August 2025

TÓRSHAVNAR KOMMUNA

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

HEILSA

Samvera og rørslugleði – eitt heilsufremjandi tilboð

HEILSA

Samvera og rørslugleði – eitt heilsufremjandi tilboð

Ert tú fólkapensjónistur ella eldri og borgari í Tórshavnar Kommunu, hevur tú møguleika at luttaka í venjingum saman við øðrum í FIMI.

Tilboðið miðar ímóti at stimbra kropsligar, sálarligar, sosialar og fatanarligar førleikar.

Vant verður týsdag og hósdag fyrrapart í 10 vikur í FIMI í Gundadali, og kostnaðurin sambært brúkaragjøldini í Tórshavnar kommunu:

Brúkaragjøld (Heilsu- og umsorganartænastan)

Aðruhvørja ferð er ein drekkamunnur eftir venjingina, har luttakararnir skiftast um at hava okkurt afturvið til drekkamunnin.

Endamálið er:

- At stuðla undir og fremja góða heilsu
- At økja kropskensluna
- At økja lívsgóðskuna
- At lætta um gerandisdagin
- At viðlíkahalda sosialu førleikarnar

Fyri at luttaka er neyðugt:

- At koma til og frá FIMI sjálv/sjálvur
- At megna at røra seg uttan ov nógvir steðgir. Tað er ílagi at nýta høkju, stav ella rollator, tó ikki undir sjálva venjingina
- At hava hug til sosiala samveru saman við hinum luttakarunum

Samband

Heilsu- og umsorganartænastan
Terapideildin
Telefon 30 20 00
Teldupostur heilsuhusid@torshavn.fo