

EG MEINI TAÐ



Aref Olsen, lærari

Alt ókeypís... — og fyri øll!

Komi til hús aftaná loknan arbeiðsdag. Snari lykilin í úthurðini og mest sum detti um lýsingarabunkan í durinum. Havi bestan hug at hirða allan bunkan í ruskilatið beinan vegin, men fáir so eyga á ein brævbjálva í øllum roknum. Toll-og Skattstova Føroya, hyggja siggja; skræði skjálghentur brævbjálvan upp, eyguni leita flakkandi niður eftir síðuni, og har... ja, har stendur tað — allar niðast: 496 kr. aftur.

Jú, soleiðis var eisini hesa ferð. Pengar aftur, ikki so nógv, men tó... Ein ófær skattaskipan vit hava. Gevur tú rættar upplýsingar upp við ársbyrjan, so passar skatturin næstan upp á oyrað, tá árið er úti. Men hví fáir eg so lítið aftur? Er skatturin ikki nógv for høgur? Nær fáa vit ein skattalætta, sum munar? Munnu ikki nógv hugsa soleiðis?

Men spurningurin er, um skatturin er ov høgur. Kanska skulu vit venda málinum á høvdið og gleðast um at bøgva í einum samfelag við høgum skattatrysti, tí tað eru løtur her í lívinum, tá tú beinleiðis kanst gleðast um at rinda skatt. Eina tílíka gævustund hevði eg, so lægið tað ljóðar, í sjálvum jólamánaðinum í fjør, tá trystið annars er øgiligt á pengapungin. Tá hendi tað — kanska banala — at eg breytt handliðin í einum annars siðiliga spældum flogbóltsdysti. Eg fór so út á skaðastovuna, har ein fryntlig sjúkrasystir tók í móti, og eg fekk kært mína neyð og elendigheit. Vit samdust um at biða til dagin aftur; so aftur á skaðastovuna, har ein onnur líka fryntlig sjúkrasystir og ein fittur abballigur lækni tóku sær væl av mær. Í røntkuni sást

einki brot, men eg var biðin at koma aftur tvær vikur seinni, og tá sást brotið. So var væl og virðiliga gipsað, og tey lögdu mær eina við at koma aftur, um eg fólði mær nakað. Átta vikur í gipsi.

Tá átta vikur eru farnar, verður gipsið tikið av og so beina leið í ergoterapiina til venjingar, og har skal eg so ganga í aðrar átta vikur; og her eru terapeutarnir líka so fryntligir og fyrikomandi sum starvsfókin á skaðastovuni, hóast hólði ikki er stórt frægari enn ein gamal egningsarskúrir; kaffi og hugnadrát, so tú næstan gloymir, at tú ert staddur á einum sjúkrahúsi, og leggið til merkis: **Alt ókeypís!** Og tað er galdandi fyri øll. Høgan sum lágan, ríkan sum fá-tækan. Tað er sum í Halgubók, tað er fullgjørt. Ó-ført!!

So eg haldi ikki, vit skulu vera so keddi, um vit gjalda ein trivaligan skatt, tí vit fáa so sanniliga nakað aftur fyri. Lat okkum heldur minnast orðini hjá einum kendum manni: »Don't ask what your country can do for you, but what you can do for your country«.

Tá byggja vit land; ja móguliga átti Karsten at smekka eitt hálvt procent upp á skattin afturat, so vit — tá vit ringja til kommunulæknan — sleppa undan tí obligatoriska, irriterandi spurninginum: »Nær ert tú føddur?«

GG: Og nú vit eru í holtur við at hækka skattin, so kunnu vit gott leggja eitt hálvt prosent afturat til sjónvarpið, so vit kunnu fáa eitt føroyskt tjóðarsjónvarp, ið sømir seg eini komandi tjóðveldi.

Fyri 25 árum síðani:

Nýggi vøllurin í Gundadali tikin í brúk



Venna Mortensen úr HB og Hans Jacob Egholm úr B36 í oldboysdysti í Gundadali 19. apríl 1976 - tá vøllurin varð tikin í nýtslu

Dystin millum 1. deildarliðini vann HB við fimm málum móti tveimum. Í hálvleikinum var stóðan 1-1.

Grækari gav bóltin upp

Áðrenn dystirnir byrjaðu spældi Havnar Hornorkestur, meðan liðini runnu inn á vøllin og handaðu umboðsmanninum fyri býarmyndugleikarnar blómuheilsanir. Røður vórðu hildnar av Peturi Christiansen, býráðsfómanni og Leivi Johannesen, formanni í stadionnevndini, har báðir fegnaðust um nýggja vøllin og takkaðu fyri dygdargott arbeiði. Síðani handaði býráðsformaðurin stadionnevndini vøllin.

Aftan á gav ein av elstu fótóbóltsspælurum í Havnini, Grækari Gregoriusen, bóltin upp, og oldboysdysturin byrjaði.

3 milj. kr

Nýggja stadionøkið kostar 3 milliónir krónur, nú tað er liðugt. Umframti vøllin er bygt áskoðaraskýli til 1.400 áskoðarar og eitt stórt parkeringspláss oman fyri skýlið.

Tað er byggifelagið Phil & Søn, sum hevur staðið fyri arbeiðinum. Tað hevur vart í hálvtannað ár.

tvey oldboyslið og hin millum 1. deildarliðini hjá báðum feløgnum.

Oldboysdysturin endaði við javnleiki 0-0. Á liðinum vóru fleiri av teimum gomlu spælurum frá

1950'unum, og stundum sýndu teir heilt góðan fótóbólt. Onkur áskoðari helt fyri, at tað var sjáltsamt at síggja »idolini« frá 1950'unum framvegis sýna so vakran fótóbólt.



25 ÁR SÍÐANI

Sosiálurin
2. páskadag var nýggi fótóbóltsvøllurin í Gundadali tikin í brúk. Í hesum sambandi vórðu tveir dystir millum HB og B36 spældir. Annar var millum

Grækari Gregoriussen, gamal HB'ari, gav bóltin upp í fyrsta dystinum á ovára vølli í Gundadali, sum varð spældur annan páskadag 1976



Børn flenna 200 ferðir um dagin. Tey vaksnu flenna bert 15 ferðir um dagin. Látur er góður fyri heilsuna, sigur Vivian Gudmundsson, sum hevur skipað fyri láturskeiði fyri pensjónistar Mynd Jens Kristian Vang

Tær flenna í kíkí í Tilhaldinum

— So anda vit út!
Vivian er byrjað uppá dagsins láturskeið. 14 eldri kvinnur standa í ein ring. Ídnar eftir at byrja. Hetta er triðju ferð, at Vivian hevur láturskeið fyri pensjónistinum

LÁTURSKEIÐ
Birita Andreassen

— Nú halda vit fyri búkin og flenna í kíkí, sigur láturinstruktørurin. Tær flenna í kíkí.

Vivian Gudmundsson hevur lært til láturinstruktør í Danmark. Hon fekk áhuga í evniinum eftir at hava lisið um látur og Dr. Madan Kataria á internetinum. Nú er hon so komin heim á klettarnar aftur — við látrinum.

— Tú skalt slappa av, sigur ein av kvinnunum við eina aðra, ímillum tvey øvilsí.

— Tað geri eg eisini, sigur kvinnan hinumegin ringin.

— Nú skulu vit heilsa uppá hvørja aðra, sigur Vivian. Vit skulu ganga runt og taka í hondina á hvørjari aðrari og geva látur okkara viðari. Tær so gera. Ein og ein taka tær í hondina á hvørjari aðrari, til tær hava verið alla mylluna runt. Og tær flenna. Skjótt er rúmið fult av látri.

Tað er ikki eiti á orku, tú merkir her. Vit eru í gamla

Føroya Banka, har tey eldru halda til. Ikki eru tær heilt ungar, men frískar, tað eru tær. Hvørja ferð láturinstruktørurin kemur við eini nýggjari venjing, eru tær skjótar at taka undir. Og tær siggja út til at hugna sær óført.

Ein maður kemur inn gjøgnum dyrnar. Kvinnurnar eru skjótar at heilsa, nú tær fáa eitt mannfólk uppi látur-ringin.

— Fekk tú nakað páskaregg, røpar ein av kvinnunum. Hin- ar flenna.

— Ho-ho-ho. Hesaferð grína tær sum Jólamadurin.

— Nú skulu vit flenna, sum eru vit 6 ár, sigur Vivian. Tey seta fingurin á nösina, og siga »na-na-na-na-na«. Maðurin roynir at fylgja við.

Síðani koma fleiri øvilsir. Tey keypa toy, fiska við tráðu

og spæla, at tey vilja »ræðuliga illa píssa«. Eftir tað er tíð til ein stuttan steðg. Maðurin nýtir høvið til at sleppa sær spakuliga undan. Kvinnun- ar massera kjálkarnar.

— Børn flenna 200 ferðir um dagin, ímeðan vit vaksnu bert flenna eini 15 ferðir, sigur Vivian. Hon greiðir viðari frá, at látur virkar sum ein »innara jogging«. Tað ávirkar okkum bæði líkamliga, sál- arliga og sosialt.

Tað nærkast móti endanum á skeiðinum. Men fyrst skulu tær taka ein hjartaligan látur.

— Hugs positivar tankar. Alt er deiligt, sigur Vivian.

— Tað er vár, ljóðar frá onkrum í ringinum.

Vivian heldur áfram. Sigur teimum, at tær skulu anda inn. 1-2-3.

Síðani geva tær hvørjari

aðrari eitt klemm — saman við einum látri.

Eftir seinastu venjing takka tær instruktørinum — við einum látri, sjálvandi.

Aftaná standa tær eina løtu og smápráta um dagin. Tær virka allar sera nøgdar.

— Hetta er øgiliga stuttligt, sigur ein av kvinnunum. Men eg haldi ikki, at tað riggar so væl, tá ið man er einsamallur. Tað er stuttligari at vera sam- an við øðrum. Hon sigur frá, at sjálv eigur hon eina »flenn- isystur«, og tær flenna altíð, tá ið tær eru saman.

Ein av kvinnunum fær eyga á tann burturblivna mannin, sum stendur og eygleiðir íbakgrundini.

— Tú hevur forsømt teg, gamli mín!

Láturin er góður fyri heilsuna

Ein góður látur leingir um lívið. Tað er ikki prógvað, men tann sum flennir hevur tað betri. Ein góður látur gevur motión, massagu, avslapping og styrkir um immunverjuna

1993: Dr. Madan Kataria var ein vanligur indiskur lækni við eini góðari spønn av humor. Men hann helt, at fólkini í Bombay vóru so stressað, at hann byrjaði at tilmæla látur sum medisín. Tað er prógvað, at látur er gott fyri líkam og sál, og at tað hjálpir uppá stress. Og stress elvir til nógvar sjúkur.

Hann var ovfarin av, hvussu nógv granskning var gjørd innan fyri látur og gjørdi av at stovna ein láturklubb. At byrja við fór hann út í býin og fortaldi skemtisøgur. Tað virkaði, og fólk fóru at flenna. Men eftirhondini gekk undan við skemtisøgum, til bert tær grovu vóru eftir. Og tað gekk ikki. So tí mátti hann byrja uppá okkurt nýtt.

Tað var ikki at vera bundin av skemtisøgum. Dr. Madan Kataria skrivaði síðani sínar egnu reglar, har hann frítt lánti frá yoga og heilsu granskning — blanda við sínum egna humor. Millum annað hjartaligan látur, stillur látur, óður látur, kaffi látur og enná grátílátur er ein partur av hesum.

Við at anda og gera røttu venjingar, flenna fólk um allan heim. Dr. Madan Kataria hevur innført altjóða láturklub- bun, umframt ein altjóða láturdag. Á hesum degnum, tann 6. maí, vóru ikki ferri enn 8.500 fólk savnað á Ráðhús- plássinum í Keypmannahavn.

— Fyri at flenna...!

Víkuskifti

Postboks 76, 110 Tórshavn, telefon 311820, telefax 314720, teldupostur: eirikur@sosiálurin.fo

Blaðstjórn: Eirikur Lindenskov