



SÝSLUMÐAURIN SKAL STJÓRNA KLAKSVÍKINI

Við bara 9,2 prosentum av atkvøðunum er tað eydnast Sambandsflokkinum í Klaksvík at vinna borgarstjórasessin í. Hetta fær flokkurin aftur fyri at koma í samgonu saman við Fólkaflokkinum, sum fekk 36,7 prosent og Tjóðveldinum, sum fekk 13,7. Karl Johansen er 66 ára gamal og starvast sum sýslumaður í Klaksvík.

Meistarar hjá borgarstjóranum



Í sambandi við at HB gjørdust føroyameistarar bjóðaði borgarstjórin til eina hugnaliga samkomu í Müllers Pakkhúsi.

Annika Olsen segði, at hetta byrjar at vera ein fóst siðvenja – hesa tíðina fyrraárið vitjaði HB á Ráðhúsinum, tí HB vóru blivnir føroyameistarar - í fjør vitjaði HB á Ráðhúsinum, tí HB hevði vunnið Løgmanssteypið – og nú var HB aftur her sum føroyameistari.

- Tað tykist sum at tit hava nakað at feira hvørt ár. Eg ivist í, um eg skal fáa skrivararnar bara at seta í kalendaran, at HB vitjar á Ráðhúsinum hesa tíðina – hvørt ár, segði Annika Olsen.

- Føroyameistaraheiti tykkara hevur enn einaferð verið eitt klassadømi um sanna framgongd og eitt heilt sjáldsamt áhaldni. Og, sum vit nevndu í fjør, øll tey, sum í veruleikanum vilja vera sum HB, blivu mint á, hvat og hvørjum tey eru uppi ímóti.

- Og tey sum siga, at tað er kalt á toppinum, tey mistaka seg – tí tá mann permanent liggur á toppinum, so klárar mann eisini at halda hitan!

- Eitt sindur stuttligt var at

síggja tykkum til seinasta dystin – tí meðan serfrøðingarnir enn møsnaðu um gummibein tók tað tykkum akkurát tveir minuttir at fáa øll at gloyma alt tilíkt neiligt tvælt og samfeignast við tykkum, so rómurin úr Gundadali hoyrdist um allan býin.

- So sanniliga er eru tað ikki gummibein, vit fara at minnst hetta kappingarárið fyri. Hetta gjørdist aftur eitt fantastiskt HB-ár!

- Tit eru eitt satt undan-gongufelag. Vit hava sæð menningina hjá tykkum, hjá dreingjunum og hjá ungu gentunum, og tað frøast vit stórliga um.

- Alt hetta fortelur okkum, at her er nógv gott í væntu, og at Havnar Bóltfelag so sanniliga er eitt felag, øll kunnu rokna við tey komandi árin – bæði á konufólka- og mannfólkasíðuni!

- Tit hava ásannað, at skal ein halda seg á toppinum, so er neyðugt at seta við og ala fram góðar spælarar. Og tí heysta tit fruktirnar av longu nú.

- Vit, ið varða av Tórshavnar býi, eru sera takksom fyri tað, tit gera fyri býin og fólkið. Tí tit geva børnunum og okkara ungdommi nøkur virði, ið ikki kunnu

gerast upp í krónum og oyrum – samhald, trúfesti og vinnaraanda.

- Tað góða, sum tit leggja í komandi ættarliðini, fáa vit øll stóra gleði av.

- Við tykkara fantastiska inn-satsi, ið fevnir bæði um børn, ung og vaksen, eru tit eitt ótrúliga ríkt íkast til Tórshavnar kommunu og Tórshavnar bý, sum vit ikki kunnu vera tykkum nóg takksom fyri.

- Eg skal ikki draga hetta út, men vil bara takka tykkum øllum fyri enn eitt fantastiskt kappingarár, við bestu ynskjum fyri stóra og góða framgongd í komandi árum.

- So góðu tit!

- Hjartaliga tillukku við einum fantastiskum kappingarári!

- Takk fyri góðar upplivingar og takk fyri, at tit gjørdur tykkara at varpa ljós á Havnina!

- Tit eru stoltleikin hjá Havnini og tykkum eru vit øll somul errin av, segði Annika Olsen, borgarstjóri, at enda.

Christina á Bøgarði staðið próvtøkuna til statsaut. revisor

Christina á Bøgarði hevur hin 10. november 2020 staðið próvtøkuna til statsautoriseraðan revisor í Keypmannahavn. Christina, sum er 33 ára gomul, hevur starvast hjá Januar síðani 2008 og hevur samstundis tikið út-búgvigarnar HD-R og cand. merc.aud..

Seinastu tíðina hevur hon fyrireikað seg til endaligu próvtøkuna til statsaut revisor og staðið royndina. Hennara starvs-øki hesa tíðina hava serliga verið



tænastuveitingar til fiskivinnuna og fíggarjageiran, umframt grannskoðan av størri og smærri fyrirkum.

Christina verður nú partaeigari í Januar, har 4 aðrir statsautoriseraðir grannskoðarar saman við øðrum eru partaeigarar.



VIVIAN
SJÓÐKLETT

Sexologur, pedagogur og
Kunstterapeutur
Kunstterapi.fo
Vaginal terapeut

Pína í undirlívinum

Sex er njóting. Sex er deiligt, ella tað átti tað at verið. Tíverri er tað ikki soleiðis hjá øllum.

Fyri 60.000 kvinnur er sex alt annað enn njóting, tí tær heilt einfalt hava ov ilt í undirlívinum. Henda pínan er ikki bara ein bági fyri sexlívið, men eisini fyri parlagið, teirra kvennleika (kvinnuligheit) og ikki minst teirra sjálvskenslu. Hesi tøl eru úr donskum kann-ingum. Hettar eru sjónlig tøl og uttan iva eru tað fleiri. Í mín-um arbeiði sum vaginalterapeutur mæti eg fleiri kvinnum við pínu í sínum seksuella lívi.

Tað kunnu verða ymiskar orsøkir til pínu í undirlívinum - vulvodyni, vaginisma og myosur.

Natúrliga framleiðir kroppurin vætu, vit kundu rópt tað "smyrjoliu", úr skeiðini í ástarleiki og njóting; uttan smyrsl, sum kroppurin ger, kann sex volda pínu og gera, at kvinnan at kalla einki fær burturúr – uttan pínuna ! Fyri nógvur kvinnur er tað ein trupulleiki, at vætan ikki er har, og hetta er galdandi fyri ungar sum eldri. Soppur og annað undirlívstrið eru tíverri eisini vanligir trupulleikar. Møguligar orsøkir kunnu vera lívsstílin; ymiskar støður sum geva strongd, angist, ringir matvanar, sjúka, ein harður barnsburður, umhvørvisetur, ov nógv av rúsdrekka, sigarettum og medisini. Glíðikrem og sexleiku kunnu eisini gera sítt til at órógva javnvágina í skeiðini.

Trupulleikar seta seg í skeiðina sum ósøgd orð. Kensluleys kínar, vantandi seksuel eggjan ella ein elskari, sum ikki gevur kvinnuni nóg miklan ans, hvat ið henni tørvar.

Nógvur kvinnur tora ikki at siga sínum partnara, at tær hava ilt; ei heldur tora tær at siga frá, hvørjum tær hava tørv

á. Tær kunnu hava ótta fyri at missa ella at "krevja ov nógv." Ístaðin halda tær tigandi á í einari pínufullari samlegu, og støðan verður bara verri.

Nógvur kvinnur hava verið gjøgnum læknaskipan uttan úrslit og liva tí við pínu.

Í flestu førum ber til at gerast pínufrí, um ein viðger trupulleikan rætt og roynir at fáa sítt sexlív, ja, sín lívsstíl, í javnvág og samljóð.

Orðið terapi er runnið úr grikska orðinum "Therapeuin" og merkir stuðul og hjálp. Hjálp til eitt lív í javnvág. Terapi er umsorgan og leking, og tað er tørvur á, at kvinnur læra at lekja sín seksualitet og sítt undirlív.

Tá ið ein kvinna velur at gerast pínufrí, er tørvur at seta orð á.

Vaginalterapi er samtala og sonuterapi til vaginu. Hendan viðgerð hevur verið við til at hjálpt nógvum kvinnum.

Vit eru tað, sum vit hugsa og eta, verður ofta sagt.

Um tað er ein "gomul skøv-að pláta" við niðrandi orðum, sum vit siga við okkum sjálv, so verða matvanar og gerðir eisini hareftir.

Alt fylgist

Eta vit Lechitin, sum er eitt slag av korni, sum ein kann drússa á salat ella í suppu, og taka røttu vitaminir, so sum A, C, E - vitamin, zink og selen, er tað við til at geva undirlívinum góða heilsu. Bæði fyri mann og kvinnu.

Vilt tú hava eitt sansaligt og vakurt seksuallív, er best er at skifta skøvaðu plátuna út og velja yndisligar tónar við heitum kærleiksfullum orðum, sum er uppbyggjandi fyri sjálvskensluna og ein góðan lívsstíl.

Gott vikuskifti.