



MINDFULNESSKEIÐ

FPS skipar fyri skeiðið í mindfulness

Við at venja mindfulness, kann tú :

- Fáa hvíld í tonkum og kenslum
- Geva rúm fyri skapandi hugsanum við fleiri sjónarhornum
- Fáa vend í vanabundnum mynstrum og atburði
- Minka um strongd
- Økja um orkuna
- Betra um evnini til at samstarva
- Fáa størri arbeiðis – og lívsgleði

Skeiðið verður: 3. februar 2012 kl. 12 - 17 og 4. februar kl. 9 - 17

Hvar: Hotel Føroyar

Undirvisarar: Súsanna Skaale psykologur og Oddbjørg Johansen sjúkrarøktarfrøðingur og kognitiv terapeutur
3000kr – íroknað kostnaðin er matur og drekka í steðginum

Kostnaður: Er ætlað øllum áhugaðum

Málbólkur: Er ætlað øllum áhugaðum

Fyriskipari: FPS – Føroyskir Psykiatriskir Sjúkrarøktarfrøðingar

Limir í FPS fáa 10% í avsláttir

Byrjað verður 3. februar kl 12 við leskiligari matskrá.

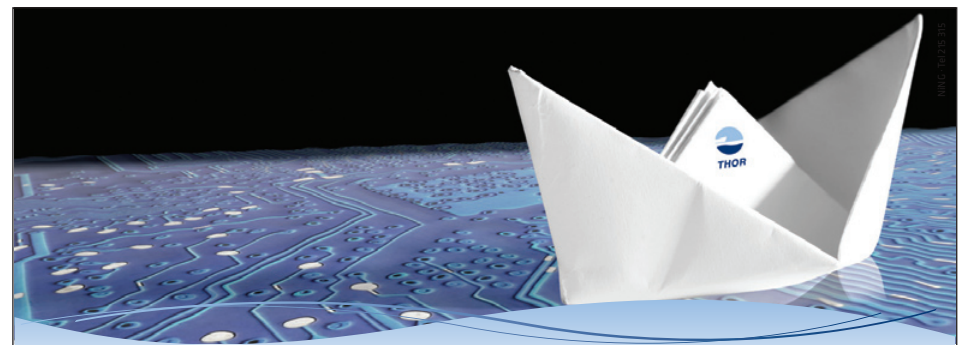
Tilmeldingarfrestin er 20. januar 2012

Tryggja tær pláss við skjótari tilmelding

Tilmelding fer fram á fps@fps.olivant.fo

Tilmeldingin er galdandi, tá goldið er á konto 9181- 4470682, viðmerk "Mindfulness"

Um tit hava spurningar um skeiðið, vinarlaga ring 210105



Hjálpari á teknisku deild

Til okkara teknisku deild, tørvar okkum eitt starvsfólk við tekniskum áhuga, ið eggjast av administrativum og teldutøkniligum uppgávum

Starvsøki umfatar:

- Hjálpa til við tí administrativa á teknisku deild.
- Verða við til at implimentera og viðlíkahalda AMOS skipanina hjá reiðarínum.
- Veita hjálp til AMOS brúkarar bæði á landi og sjógvi.
- Samskipta við teksti og telefon á enskum.

Útbúgving:

Einki krav, men fyrimunur er, um tú hevur útbúgving innan goymslu ella góðskustýring.

Royndir:

Fyrimunnur er, um tú hevur royndir við AMOS ella líkanandi viðlíkahaldsskipanum, goymslustýring, maskin-ella tekniskum arbeiði.

Førleikar:

- Lærunemm/ur.
- Góð samskiptis- og samstarvsevni.
- Taka neyðugar avgerðir.
- Kunna arbeiða sjálvstøðugt.
- Eyga fyri detaljum.
- Góðan telduførleika.

Løn sambart avtalu.

Umsóknarfrestin er 9. januar 2012

Umsóknir við avritum av viðkomandi skjølum, kunnu sendast sum bræv, til:

Pf. Thor, Att.: Gunnbjørn Joensen, Bryggjan 5, FO-420 Hósvík

Nærri fæst at vita við at ringja til Gunnbjørn Joensen, stjóra, á tel 422503.

FO-420 Hósvík · Faroe Islands · Tel 422 503
Fax 422 383 · thor@thor.fo · www.thor.fo



P/F THOR, er eitt felag sum eigur og rekur skip í oljuvinnuni, fiskivinnuni, og annað virkseml í hesum sambandi, víst verður til heimasíðu okkara www.thor.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 figgjargu viðurskiptini.

Altjóða Skrivstovan er nevnliga til tað sama. At vegleiða teg, sum ætlar tær at útbúgva teg í Føroyum ella uttanlands, antin tað er styttir 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



**FRÓÐSKAPARSETUR
FØROYA**