

OKKARA NÝGGJÁRSLYFTI Í 2016

Gamlaárskvøld brúka vit ofta høvið at hyggja afturá farna árið og eftirmeta tað vit hava avrikað og verið fyri hvønn annan. Vit seta okkum nýggj mál og geva nýggj lyfti um alt frá at leggja av at roykja, røra okkum meira, arbeiða minni, tjena meira til at vera betri foreldur ella makar.

Føroyingar geva, eins og fólk kring allan heimin, eisini nýggjárslyfti. Men hvussu nógvir føroyingar hava eitt nýggjárslyfti, hvørji eru lyftni og hvussu væl megna vit at halda tey, tá av tornar? Hetta hava vit spurt 300 føroyingar í aldrinum 15-80 ár kring alt landið.

48%
hava eitt nýggjárslyfti

Her eru oftast givnu nýggjárslyftini:

BETRI FÍGGJARVIÐURSKIFTI
MEIRI TÍÐ TIL FAMILJUNA

RØRA MEG MEIRA
TAPA MEG
LIVA SUNNARI

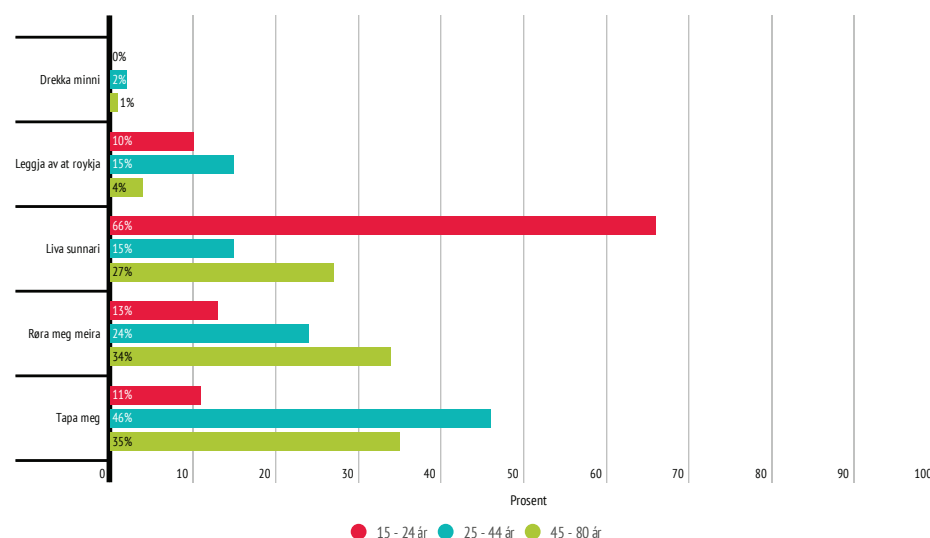
LÆRA NÝTT
FERÐAST
BETRI PLANLEGGING

LEGGJAAV AT ROYKJA
DREKKA MINNI

23% ætla at tapa seg
19% ætla at liva sunnari
18% ætla at røra seg meira
10% ætla betri planlegging
ella fíggjarviðurskifti
8% ætla at læra okkurt nýtt

Tveir triðingar ætla at bota um heilsu og lívsstíl

Men ymiskt er, hvat vit ætla at gera í mun til okkara aldur ...



Hvussu leingi halda okkara nýggjárslyfti?



1/3 av lyftunum halda styttri enn 1 mánaða
1/3 halda millum 1 og 6 mánaðir
1/3 halda longri enn 6 mánaðir

