

Húsarhaldsskúli Føroya

NÚ SKAL TAÐ VERÐA

Vit eru klár - ert tú ?

Lívsstílsskeið á Húsarhaldsskúla Føroya

Vit bjóða tær holla vitan um heilsugóðan kost, tú fært eina kostætlan, vektcontrol og feitt % verður mált 3 hvørja viku.

Eisini bjóða vit skeið til fólk sum hava typu 2 diatbes(T2D)

Skeiðini byrja 15. mars

Undirvíst verður í viku 11-12-13-14-17-20-22-24

Undirvísari : Jóhanna á Tjaldrafløtti Dietistur

Kl.	Týsdag	Mikudag
09:00-10:30	Byrjarar	Byrjarar
11:00- 11:45	Framhald	Framhald
13:00- 14:30	T2D	Byrjara
17:00 – 18:30	Byrjarar	

Kostnaður fyri skeiðið:

Byrjarar 90 min.	700 kr.
T2D 90 min.	700 kr.
Framhald er 45 min.	500 kr.

Tilmelding á tlf. 456974 ella á www.husarhaldsskulin.fo

Húsarhaldsskúli Føroya
Stoksoyarvegur 29, 700 Klaksvík
Tlf. 456974 e-mail hsf@olivant.fo
www.husarhaldsskulin.fo



Altjóða Skrivstovan – ASK

Spyr og fá svar um útbúgvingar. Allar. Allastaðni.

Tað er tú, sum tekur endaliga avgerð um tína útbúgving, men Altjóða Skrivstovan kann vegleiða teg um tínar møguleikar innan útbúgving og um tey fíggarligu viðurskiftini.

Altjóða Skrivstovan er nevniliga til tað sama. At vegleiða teg, sum ætlar tær at útbúgva teg í Føroyum ella uttanlands, antin tað er styttri ella longri útbúgving, verklig ella ástøðilig.

Ring, skriva ella stökk inn á gólvið og fá vegleiðing um tínar møguleikar. ASK hevur opið mánadag til fríggjadag frá kl. 10 til 15, mikudag tó til kl 18. ASK liggur við síðuna av Landsbókasavninum og er ein partur av Fróðslaparsetri Føroya.



Altjóða Skrivstovan, ASK

J. C. Svabos gøta 14 · Postboks 272 · FO-110 Tórshavn
Tel. 322 065 · ask@ask.fo · www.ask.fo

