

Línuvask

Haldið línuna reina við H.G. Extra

- 1) tað gevur betri úrslit
- 2) meiri FISK
- 3) línán varir longri
- 4) tann keðiligi lukturin minskar
- 5) línán blívur lin
- 6) teymarnir blíva linir og livandi
- 7) húkarnir haldast blankir
- 8) við at vaska línuna við H.G. Extra
- 9) nógvar royndir siga hetta.

Kemilux
Oyri - tlf. 22233

FIBER TRIM

NÝTT BREYÐ FRÁ FRANTS

Trevja, tað sum á donskum nevnist »fiber«, eru grovir partar í matvørum, einamest í kornvørum, men eisini í grønmæti og frukt.

Trevjur kunnu fáast sum tablettir, men tær eru dýrar. Bíligastu trevjurnar fært tú í breyði og einamest í teim grovaru breyðsløgunum. Fullkornsrugbreyð og Skipsbreyð geva tær til dæmis 10-12 gram av trevjum fyri hvørji 100 gram av breyði. Í grovari breyði fært tú eisini virðismikil miniralar og vitaminir ið likaminum tørvar.

Tað er umráðandi fyri sódningina at tú hvønn dag fært nóg mikið av trevjum, eisini tær ið fáast í breyði.

6-8 flísar av grovum breyði hvønn dag, nøktar tín tørv.



Trevjuinnihald í ymiskum breyðum:

	pr. 100 gram
Fiber Trim breyð	16 g
Skipsbreyð	12 g
Fullkornsrugbreyð	10 g
Heimabakað rugbreyð	9 g
Franskbreyð	5 g

FRANTS RESTORFF P/F

bosal

ÚTSTOYT
Esmar Simonsen
3813 Fuglafjørður

sosialurin
telf. 11820

Oyggjafundur í Suðuroy

Mánakvøldið 19. mars kl. 21,00 verður politiskur fundur í Framtíðini í Vági við luttøku av løgtingsmonnum og øðrum politikarum. Sverri Midjord leggur fyrri; eisini verður kaffi og burturlutan. Øll javnaðaráhugaði eru vælkomin.

Vágs Javnaðarfelag

Setifólk

Søkt verður eftir royndum setifólki ella fólki við avgjørt góðum kunnleika til maskinskriving at byrja fyrri helvt av apríl.

Kravt verður prógv í maskinskriving og góður kunnleiki í føroyskum.

Umsóknir verða viðgjørdar í trúnaði.

Prógv og viðmæli verða við umsókn at senda til

Tíðindablaðið SOSIALURIN

Box 76
3800 Tórshavn

Føroya Javnaðarflokkur



Landsfundurin 1984

Við hesum verður boðað til landsfundar Javnaðarflokksins í Norðurlandahúsinum í Tórshavn tann 23. og 24. mars 1984, við hesi skrá:

Fríggjadagur 23. mars

- Kl. 19,00
1. Atli Dam, floksformaður setir fundin.
 2. Grannskoðaður roknskapur verður framlagdur.
 3. Framløga av innkomnum málum.
 4. Floksarbeiðið (skrivarin).
 5. Formansfrágreiðingin.

Leygardagur 24. mars

- Kl. 10,00
1. Politiskt orðaskifti heldur fram.
- Kl. 12,00
1. Steðgur
- Kl. 13,30
2. Politiska orðaskiftið verður uppافتurtikið.
 3. Orðaskifti um innkomin mál.
- Kl. 15,15
4. Ásetan av limagjaldi.
 5. Val av starvsnevnd, floksnevnd, blaðnevnd og arbeiðsnevndum.
 6. Ymiskt.