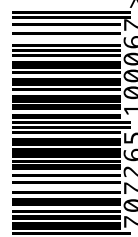


Sosialurin

Fríggjadagur 7. januar 2011 Nr. 3 85. árg. kr. 25,00



5 707265 100067

24
síður

SOLEIÐIS FÆRT TÚ EITT SUNNARI 2011

At eta sunt snýr seg ikki bert um strangar føðslureglar, at vera órealistiska klænur, ella at nokta tær mat, ið tú elskar. Jórun Klein, dietistur, gevur góð ráð um sunnar matvanar **VS s10**



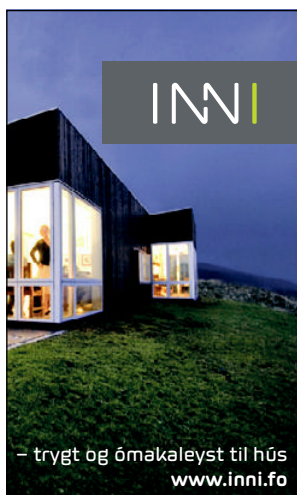
**Løkke trýstir
andstöðuna**
VS s16-17



**Evstamark
og misnøgd
fólk tað ring-
asta** **VS s11**



**Útstykkja
nú í Kollafirði**
s12



- trygt og ómakaleyst til hús
www.inni.fo



Elektromekaniskur verkstaður
El motorar
Kaeser kompressarar
Flygt pumpur
Iltgerar
Øll køli og frystiúngerð

Døgntænasta - tel. 314547 - www.vika.fo

www.krosstein.fo

Orkusparandi
KETIL
■ **Arimax 17**



SVENDKROSSTEIN



Falkavegur 6 • 100 Tórshavn • Tel. 34 46 00 • Fax 34 46 01

**Telefonbókin
2011**

Seinasta freist at lata
inn broytingar til Telefon-
bókina 2011 er týsdagin
1. februar 2011.



FØROYATELE