Mai 2026

TÓRSHAVNAR KOMMUNA

UMSORGAN OG RØKT

Fyribyrgjandi heimavitjan

TÓRSHAVNAR KOMMUNA

Postsmoga 32
FO-110 Tórshavn
+298 302010
torshavn@torshavn.fo

UPPLATINGARTÍÐIR

Mánadag-hósdag 9.00-16.00
Fríggjadag 9.00-15.00

Leygardag og sunnudag stongt

UMSORGAN OG RØKT

Fyribyrgandi heimavitjan

Endamálið við fyribyrgjandi heimavitjan er at stuðla upp undir at tú kanst varðveita eitt gott og virkið lív so leingi sum gjørligt, at styrkja tað, sum longu riggar væl, og at taka hond um smærri viðurskifti, áðrenn tey gerast størri.

Tú fært høvi at tosa um tað, sum hevur týdning fyri teg og tú velur sjálv/-ur, hvat tú hevur hug at tosa um. Bæði tað sum gongur væl, og tað, sum kann kennast torført.

Á vitjanini kunnu vit tosa um:

- heilsu, trivnað og tankar um framtíðina
- likamligu og sálarligu støðu
- kost, rørslu og svøvn
- gerandisdag, áhugamál og ítriv
- møguleikar fyri virksemi og felagsskapi
- stuðul og tilboð, sum kunnu vera viðkomandi fyri teg

Hvør kemur at vitja?

Tú fært vitjan av einum starvsfólki við heilsufakligari útbúgving og samrøðan fer fram í trúnaði í tínum egna heimi.

Miðað verður eftir, at tað er sama starvsfólk, sum vitjar hvørja ferð.

Hvør kann fáa fyribyrgjandi heimavitjan?

Allir heimabúgvandi borgarar í Tórshavnar kommunu eldri enn 75 ár kunnu fáa eina fyribyrgjandi heimavitjan. Vit bjóða eina árliga vitjan, og varir hon í umleið ein tíma. Vit senda bræv ella ringja í góðari tíð frammanundan fyri at avtala eina tíð.

Tær nýtist ikki at hava nakran ávísan tørv – vitjanin er eitt tilboð til øll og avgerð tú sjálv/ur, um tú vilt taka ímóti vitjanini. Heimavitjan verður ikki veitt, um tú fært aðra tænastu frá kommununi so sum heimatænastuni ella visiterað dagtilboð.

Starvsfólkið hevur tagnarskyldu, og ein stutt frágreiðing verður skrivað eftir vitjanina.

Starvsfólk hjá Fyribyrgjandi heimavitjan eru:

- Marta Wang Jøkladal
- Kristleyg Hansen
- Halla Gullfoss

Hvussu fært tú samband við okkum?

Tú ert vælkomin at seta teg í samband við okkum við at ringja til Snarskivuna á telefon 302010 ella senda teldupost á heilradi@torshavn.fo

Telefonin er opin:

- mánadag til hósdag kl. 9.00-16.00
- fríggjadag kl. 9.00-15.00

Um tú ikki ynskir vitjan, ert tú vælkomin at boða frá.

Tú kanst sjálv/-ur gera nógv fyri at varðveita eina góða heilsu:

- eta heilsugóðan kost
- hava okkurt at takast við í gerandisdegnum
- røra teg, til dømis ganga túrar

Smáar broytingar í gerandisdegnum kunnu gera stóran mun.