

Leyp í Niagara-fossin

Seinnapartin í gjár fekk kanadiska lögreglan boð um, at ein maður var farin upp um girðingina við Niagara Falls, og at hann var lopin út í tann 56 metrar høga fossin, sum er á markinum millum Kanada og USA. Maðurin bleiv fingin upp á land niðasn fyri fossin og fluttur á sjúkrahús, og haðani bleiv sagt, at hann var ikki í lívsvanda. Amerikanarin, sum er í 30' árunum, leyp út av tí fossinum, sum eitur Horseshoe Falls, ið saman við American Falls hava felagsnavnið Niagara Falls. Fyri seks árum síðani royndi ein amerikanari at taka lívið av sær við at leypa út av Niagara Falls, men hann doyði ikki.



Avstralia hjálpir Zimbabwe

Avstralska stjórnin kunngjordi í gjár, at hon hevur samtykt at veita Zimbabwe fíggarligan stuðul. Avstralia er sostatt tað fyrsta av Vesturlondunum, sum veitir Zimbabwe stuðul, síðani Robert Mugabe, forseti (myndin), og andstøðan samdust um at býta valdið sínamilum, og ein savningarstjórn bleiv skipað í síðsta mánað. Avstralski uttanríkisráðharrin, Stephen Smith, sigur, at Avstralia fer at lata Zimbabwe 6,4 milliónir amerikanskar dollarar, sum skulu brúkast til at bøta um vatnveitingina og heilsuverkið.

gott kunnu skipa fyri súkklutúrum, gongutúrum og so framvegis, uttan at tað akkurát skal vera fyri at betra um besta liðið hjá felagnum.

Skúlin má við

Eitt annað øki, har sviar hava sett inn, er at fáa skúlnar og ítróttarfeløgini at hjálpast.

– Vit mugu hava samstarv millum skúlar og ítróttarfeløg, tí skúlin røkkur øllum børnum í landinum, staðfestir hann. Bengt Sevelius heldur somuleiðis, at tað týðningarmesta er gleði, og at vit altíð mugu minnast til, at eitt lítil mugu ikki eru elituítróttarfólk, tí

fáa vit tey at hanga longri við.

Tekur tíð

Hóast Svøríki í langa tíð hevur arbeitt fyri at betra um fólkaheilsuna, so gongur tað, sambært Bengt Sevelius altíð, seinni, enn vit vóna.

– Men hjá tykkum eru forholdini smá, og tí koma tit hvørjum øðrum meira við. Somuleiðis er tað ordiliga stuttligt at síggja, hvussu nógv tit leggja fyri, sigur Bengt Sevelius, sum er fyrrverandi aðalskrivari í svenska ítróttarsambandinum og heiðursforseti í European Non Governmental Sport Organization.

Tað ber til at selja rørslu

Ilkka Vuori, professari, ph.D., lækni og serfrøðingur í altjóða felagsskapum, úr Finnlandi er sannførdur um, at óansæð, hví vit iðka, so er tað gott fyri heilsuna. – Heilsa er ein góð ílga, sigur hann

RØRSLUÁR

Eiríkur í Jákupsstovu
eij@sosialurin.fo

Í Finnlandi hava tey síðan 1979 lógarfest ítrótt og heilsufremjandi tiltøk. Tað var fyrsta landið í heims-søguni, at nakar hevur lógarfest fólkaheilsu. Síðan eru dagfóringar gjørdar ofta, serliga við at víðka um tað heilsufremjandi átøk í mun til úrvalsítróttin. Síðan 2002 hava ymisku ráðini eisini verið áløgð at skipa fyri heilsufremjandi átøkum. So sigast kann, at finnar hava gjørt nógv íløgur í rørslu.

Landið hevur seinastu árinu eisini raðfest øðrvísi, á tann hátt, at stór stadion ikki longur verða bygd,



Ilkka Vuori, professari, er sannførdur um, at kanalisering av peningi kann gera stóran mun

Mynd: Álvur Haraldsen

men heldur vera smáir vallir og breytir bygdar, so øll fáa atgongd til ítróttartilboð.

renna maratón fimm ferðir um vikuna.

Minni afturgongd

Sambært finska professaranum hava miðvísu royndirnar í ein ávísan mun borið frukt.

– Vit síggja, at fólk eru farin at røra seg minni og minni í heiminum, men í Finnlandi er afturgongdin minni enn aðrastaðni, sigur Ilkka Vuori. Hann greiðir víðari frá, at tað framvegis er ein triðingur, ið als onki ger, og at tað eru hesi, ið skulu fáast í gongd. Hann greiðir somuleiðis frá, at tað eru 20 prosent av finnum, ið iðka nógv mikið, og at tað eru kvinnurnar, ið eru raskari.

Á sama hátt sum sviar, hava finnar góðar royndir við at fara frá navninum ítrótt, og yvir til navnið rørslu, tí hetta fær fólk at skilja, at tað ikki merkir at

Fýra súlur

– Tá tú skalt selja rørslu til fólk, so mást tú syrgja fyri, at fólk fáa allar fýra súlurnar í ítrótt. Tey skulu hava møguleika, evnir, vilja og stuðul.

– Tað, sum staturin kann syrgja fyri, er at skapa fólk møguleika við fasilitetum. Og eisini við at stuðla ella at eggja fólk at iðka. Restin er næstan upp til fólk sjálvi, greiðir professarin frá. Í hesum sambandi, greiðir hann frá, at tað altíð mugu vera langtíðarætlanir frá statinum, so at røttu møguleikarnir eru og rætta upplýsingin.

Money talks

Ilkka Vuori hevur eisini upplivað, hvussu týðningarmikil kanalisering av peningin er, tá talan er um fólkaheilsu.

– Seinastu árinu hava vit gjørt heilt nógv, fyri at fara burtur frá úrvalsítróttini og yvir til tað meira fólksliga, og hetta hevur beinanvegin havt við sær, at fleiri fólk eru farin at iðka, so vit kunnu uttan at himprast siga, at peningur tosar, staðfestir finski professarin.

Rørsla á resept

Eitt annað, ið rættiliga nógv verður gjørt í Finnlandi, er, at geva fólk rørslu á resept. Heldur enn at geva fólk heilivág, tá tey hava onkra vælferðarsjúku, so gevur læknin heldur ein resept uppá, hvussu nógv sjúklingurin skal røra seg fyri at gerast frískur.

– Tá er týðningarmikið, at fólk fylgir reseptini, og ikki ger alt ov nógv av, greiðir hann frá.

Umskipa ítrótt

Finnland hevur eisini gjørt rættiliga nógv við at raðfesta barnaítrótt eitt sindur øðrvísi.

– Vit lata beinleiðis stuðul til ítrótt, har børnini skulu hava tað stuttligt uttan at kappast, og hetta sær út til at hava borið frukt, og fólk eru eisini glað fyri tað, sigur hann, og leggur afturat, at hetta er nakað øll kunnu læra av.

Óneyv úrslit og figging

Hóast Finnland er undan-gonguland á nógvum hátt, so er eisini har torført at kannúrslitini av fólkaheilsu-átøkum, men landið hevur við fleiri kanningum fingið greiðu á, at heilsuliga afturgongdin er minni enn í flestu øðrum londum.

Ilkka Vuori greiðir somuleiðis frá figgingini av heilsuátøkunum.

– Tað allarmesta verður figgað við weddingarpeningi, so um tit megna at skipa fyri eini weddingarfyrirøku, so kann tað hjálpa heilt væl, sigur hann og flennir.

Nýggjar vegir og etiætlanir

Landsstýrisfólkini sýnast at hava stóran áhuga fyri rørsluárinum, og summi landsstýrisfólk hava konkret hugskot, um hvat kann gerast á sínum øki.

– Vit hava góðar møguleikar at gera vegakervið meira heilsuvinarligt við at gera fleiri súkklubreytir fram við vegunum, sigur Annika Olsen, innlendismálaráðharri.

– Vit kunnu gera etiætlanir í skúlunum, og vaksa um rørsluna í skúlanum, sigur Helena Dam á Neystabø, mentamálaráðharri.

– Eg kann sjálvandi stuðla fólk at gera heilsu-átøk, men eg haldi ikki, at vit í hesum tíðum skulu gera íløgur í heilsustovur á almennum arbeiðsplássum, tí vit hava privat, ið bjóða heilsu fram, og tí er tað skeiðt at taka virksema frá teimum, sigur Jóhan Dahl, vinnumálaráðharri.

