

Jóakim bakari og bíladellan

Jóakim Árnason, bakari á Ísafirði segir frá starfinu í Gamla bakaríinu, bíladellunni og vaxtaræktinni en hann æfir nú á fullu fyrir mót í haust.

— sjá bls. 14.



Besta rekstrarár í sögu Ísafjarðarbæjar

„Umræðan er búin að vera frekar neikvæð frá því ég byrjaði í starfi mínu sem bæjarstjóri. Þegar ég kom til starfa hafði verið kreppa og við fórum í fullt af erfiðum aðgerðum,“ segir Daníel Jakobsson, bæjarstjóri Ísafjarðarbæjar. Nú er dágóður tími liðinn síðan hann hóf störf og við hæfi að staldra við og líta yfir farinn veg.



— sjá bls. 12.



Óháð fréttablað á Vestfjörðum BÆJARINS BESTA

Stofnað 14. nóvember 1984 · Fimmtudagur 18. apríl 2013 · 15. tbl. · 30. árg. · Ókeypis eintak

Gert klárt!



Skipverjar á rækjutogaranum Gunnbirni ÍS dyttuðu að trollinu í innuverunni um helgina.



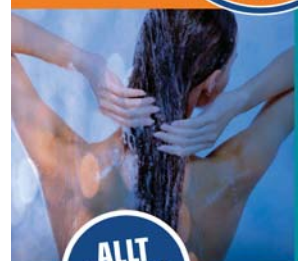
Vantar þig íbúð til leigu?

Hafðu samband
sími: 456 6600



• HAMRAB GLER
• SPEGLAR
• SANDBLÁSÍÐ
• OG MARGT FLEIRA

STURTU
DAGAR
GEYTTUÐ FRAMLEIÐSLA



ALLT
Í GLERI
SÍÐAN 1968

Span
GLER OG SPEGLAR

SMÍÐJUGÍ 7 • KÓPAUGI • 54 54 300 • SENDUM UM ALLT LAND

EINFÖLD REIKNIVÉL
Á EBOX.IS

eBOX
auðveldar smásendingar



Í STÓRUM SKIPUM RÚMAST LÍKA
SMÆRRI SENDINGAR



eBOX er ný, þægileg og einföld lausn til að flytja minni sendingar frá Evrópu til Íslands. Á ebox.is er reiknivél sem segir þér á augabragði hver flutningskostnaðurinn er. Traust og áreiðanlegt leiðakerfi Eimskips á Norður-Atlantshafi tryggir að sendingin þín kemur heim með fyrstu ferð. Auðvelt og fljótlegt.

EIMSKIP
eBOX

Eimskip | Kornigörðum 2 | 104 Reykjavík | Sími 525 7000 | www.ebox.is

Enn flykkjast ofurhugar til Ísafjarðar

Vinsældir ferða útivistarfyrirtækisins Borea Adventures á Ísafirði aukast með degi hverjum en mikið af erlendum skíðahetjum hafa heimsótt Ísafjörð og nágrenni að undanförmu á vegum fyrirtækisins enda þykir svæðið tilkomumikið til myndatöku í íslenskri náttúru. Fyrir stuttu var á ferðinni bandarískur hópur til að mynda fatamerkið Descrета Headwater og fleiri útivistarmerki. Meðal þeirra sem renndu sér ofan af fjallatoppunum í kringum Ísafjörð voru ofurhugararnir Sierra Quitiquit fyrirsæta og Julian Carr, heimsmethafi í skíðastökki framan af klettum. Auk þeirra voru í þessum hópi ofurhuga sem hélt í Jökulfirðinga, Camilla Edwards og Brody Leven.

„Sierra er að verða mjög stórt nafn í þessum skíðaheimi en hún starfar líka sem fyrirsæta fyrir íþróttavörur,“ segir Rúnar Óli Karlsson hjá Borea Adventures, en hann fylgdi hópnun þá daga sem hann dvaldi á svæðinu.

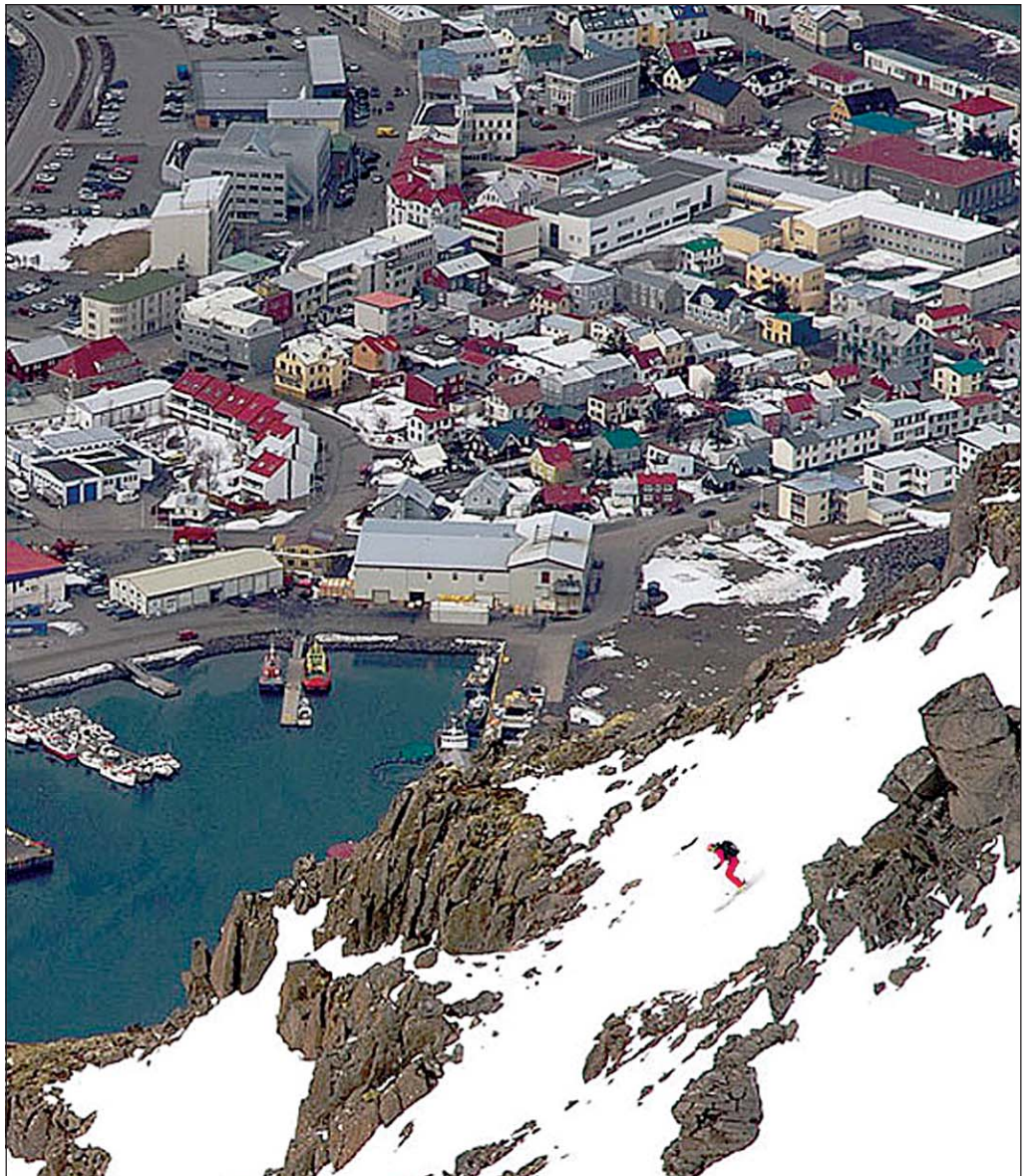


Brody Leven skíðar niður Hrófarsteinsgil. Mynd: Rúnar Óli Karlsson.

„Julian Carr hefur aftur á móti getið sér frægðar fyrir ansi mögnuð skíðastökk fram af klettum og á heimsmetið í því sporti, ef svo má kalla. Það eru einhverjir 70 metrar,“ bætir Rúnar við.

Julian mun þó ekki hafa fundið heppilega staði til að stökkva á Skutulsfjarðarsvæðinu en að auki þarf færið og snjórinn að vera mjög léttur. „Það þarf mikið magn af þúðursnjó í landinguna enda lætur gaurinn sig bara flakka og lendir á bakinu.“

Hópurinn hóf ferð sína um Vestfirði á tveggja daga ferð í Jökulfirði og skíðaði þar í tvo daga. „Síðan vorum við tvo daga hér í nágrenninu og nutum fjallana í kringum Ísafjörð. Færið var svolítið hart en veðrið gott. Hópurinn var mjög ánægður með ferðina,“ segir Rúnar. Myndir frá hópnun hafa verið að birtast á ýmsum samfélagsmiðlum en þar eiga ofurhugarir sér ansi marga fylgjendur og því um viðamikla óbeina kynningarstarfsemi á náttúrufegurð Vestfjarða.



Sierra Quitiquit á leið niður af Erninum. Ljós: Haukur Sigurðsson.

Frægðarför ísfirskrar æsku í Hörpu

„Krakkarnir komu, spiluðu, sungu og sigruðu. Þetta voru mjög vel undirbúin atriði en það má segja að það besta í íslenskum tónlistarskólum komi fram á þessari hátíð. Við vorum ekki sigurwiss en vonuðum að okkur gengi vel,“ segir Sigríður Ragnarsdóttir, skólastóri Tónlistarskóla Ísafjarðar sem sópaði að sér verðlaunum á Nótunni, uppskeruhátíð íslenskra tónlistarskóla um helgina. Um 160 þátttakendur voru á tónleikunum, frá 20 tónlistarskólum, en 24 tónlistaratriði voru flutt á lokatónleikum Nótunnar sem fram fór í Hörpu á sunnudag.

„Kórinn vakti athygli fyrir tæran söng og píanóhljómsveitin vakti athygli fyrir frumlegan flutning og fékk þessi sérstöku verðlaun, ÍSMÚS verðlaunin. Ísmus er íslenskur vefur á vegum Tónlistarsafns Íslands þar sem hægt er að finna alls konar íslenska tónlist, sérstaklega þjóðlega, upptökur og nótur. Þjóðlegt

pema var á hátíðinni í ár og keppt var í tónlist sem byggðist á íslenskum tónlistararfi. Hljómsveit píanónemenda fékk þessi sérstöku verðlaun fyrir frumlegasta atriðið tengt íslenskum tónlistararfi þar sem þau notuðu þjóðlagið *Krummi svaf í klettagjá* og öfu það saman við ýmis fræg píanóverk,“ segir Sigríður.

Skólakór Tónlistarskóla Ísafjarðar vakti athygli á hátíðinni fyrir afburða hreinan og fagan söng. Kórinn keppti í samleik/samsöng á miðstigi og hlaut ein af níu viðurkenningum Nótunnar. Kórinn er skipaður fjórtán ungmennum á aldrinum 13-20 ára. „Það var gríðarleg stemmning á tónleikunum, þetta var svo vel sótt og margir foreldrar sem komu með nemendum. Þarna voru gamlir kennarar, og nýir, og margir af okkar gömlu kennurum sem búa fyrir sunnan. Ýmsir brottfluttir Ísfirðingar og gamlir nemendur sóttu tónleikana. Krökkunum var svo vel fangað að það



Píanóhljómsveit Tónlistarskóla Ísafjarðar.

var alveg sérstakt, það var ísfirsk stemmning í Hörpu, en fullt af mjög glæsilegum og flottum tónlistaratriðum voru flutt,“ segir

Sigríður.

Ferð nemendanna var vel studd af fyrirtækjum og velunnurum af svæðinu en 25 nemendur fóru á

vegum Tónlistarskólans og hefðu ekki komist án stuðningsins, að sögn Sigríðar.

– hordur@bb.is

Kosningaskrifstofa Sjálfstæðisflokksins

Ísafirði, Aðalstræti 27 (við hliðina á Hótel Ísafirði)



Einar Kristinn Guðfinnsson



Haraldur Benediktsson



Eyrún Ingibjörg Sigþórsdóttir



Sigurður Örn Ágústsson



Sara Katrín Stefánsdóttir



Þórdís Kolbrún Reykfjörð
Gylfadóttir



Rósa Guðmundsdóttir



Heiða Dís Fjeldsted

Tökum á skuldavanda heimilanna - eflum atvinnulífið - lækkum skatta

Kynntu þér þetta enn frekar með heimsókn á kosningaskrifstofuna, eða á þessari slóð <http://2013.xd.is/>

Frambjóðendur flokksins verða með súpufundi
á kosningaskrifstofunni í hádeginu sem hér segir:

1. Einar Kristinn Guðfinnsson, miðvikudaginn 17. apríl.
2. Haraldur Benediktsson, mánudaginn 22. apríl.
3. Eyrún Ingibjörg Sigþórsdóttir föstudaginn 19. apríl.
4. Sigurður Ágústsson - tímasetning ákveðin síðar.
5. Einar Kristinn Guðfinnsson föstudaginn 26. apríl.

Sjálfstæðiskonur efna til kvöldfagnaðar á Hótel Ísafirði
föstudagskvöldið 19. apríl, þar sem boðið verður uppá
næringu, glens og gaman.





HG hefur fjárfest í tækjum til að vinna stóran þorsk.

Beina sjónum að Bandaríkjamarkaði

„Við höfum unnið að því undanfarið, sérstaklega síðastliðið ár, að koma vörum á Bandaríkjamarkað. Það hefur verið góð aukning í sölu þangað. Við höfum

verið að ná í nýja samninga fyrir frystar þorskafurðir. Um er að ræða sér vinnslu fyrir ákveðna viðskiptavinum þar sem mikið er um lausfryst flakastykki,“ segir

Kristján G. Jóakimsson, vinnslu- og markaðsstjóri Hraðfrystihússins Gunnvarar hf., í Hnífsdal.

„Þetta skilar betri verði en í Suður Evrópu sem hefur verið

okkar aðalmarkaður undanfarin ár. Staðan þar er erfið, mikið atvinnuleysi meðal ungs fólks og kaupgetan minni. Eftir sem áður er þetta mikilvægasti markaðurinn okkar en við náum að létta á honum með því að færa hluta af framleiðslunni til Bandaríkja-anna. Við þurfum samt að halda áfram að passa upp á góða viðskiptavinum í Suður Evrópu,“ segir Kristján.

HG hefur fjárfest í Baader flökunarvél, sem er sérstaklega hönnuð til flökunar á fiski allt að 13 kílóum að þyngd, og gefur því aukna möguleika á vinnslu verðmætari afurða í frystihúsi fyrirtækisins í Hnífsdal. „Vélin getur

flakað mun stærri fisk en við höfum unnið undanfarið. Við höfum tök á að ná stóra fiskinum í vinnslu, m.a. fyrir Bandaríkjamarkað en hingað til höfum við þurft að selja stóra fiskinn óunninn á markað,“ segir Kristján.

Hlutfall stóra þorskins hefur verið að aukast undanfarin tvö ár og magnið er orðið það mikið að það réttlætir fjárfestingar í búnaði sem getur unnið svo stóran fisk, að sögn Kristjáns. Hann segir Hraðfrystihúsið Gunnvör hafi ekki fari út í að handflaka stóran þorsk, enda sé það annmörkum háð að flaka stóran fisk svo vel fari.

– hordur@bb.is

Skýr stefna í byggðamálum

Verndum barnafjölskyldur

Jöfnum búsetuskilyrði

Deilum byrðum jafnt





Jöfnuður er auðlind

Nánar á xs.is



Enn ekki staðið við stóru orðin

Valdimar J. Halldórsson staðarhaldari á Hrafnseyri við Arnarfjörð segir menn vera orðna langeygða eftir efndum sem varða fyrirhugað menningar- og fræðslusetur á Hrafnseyri sem rekið verður af hálfu ríkisvaldsins, en þingsályktunartillaga þess efnis var flutt árið 2011. Þar var gert ráð fyrir að frá og með 1. janúar á síðasta ári yrði menningarsetur til minningar um Jón Sigurðsson starfrækt á Hrafnseyri. Í ræðu sem Jóhanna Sigurðardóttir, flutti á Hrafnseyri á þjóðhátíðardaginn 2011, sagði forsætisráðherra.

„Setrið á að verða lifandi mennta- og menningarsetur er haldi minningu Jóns Sigurðssonar á lofti. Ríkisstjórnin mun undirbúa umgjörð um hið nýja setur með framlagningu þingsályktunar á Alþingi með það að markmiði að setrið taki formlega til starfa 1. janúar árið 2012. Gert er ráð fyrir því að, auk fulltrúa heima-manna, komi fulltrúar Alþingis, ráðuneyta, Háskóla Íslands og Þjóðminjasafns að starfsemi

setursins og að hún verði tengd þessum lykistofnunum.“

Ljóst er að verið er að tala um stofnun sem er sambærileg við Skríðuklaustur og Gljúfrastein, en samkvæmt heimildum blaðsins hefur þetta ekki verið útfært frekar. Ekki er hægt að benda á hina föstu sýningu sem einhvers konar efndir á þessari yfirlýsingu, enda sagði Jóhanna í sömu ræðu. „Auk þess reksturs sem hér verður í tengslum við þá glæsilegu föstu sýningu sem hér verður opnuð í dag er gert ráð fyrir því að til setursins renni jafnframt sjóðurinn,“ Gjörf Jóns Sigurðssonar.

Að sögn Valdimars er mikilvægt að halda þessu verkefni á lofti í aðdraganda kosninga enda sé það brýnt hagsmunamál svo starfsemin á Hrafnseyri dafni. „Það er mikilvægt að auglýsa eftir efndum í þessu en eftir kosningar tekur við að finna rekstrar- aðila fyrir veitingaþjónustuna hér í sumar.“

– arnaldur@bb.is

Samkaup

úrval

góðir grannar

Helgartilboð 18. - 21. apríl

samkaupurval.is

**30%
afsláttur**



verð áður 1.698 kr/pk

1.189 kr/pk

Kjúklingalundir 700g
frá Danpo

**Gott
meðlæti!**

...sjá uppskrift

„Epla- og
vínberjasalat“

BBO

kjúklingaleggir

frá Ísfugli

verð áður 1.098 kr/kg

659 kr/kg

**40%
afsláttur**

**Góð
kaup!**



verð áður 2.197 kr/kg

1.999 kr/kg

Lambalærissneiðar

úr kjötborði eða pakkaðar ferskar

**...sjá nýja
uppskrift**

„Lambahryggur
í sumarlegum
kryddhjúpi“

samkaupurval.is

**Úrvals
lamba-
hryggur**

klofinn m/mjöðm, frá Kjötvinnslu Skagafjarðar

verð áður 1.989 kr/kg

1.392 kr/kg

**30%
afsláttur**

Ódýrt



verð áður 789 kr/pk

710 kr/pk

Krebenettur með raspi 750g
frá Kjötseli

**50%
afsláttur**



verð áður 275 kr/stk

138 kr/stk

Nýbakað á staðnum!
Sérþökuð vínarbrauð Myllunni



verð áður 889 kr/kg

Vínber

445 kr/kg

**50%
afsláttur**

Skráðu þig á póstlistann á samkaupurval.is



Útgefandi: Gúttó ehf., kt. 680501-2620
Afgreiðsla og ritstjórn: Silfurgötu 1, Ísafirði, sími 456 4560
Ritstjóri BB og bb.is: Sigurjón J. Sigurðsson, 892 5362, bb@bb.is
Ábyrgðarmenn: Halldór Sveinbjörnsson, 894 6125, halldor@bb.is
Sigurjón J. Sigurðsson
Blaðamenn: Arnaldur Máni Finnsson, arnaldur@bb.is
Hörður Andri Steingrímsson, hordur@bb.is
Auglýsingar: Halldór Sveinbjörnsson, 894 6125, halldor@bb.is
Prentvinnsla: Litróf ehf.
Upplag: 2.200 eintök
Dreifing: Íslandspóstur. Dreift án endurgjalds inn á öll heimili á norðanverðum Vestfjörðum
Stafræn útgáfa: www.bb.is / facebook.com/pages/bb.is
Önnur útgáfa: Á ferð um Vestfirði
ISSN 1670-021X

Tekið er á móti auglýsingum á pósthöfn bb@bb.is.
Auglýsingar þurfa að berast fyrir kl. 17 á mánuðögum fyrir útgáfudag sem er almennt á fimmtudögum.

Ritstjórnargrein

Nú er Bleik brugðið

Ein helsta undirstaða samfélagsins er menntun þjóðarinnar, almenn og sértæk. Sífellt fleiri og flóknari töl og tæki leysa mannshöndina af hólmi og breyta umhverfi vinnu- og markaðarinnar. Fábreytni starfa verkamannsins eykst. Fátítt er að mannshöndin haldi lengur á flökunarhníf í frystihúsinu, hvað þá að verkamaðurinn standi á hafnarkantinum með skóflu um öxl, bíðandi eftir vinnu við losun saltskips eða kola-skips, svo gripið sé til fyrri tíma svipmynda; nokkurs sem enginn saknar.

Trúlega hafa fáar þjóðir farið jafn hratt í gegnum framþróun og Íslendingar; samandregið frá örbyrgð til allsnægta, moldarkofum til glerhalla, gildir einu hvar niður er drepíð. Eitt af augljósari dæmum í þessum efnum er hve almennt og fljótt þjóðin hefur tekið á móti og nýtt sér öll þau tækniundur sem seinni tíma framfarir hafa getið af sér. Vandfundnar eru tækja glaðari þjóðir en mörlandinn. Og hingð til hefur menntun þjóðarinnar ekki verið talið ábótavant, hvort heldur horft hefur verið til bókar eða handverks.

En nú er Bleik brugðið!

Þegar ætla mátti að þjóðin væri farin að ná áttum eftir hrúnið, sem margir draga reyndar í efa, virðist svo komið fyrir þessari að flestra mati vel menntuðu þjóð, að auglýsingum fyrirtækja um stöður, sem ætla mátti að væru eftirsóknarverðar, er ekki sinnt. Ástæðan er sögð vera skortur á tækni- og menntuðu fólki.

Á sama tíma og við blasir, annað tveggja/eða samhlíða, þverrandi áhugi ungs fólks á hvers kyns tækni- og menntun eða vanræksla af hálfu stjórnenda skólakerfisins, hafa fjórir háskólar í landinu, þar af tveir í stærstum mæli, skilað, mörg hundruð lögfræðingum, líkt og á færibandi, inn á vinnu- og markaðinn, með þeim afleiðingum, að fjöldi þeirra bíður ekkert annað en atvinnuleysi, bakki fólkið ekki frá því markmiði að nýta fimm ára erfitt nám sitt, sem að var stefnt. Sagt er að við blasi að lögmenn skili inn réttindum sínum!

Er ekki kominn tími til að stjórnvöld og leiðandi fólk í skólakerfinu staldri við. Með fullri virðingu: Er einhver þörf á því að fjórir háskólar, í liðlega þrjúhundruð þúsund manna samfélagi, séu í samkeppni um menntun lögmanna? Er ekki að verða hver síðastur með að snúa sér að verk- og tækni- og menntun þjóðarinnar, áður en í algert óefni er komið?

Störfum sem ekki krefjast einherrar sérmenntunar fækkar stöðugt. Er það ekkert áhyggjuefni ráðamanna, hvaða framtíð bíður þess fjölda fullgildra þegna samfélagsins, sem langskólanám hentar ekki?

Er furða að Bleik sé brugðið?

s.h.

Spurning vikunnar

Óttast þú kjarnorkustríð á Kóreuskaganum?

Alls svöruðu 477.

Já sögðu 202 eða 42%

Nei sögðu 275 eða 58%

Netspurningin er birt vikulega á bb.is og þar geta lesendur látið skoðun sína í ljós. Niðurstöðurnar eru síðan birtar hér.



Of fáir nemendur Menntaskólans á Ísafirði velja verknámsbrautir, að sögn skólameistara.

„Nú er lag að fara í verknám“

„Við höfum hér hálfa heima- vist sem við getum nýtt. Þótt hún sé samílega nýtt í dag, gætum við boðið tuttugu nemendum til viðbótar að dvelja á vistinni. Það er sá fjöldi sem eðlilegt væri að kæmi hingað af suðurkjörðunum og af Strandasvæðinu til að leggja stund á vélstjórn og málsmíði. Húsasmiðir verða einnig eftir- sóttir eftir nokkur ár og því er nú lag að fara í verknám,“ segir Jón Reynir Sigurvinsson, skólameistari Menntaskólans á Ísafirði, að- spurður um val nemenda á náms- leiðum en þessa dagana stendur yfir forskráning nemenda fyrir næsta skólaár.

„Ef menn vilja fá örugga at- vinnu og góð laun, eiga menn að

fara í verknám. Atvinnuleysið er fyrst og fremst í þeim greinum sem krefjast bóknáms. Nýlegar kannanir sýna að í Noregi og Svíþjóð leita nemendur í þær greinar þar sem mesta atvinnu- leysið er. Spurningin er því: Hvers vegna er framtíðarsýnin ekki meira en þetta eða halda menn að þetta reddist bara? Upp- eldi hefur áhrif. Grunnskólinn hefur áhrif. Áhersla Menntaskól- ans er að auka verknám og við kynnum það sérstaklega þegar við kynnum námsframboð skól- ans. Við teljum ekki ástæðu til að ræða sérstaklega um bóknám- ið þar sem nemendur eru vel upp- lýsir um það,“ segir Jón Reynir. Fjórðungur nemenda Mennta-

skólans á Ísafirði leggur stund á verknám en Jón Reynir telur eðlilegra að jafnt hlutfall væri á milli bók- og verknáms miðað við eftirspurn á atvinnu- og markaði. Hann bendir einnig á að listnámi, sem er blanda af bók- og verk- námi, er einnig gott nám fyrir framleiðslu og hægt er að flytja út listaafurðir. „Ef við skoðum samsetninguna í Þýskalandi og Sviss er verknámshlutinn hærri þar, en um 15% nemenda fer í langskólanám í bóknámsgrein- um. Þýskaland er einna best sett af Evrópulöndunum hvað varðar atvinnuleysi. Iðngreinarnar eru það öflugar að það útskýrir málið. Það er ekkert annað,“ segir Jón Reynir.

– hordur@bb.is

Viljayfirlýsing um rekstur hjúkrunarheimilis á Ísafirði

Pröstur Óskarsson, forstjóri Heilbrigðisstofnunar Vestfjarða og Daníel Jakobsson bæjarstjóri Ísafjarðarbæjar skrifuðu á föstu- dag undir viljayfirlýsingu þess efnis að Heilbrigðisstofnun Vest- fjarða (HsVest) taki að sér rekstur á Hjúkrunarheimilinu Eyri fyrir Ísafjarðarbæ. Sem kunnugt er byggir Ísafjarðarbær nú 30 rýma hjúkrunarheimili sem verður tengt við Heilbrigðisstofnun Vestfjarða. Með viljayfirlýsing- unni eru forsendur samnings þess efnis að HsVest muni taka að sér rekstur heimilisins útlistaðar. Aðilar eru ásáttir um að greiðslur fyrir reksturinn miðist við gild- andi daggjöld eða nánara sam- komulag við velferðarráðuneyt- ið. Jafnframt er gert ráð fyrir að í þessu felst að starfsmenn Eyrar verða starfsmenn HsVest.

„Með því að fela HsVest rekst- urinn minnkar áhætta bæjarins af rekstrinum verulega. Stjórn- endur HsVest eru vön því að reka

heilbrigðisstofnanir og halda áfram að gera það sem að þau gera best. Á sama tíma tryggjum við að umrætt heimili uppfylli nýjustu og ströngustu kröfur á

sama tíma og að reksturinn verður okkur hagkvæmur“ segir Daníel Jakobsson, bæjarstjóri. Stefnt er að því að ljúka samn- ingum eins fljótt og mögulegt er.



Starfsfólk óskast!

Hraðfrystihúsið Gunnvör hf., í Hnífsdal óskar eftir starfsfólki. Um er að ræða almenn fiskvinnslu- störf, snyrting, pökkun og önnur störf sem fylgja. Vinnutími frá kl. 8-16. Æskilegt er að við- komandi hafi reynslu í fiskvinnslu, ekki skilyrði.

Frekari upplýsingar gefur Sveinn Guðjóns- son í síma 863 3871, skg@frosti.is. Einnig er hægt að skoða vefsíðuna www.frosti.is.



GUNNAR BRAGI 1. SÆTI NV



ÁSMUNDUR EINAR 2. SÆTI NV



ELSA LÁRA 3. SÆTI NV



JÓHANNA M. 4. SÆTI NV

OPNIR FUNDIR

MEÐ SIGMUNDI DAVÍÐ GUNNLAUGSSYNI,
FORMANNI FRAMSÓKNAR.

Einnig mæta:

Gunnar Bragi Sveinsson, 1. sæti í Norðvesturkjördæmi

Ásmundur Einar Daðason, 2. sæti í Norðvesturkjördæmi

Elsa Lára Arnardóttir, 3. sæti í Norðvesturkjördæmi

Jóhanna M. Sigmundsdóttir, 4. sæti í Norðvesturkjördæmi

Föstudaginn 19. apríl, Café Riis, Hólmavík kl. 12:00

Föstudaginn 19. apríl, Edinborgarhúsinu, Ísafirði kl. 20:00

Hvetjum alla til að koma
ALLIR VELKOMNIR!

Frambjóðendur Framsóknar
í Norðvesturkjördæmi



Framsókn
fyrir **HEIMILIN**





Súdavíkurkirkja.

Hátíðlegt afmæli Súdavíkurkirkju

„Það var ævintýraleg vígsla fyrir fimmtíu árum, á páskaðag árið 1963. Vígslan er mörgum í minni því um hana spunnust ýmsar sögur enda umdeilt hvernig þetta þróaðist allt saman,“ segir Barði Ingibjartsson, formaður sóknarnefndar Súdavíkurkirkju, en um þar síðustu helgi var þess minnst með hátíðarguðsþjónustu í Súdavíkurkirkju að fimmtíu ár eru liðin síðan endurbyggð Hesteyrarkirkja var vígð til þjónustu fyrir söfnuðinn í Súdavík. Hest-

eyrarkirkja var byggð og vígð sumarið 1899 og var gjöf norskra kaupmanna til kaupsins í Jökulfjörðum.

Kirkjan, sem nú hefur staðið í Súdavík í hálfa öld, var áður sóknarkirkja á Hesteyri en þegar byggð lagðist þar af og Hesteyrar-söfnuður var úr sögunni tók kirkjustjórnin þá ákvörðun að hún skyldi tekin niður spýtu fyrir spýtu og gefin söfnuðinum í Súdavík. Kirkjan var þá flutt þangað og endurbyggð en þegar

til kom að ætti vígja hana gerði mikið aftakaveður um nokkurra daga skeið og komst því kirkjustjórnin ekki á staðinn. Á páskaðag fór vígslan svo fram en flytja þurfti biskup Íslands, herra Sigurbjörn Einarsson, með varðskipi á staðinn til að framkvæma vígsluna. Auk hans prédikaði síðasti sóknarprestur staðarins, séra Bernharður Guðmundsson og prófasturinn í Norður-Ísafjarðar-prófastdæmi, séra Sigurður Kristjánsson, faðir núverandi biskups

Agnesar Margrétar Sigurðardóttur, þjónaði fyrir altari.

Fjöldi fólks var viðstatt athöfnina, sem fór bæði virðulega og hátíðlega fram. Hefur kirkjan síðan verið söfnuði og sóknarfólki til heilla, að sögn Barða. Kirkjan hefur á síðustu árum verið endurnýjuð og í kringum 100 ára afmæli upphaflegu kirkjunnar frá Hesteyri var byggð kórbygging með kjallarárými þar sem komið var fyrir snyrtingu og öðrum nútímapægindum.

Söfnuðinum hefur um árabil, eða allt frá árinu 1965, verið þjónað af prestum sem ekki hafa setið staðinn en í dag þjónar Ásta Ingibjörg Pétursdóttir prestur í Bolungarvík í Súdavíkurhreppi. „Önnur kirkjuklukkan sem var í kirkjunni á Hesteyri kom með og er hér í kirkjunni, en hún er frá vígsluárinu 1899. Þá eru kirkjubekkirnir þeir sömu og voru á Hesteyri,“ segir Barði. Súdavíkurhreppur gaf í tilefni afmælisins stand undir Guðbrandsbíblíu.

STÓR SKAMMTUR AF FRÖNSKUM FYLGIR MED ÖLLUM SÓTTUM PIZZUM VERÐ 14" OG FRANSKAR FRÁ KR. 1.850 PANTANA SÍMI 456 8335



MINNUM ÁPIZZAHLAÐBORDIÐ

Rizzo - ALL YOU CAN EAT -

ALLA FÖSTUDAGA FRÁ KL 18-21 KR. 1.750

Erum líka með pool og dart

BJÓRBINGÓ á föstudagskvöld kl. 23

ATH einungis 4 skipti eftir fyrir sumarfrí



HVÍTLAUKSBRAUÐ



PEPPERONI PIZZA



SKINKU PIZZA



MARGARITA
ostur, sósa



ISLAND

skinka, sveppir, ananas, rjómaostur, hvítlaukur



TOSCANA

pepperoni, jalapeno, svartar ólífur, sveppir, ananas, hvítlaukur, origano, rjómaostur



PRIMA DONNA

beikon, pepperoni, skinka, rjómaostur, origano

DJ Kittó
heldur uppi stuði
laugardagskveldið
20. apríl
Krúttbomburnar
og **Kittó LIVE**
laugardagskveldið
27. apríl

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



Nr. 3 fyrir 4-9 kg. 60

Nr. 4 fyrir 7-14 kg. 52 stk.

Nr. 4+ fyrir 9-16 kg. 48 stk.

Nr. 5 fyrir 11-19 kg. 44 stk.



Blautklútar 64 stk.



KJÖRFUGLS FERSKIR KJÚKLINGAVÆNGIR



KJÖRFUGLS FERSKAR KJÚKLINGABRINGUR



KJÖRFUGL HEILL FERSKUR KJÚKLINGUR



KF FERSKT KRYDDAÐ HEIÐA-LAMBALÆRI



BONUS KORNBRAUÐ 1 KG. / 26 BRAUÐSNEIÐAR



BONUS GRILL GRÍSAKÓTILETTUR

BÓNUS ÍS 2 LTR.
SÚKKULADI-VANILLU-JARÐARBERJA



ALI FERSKUR GRÍSABÓGUR



BONUS GRILL ÚRB. GRÍSAHNAKKI

NÝTT KORTATÍMABIL NÝTT KORTATÍMABIL NÝTT KORTATÍMABIL

BONUS EKKERT BRUÐL

Hér færðu veltutengda
VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

Burt Reynolds að veiðum í Önundarfirði

Sjófarendur út af Vestfjörðum ráku upp stór augu á dögnum þegar óþekkt hraðfley var þar á ferð. Eins gátu áhangendur vefsíðunnar MarineTraffic.com, fylgst með þessu furðufleyi. Landhelgisgæslunni barst í kjölfarið fyrirspurn frá Tollgæslunni enda vaknaði forvitni starfsmanna stofnunarinnar þegar skipið Burt Reynolds, sást á ferð utan við Barðann í mynni Önundarfjarðar. Skipið virtist óskráð,

hafði torkennilegt alþjóðlegt siglinganúmer og fróðir menn hjá hafnaryfirvöldum í Ísafjarðarbæ könnuðust ekki við skipið.

Sturla Páll Sturluson aðstoðaryfirtollstjóri á Ísafirði hafði því samband við Landhelgisgæsluna sem hóf leit að Burt Reynolds. „Þetta vakti forvitni og enga sérstaka gremju þegar við komumst að því hvers eðlis málið var,“ segir Sturla. Þannig er mál með vexti að eiginkona ónefnds sjó-

manns á Flateyri var orðin leið á því hversu oft AS-merki báta á sjó detta út af MarineTraffic-síðunni þegar bátur manns hennar er að veiðum inni á firðinum. Brá sjómaðurinn þá á það ráð að setja upp forrit á símann sinn sem helst betur inni á kerfi síðunnar en AS-merki bátanna. Í gárungaskap merkti hann þó síma sinn öðru nafni, Burt Reynolds ÍS 425, í tilefni þess að hann var ekki búinn að raka af sér mottuna

sem hann safnaði til stuðnings krabbameinsátakinu sem kennt er við marsmánuð.

„Þetta er ekki neitt sérstaklega alvarlegt mál,“ segir Sturla en bendir á að fyrr í mánuðinum hafi „Chuck Norris“ verið að veiðum norður af Horni. Það sé greinilega grínarí hjá smábáta sjómönnum en mest um vert að menn misbrúki ekki kerfið. MarineTraffic-síðan er hluti af stóru og alþjóðlegu mjög sterku kerfi

og uppfærir sig með mun tíðari hætti en sum sjóferðaforrit. Margir bátanna sem eru með internetsamband nýta hana jafnvel frekar en GPS-staðsetningarforrit þar sem þeir sjá inni á henni alla aðra báta sem eru að veiðum. Hinn ónefndi sjómaður segir grínið í eiginkonunni nú ekki hafa átt að fara alla leið í Landhelgisgæsluna. „Þá kemur Chuck Norris aftur, eða bara Arnold Schwarzenegger,“ sagði sjómaðurinn.

Biskupinn í Bítlapeysu

Æskuvinkonur Agnesar Margrétar Sigurðardóttur, biskups Íslands, færðu henni í síðustu viku málverk sem lengi hefur verið í vinnslu en myndefnið er biskupinn á æskuárum sínum fyrir framan æskuheimilið að Pólgötu 10 á Ísafirði. Allt frá því að Agnes var kjörin biskup, hefur staðið til að æskuvinkonurnar færðu henni gjöf. Að sögn Elísabetar Þorgeirsdóttur, voru þær stöllum ekki lengi að finna úr að málverk væri við hæfi. Haft var samband við Söru Vilbergsdóttur, myndlistarkonu frá Ísafirði, en hún er einnig æskuvinkona Agnesar. Henni þótti aftur á móti ómögulegt að velja myndir úr safni og sá strax fyrir sér mynd af Agnesi fyrir framan æskuheimilið.

„Það stóð til að verkinu yrði lokið sem fyrst og ég víðaði að mér efni til að byrja skissa upp myndina, en svo kom þetta hjarta-



Biskup Íslands ásamt æskuvinkvennahópnum.

áfall upp síðasta sumar sem ég hef verið að vinna mig í gegnum,“ segir Sara. Heilsan er öll á uppleið og Sara orðin amma, en hún starfar jöfnum höndum að kennslu meðfram myndlistarstarfinu. „Sara vildi endilega mála mynd

og okkur fannst það auðvitað miklu betri hugmynd en að kaupa eitthvað sem væri þegar tilbúið,“ segir Elísabet Þorgeirsdóttir en þær vinkonur eru mjög ánægðar með myndina enda eiga þær margir góðar minningar frá árum

sr. Sigurðar Kristjánssonar prófasts, föður Agnesar, í hinu sögufræga húsi við Pólgötu 10. Pólgata 10 er líklega eina húsið þar sem þrír biskupar hafa lifað og starfað, en bæði Pétur Sigurgeirsson og Agnes ólust þar upp.

Myndin heitir Pólgata 10. Á myndinni er Agnes í Bítlapeysu sem var vinsæl á þeim tíma sem þær Sara léku sér saman. Sara bjó í næsta nágrenni og lék sér oft við Agnesi og Fríðu, Hólmfríði Sigurðardætur.

Pólitísk óvissa og kjarkleysi

Eftir rúma viku kjósa kosningabærir Íslendingar til Alþingis. Fróðlegt hefur verið að fylgjast með kosningabaráttunni. Mörgu er lofað líkt og næg séu efnin, sem þó er ekki raunin. Lengst gengur Framsóknarflokkurinn enda hefur hann verið lengst utan ríkisstjórnar af þeim fjórum flokkum sem fortíð hafa. Svo virðist sem sá góði flokkur ætli nú að mynda ríkisstjórn til vinstri ef marka má einn þingmanna hans. Verði sú raunin má búast við því að Samfylkingin verði áfram við völd eins og hún hefur verið sleitulaust frá árinu 2007. Hugsanlega verður manni sem sameinar bæði Framsókn og Samfylkingu bætt við. Formaður Bjartrar Framtíðar, Guðmundur Steingrímsson, hefur verið þingmaður beggja flokka og því góður samnefni nýs samstarfs. Þá skal ósagt hver ávinningur íslensku þjóðarinnar myndi verða af slíku samstarfi ríkisstjórnar.

Sjálfstæðisflokkurinn glímir við fallandi fylgi og gremja margra flokksmanna beinist að Bjarna Benediktssyni formanni hans. Um síðustu helgi virðast sjálfstæðismenn þó hafa áttað sig á einfaldri staðreynd. Kosningar til Alþingis snúast að miklu leyti um það að afla atkvæða, fá fylgi til þess að vinna að pólitískum markmiðum. Þeir þjöppuðu sér saman að baki hans og lýstu yfir stuðningi.

Hvort það breytir einhverju fram að kosningum er óvíst. Í stjórnmálum er vika langur tími og ýmislegt getur gerst. Kannski mun fundurinn í Garðabæ snúa gæfu Bjarna við, Sjálfstæðisflokknum í hag. En það breytir því ekki að útlitið er Vinstri grænum í óhag, jafnvel enn frekar en Sjálfstæðisflokknum. Það er slæmur dómur yfir ríkisstjórnarsetu þessa nýja flokks sem ætlaði sér stóra hluti, en lék þrisvar af sér í Icesave málinu, sem er enn óleyst þrátt fyrir kosningar. Skuldir þarf að greiða, bæði ríkis og einstaklinga. Allir flokkar, glænýir sem gamlir, lofa of miklu. Öllu á að bjarga eftir kosningar.

Kjarkinn skortir. Óvissutímar kalla á kjark og pólitíska festu. Hvorugt grillir í skömmu fyrir kosningar. Það eykur enn á óvissu um efndir að kosningum loknum. Venjulega fórn flokkar kosningalofordum í samstarfi við aðra um myndun ríkisstjórnar og svo virðist sem því sé bara bærilega tekið, svona yfirleitt. Hvar er stjórnmála-leiðtogi sem segir hreint út að okkur sé brýnt að ná vopnum okkar, en það verði fjarri því að þrautalaust reynist? Enginn segir það berum orðum. Frekar er treyst á að gylliboðin dugi. Þau munu duga skammt og því skiptir miklu að heyra hvað framboðin, sum stofnuð um lofordin ein, hafa að segja. Hlustum og kjósum svo.

Stakkur skrifar

Stakkur hefur ritað vikulega pistla í **Bæjarins besta** í mörg ár. Skoðanir hans á mönnum og málefnum hafa oft verið umdeildar og vakja umræður. Þær þurfa alls ekki að fara saman við skoðanir útgefenda blaðsins. Þrátt fyrir það bera ábyrgðarmenn blaðsins ábyrgð á skrifum **Stakks** á meðan hann notar dulnefni sitt.



Það er svalt að setja sér markmið

Við bjóðum þér að hlusta á Vilborgu pólfara í Ísafjarðarbíói

Vilborg pólfari átti sér þann stóra draum að ganga á suðurpólinn og hún gerði hann að veruleika með því að setja sér markmið.

Íslandsbanki býður viðskiptavinum upp á frábæran fyrirlestur með Vilborgu þar sem hún segir frá því hvernig lítil markmið geta á endanum orðið að stórum sigri.

Hér býðst unglungum og foreldrum kjörið tækifæri til að hlusta saman á uppbyggilegan fróðleik.

Skráðu þig á islandsbanki.is/fyrirlestur og þú mátt taka einn vin með.

Fyrirlestur með Vilborgu pólfara í Ísafjarðarbíói:

- Mánudaginn 29. apríl kl. 18.15

#svaltmarkmið

Besta rekstrarár í sögu Ísafjarðarbæjar

„Umræðan er búin að vera frekar neikvæð alveg frá því að ég byrjaði í starfi mínu sem bæjarstjóri. Þegar ég kom til starfa hafði verið kreppa og við fórum í fullt af erfiðum aðgerðum, lækkun launa og fleira,“ segir Daníel Jakobs-son, bæjarstjóri á Ísafirði, um stöðu mála þegar hann byrjaði að vinna fyrir Ísafjarðarbæ. Nú er dágóður tími liðinn síðan hann hóf störf og við hæfi að staldra við og líta yfir farinn veg.

Markmið

„Við höfum náð þeim markmiðum varðandi skuldastöðu bæjarins sem við ætluðum að ná árið 2016 samkvæmt þriggja ára áætlun. Samkvæmt nýsettum sveitarfélög-arlögum mega sveitarfélög ekki skulda meira en eina og hálfa ársveltu, eða 150% af tekjum. Í lok ársins 2012 er skuldaviðmið bæjarins rétt yfir því marki og um mitt þetta ár verðum við vonandi komin undir markið. Til viðbótar höfum við heimild til að draga fjárfestingu okkar í hjúkrunarheimilinu, sem við erum að byggja, frá í umræddum út- reikningum og ef það er gert erum við væntanlega komin undir markið.

Rekstur bæjarins hefur batnað mjög mikið á milli ára og er hátt í hálfum milljarði betri en árið 2011. Handbært fé frá rekstri, sem er sú fjárhæð sem bærinn hefur til að greiða af lánum og fjárfesta fyrir, var rúmar 500 milljónir króna, en á árunum 2002-2011 hefur það mest verið 180 milljónir. Það var árið 2007.

Árið 2011 var handbært fé frá rekstri um 70 milljónir króna. Þessa peninga getum við nýtt í að borga niður skuldir, framkvæma eða halda áfram að lækka álögur á bæjarbúa,“ segir Daníel um rekstur bæjarins á síðasta ári. Hann segir ástæður betri reksturs meðal annars vera verulegan árangur í að draga úr launakostnaði. Launagreiðslur Ísafjarðarbæjar lækkuðu um 100 milljónir á milli ára en Ísafjarðarbær greiddi 1700 milljónir í laun árið 2011. Miðað við umsamdar 5% launahækk-

anir hefði bærinn að óbreyttu þurft að greiða 1800 milljónir árið 2012 þannig að raunlækkunin er nálægt 200 milljónum króna.

„Að mínu mati hefur okkur tekist að bæta reksturinn verulega án þess að það hafi bitnað á þjónustu við íbúa. Samhliða því höfum við lækkað gjaldskrár eins og á leikskólanum. Við höfum reynt að verja barnafjölskyldur og lækkað verð á íþróttum fyrir krakkana með aðkomu íþróttaskóla HSV og eins hafa gjaldskrár í mótuneytum í skólanum hækkað minna en aðrar,“ segir Daníel.

„Í raun er þetta bara margt smátt sem við erum að gera. Starfsmenn, og þá sérstaklega forstöðumenn og sviðsstjórar, hafa borið hitann og þungann af þessu. Þeir hafa náð að horfa yfir heildina og virkja starfsfólkið og sjá hvar hægt var að spara án þess að skerða þjónustuna um of. Við höfum horft í hundruð lítila atriða. Mikil óánægja var með styttingu opnunartíma sundlauganna á Suðureyri, Þingeyri, Flateyri og Ísafirði. Við tókum einnig upp sumarlokanir í sundlaugunum. Þjónustan er samt að mínu mati alveg viðunandi þótt þetta hafi verið gagnrýnt þegar það kom til framkvæmda,“ segir Daníel.

Auka fjármagn

„Það er mikilvægt að hafa í huga að rekstur bæjarins er eins og kassi, það er ekki þannig að það leki úr kassanum. Það er þrennt sem við getum gert þegar við náum að spara: Fjárfest, lækkað gjaldskrár eða borgað skuldir. Það er ekki þannig að þegar við náum að draga úr launakostnaði hverfi peningarnir. Fjármagn getur t.d. skilað sér í viðhaldsverkefnum, en það verður mikið málbikað í sumar. Svo eru framkvæmdir í Hnífsdal, og önnur verkefni sem okkur hefur dreymt lengi um að komast í, að verða að veruleika. Þetta er afleiðing þess að við erum að ná tökum á rekstrinum.“

Daníel segir viðhorf fólks oft vera það, að eitt af verkefnum bæjarins sé að halda uppi atvinnu fyrir íbúa í bænum. Hann er ekki á sömu skoðun.



„Peningarnir koma bæjarbúum til góðra nota og fólk á eftir að finna það. Nú stöndum við frammi fyrir því að við ætluðum að bæta við 20 leikskólarmum en við þurfum að bæta við 40. Árgangarnir eru að stækka, en þeir hafa farið minnkandi undanfarin ár. Það eru 130 börn á aldrinum eins til tveggja ára gömul en 81 þriggja til fimm ára börn eru í Skutulsfirði og Hnífsdal. Það er jákvætt að fjölskyldufólk vilji koma hingað.

Mér finnst hafa skinið í gegn, bæði hjá minnihluta og meirihluta bæjarstjórnar, að ekki var vilji til að vera með hæstu gjaldskrá leikskóla á landinu lengur. Við erum komin inn í miðjuna á 15 stærstu sveitarfélögum landsins og búin að vinda

ofan af fimm vikna sumarlokun leikskóla. Svo höfum við farið út í smáaðgerðir eins og að láta árskort í sundlaugararnar gilda úti í Bolungarvík líka og bjóðum upp á íþróttaskóla HSV gegn vægu gjaldi. Vilji bæjarstjórnar er að forgangsraða í þágu barnanna og barnafjölskyldnanna,“ segir Daníel.

Framtíðin

„Það sem ég sé sem verkefni framtíðarinnar, ef maður horfir á fjárfestingar, er það verkefni að ná niður skuldastöðunni enn frekar. Það skiptir mestu máli. Gangi næstu ár eftir, eins og 2012 var, mun bærinn getað ráðist í stærri framkvæmdir sé vilji fyrir því. Mikið hefur t.d. verið rætt um nýja sundlaug í Skutulsfirði en slíka fjárfestingu

höfum við ekki getað farið í fram að þessu. En ef fer eins og horfir höfum við að minnsta kosti möguleika á að ráðast í framkvæmdir af þeirri stærðargráðu.“

Aðspurður um horfur í minni byggðarlögum Ísafjarðarbæjar bendir Daníel á að veikleiki bæjarins er á sama tíma styrkleiki hans. Ísafjörður er 4000 manna bæjarfélag sem rekur fimm sundlaugar, tveimur fleiri en Akureyrarbær þar sem búa 18.000 manns. „Það er kostur að hafa fleiri sundlaugar, en það kostar meira. Mér finnst við hafa varið grunnþjónustuna mjög vel í minni byggðarlögum, þar eru mjög góðir skólar og frábærir leikskólar. Góð íþróttastaða er í byggðunum en það eru erfið viðfangsefni þar, atvinnuástandið er einhæfara í minni byggðunum,“ segir Daníel.

„Það er ekki markmið hjá okkur að fækka störfum í minni byggðarlögum, við höfum verið að finna leiðir til að snúa þeirri þróun við. Það má ekki gleyma því að það felst mikill styrkur í því fyrir minni byggðirnar að Ísafjörður sé sterkur, á sama tíma og það er styrkur fyrir Ísafjörð að hafa minni bæina í kringum sig. Maður skilur það vel að fólk sem býr við fólksfækkun og skertari þjónustu í minni sveitarfélögum sé orðið þreytt. En ekki má gleyma að fækkun í störfum hefur mest komið niður á Ísafirði.“

Höfum það gott

„Við gleymum því oft hvað við höfum það gott. Að búa í 4000 manna sveitarfélagi með tvo tónlistarskóla og geta boðið börnunum upp á leiklist, listaskóla, menningu, íþróttir og bíó. Ísafjörður er stærsti 4000 manna bær á Íslandi, ef ekki í heiminum, að mínu mati. Er eitthvað sem börnin okkar fara á mis við með því að búa á Ísafirði nema nammibarinn í Hagkaup? Það eina sem við höfum ekki hér er 80 metra langur nammibar fyrir börnin. Við megum ekki gleyma því hvað það er gott að búa hér, hversu margt jákvætt er við það að búa á Ísafirði,“ segir Daníel Jakobs-son bæjarstjóri. – hordur@bb.is



ENHEDEN / 214 / 10010106

> Öflugri Ísafjörður í alfaraleið

Nú hafa orðið þáttaskil í sjóflutningum af landsbyggðinni því Samskip hafa hafið siglingar á nýrri leið sem tengir Akureyri, Ísafjörð, Sauðárkrók og Reyðarfjörð beint við markaði í Evrópu.

Við erum stolt af því að geta boðið innlendum og erlendum viðskiptavinum okkar þann hraða, hagkvæmni og sparnað sem hlýst af greiðari leið vörunnar til viðskiptavinarins.

FÓLK VIÐ LEIK OG STÖRF

Jóakim Árnason bakari segir frá

Ég vaknaði kl. 3.30 og gerði mig kláran í vinnuna. Keyrði niður í Gamla Bakarí þar sem ég vinn sem bakari og geri það sem gera þarf. Ég hef unnið með föður mínum í bakaríinu frá því ég var 16-17 ára gamall. Við erum fimm sem vinnum saman við að baka á hæðinni fyrir ofan verslunina. Sumir mæta kl. þrjú og aðrir kl. fjögur. Þegar ég mætti kl. fjögur var búið að blanda og hræra í brauðin og ég fór í að setja á snúða og vinarbrauð.

Klukkan 5:30 mætti ég svo upp í Stúdío Dan og tók 40 mínútur í brennslu og hlustaði á i-Pod á meðan. Það er ómögulegt að æfa án þess að hafa tónlist í eyrunum, eiginlega bara ekki hægt. Ég hlusta á alls konar tónlist, íslenska og erlenda, ekkert rusl eins og Björgvin Halldórsson og svoleiðis, bara góða tónlist.

Ég er að undirbúa mig fyrir að keppa í vaxtarækt í nóvember, þá ætla ég að vera orðinn 89,9 kíló. Ég byrjaði að æfa fyrir um þremur árum, þá var ég orðinn 120 kíló og æfði svo stíft að ég léttist um 42 kíló á mjög stuttum tíma, það gerðist alltof hratt. Eftir brennsluna fékk ég mér hafragraut og prótein.

Svo keyrði ég aftur niður í bakarí og hélt áfram að vinna til kl. 7:30. Þá fór ég heim og fékk mér banana og prótein og mætti svo aftur niður í bakarí kl. 8:15. Þennan dag vantaði ostahorn, ég rúllaði út og fyllti þau með smurosti. Við skiptum með okkur verkum, það er mest að gera í brauðbakstrinum dags daglega en oft fer einn í að búa til konfekt og alls kyns sætmeti. Það er yfirleitt farið í að baka kökurnar og smyrja um hálf sjö. Þetta er auðvitað árstíðabundið líka, það er mjög mikið að gera á sumrin en þá er svo mikið af ferðafólki hjá okkur. Bakaríð opnar niðri klukkan sjö en stelpurnar koma fyrir og þá taka þær úr lás. Sumir koma mjög snemma og fá sér eitthvað á leið í vinnuna.

Kl. 9:30 er komið að því að borða aftur. Ég fékk mér tvær kjúklingabringur, 200 gr. af hrísgrjónum og salat.

Kl. 10:30 fer ég aftur að vinna, þá tekur við síðasta verkefni dagsins sem er brauð fyrir morgundaginn. Ég gef mér samt tíma fyrir 60 gr. af próteini kl. 11:00.

Ég er búinn að vinna á hádegis og fer þá heim og elda mér 200 gr. af hafragraut og drekk 100 gr. af hráum eggjahvítum. Að því loknu fæ ég mér blund til kl. 14:00. Ég þarf ekki mikið að sofa á daginn.



Ég spila smá playstation í hálf tíma og þarf svo að borða fyrir æfingu, 50 gr. prótín og banana.

Kl. 15:30 fer ég á æfingu sem tekur svona u.þ.b. 40-50 mín. Strax eftir það fæ ég mér kreatín, teygji á, hleyp svo út á peysunni (sem betur fer er ekki kalt úti) dríf mig heim fer í sturtu og síðan fæ ég mér að borða.

Verð að borða svona 45 mín. - 1 tíma eftir að ég tek kreatínið, í þetta sinn er það 450-500 gr. nautakjöt, sætar kartöflur og grænmeti.

Ég á amerískan pick-up, Ford F 350, hann er 350 hestöfl en ég er með tölvukubb í honum sem gefur fleiri þannig að hann getur verið allt að 500 hestöfl. Ég nota hann ekki alltaf, fæ frekar lánaðan

bílinn hjá pabba og mömmu, bíllinn minn eyðir svo miklu, 30 lítrum á hundraðið. Ég fer ekki mikið í leiðangra á bílnum mínum, mér finnst gaman að hafa öll þessi hestöfl en það er líka allt og sumt.

Horfi á sjónvarpið þangað til ég er allveg að sofa fæ mér þá síðasta protein dagsins 30 gr casein. Klukkan 22:00 er ég kominn í háttinn.

Sælkeri vikunnar er Magnea Ingibjörg Hafsteinsdóttir á Ísafirði

Doritos kjúklingabaka og skyrkaka

Ég ætla að bjóða upp á tvær uppskriftir sem eru í miklu uppáhaldi á þessu heimili, kjúklingabökuog vanillu skyrterta. Báðir þessir réttir eru fljótgerðir, auðveldir og að sjálf-sögðu góðir. Verði ykkur að góðu.

Doritos kjúklingabaka

Botn:

4,5 dl hveiti
150 gr mjúkt smjör
3 msk vatn

Fylling:

Kjúklingaleggir úrbeinaðir (ca 700 gr- hægt að kaupa frosna, muna bara eftir að afþýða)
1 meðalstór laukur
1 rauð paprika
1 krukka af chunky salsa
200 gr rjómaostur
Salt og pipar eða fajitas

krydd
olía

Ofninn er hitaður í 225°. Meðan hann er að hita sig er botnin gerður. Setjið allt hráefnið í botnin í skál og blandið saman þannig að það myndi deigklump. Ég geri það bara með höndunum. Deigið er síðan sett í form, ég nota smelluform með háum köntum, þek botninn og kantana. Setjið síðan smjörpappír yfir og hella ósoðnum hrísgrjónum yfir þannig að þau þekja allan botnin (botnin lyftir sér ef ekkert er sett yfir) Sett inn í ofn í ca. 10 mínútur, tek hann síðan út og læt hann standa þar til fyllinginn er tilbúinn.

Fyllinginn: Laukurinn hakkadur í mixara og paprikan skorin smátt. Kjúklingaleggirnir eru skornir í litla bita. Hitið smá olíu

í potti og steikið leggina, kryddað með smá salt og pipar eða fajitas kryddi (ef það er til). Þegar kjúklingurinn er alveg að verða tilbúinn er fínt að setja laukinn og paprikuna úti og steikt þar til laukurinn er farinn að mýkjast. Þá er rjómaostinum og salsað sett út í pottinn og allt blandað saman. Þegar rjómaosturinn er bráðnaður er slökkt undir og fyllinginn hellt yfir botninn. Osturinn settur yfir og aftur inn í ofn. Þegar osturinn er farinn að taka aðeins lit er bakan tilbúin. Tekið úr ofninum og leyft að standa aðeins. Borið fram með salati, doritos og sýrðum rjóma.

Vanillu skyrkaka

80 gr smjör
1 pakki Lu kanil kex
500 gr KEA vanilluskur



½ ltr. rjómi
bláberjasulta
bláber og jarðaber

Byrja á því að bræða smjörið og mylja kexið, er síðan blandað saman og sett í eldfast mót og þrýst á botninn. Rjóminn þeyttur og skyrinu blandað varlega saman við, setja síðan yfir kexblönduna.

Smyrja berjasultuna ofaná og skreyt með bláberjum og jarðaberjum. Setja í kæli. Best er að gera hana deginum áður en hún er borin fram.

Ég skora á Ingibjörgu Óladóttur og Sigfús Fossdal að koma með eitthvað spennandi í næstu viku.



Lýsi hf. er GMP vottað af Lyfjastofnun.
GMP (Good Manufacturing Practice) er
gæðastaðali sem notaður er í lyfjaðnaði.



www.lysi.is



D-VÍTAMÍNGJAFI ÍSLENDINGA

D-vítamín gegnir mikilvægu hlutverki í kalkbúskap líkamans og er nauðsynlegt fyrir uppbyggingu beina. Með einni skeið af Lýsi færðu ráðlagðan dagskammt af D-vítamíni.

Mundu eftir Lýsi daglega.



NÁTTÚRULEG HOLLUSTA



flickr™

Nafn:

Halldóra Harðardóttir

Uppruni:

Fædd og uppalin á Ísafirði til 16 ára aldurs. Dóttir Harðar Guðmundssonar og Jónínu Guðmundsdóttur.

Flickr-síða

flickr.com/photos/halldorah



Af hverju ljósmyndun?

Að ná að fanga augnablikið er einstakt og svo er svo afslappandi að röltu um með myndavélina og finna gott myndefni, hvort sem það er fólk eða umhverfi.

Fyrsta græjan?

Það var einhver hlunkur með filmu og flaskubbb.

Skemmtilegasta Kóðak-

mómentið?

Erfitt að velja en það er alltaf gaman að mynda fólk.

Hvað er í dótakassanum?

Það er nú ekki mikið í honum. Canon EOS 450 svo bara standard linsur og þrífótur.

Á hvern skorar þú?

Ég skora á Rannveigu Heru Finnbogadóttur.





Þjónustuauglýsingar

Bílasala
456 3800
Bílaverkstæði
456 4580



Suðurgötu 9

VERKSTÆÐI
STEFÁNS
ARNAR

- ✓ Allar almennar bílaviðgerðir
- ✓ Rúðuskipti

Sindragata 10, 400 Ísafirði
Sími: 456 2310 / 869 6852

Finndu mig á [facebook](#)



Öll almenn
húsasmíði

Bolungavík
☎ 456 7080 • 893 9362 • 690 1060

Umboðsaðili fyrir
GLERBORG

Fréttir og
upplýsingar um
réttindi og kjör
á vinnumarkaði
www.verkvest.is



Sími í Bolungarvík 450 7900
Sími á Ísafirði 450-7910

Aðalstræti 19, 415 Bolungarvík • Hafnarstræti 9, 400 Ísafjörður

H.V. UMBOÐSVERSLUN ehf
Suðurgötu 9 • 400 Ísafjörður • Sími 456 4666 • Netfang hekla.vestfj@hafsteinn.is



Sjóvinnufatnaður
Stígvél og vettlingar

Þjónusta í heimabyggð 1983-2013

BÍLAVERIÐ ehf

Hjólbarðapjónusta
Smurpjónusta

Smáviðgerðir
Varahlutapjónusta

Sindragötu 14 • 400 Ísafirði
Sími 456 3501 • www.bilaverid.is



Gámaþjónusta
Vestfjarða ehf

BLÁPOKINN

Fyrir sameigin-
legan úrgang

Sími: 456 3710
gamarvest.is





Boltinn í beinni...

Laugardagur 20. apríl

kl. 11:40 Burnley - Cardiff
kl. 13:45 Fulham - Arsenal
kl. 14:00 West Ham - Wigan
kl. 14:00 QPR - Stoke
kl. 14:00 Sunderl. - Everton
kl. 14:00 WBA - Newcastle
kl. 16:00 Real M. - Real Betis
kl. 18:00 Barcelona - Levante

Sunnudagur 21. apríl

kl. 12:20 Tottenham - Man. C.
kl. 15:00 Liverpool - Chelsea

Mánudagur 22. apríl

kl. 19:00 Man. Utd. - Aston V.

Dagar Íslands

18. apríl 1944: Hermann Jónasson var kosinn formaður Framsóknarflokksins í stað Jónasar Jónasonar frá Hríflu. Hermann gegndi formennskuinni til 1962.

19. apríl 1954: Fermingarbörn í Akureyrarkirkju klæddust hvítum kyrtlum en það hafði ekki verið til siðs hér á landi.

20. apríl 1970: Ellefu íslenskir námsmenn í Gautaborg og Uppsölum réðust inn í sendiráð Íslands í Stokkhólmi og héldu því í tvær klukkustundir.

Þeir voru að mótmæla aðstöðu námsmanna.

21. apríl 1944: Bresk flugvél hrapaði til jarðar um fimmtíu metra frá nýja Stúdentagarðinum í Reykjavík. Eldur kom upp í henni og áhöfnin fórst.

23. apríl 1983: Kvinnalistinn, sem bauð fram í fyrsta sinn til Alþingis, fékk þrjá menn kjörna. Af öðrum listum hlutu sex konur kosningu til þings.

24. apríl 1984: Dagblaðið NT kom út í stað Tímans. Útgáfunni var hætt í árslok 1985 og Tíminn tók við að nýju.

24. apríl 1994: Magnús Scheving varð í öðru sæti á heimsmeistaramótinu í pólfini.

Helgarveðrið

Horfur á föstudag:

Gengur í sunnan 10-18 m/s með rigningu, en sums staðar slyddu í fyrst. Hlýnandi veður, hiti 3-8 stig um kvöldið.

Horfur á laugardag:

Suðvestan- og sunnanátt, yfirleitt 5-13 m/s með skúrum eða éljum. Hiti 0-5 stig.

Horfur á sunnudag:

Vestlæg átt og minnkandi skúra- og éljagangur. Kólnar.

Krossgátan

	Jón Steingr.	Eyða	Átt	Málmur	Bílífi	↘	↙	Legill Fljót
	⇒				Keyrði			Kona
					Andúð			
Samhlj.			Yfirmann					
Um-vöndun			Veikur					
☺	↓	Kostir	Snemma Heimtar					
			Samhlj.					
Fram-ferði							Guð	
							Droll	
Fornafn			Skel		Öfug röð		✓	Bor
Ríki			Óhróðrið		Úrskurð			
↘						Léreft		
						Bústað		
Spil	→			Míttra				
Óvanda	↓			Þvaður				
↘				Menn				Tónn
				Ísl.staf.				Mitti Hraða
Samhlj.		Flóktir			Átt		Skóli	
Tré					Bor			
Eldsn.		Greinir						
↘				Átt	Annríki			
				Kall	Maður			
↘			Stein-tegund			Til		Maður
			Atar			Stríðni		
Ofn						For		
Gufa						Flakk		
↘				Rugga Korn				
				Svíf				
Flík		Róta		Himnan				
R.vík		Skóli		Sögn				
Flokkar	↘				⇒		Milliátt	
↘					Ekur sér			



Geirnaglinn ehf

Trésmíðaverkstæði
Strandgötu 7b
400 Ísafirði
Sími: Þórhallur 848 2087
Sími: Magnús 862 3122
www.geirnaglinn.is



HRADFRYSTIHÚSIÐ-GUNNVÖR HF.
- sjálfbær nýting sjávarauðlinda



Jón Steingr.		Ó		Á						B	
	A	D	A	M	⇒	V	A	R	↗	Ó	S
	F	Á		A	D	A	M		E	L	L
Ú	T	M	Á		Ó	L	E	I	K		Á
	A	U	L	A	R		N	E	K	T	
	K	R	Í	T		H		E	I	R	A
H	A		T	A	M	A	R	I	↓	E	R
		T	U	Ð		R	Ó		L	I	Ð
F	Á	A	R		M	M		S	E	N	A
	S	S		M	Ó		E	T	N	A	
	T	A	K	I	Ð	Ó	L	A	G		L
E	R	L	U	R		S	Í	L	I	N	U
S	Í	D	A	R	A	P	↔	Í	↘		N
S	K	I	K	A	N	A		N	Ö	S	K
	U		K	N	Ö	R	R		L	Á	I
O	R	K	U		Ð		Ó	K	U	N	N
		Á	R	A	U	N	S	Á	R	A	N

Sudoku þrautir

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

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

2.675 á kjörskrá í Ísafjarðarbæ

Alls verða 2.675 einstaklingar kjörgengir í Ísafjarðarbæ í komandi alþingiskosningum, 1.328 karlar og 1.347 konur. Kjörskrá hefur verið skipt niður í sex kjördeildir eins og gert hefur verið í undanföllum kosningum. Í kjördeild 1 á Ísafirði og Hnífsdal eru 732 einstaklingar, 376 konur og 356 karlar. Í kjördeild 2 á Ísafirði og Hnífsdal eru 698 einstaklingar, 334 konur og 365 karlar. Í kjördeild 3 á Ísafirði og Hnífsdal eru 686 einstaklingar, 347 konur og 339 karlar. Í kjördeild 4 á Suðureyri eru



Samkvæmt kjörskrá eru 2.675 kjörgengir einstaklingar í Ísafjarðarbæ.

151 kjörgengir einstaklingar, 69 konur og 82 karlar. Í kjördeild 5 á Flateyri eru 158 einstaklingar, 78 konur og 80 karlar. Í kjördeild 6 á Þingeyri eru 250 einstaklingar, 124 konur og 126 karlar.

Fé til snjómoksturs að klárast

Í fjárhagsáætlun Ísafjarðarbæjar fyrir yfirstandandi ár var gert ráð fyrir 18,9 milljónum króna í snjómokstur. Nú þegar er kostnaðurinn kominn í 15,3 milljónir króna og enn snjórar og haustið og veturinn fram að áramótum eftir.

„Það þarf að grípa til einhverra aðgerða. Ingjaldssandur hefur verið svolítið dýr í vetur. Það hefur verið mjög mikill snjór og við höfum þurft að keyra snjó á vörubílum úr Holtahverfi. Allt kostar þetta þetta peninga. Vetur-



inn hefur verið erfiður og mjög mikill snjór á Flateyri, mun meiri en á Ísafirði og þó hefur verið mikill snjór þar líka. Flateyri er yfirleitt alltaf snjóþyngsti staðurinn í Ísafjarðarbæ,“ segir Jó-

hann Birkir Helgason, sviðstjóri framkvæmda- og rekstrarsviðs Ísafjarðarbæjar um að fjármagn sem áætlað var í snjómokstur samkvæmt fjárhagsáætlun er langt komið með að klárast.

Hafnarbúðin Ísafirði

Útivistarvörur, Veiðivörur, Íþróttavörur, Sundfatnaður, Reiðhjól, Gasvörur, Fatnaður og skór á alla fjölskylduna
Verið velkomin



Virka daga 9-18 - Laugardaga 11-14

456-3245

<http://www.facebook.com/hafnarbudin>



AFHVERJU ER ÍSINN
HANS PABBA ALLTAF BETRI?

NOTAÐU. NJÓTTU.

Vildarpunktarnir þínir safnast saman á einn reikning og bíða þess að þú notir þá til að lífga upp á tilveruna og jafnvel upplifa eitthvað alveg nýtt. Þú getur nýtt þá til að fljúga með Icelandair eða upp í flug með Icelandair, uppfæra þig á næsta farrými, kaupa vörur í Saga Shop, kaupa mat um borð, leigja bílaleigubíl og bóka hótél víða um heim.

Notaðu Vildarpunktana þína og njóttu lífsins.

+ Skoðaðu Vildarpunktana þína á icelandair.is

[f](#) [t](#) [YouTube](#) [i](#) Vertu með okkur

ICELANDAIR 