

Um tann týðning líkamsvenjingin hefur fyri menniskjuna.

Ídráttur gevur líkaminum tann javna vøxtur, tann snar-leika og tað styrki sum aldrin fast við vanligum dagligum ar-beiði. Tað er so, at tað er neyðugt at hvør líkamslimur verður brúktur, um líkamið skal vaksa seg sterkt, verði tað spengur og sínar, hjarta, lungu, meltingarlímur o. s. fr. Hvor tann lívslimur, sum liggur í leti, um ein kann siga so, orkar ikki at gera virki silt til fulnar, meðan teir styrkjast og harvið verða gjørdir forir fyri at gera virki silt til fulnar, tá teir verða ávirkaðir av ídrátti. Tað er tí einans ídráttur, ið styrkir allar lívslímur líkamsins.

Hetta er eisini viðvíkjandi nervunum. Neyvan nakar annar lívslimur er brekaður av nútíðans vinnuhættum enn nervur okkara, hvørt tað er andlig ella líkamlig vinna. Bæði tað at mong nútímans vinna er so doyðandi andleys at hon doyvir sálarlívið ella at vinnan fer fram ov skundsliga.

Ídrátturin styrkir nervarnar, hann dregur hugan á aðrar leiðir, burtur frá tí dagliga strevinum, stálstyrkir viljan, ger at unglingar verða bjartskygdír, snarteinkjandi og hann vekir lívsgleði.

Her skulu nevnt nakrar rannsóknir, sum vísa á, hvørja ávirkan treystleiki líkamsins hefur á virki mannahéilans, tí hesar rannsóknir hava hin størsta týðning fyri líkamsvenjingina.

Amerikamaðurin Porter skoðaði 33,500 dreingir og gentur í barnaskúllum, barnagørdum og líka upp í teir hægri skúlnar. Av hansara ransóknum kom í ljós, at tey børn, sum lærdu best og vóru komin longest upp í skúlan, vóru tey, ið høvdu líkams týnd og líkams hædd í meðaltali í hvørjum aldurs-flokki.

Týskarin Rietz skoðaði 20,400 unglingar í aldrinum 2 til 20 ár. Hann kemur til sama úrslitið sum Porter og endar hann frágreiðing sína við hesum orðum: Í hvørjum aldursflokki hava teir unglingar, ið eru komnir longest í andligum kynstri, mestu líkamkynstrina, og hinir sum eru komnir stytst hava veikt líkam —.

Eg ivist ikki í tí, at dugna-loysi unglinga í skúlanum ofta kemur av líkamligum veikleika, oftari enn fólk heldur. Um vit nú hugsaðu um hetta meiri greinliga, mundi tað tá ikki oftani koma í ljós at ring evnir og ringur hugur í skúlanum hjá børnum ikki altíð eru tekin uppá leti, men oftani hefur sína orðok í líkamligum ófýsni, sum næmingurin ikki dugir at greiða fyri sjálvum sær.

Hesar rannsóknir bera fram í ljós tað næra sambandið millum líkamstreysti næmingsins og evnir hansara at arbeiða við heilanum. Og tí hava nevndu

rannsóknir sín stóra týðning fyri ídráttin, tí tá er tað mera eyðsæð, at ídráttur hefur ein ómetuligan týðning fyri menniskjuna, so ógviliga nógv meir enn fólk heldur.

Gagusemi ídráttins okist enn meira av tí at ídráttarmenn oftast eiga at vera fálkæddir. Luftin og sólin kunnu ávirka húðina, hvørs virki tað okir nógv; tey bæði, ið eru ógvuliga nógv fyri neyðuni, gera silt til at fremja virki teirra.

Bæði ídráttariðkanin og baðini gera at evnaskiftið (stofskiftið) í øllum líkamnum gongur greiðari enn tað annars hevði, soleiðis at hvørt líkamskykt (Væv) fær meiri nýtslu av fæðini. Henda betri nýtslan av fæðini hefur ovursmiklan týðning fyri nervurnar, tí tær eru ógvuliga skjótar at ávirkað av ógreiðari melting (fordoyðis).

Tað er tí eyðsæð, at ídráttur við síni ávirkan á teir ymisku lívslímur líkamsins bota í størum um hina skaðiliga ávirkan tað dagliga virki hefur á líkamið. Unglingar sum iðka ídrátt verða tí treystir, vælmentir og áhaldandi og vilja teir verða vælbúnir til alt yrki í samfelagnum.

Innast inni er tí ídráttur heilsu-bót.

Poul E. Petersen.

Føroyatíðindi og tær longu næsararnar.

Krossur hefur fingið „influenzuna“.

Føroyatíðindi er seinasta leygardag — sum vanligt — úti við tí lokalpatriotiska tummastokkinum. Og tað er ikki hinni mál tað hesa ferð kemur til — ikki talan um, at hetta vælsig-aða blað hefur togað so langa span av lokalpatriotismu burtur úr nokrum fótboldsteiki, sum henda flúgvuvtíðin av nokrum enskum spottmonnum hefur givið tí.

„Jo, der kan ikke være Tvivl længere — de sejler forbi (Transisvaag!) og adskillige transisvaagske Næser er bleven ligesom en Anelse længere. Men det var dog intet imod, hvad der skete i Thorshavn, hvor mangt et fremragende Lugtereds-kab siges at have naaet en paa disse Breddegrader hidtil uset Længde.“ spannar blaðið, eggjandi til ta sinnissjúku lokalpatriotismuna, ið samfelagsliga sæð er verri enn „loftseitríð“ í „Tingakrossi“, sum ikki hefur kunnað stæðið fyri „Føroyatíðindis“ lokalpatriotiska næsamáli, men er lægst av tí rásmastu „influenzu“, „spansku“ ella lungnabetbetendils, so hann í kókandi feppi og „vildelse“ fantaserar um „loftseitríð“ og Tvøroyramenn, sum hann sigur eru verri enn P. M. Dam — og tað er ringt. Og er tað loðið, tá ið so ringt er, at „Krossur“ biður eftir, at Tvøroyri má behalda tey djævlus for, loftseitríð og tað heila!

Mangt øvugt og rangt og snaipte skulu vit uppliva ímill-

A/S

BALSLEV & GOOS

THORSHAVN

Altid stort Lager af:

Trælast i alle gangbare Dimensioner samt alle Slags Bygningsmaterialer.

Særlig fremhæves:

Fint savet Fyrelømmer,
Baaetræ, saavel Fyr som Eg,
Rund Fyr til Master, Bomme o. L.,
Krydsstæner i alle Tykkelser og Kvaliteter.

Telefoner: Nr. 20 & 237.
Trælastforretningen: Nr. 194.

um ár og dag, men ein skal leita leingi, áðrenn ein finnur rangara, smáligari — og „naivari“ enn tey ymsu lokalpatriotisku „produktini“, ið av og á stinga undan kavi her á landi.

Viðmerkingar.

„Krossur“ fær hundavaml.

Ein av ymsum grundum úr javnaðarfelagnum útfjaraður socialistar, loyvið sær í kommunistblaðnum at sláa við „beinbriksli“. J. tók hann pr. umgangandi í skúla og segði sannleikan, hvi hann og aðrir vóru útfjaraðir frá okkum, og at líkasinnar, ið droymdu um „bein“ ístaðin fyri at leggja ryggin til fyri arbeiðaralassan, vildu fáa somu lagnu.

Nú hendir tað merkiliga, at „Krossur“ fær vanl og ger allar íslenskar og føroyskar javnaðarmenn til jaglarar á donskum „beinum“ og fablar um hin danska socialistiska gullstreymin, ið hefur svomið yvir Ísland — Føroyar.

Tað er hitt sterka í javnaðar-rørsuni, at hon uttan mun til lit og nasjonalitet styðjar hin minna vóru at skoyta uppá hjá honum, tá ið hann ikki einsamallur kann færa stríðið fyri hin minna mannin út í lívið.

„Krossur“ mátti tó smæðst at „harcellerar“ ímóti javnaðarmonnum um „bein“ og peningastudning, hann, sum allar sínar dagar hvørja ferð, hann hefur fingið svinnast, hefur boigt knæ fyrri „beinum“ og peningi frá heimligum og norskum kapitalistum. Tað vildi ikki verið smárokningar, um tær nú vóru „presenteraðar“ fyri „Krossi“ — studningurin til teir føroysku javnaðarmenninar frá starvsbroðurum er ein dropi ímóti hesum havi.

Annars kunnu vit siga „Krossi“, at Føroya javnaðarflokkur hefur hina figgarliga ábyrgdina fyri Føroya Socialdemokrat — einin annar. Blástjórarnir á hon-

um gera ikki arbeiðið fyri „bein“; men fyrri sakina. Teir fáa 15 kr. um vikuna, um blaðið ber seg, ber tað seg ikki, fáa teir einki; men gera arbeiðið fyrri sakina. Kann blaðstjórin á „Tingakrossi“ siga tað sama?

Rætt til rangt og rangt til rætt,

sama ger, hert tað undirbyggir afturhaldsins makt og veldi, tykist at vera høvudsstrongurin í „Dimmalættingar“ (L. S.) verjugrein fyrri sambandsins og sjálvstýrisvalrættinum hjá tí fá-tæka manninum.

Men L. S. og líkamenn taka í mist, tá ið teir halda, at tað ber til at innbjálva valrættar-ránið í rættvísins hvitu klæði.

Reyði krossur.

Frá Reyða krossi hava vit fingið eina frágreiðing til lesararnar. Vegna plástrot kunnu vit bert hesa ferð geva ein stuttan údrátt úr frágreiðingini.

Tey flestu eru óivað á einum máli um, at Reyði krossur er eitt av teim góðu felagnum, ið oll eiga at styðja. Tess endamáli er,

at hava umsorg fyrri teim sjúku og særdu undir „Katastrofer og Epidemier“ eins og at veita hjálp í ólukkustífellum;

at fremja kunnleika um spebarna- og sjúkrarøkt heima.

Felagið hefur longu gjørt eitt gott arbeiði. Tað hefur eina fastsetta „Reyðakross-sjúkrasystir“, ið uttan viðurgjald hefur pleygað ein hóp av sjúklingum kring oyggjarnar. Tað hefur hildið ymis námskeið „kursus“ fyrri nógvum næmingum — nógv hava tikið prógv í sjúkrarøkt. Í Havn eiga tað „Sygeplejedeskolen og Linnedepots“. Í Kvívík hefur tað 1 og í Havn 3 „Redningsdepots“ og kring um oyggjarnar og umboð á „Smiril“ hefur tað sjúkrabørur. Á havnarkantóninum og Sjómanns-

heiminum í Havn eiga tað „Genoplivningsapparater“ og so eiga tað 2 „Vandrekurve“ við spebarnaklæðum, sum jarðamóðurnar í Havn kunna læna út hagar, ið torvur er á at nýta tær.

Peningin til at gera hetta góða miskunnar arbeiði fær Reyði krossur við studningi frá löglingi, sparikassanum, „Centralforeningen for Sygekasser paa Færøerne“, við gávum frá góðum fólki, við limagjald — so er ikki at gloyma inntøkan við „Reyðakross-degnuna“, tá ið tey vælkenda merki: „I Krig, i Fred — Barnhjertighed“ verða seld kring alt landið.

Klagur til tingið yvir sóknarstýrisval í ymsum bygdum.

Nevndin, ið hefur haft klagurnar til viðgerðar, hefur sett fram hesi uppskot til tingsins viðtøku:

Til klagu frá
Ole H. Petersen, Svinoy.
Da der ikke er indgivet Klage over det afholdte Valg inden den i § 18, 2. Stk. i Bekendtgørelse af 17. Juli 1931 om Regler for kommunale Valg paa Færøerne fastsatte Frist af 8 Dage, kan Valget ikke omstødes.

Til klagu frá
4 veljarar í Frøðbiar sóknar kommunu.
1) Tinget finder ikke at kunne erklære ugyldigt det den 29. Januar 1934 stedfundne Valg til Forstanderskabet for Frøðbi Sogns Kommune.
2) Der meddeles Forstanderskabet og Klagerne Afskrift af nærværende Betænkning.

Til klagu frá
Peter Dahl, Vági.
1) De i Klagen anførte Grunde findes ikke at kunne medføre Valgets Ugylldighed.
2) Der meddeles Klageren og Forstanderskabet Afskrift af nærværende Betænkning.

Til klagu frá
Valdemar Ejde, Nolsoy.
1) Valget til Forstanderskabet for Nolso Sogns Kommune kan efter det oplyste ikke omstødes.
2) Der meddeles Klageren og Forstanderskabet Afskrift af nærværende Betænkning.

Til klagu frá
Lorvitar sóknarstýri.
1) Det i Levrig i indeværende Foraar foretagne Valg til Forstanderskabet maa anses for ugyldigt, hvorfor nyt Valg vil være at foretage til Efteraaret efter Fiskernes Hjemkomst.
2) Der meddeles Forstanderskabet og Valgnævnet Afskrift af nærværende Betænkning.

Til klagu frá
Skúlakommissionin í Vági.
1) Efter Omstændighederne findes Valget ikke at kunne erklære Valg af Medlemmer til Skolekommissionen i Vaag for ugyldigt.
2) Der meddeles Forstanderskabet, Valgnævnet og Klageren Afskrift af nærværende Betænkning.