kontórarbeiði

## RENNING

Orð & mynd:

Heini S. Kristiansen  
heinik@sosialurin.fo

Jógvan Páll Lassen er advokatur. Hann er úr Klaksvík, men er fluttur til Havnar. Henry Olsen arbeidir sum deildarstjóri á Tryggingarfelagnum Føroyar. Hann er somuleiðis klaksvíkingur, sum býr í Havn.

Teir renna sjálvir rættliga fitt. Henry byrjaði veruliga at renna fyri hálvum fjórða ári síðani. Tá var hann við til flagdagsrenningina. Hetta gav honum veruliga blóð uppá tonnina, og hann hevur lutikið í nógvum kappingum síðani.

– Áðrenn hugsaði eg, at tað var als ikki áhugavert at renna. Men eg bleiv bitin av tí. Eg hevði eisini fingið eitt sindur ov nógv kilo uppá, áðrenn eg fór at renna. Tað er so alt farið av nú, sigur Henry.

## Kappingarmenniskja

Henry luttekur í nógvum rennikappingum, og hann kennir tað sum eina gularót at renna saman við øðrum.

– Kappingin ger tað spennandi. Tú setir tær eitt mál, sum tú vilt náa, og so seta eitt hægri seinni. Tú fært motión og spenning í einum, sigur Henry.

Jógvan Páll Lassen er granni hjá Henry Olsen. Honum dámar eisini sera væl at renna. Hann rennur ikki til kappingar, men hann rennur nógv einsamallur.

– Eg renni einar 2-5 ferðir um vikuna. Tað góða við



Henry Olsen og Jógvan Páll Lassen eru í New York. Teir skulu luttaka í New York Marathon sunnudagin

renning er, at tú kanst iðka tað, nær tað skal vera. Mitt starv er sera krevjandi, og tí kann eg ikki vera bundin at festum tíðum. Tá er tað deiligt at kunna leypa avstað áðrenn arbeidstíð ella tíðliga um morgunin, sigur Jógvan Páll.

## 37.000 luttakarar

Teir hava roynt at komið við til New York Marathon í trý ár. Hesa ferð eydnaðist tað.

– Tað verða umleið 37.000 luttakarar í renningini. Eini 200.000 - 300.000 senda umsókn um at sleppa við, so vit vóru hepnir at sleppa við.

Teir eru báðir samdir um, at eitt maraton er tað hægsta innan renning, og New York Marathon er tað kendasta í heiminum.

Henry hevur gjøgnumført tvey maraton áðrenn, meðan Jógvan Páll ikki hevur runnið maraton enn.

– New York Marathon er tað ultimativa. Fólk úr øllum heiminum renna við, og býurin er fantastiskur! Vit koma at renna ígjøgnum

allar fimm býarpartarnar í New York, siga teir báðir.

## Uppliva New York

Teir báðir eru ótrúliga spentir uppá hesa ferðina. Teir ætla at samantvinna ítrivið við eina feriu, har ið teir fara at uppliva New York.

Prátið fer at snúgv seg um renning og motión hjá fólki, sum hava kontórarbeiði. Teir eru báðir samdir um, at tað er sera sunt hjá fólki at hava ein aktívitet.

– Eg kenni meg nógv betri fyri, tá ið eg fari til arbeidis, um eg havi runnið. Eg fái meira yvirskot og fái betri konsentrerað meg. Tú fært ein betri svøvn og verður minni pírriligur, sigur Henry og flennir.

## Stuðla rørslu

Teir halda báðir, at tað hevði verið eitt gott hugskot hjá fyrirkum at stuðla starvsfólkunum í at halda seg í form. Tað nýtist ikki at vera renning. Men til lívsstílin hjá Henry og

Jógvani Páll riggar renning best.

– Vit fáa samantvinna renning og náttúruupplivils. Eg elski at renna nýggj støð, har ið eg kann síggja flottu náttúruna, sigur Jógvan Páll.

– Renning er gott fyri sálina. Tú fært eisini tíð til at lurta eftir kjakinum í útvarpinum, meðan tú rennir.

## Umboða kontórfólkini

Teir báðir fara við gott mót til maraton í New York. Jógvan Páll ætlar sær at gjøgnumføra, meðan Henry ætlar at betra sítt egna met, sum er 3 tímar og tveir minuttir.

– Vit kenna tað, sum at vit umboða kontórfólkini. Vit vóna veruliga, at fleiri fara at hugsa um heilsuna og fara at motiónera, sigur teir báðir at enda.

Teir skulu renna sunnudagin, og teir hava lovað at venda aftur til Sosialin við góðum tíðindum. Spurningurin er bara, um teir fara at renna við slips ellauttan?



Sjálvboðin gera klárt til Sølurásina á Skála, sum verður í vikuskiftinum

Mynd: Heini S. Kristiansen

# Sølurásin 2006

Aftur í ár verður stóra sölustevnan í ítróttarhøllini á Skála. Tað er eins og undanfarin ár fyra feløg, sum skipað fyri sölustevnuni, sum verður nevnd Sølurásin 2006. Talan er um STÍF, Skála Ítróttarfelag, Skála Róðrarfelag og Strálan.

Aftur í ár verða nógvir framsýningarar, og fyrireikararnir vænta nógvar gestir. Sosialurin stókk

innágólvið í ítróttarhøllini á Skála, har ið teir gjørdur klárt til Sølurásina. Tað er ein rúgva av sjálvbodnum arbeiði, sum verður gjørt at leggja gólv á og at seta básarnar upp millum annað.

Alt vanligt virkseimi í høllini, so sum hondbóltur og innandura fótibóltur, varð avbrotið hósdagin, tá ið teir byrjaðu at gera klárt til Sølurásina.