

Sjálvhjálpin er ein tænasta, ið allir føroyingar, menn og kvinnur, kunnu venda sær til.

Ring og fá hjálp

Telefon 28 00 05

Svarar 12-16 gerandisdagar

Mikudag 16-18 er opið í Kristnastovu,
um tú vilt hava eitt prát við okkum

Sjálvhjálpin er hjálp til sjálvhjálp. Vit eru ein ókeypis tænasta, sum tú kanst venda tær til, um tú hevur persónligar trupulleikar. Tú kanst ringja til okkum, og vit kunnu geva tær vegleiðing og nøkur amboð, so tú kanst koma víðari í lívinum.

Menn, kvinnur, ung og gomul, øll kunnu venda sær til sjálvhjálpin. Tú kanst vera dulnevnd/ur, og sjálvandi hava øll, sum arbeiða á Sjálvhjálpin tagnarskyldu.

Hevur tú spurningar um fyrbygging, fosturtøku, hjúnalagið, samlívið, kynslívið, foreldramyndugleika, samveru ella barnapengar. Hevur tú verið fyri harðskapi, happing, neyðtøku ella inest? Ella hevur tú aðrar spurningar?

Vit hava eitt lið av serfrøðingum, sum kann hjálpa tær. Ring til Sjálvhjálpin á telefon 28 00 05, so finna vit rætta ráðgevan til tín.



SJÁLVHJÁLPIN

www.sjalvhjalpin.fo

Sjálvhjálpin, Gongin 20, 100 Tórshavn, Tel 280005 (gerandisdagar frá 12 til 16) www.sjalvhjalpin.fo

TILBOÐ

Galdandi frá 26. november til 9. desember

Toms konfekteskja
225 gr.

59⁹⁵



Estrella Taffelchips
275 gr.

19⁹⁵



Marabou sjokoláta
ljós, myrk, mint, hazelnut
200 gr.

19⁹⁵



Haribo Matadormix,
Stjørnumix, Clickmix
2 fyri

29⁹⁵



Kit Kat, Kit Kat Chunky, Lion Bar, Drifter
3 fyri

14⁹⁵



First Class hálvmánar
350 gr.

14⁹⁵



Shell við Ringvegin, á Frælsinum, í Gøtudali og í Klaksvík

