



Mán-frí: 9.00-16.30 & Ley: 9.00 - 14.00

MATSKRÁIN HESA VIKUNA

Hósdag 12. oktober:

Grýturættur · Stoktur medistari · Knettir

Fríggjadag 13. oktober:

Svínakotelettir · Lasanja · Várrullur

Leygardag 14. oktober:

Neytasteik

Mánadag 16. oktober:

Eftirgjørd hara · Fiskafrikadellur

Týsdag 17. oktober:

Kókað neytakjót · Rivjasteik

Mikudag 18. oktober:

Kjøtfrikadellur · Stoktur fiskur



TÓRSHAVNAR KOMMUNA



Hýruvogsloyvi

Í Tórshavnar kommunu eru tvey hýruvogsloyvi leys at søkja. Loyvini er knýtt at ávíkavist bílstøðunum AUTO og BIL.

Umsóknin verður fylt út í sjálgreiðsluni á torshavn.fo.

Umsókn

Umsóknir skulu vera Tórshavnar kommunu í hendi seinasta lagi hósdagin 19. oktober 2017.

Sambært kunngerð nr. 33 frá 30. mars 1983 um hýruvogsreglur, sum broytt við kunngerð nr. 139 frá 7. desember 1990, umsitur hýruvogsnevndin hýruvogsloyvi í kommununi. 66 hýruvogsloyvi eru í Tórshavnar kommunu.

torshavn.fo



KOPPSETING FYRI VETRARBEINKRÍM



Mælt verður til, at fólk, ið eru 65 ár og eldri, fólk við varandi sjúku ella, sum av øðrum orsøkum eru í vanda fyri at gerast sjúk av beinkrími, lata seg koppseta fyri vetrarbeinkrími.

Hoyrir tú til ein av bólkunum niðanfyri, set teg í samband við tín egna lækna og spyr, um tú eigur at koppsetast:

- Niðursett lungavirkni
- Astma
- Hjartasjúku
- Diabetes
- Skert mótstøðuføri
- Livur- og nýrasvignan

- Ovurfiti (vegleiðandi BMI oman fyri 40)
- Barnakonur frá 13. barnburðarviku
- Húsfólk hjá sjúkum við nógv skerdum mótstøðuføri
- Aðrar varandi sjúkur, har meting frá læknanum er, at beinkrími hevur við sær álvarsligan heilsuvanda.
- Koppseting verjur tey flestu
- Koppsetingin fyri beinkrími verjur tey flestu, men ikki øll. Til ber at fáa beinkrími, hóast tú ert koppsett/ur, men sjúkugongdin verður oftast mildari.

Góð ráð

- Beinkrími smittar gjøgnum smáar dropar frá hosta, njósa o.tíl. Sjúkan spjaðir seg, um tú andar inn droparnar og síðan nemur við eygu, nøs ella munn.
- Hosta og njósa í einnýtis lummatúrriklæði, og hav tey í einum afturlatnum posa, til tey verða burturbeind. Ella hosta og njósa í ermuna – ikki í lógvarnar.
- Vaska tær væl um hendurnar.
- Ver heima, um tú ert sjúk/ur – til tú hevur verið fepurfrí/ur í eitt samdøgur.

HEILSUTRYGD OG LANDSLÆKNIN

DREYMASTARVIÐ
FINNUR TÚ Á in.fo