Sosialurin FØROYABANKI

FiSH! fyrilestur í Miðlahúsinum

Fyrilesturin verður í Miðlahúsinum hóskvøldið 5. februar 2009 kl. 19:30 og varðar ein góðan tíma.

Fish er farin sigursgongd um allan heim sum eitt amboð at viðgerða hugburð í eini fyritøku.

Lyklaorð sum arbeiðsgleði, nærvera og ger onnur glað, eru við til at gera okkara gerandisdag lættari og stuttligari at koma ígjøgnum.

FISH verður brúkt í fleiri størri og smærri fyritøkum úti í heimi og einstøkum í Føroyum til at skapa ein positivan og konstruktivan máta at verða saman til arbeiðis

Elektron hevur bjóða kenda virkisráðgevanum Michael Meinhardt at halda fyrilestur um, hvørja ávirkan tín atburður hevur á tínar starvsfelagar, títt virki og tíni kæru.

Fyrilesturin vendir sær leiðslur, millumleiðarar og fólk sum í gerandisdegnum hava nógva ávirkan á sítt umhvørvið.

Hvør ert tú, tá ið tú gert tað, tú gert?

Vilt tú broyta umverðina, mást tú fyrst broyta teg sjálvan.

Tað var tað, sum starvsfólkið í fiskamarknaðinum í Pike Place Fish í Seattle, USA, gjørdu. Tá ið teir fokuseraðu á kropsligu amparnar av arbeiðinum, dámdi teimum ikki arbeiðið. Tá ið teir í staðin fyri settu fokus á ávirkanina, teirra egna arbeiðsatferð hevði á onnur, gjørdust arbeiðsumstøðurnar knappliga stuttligari, hjartaligari og livandi.

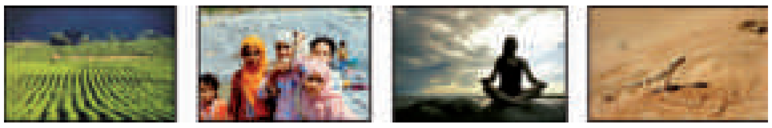
Arbeiðið sjálvt broyttist ikki. Tað var sjálvsáskoðanin, sum broyttist!

Leggur tú dent á, hvussu onnur ørkymla teg, forða tær ella meta um teg, so illskast tú skjótt, fert í sjálvsverjustøðu ella gevur teg undan. Hugsar tú hinvegin um, hvussu ið TÚ ørkymlar, forðar ella dømir onnur, fært tú heilt aðra fatan av TEIMUM.

Tórsgøta 1 · Tel 34 18 00 · Fax 34 18 01
post@sosialurin.fo · www.sosialurin.fo

miðlahúsið í Vágsbotni

Sosialurin FØROYABANKI



Inspiratiónskvøld í Miðlahúsinum

Mikudagin 4. februar kl. 19.30 skipar Greengate fyri inspiratiónskvøldið í Miðlahúsinum, um teirra ørðvísi ferðamál uttanlands. Á skránni verða kveikjandi framløgur, ið bera brá av suðurlendskum olivenlundum og vínmarknaðum, og eysturlendskum basarum.

Samstarvsfelagin hjá Greengate, danska Marianne Rasmussen, fer at greiða frá sansi- og vælveruferð fyri kropp og sál í samband við skeiði í Provence. Á sansiskeiðnum fáa skeiðslutttakararnir innlit í, hvussu ein lærir seg sjálvan betur at kenna, og hvussu ein kann finna samljóð, standa ímóti trýsti og ávirka orsøkir til strongd í rokaliga gerandisdegnum. Vælveruferðin verður í apríl og oktobur í ár. Marianne fer mikukvøldið at geva okkum smakkroynd á eina dreymaferð gjøgnum eina meditatiónsvenjing. Yogalærarin á skeiðinum í Provence, vitjar eisini Miðlahúsið og fer hon at gerða eitt lítla yoga venjing, sum øll kunnu luttaka í.

Harafturat kemur William Smith, at greiða okkum frá sínum upplivingum av at ferðast í golfstatunum í miðeystri. William, ið hevur búð og arbeitt í sultanstatinum Oman í nærum fimm ár hevur ferðaist nógv í Emiratunum og í Oman. Oman er oljustatur, randaður av Indiska flógvanum, Saudi Arabia, Emiratunum og Yemen. Í søguligum høpi er Oman kanska mest kent sum landið, Silkirutan gekk ígjøgnum, og í Salala, har suðuri í Oman, hevði drotningin av Saba summarfúrstasetur sítt. Landið er sum eitt 1001-náttar ævintýr, við ríkari nátturu og spennandi ferðamøguleikum í oyðumørk og í Muscatøkinum, við góðum hotellum og friðaligum baðistrondum út til Indiska flógvan.

Síðani ferðaskrivstovan GreenGate Incoming varð sett á stovn í 2001 hevur høvuðsfokus hjá fyritøkuni ligið í at marknaðarføra og selja Føroyar sum ferðamál uttanlands. Eftir eina væleydnaða tíð við nógvum virksemi, hevur GreenGate nú avgjørt at víðka um síni tilboð og byrja var í fjørð heyst at selja ferðir til føroyingin, ið ynskir annarleiðis ferðaupplivingar. Talan er ikki um vanligar charter-ferðir, men GreenGate bjóðar føroyinginum at fara longri út í heim á autentiskar og eksklusivar ferðir til óvæntað støð.

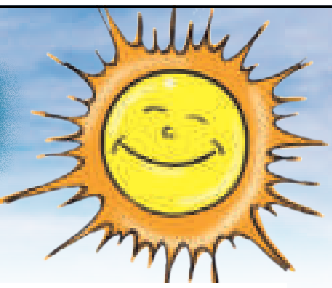
Green Gate Incoming

miðlahúsið í Vágsbotni

Sosialurin

SUDOKU

Fleiri góðar løtur uttandura – alt árið



Hvønn dag í november mánaða verða Sudoku uppgávur at finna í Sosialinum.

Jú fleiri uppgávur, ið tú hevur loyst, tess størri møguleika hevur tú at vinna.

Sendið okkum loysnina innan mánadagin 9. mars 2009 kl. 10.00 og merkið brævbjálvan »Sudoku«.

Drigið verður aðru vikuna í mars.

Fyri at vera við í kappingini, skal øll uppgávan verða loyst.

Vinningurin í februar

ADELAIDE 4 Classic De Luxe v/ síðubrennara frá FOREKS.

4 kraftigar stoypijarnsbrennarar við eini samlaðari orku á 21kW.

Emaljerað grillrist og hitapláta á 3.540 fersentimetrar.

Koyrivognur í metal/træ við síðuborði.

Mál/sm: B=144 H=108 D=59.

Grillhædd: 84 cm.

Virði v/leðurhylki: kr. 4.300,-

Februar-kappingin

		7						
	2		3					1
	4	1		5				
	6	3			5			8
	7		6		1		2	
9			4			3	6	
				4		8	5	
3					8		7	
						4		

Navn:

Bústaður:

Telefon:

Sendið til: Sosialin · Boks 76 · 110 Tórshavn
Merkið brævbjálvan »Sudoku«

Forexs

REX markisur
Vakrar, hentar og álitandi
Skjót og trygg uppseting
Dygd, fyri rættan prís

www.markisur.fo

Markisur Terassuhitarar El-peisir Klimaanlegg Nýtt Grillur Nýtt Kampingútgerð