

Eysturoyar Røktar- og Ellisheim Runavík

søkir eina sjúkrasystir fulla tíð at byrja 1. okt. 1985 og eina sjúkrasystir 20 tímar um vikuna at byrja 1. sept. 1985 og fyribils til 1. mars 1986.

Heldur tú ikki sosialin?

Landssjúkrahúsið 3800 Tórshavn

Fyri sjúkrasystralærara í farloyvi søkist avloysari í tíðarskeiðnum 1. september 1985 til 30. juni 1986.

Arbeiðið fevnir millum annað um tilrættalegging av og undirvísing í psykiatriskari og geriatriskari heilsu- og sjúkrarøkt.

Nærri upplýsingar fáast við at venda sær til skúlan tlf. 1.3540 lokal 456.

Umsókn við skjølum skal stílast til skúlaráðið og sendast til fyrstøðukvinnuna, Sjúkrasystraskúli Føroya, 3800 Tórshavn.



Arbeiðsformaður

Til byggibúningararbeiði á Kambsdali verður søkt eftir arbeiðsformanni.

Umsøkjarin skal helst hava royndir innan vatn, kloakk og vegarbeiði.

Umsóknir til starvið skulu verða teknisku nevnd í hendi í seinasta lagi 15. august 1985.

Bygðaráðið skilar sær rætt til frítt at velja millum umsóknirnar ella onga at taka.

Fuglafjarðar bygðaráð
Tekniska nevnd

Profa
máling
besta
dygd

Sámiligir prísir



MIÐBYURIN
TÓRSHAVN
TLF. 16066

Søla av betong og sandi

Skalt tú hava betong í Vágum, kunnu vit lata júst tað betong, tú hevur brúk fyri. Um ynskt lata vit eisini krana.

Bílegging dagin fyri. Ring og fá prísirnar at vita.

Teknisk ráð um betong kunnu fáast, soleiðis at tygum verða nøgd/ur.

Prisdømi: 350 kg cement pr. m³ fyri kr. 980,-

P/f Vága Betong

v. Niels Braunschweig
3885 Sandavágur - Tlf. 33062 — 32609



FIBER TRIM

Fæst nú eisini ljóst

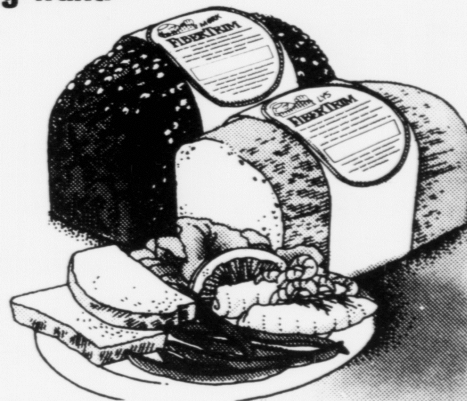
Trevja, tað sum á danskum nevnist »fiber«, eru grovir partar í matvørum, eina mest í kornvørum, men eisini í grønmeti og frukt.

Trevjur kunnu fáast sum ta-blettir, men tær eru dýrar. Bíligastu trevjurnar fært tú í breyði og eina mest í teim grovaru breyðsløgunum. Fullkornsrugbreyð og Skipsbreyð geva tær til dømis 10-12 gram av trevjum fyri hvørji 100 gram av breyði. Í grovari breyði fært tú eisini virðismikil minirarir og vitaminir ið líkaminum tørvar.

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

Trevjuinnihald í ymskum breyðum:

	pr. 100 gr.
Fiber Trim myrkt	12,4 g
Skipsbreyð	9,0 g
Fiber Trim ljóst	8,4 g
Fullkornsrugbreyð	6,0 g
Heimabakað rugbreyð	5,7 g
Franskubreyð	1,4 g



GROVT BREYÐ = Fiber Trim myrkt

FÍNT BREYÐ = Fiber Trim ljóst

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

FRANTS RESTORFF P/F