

FOBISKEIÐ

Tankafeltterapi

Hevur tú onkra fobi – er bangin fyri onkrum ávísu – kann tú fáa góða viðgerð og samstundis læra teg at viðgerða teg sjálva/sjálvan.
Skeið verður 6. og 7. nov. – 20. og 21. nov. – 4. og 5. des. Kl. 10-16.
Adr: Sálfrøðistovan,
Tórsgøta 17. Tórshavn

Tilmelding á tlf. 218286

Jegvan Bæk
Aut. sálfrøðingur



SJÓNDEPILIN

Avvarðandi hjá sjónveikum og blindum

Leygardagin 30. oktober verður skeið á Sjóndeplinum fyri sjónveik og blind og teirra avvarðandi.

Endamálið við skeiðnum er at avvarðandi:

- Fáa møguleika at hitta onnur, sum eru í slíkari støðu sum ein sjálvur.
- Fáa góð ráð um samskipti við tann sjónveika og blinda.
- Fáa hjálp til at fata støðuna hjá tí sjónveika og blinda betur.

Avvarðandi eru t.d. maki, foreldur, børn, systkin, vinir ella grannar. Skeiðsfólkini skulu vera vaksin.

Tíð: Leygardagin kl. 9.00-14.00
Stað: Sjóndepilin, Íslandsvegi 10A, Tórshavn

Skeiðið kostar 200,00 kr. fyri hvønn.

Tilmelding á tlf. 318222 innan 25. oktober.



Vit átaka okkum alt fyrifallandi arbeiði so sum...

- » Skiftan av rottangum
- » Skiftan av oljutangum
- » Kloakkarbeiði
- » Graving og planering av túni o.m.a.
- » Flísaarbeiði so sum harragarðsteinar

SP/F
KNEVIL
23 95 10 - 23 95 15
ENTREPRENØR ARBEIÐI & UMVÆLINGAR



Matseðilin

Hósdagin 21. oktober

Kálvafríkkassé - Svínakambur

Fríggjadagin 22. oktober

Royktur medistari - Chilly con carne
Rivjasteik

Leygardagin 23. oktober

Coulottesteik

Mánadagin 25. oktober

Stoktur medistari - Fiskafríkadellur

Týsdagin 26. oktober

Saltkjöt - Krebinettir

Mikudagin 27. oktober

Kjøtfrikadellur - Stoktur fiskur

Til ber at keypa døgurða við heim

Matstovan í Hoyvík

Fjeppari?

Les um ítrótt í Sosialinum



EFTIRLÝSING

Góður brúktur vørubíllur ynskist, ikki eldri enn 5 ár.
Skal hava høgt tak og motor min. 120 HK

Hevur tú tann rætta bilin til rætta prísinn ??

KONTANT BETALING

Send prísuppskot og mynd til:
steinurfaroe@gmail.com

Sosialurin Sosialurin Sosialurin



Hús í Hvalvík til sølu
Hvalvíksvegur 70
sí www.sel.fo



Klaksvíkar Sjúkrahús

Tlf: 45 45 45 lokal 123
Fax: 45 73 63 · 700 Klaksvík

Ortopædkirurgiskur skómakari & bandagistur frá SAHVA

verða á **Klaksvíkar Sjúkrahúsi**
17. og 18. november 2010.

Tíð fæst við at ringja á Klaksvíkar Sjúkrahús,
tlf. 45 45 45, **mánadag og týsdag**
kl. 10-12,

Seinasta freist at biðja um tíð er týsdagin 9. november

Gongutúrur

Sunnudagin 24. oktober
verður gongutúrur:
Konufelli, Syðradalur S.

Farið verður frá Kunningarstovuni kl. 10.00

Túrurin er hampiliga lættur.
Havið heit og góð gonguklæði,
ein heitan munn og matpakka við.

Tilmelding á Kunningarstovuni,
á tlf. 302425 ella á torsinfo@torshavn.fo



Kunningarstovan í Tórshavn

Vaglið 4, Tel. 302425, www.kunning.fo