

Mítt besta heilsuráð

Vit hava spurt nøkur starvsfólk í Miðlahúsinum um teirra besta heilsuráð:

Gongutúrar

Magnus Gunnarsson
sølumaður



At renna

Jóhanna Vang,
skrivstovukvinna



Drekka nógv vatn. At renna eftir einum bólti er eisini gott

Frida Mellemgaard, lýsingasamskipari



Rørsla

Regin Joensen,
sølumaður



Drekka vatn

Terji Nielsen, samskipari



Ein tráðutúrur er balsam fyri likam og sál...

Vílmund Jacobsen, blaðmaður

