Stór Marko-sølustevna í Runavík

Sølustevnan í Runavík í dag og í morgin bjóðar eina rúgvu av framsýnarum, undirhaldi, sangi, mótasýningum og øðrum. Og so kunnu tey vitjandi eisini gera kvetti

TÍÐNDASKRIV

Fótbóltsfelagið NSÍ spennir bogan høgt, tá stóra sølustevnan Marko '03 verður í ítróttarhøllini í Runavík í dag og í morgin, tí við einum góðum blandingi av ikki færri enn 25 básum, ið sýna fram alt millum himmal og jørð, ber til hjá teimum vitjandi at fáa tímar at ganga við at ferðast millum básarnar, har nógv góð tilboð eisini verða latin.

Á pallinum verður við jøvnum millumbili borðreitt við alskyns undirhaldi, sangi og mótasýningum, og tá einki er á pallinum, skapar hugnaligur jólatónleikur rætta hýrin í høllini, meðan fólk vitja teir ymsu básarnar.

Hevur onkur so hug at hvíla seg eina løtu, ber til at fáa sær ein góðan drekkamunn, køkur ella breyð við viðskera í kafeteriuni, ið verður opin alla tíðina báðar dagarnar.

Her verður eisini hugsað um børnini, tí tey kunnu sjálv baka í serligum jólahúsi, sum verður á Marko '03, og sum fólk gjøgnum vikuna annars hava sæð á jólatorginum í SMS.

Nakað fyri øll

Marko '03 letur upp í dag klokkan 14 og ein tíma seinni, klokkan 15, fer Rodmund Nielsen, borgarstjóri í Runavíkar kommunu at seta stevnuna.

Tað, sum annars verður fyriskipað á pallinum til undirhalds, er ætlað bæði teimum yngstu og teimum elstu.

Gykl er ein partur av skránni, tí í kvøld klokkan 19.30 kann Ásbjørn úr Glotti & Gleimi upplivast á pallinum, og í morgin klokkan 16 vitja Absalon og Niklái úr Glotti & Gleimi á pallinum.

Kendar røddir lívga eisini Marko '03 við sínum sangi, tí tað hevur eydnast at fingið bólkin I Am á pallin í kvøld klokkan 21 og Magna Christiansen í annaðkvøld klokkan 20.30. Í báðum førum er talan um serstakliga fløguaktuellar framførslur.

Harumframt fara Beinta & Co., sum eru nøkur ung av eystara armi á Skálafjørðinum, at syngja jólasangir í dag klokkan 16. Í morgin fer so kendi vísusangarin og -tulkarin, Hans Hjalti Skaale, at undirhalda á pallinum við góðum og beinraknum táttaskaldskapi.

Nógv at vinna

Mótasýningar eru eisini báðar dagarnar, so fólk kunnu síggja, hvat teir mongu móta- og barnahandlarnir á Marko '03 hava at bjóða. Ein mótasýning er hvønn dagin, í dag klokkan 18 og í annaðkvøld klokkan 19.

Annars kunnu allir gestir á Marko '03 eisini gera kvetti, tí burturlutaðir verða størri og smærri vinningar frá teimum, sum sýna fram á sølustevnuni. Drigið verður bæði í kvøld og í annaðkvøld millum seldu atgongumerkini.

Harumframt verður eisini seldur lutaseðil, har vinningarnir millum annað eru tvær flogferðir á øllum rutunum hjá Atlantsflog og ein vikuskiftisflogferð til Íslands.

Luttakandi básarnir kunnu eisini fáa upp í posa og sekk, tí tey vitjandi kunnu sum vant atkvøða um vakrasta básin á sølustevnuni.

Marko '03 er opin leygardagin frá klokkan 14 til 22, og sunnudagin verður latið upp klokkan 15 og tá er eisini opin til klokkan 22.

Anna Lisa, Ári og Klæni í ferðsluni

BÓKAÚTGÁVA
Tíðindaskriv

Bókin er um tey bæði Onnu Lisu og Ára, og vinmann teirra, Klæna, sum er ein rúmdarmaður. Tey trý fara at læra barnið ferðslureglurnar saman. Ætlanin við bókini er, at barnið skal læra at ansa sær í ferðsluni og at birta í kjak millum foreldur og barn um evnið. Í bókini verður eisini staðfest, at tað er ikki nóg mikið at sita við hús og læra um ferðslu við at lesa, barnið má eisini gera sínar egnu royndir úti í ferðsluni. Børn læra jú best av at royna sjálvi. Aftast í bókini eru leiðbeiningar til foreldur.

»Á veg í barnagarð« er eitt úrslit av virkseminum í Ferðsluringi Barnanna, sum Ráðið fyri Ferðslutrygd setti á stovn í 1984. Síðani hevur staðið øllum børnum í boði at fáa tilfar um ferðslu og ferðslutrygd.

»Á veg í barnagarð« er liður í einum framhaldandi útgávusamstarvi millum Ráðið fyri Ferðslutrygd og Føroya Skúlabókagrunn.

Katarina Nolsøe hevur týtt úr íslendskum eftir "Á leið í leikskóla" eftir Jón Ármann Steinsson og Jón Hámund Marinósson.

Prentað hevur Hestprent.

»Á veg í barnagarð« verður í hesum døgum latin øllum 3 ára gomlum børnum í Føroyum. Eisini er bókin at fáa í bókabúðunum og kostar 40 kr, siga Ráðið fyri Ferðslutrygd og Føroya Skúlabókagrunnur í tíðindaskrivi

Ljósviðgerð

Kennir tú teg troyttan? · Hevur tú brúk fyri meira svøvni?
Er tað ringt at koma upp um morgunin?
Ert tú illa upplagdur? · Ert tú erkvisin?
Manglar tú orku? · Hevur tú eina søta tonn?

Kanska skuldi tú roynt lampuna til ljósviðgerð

Serliga um heystið og um veturi n ynskja vit meira ljós. Mangul uppá ljós gevur ofta eina kenslu av dapurleika, manglandi orku og mótloysi og kann eisini geva eina nógv økta trongd til søtt. Hetta verður ofta nevnt tunglyndi. 5-6% líða av tunglyndi og nógv fleiri eru vetrartroytt.

Gransking vísir at LJÓSVIÐGERÐ kann hjálpa teim flestu (70-75%) av við vetratroyttheit/tunglyndi.

Ljósviðgerð 1/2 til 1 tíma dagliga (best um morgunin) er í teim flestu førum nokk. Ímeðan tú fært ljósviðgerð kanst tú t.d. eta morgunmat og/ella lesa eitt blað.

Sum oftast merkist innan 14 dagar um ljósviðgerðin hjálpir.
Les meira um tær lampur vit hava at selja og um gransking av ljósviðgerð á okkara heimasíðu www.ergo.fo undir LJÓSVIÐGERÐ.

Ergo & Hjálpartól

J.C. Svabosgøta 8 • FR-100 Tórshavn
Tel. 315 777 • Fax 315 772 •Fartel. 215 778
Teldupost: ergo@post.olivant.fo • Heimasíða: www.ergo.fo

Sosialurin 341800

An international study programme at the Academy of Higher Education is only a click away!

- Multimedia Designer
- Building Technician
- IT and Electronics Engineer
- Chemical and Biotechnical Analyst

Please visit www.ats.dk for starting dates and further information

Academy of Higher Education
Aarhus Technical College
Denmark

Hvussu væl kennir tú Bíbliuna?

Jólakapping fyri børn upp til 17 ár

Nú jólini standa fyri durum, fara vit á Sosialinum undir eina kapping við spurningum til børn og ung upp til 17 ár um mangt og hvat í Gamla og Nýggja Testamenti.

Vit byrja í dag hósdag 4. desember við sjey spurningum. Teir skulu øll tit, ið vilja vera við í kappingini, klippa út, svara, skriva navn, bústað, tel. og aldur á, og goyma. Tað sama skulu tit gera við spurningarnar, vit hava til tykkara í hvørjum Sosiali til og við mikudag 17. desember, tá kappingin endar.

Allir spurningarnir í kappingini eru ikki líka lættir at svara. Tá kunnu tit til dømis fara í bíbliusøgurnar, tit lesa ella hava lisið í skúlanum at finna svarini. Ella hví ikki spyrja tey tilkomnu í húsinum! Í telduni ber eisini til at leita eftir svarum.

Leparnar, tit hava klipt út og goymt *(við spurningum, svarum, navnið, bústaði, tel. og aldri)* skulu tit senda Sosialinum í seinasta lagi leygardagin 20. desember. Í brævbjálvanum til okkara skal sama navn standa á øllum lepum. Uttaná skal standa "Jólakapping 2003", navn á luttakara og bústaður. Tit, ið tá hava sent allar lepar inn og svarað rætt, verða við í lutakasti um fýra virðislønir.

Við vón um undirtøku frá hópin av børnum og ungum um alt Føroya land, ynskja vit øllum ein góðan jólamánað.

HESTPRENT · TEL. 314 555

VINNINGAR:

1. Vinningur:
Vikuskiftisferð fyri tvey til Íslands
ATLANTIC AIRWAYS

Blue Lagoon

2. Vinningur:
3. Vinningur:
4. Vinningur:

Hvussu væl kennir tú bíbliuna?

Spurningar		Tykkara svar
15	Í einum dreymi sá Jákup ein stiga ganga frá jørðini til himmals. Uppi yvir stóð Gud og talaði við hann um landið, hann vildi geva honum. Jákup gav staðnum, har hann hevði havt dreymin, navnið Betel. Hvat merkir tað?	:
16	Eina dóttur átti Jákup. Hon æt Dina. Hvussu nógvar synir átti hann?	:
17	Fýra av synunum átti Jákup við fyrru konu síni, bara tveir við seinnu konuni: Benjamin, sum var yngstur, og tann næstyngsta, sum Jákup var betri við enn allar hinar synirnar. Hvussu æt hann?	:
18	Tann sonin, sum Jákup var serliga góður við, seldu brøðurnir til nakrar keypmenn og lugu fyri pápanum, at hann var deyður. Hvussu eitur landið, hann kom til?	:
19	Næstyngsti sonur Jákup gjørdist mætur maður í landinum, hagar brøður hansara seldu hann, og nógv av hansara ætt komu og búsettust har. Fleiri hundrað ár seinni leiddi Móses eftirkomarnar aftur til gamla landið. Á vegnum gingu teir á turrum gjøgnum eitt hav. Hvussu eitur havið?	:
20	Meðan Ísraelsmenn, sum eftirkomararnir hjá Jákupi kallast, vóru á veg heim úr langari útlegd, fingu teir tey tíggju boðini. Hvussu eitur fjallið, har Gud gav Mósesi boðini?	:
21	Tíggju eru boðini, Ísraelsmenn fingu frá Gudi. Hvussu ljóðar tað fjórða?	:

Navn á luttakara: *Bústaður:*

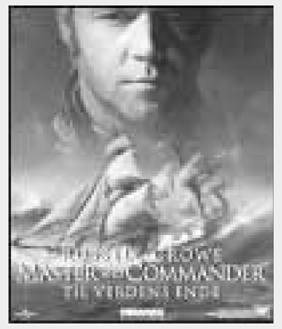
Telefon: *Aldur:*

At klippa út og goyma, til kappingin endar 20. desember. Seinasta freist at senda Sosialin allar útkliptu leparnar við spurningum og svarum, navni á luttakara, bústaði, tel. og aldri, er leygardagin 20. desember. Uttan á brævbjálvanum skal standa Jólakapping 2003, umframt navn á luttakara og bústaður. Minnist til, at allir lepar í brævbjálvanum frá hvørjum einstøkum luttakara, skulu hava sama navn.

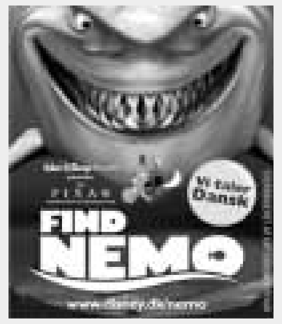
Sosialurin Postboks 76
FO-110 Tórshavn
Tel. 341 800 • Fax 341 801

HAVNAR BIO
Tlf. 31 19 56
www.bio.fo

Leygardagin 06.12. kl. 20^{30}
Sunnudagin 07.12. kl. 20^{00}

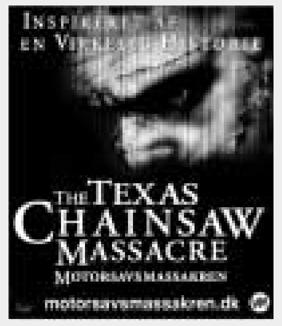


Leygardagin 06.12. kl. 22^{45}
Sunnudagin 07.12. kl. 22^{15}



Billettprísur: 45,- kr.
Leygardagin 06.12. kl. 18^{15}
Sunnudagin 07.12. kl. 17^{45}

Leygardagin 06.12. kl. 20^{45}
Sunnudagin 07.12. kl. 19^{30}



Leygardagin 06.12. kl. 23^{30}
Sunnudagin 07.12. kl. 22^{30}

KOMANDI FILMUR

Frumsýning
Mikudagin 17.12. kl. 18^{00}
Mikudagin 17.12. kl. 22^{15}
Forsølan er byrjað

Stórt úrval av DVD-filmum til sølu