

PRENTUM ALLT MILLI HIMINS

g

GÚTTÓ ehf
H-prent
Silfurgötu 1
400 Ísafirði
Sími: 456 4560
Netf.: halldor@bb.is

↑
OG
↓

JARÐAR

Lífið er til að njóta þess

Gaui Þorsteins uppgötvaði fyrir nokkrum árum að hann var búinn að missa tókin á lífi sínu. Aukakílin orðin alltof mörg og byrðin á sálinni enn þyngri. Hann tók sig því á og fór að vinna markvisst að því að koma heilsunni í lag, bæði þeirri líkamlegu og andlegu. – Guðjón Þorsteinsson, körfuboltafrömuður á Ísafirði er í viðtali vikunnar.

– sjá bls. 10 og 12.



Óháð fréttablað á Vestfjörðum BÆJARINS BESTA

Stofnað 14. nóvember 1984 · Fimmtudagur 8. maí 2014 · 18. tbl. · 31. árg. · Ókeypis eintak

Fossavatnsgangan ein sú besta frá upphafi



Ljós. Benedikt Hermannsson.

Þú færð allt til
handfæraveiða
hjá okkur

- KRÓKAR
- HANDFÆRAGIRNI
- SÖKKUR
- SIGURNAGLAR
- RÖLLUGEYMAR
- DÆLUR
- SJÓFATNAÐUR



VERSLUN SINDRAGÖTU 12
Opíð mánudaga til föstudaga 8-18
Opíð laugardaga 10-14
Sími: 456-1300

Kíktu til okkar
í Hafnarstræti 9
Ísafirði



Afgreiðslutími:
Virka daga 10:00-22:00
Lau & sun 11:00-22:00

SUBWAY

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 | Korngröðum 2 | 104 Reykjavík | Sími 525 7000 | www.ebox.is

EIMSKIP
eBOX



„Afkoman langt umfram væntingar“

Ársreikningur Ísafjarðarbæjar var samþykktur í bæjarráði Ísafjarðarbæjar í síðustu viku og fer til fyrri umræðu í bæjarstjórn í dag. Í fréttatilkynningu frá bæjarstjóra kemur fram að mikill viðsnúningur hafi orðið á rekstri bæjarins frá árinu 2011. Þá var sveitarfélagið rekið með 300 milljóna króna halla samanborið við 302 milljóna króna afgang árið 2013.

Skuldir sem hlutfall af tekjum hafa lækkað mikið. Samkvæmt skuldaviðmiði, þ.e. skuldir sem hlutfall af reglu-

legum tekjum, hafa skuldir lækkað úr 162% í 132%. Á milli ára 2012 og 2013 lækkuðu skuldir lítillega á sama tíma og framkvæmt var fyrir á fimmta hundruð milljónir króna. Áætlun ársins 2013 gerði ráð fyrir 35,5 milljóna króna afgangi.

Veltufé frá rekstri bæjarins hefur einnig aukist mikið. Á árinu 2011 var það 71 milljón, árið 2012 var það 465 milljónir en 674 milljónir árið 2013 eða 19% af tekjum. Veltufé er sú fjárhæð sem sveitarfélagið hefur til að fjárfesta fyrir og greiða niður skuldir með.

„Við getum ekki verið annað en ánægð með þessa afkomu. Afkoman er langt umfram væntingar, skuldir hafa lækkað á sama tíma og við höfum framkvæmt meira en nokkru sinni fyrr. Okkur tókst að ljúka mikilvægum endurbótum á götum í Hnífsdal, bygging hjúkunarheimilis er í fullum gangi og fleiri góð verkefni eru í vinnslu. Ísafjarðarbær hefur á sama tíma haldið aftur af gjaldskrárhækkunum. Meðal annars hafa leikskólagjöld ekki hækkað á kjörtímabilinu og sorpgjald hefur lækkað,“ segir í fréttatilkynningunni.

Framboðsfrestur vegna sveitarstjórnarkosninga

Framboðsfrestur vegna sveitarstjórnarkosninga í Ísafjarðarbæ, sem fram eiga að fara laugardaginn 31. maí 2014, rennur út laugardaginn 10. maí n.k. kl. 12 á hádegi.

Yfirkjörstjórn mun þann dag hafa aðsetur í fundarsal bæjarstjórnar á 2. hæð í Stjórnsýsluhúsinu að Hafnarstræti 1 Ísafirði, frá klukkan 11 til 12 og veita þar framboðslistum viðtöku. Öll framboð skulu tilkynnt skriflega til yfirkjörstjórnar eigi síðar en klukkan 12 á hádegi þann dag.

Kjörstjórnin mun á sama stað halda fund með umboðsmönnum framboðslista sunnudaginn 11. maí klukkan 13 til þess að úrskurða um framboð og listabókstafi.

Yfirkjörstjórn vekur athygli á ákvæðum 21.- 23. gr. laga nr. 5/1998 um kosningar til sveitarstjórna, en þar er mælt fyrir um form framboðslista, fjölda meðmælenda og umboðsmenn lista.

Yfirkjörstjórn Ísafjarðarbæjar

Hildur Halldórsdóttir
Kristján G. Jóhannsson
Aðalbjörg Sigurðardóttir

Gangan einhver sú best heppnaða frá upphafi



Þrír fyrstu í 50 km göngu karla. Ljós. Hólmfríður Vala Svavarsdóttir.



Þrjár fyrstu í 50 km göngu kvenna. Ljós. Hólmfríður Vala Svavarsdóttir.

Segja má að Fossavatnsgangan 2014 á Ísafirði um helgina hafi verið einhver sú best heppnaða til þessa, enda fór allt saman, gott veður, metfjöldi keppenda og frábær keppni. Um 350 manns þreyttu keppni á föstudag og laugardag, en að auki luku 105 manns keppni í 50 km í ár, sem er mikil fjölgun í þeirri vegalengd frá því í fyrra, þegar 93 manns luku keppni.

Norðmaðurinn Petter Soleng Skinstad sigraði í 50 km göngunni á tímanum 02:27:12. Það er annar besti tíminn frá upphafi í 50 km hluta Fossavatnsgöngunnar, en í raun má segja að það sé einnig brautarmet þar sem 50 km brautinni var breytt nokkuð í ár. Saman í öðru og þriðja sæti voru svo íslensku landsliðsmennirnir Brynjar Leó Kristinsson og Sævar Birgisson, en þeir komu saman í mark á tímanum 02:39:05.

Fyrsta konan í 50 km göngunni kom frá Kanada, Mary J. Young, á tímanum 03:05:29. Fast á hæla hennar í öðru sæti var Stella Hjaltadóttir á tímanum 03:05:38 og í þriðja sæti varð

Guðbjörg Rós Sigurðardóttir á tímanum 03:19:11. Stella og Guðbjörg Rós eru báðar frá Ísafirði.

Í 25 km göngunni voru heimamenn í fyrstu sætunum. Dagur Benediktsson var fyrstur á tímanum 01:28:10, annar Sigurður Arnar Hannesson með tímann 01:28:53 og sá þriðji Albert Jónsson á tímanum 01:29:33. Fyrsta konan í 25 km göngunni var Ísfríðingurinn Anna María Daniélsdóttir á tímanum 01:37:00, langt á undan næstu konu sem var Katharine Armitage á tímanum 01:49:22, í þriðja sæti var Unnur Eyrún Kristjánsdóttir á tímanum 01:50:12.

Í 10 km göngu var fyrst í kvennaflokki Quincy Massey-Bierman frá Bandaríkjunum, önnur Jóhanna Jóhannsdóttir og þriðja Kolfína Rán Rúnarisdóttir. Fyrstur í karlaflokki var Mikolaj Ólafur Frach, annar Egill Bjarni Gíslason og þriðji Arnar Ólafsson.

Aðstandendur Fossavatnsgöngunnar vilja koma kærum þökkum til allra þeirra fjölmörgu sjálfboðaliða sem starfa að göngunni, án þeirra væri þetta ekki mögulegt!



Ásta Þorleifsdóttir, innanríkisráðuneytinu, Hermann Guðjónsson, forstjóri Samgöngustofu, Sigurbergur Björnsson, innanríkisráðuneytinu, Haukur Hauks-son og Guðný Unnur Jökulsdóttir, Isavia, Arnbjörg Sveinsdóttir, formaður Fjarškiptasjóðs, Hreinn Haraldsson, vegamálastjóri, Birna Lárusdóttir, for- maður samgönguráðs, Hallgrímur Kjartansson og Davíð Kjartansson.

Sjö daga mokstur á helstu leiðum í gildi í haust

Hreinn Haraldsson vegamála- stjóri tilkynnti á fundi sam- gönguráðs með vestfirskum sveitarstjórnarmönnum á Ísafirði í síðustu viku, að í haust verði tekin upp sjö daga vetrarþjónusta á vestfirskum vegum, þar sem mörg undanfarin ár hefur aðeins verið sex daga þjónusta. Þannig hefur ekki verið mokað á laugar- dögum á helstu leiðum eins og

um Ísafjarðardjúp, Steingríms- fjarðarheiði og Þróskulda og um sunnanverða Vestfirði.

„Ég fagna því að Vegagerðin skuli vera búin að taka þessa ákvörðun, þetta hefur verið ófremdarástand að geta ekki ferðast alla daga vikunnar. Þetta hefur verið í umræðunni í all- mörg ár, en núna í vetur var þetta sérlega slæmt. Frá næsta hausti

munu flestir Vestfirðingar hins vegar sitja við sama borð og þorri landsmanna,“ segir Birna Lárus- dóttir á Ísafirði, formaður sam- gönguráðs.

„Þessi tilhögun á undanförm- um árum hefur verið gagnrýnd og auðvitað valdið ýmsum erfið- leikum fyrir íbúana, atvinnulífið og ferðaþjónustuna,“ sagði vega- málastjóri í samtali við Bæjarins

besta.

Í samgönguráði eiga sæti, auk Birnu Lárusdóttur, sem er ráð- herraskipaður formaður, for- stjórar Vegagerðarinnar, Sam- göngustofu og Isavia, sem sér um flugvellina. Birna tók við formennsku í ráðinu af Degi B. Eggertssyni í Reykjavík á síðasta sumri.

Samgönguráð kom fyrst saman til fundar á Ísafirði og hélt síðan nokkurra klukkustunda fund með samgöngunefnd Fjórðungssam- bands Vestfirðinga og fulltrúum frá öllum sveitarfélögum á Vestfjarðakjálkanum. Sérlega vel var mætt á þann fund, að sögn Birnu. „Fundurinn var mjög góður og gagnlegur. Eins og venjulega þegar Vestfirðingar ræða samgöngumál, þá mæta þeir vel,“ segir hún, „enda eru sam- göngurnar eitt af mestu hags- munamálum þjóðarinnar.“

Samgönguráð er að vinna að gerð tólf ára samgönguáætlunar, sem gilda mun árin 2015 til 2026. „Fyrstu skrefin í þeirri vinnu voru að halda fundi með öllum lands- hlutasamtökum. Þessi fundaröð byrjaði nokkru fyrir páska og núna erum við búin að fara hringinn í kringum landið. Við höfum verið að safna í sarpinn fyrir áætlunargerðina, en við erum ábyrg fyrir gerð bæði fjögurra ára áætlunar og tólf ára samgönguáætlunar,“ segir Birna Lárusdóttir.

Ásamt fulltrúum í samgöngu- ráði hefur Arnbjörg Sveinsdóttir, formaður Fjarškiptasjóðs, verið með í fundaðerðinni kringum landið. Sameiginlegir fundir eru

liðir í því að samræma betur áætlanagerð ríkisins, en Fjar- skiptasjóður og verkefnastjórn honum tengd er ábyrg fyrir gerð fjarškiptaáætlunar.

„Við höfum verið að fá áhersl- ur sveitarstjórnarfélks og fulltrúa landshlutasamtaka og fá þeirra áherslur um það hvað sé brýnast að gera næstu tólf árin til að geta nýtt það í okkar vinnu við endur- skoðun samgönguáætlunar. Við viljum gjarnan fá beint samband við íbúana og fulltrúa þeirra og vita hvað þeim liggur á hjarta varðandi samgöngumál nánustu framtíðar og nota það í okkar áætlanagerð,“ sagði Hreinn Har- aldsson vegamálastjóri.

Varðandi breyttar moksturs- reglur segir Birna: „Það gengur ekki í nútíma samfélagi að hafa aðalvegi út frá stórum byggða- kjörnum lokaða einu sinni í viku. Eins og forsvarsmenn Vestur- byggðar bentu á varðandi ferða- þjónustu á sunnanverðum Vest- fjörðum, þá er erfitt um vik þegar vegurinn er ekki opnaður á laugardögum, Breiðafjarðar- ferjan siglir ekki á laugardögum og ekkert er flogið á laugardög- um.“ Auk þess nefndi Birna íþróttahópa, sem oft þurfa að komast milli landshluta einmitt á laugardögum. Þjónustuleysið hefur komið illa við þá eins og aðra.

Myndin sem hér fylgir var tekin að kvöldi fundadagsins þegar samgönguráð og fleiri sem fundi þess sátu höfðu farið í siglingu um höfnina á Ísafirði með bræðrunum Hallgrími og Davíð Kjartanssonum.



Framboðsfrestur vegna sveitarstjórnarkosninga

Framboðsfrestur vegna sveitarstjórnarkosninga í Bolungarvík sem fram fara 31. maí nk. rennur út laugardaginn 10. maí nk. kl. 12 á hádegi.

Kjörstjórn Bolungarvíkurkaupstaðar hefur þann dag aðsetur í ráðhússalnum frá kl. 11-12 og veitir framboðslistum viðtöku. Öll framboð skulu tilkynnt skriflega til kjörstjórnar eigi síðar en kl. 12 á hádegi þann 10. maí nk.

Kjörstjórn fundar á sama stað ásamt umboðsmönnum framboðslista kl. 12:30 sama dag og úrskurðar um framboð og listabókstafi.

Kjörstjórn vekur athygli á ákvæðum 21.-23. gr. laga nr. 5/1998 um kosningar til sveitarstjórna en þar er mælt fyrir um form framboðslista, fjölda meðmælenda og umboðsmenn lista.

Kjörstjórn Bolungarvíkurkaupstaðar,

Sólrún Geirsdóttir,
Pálína Jóhannsdóttir,
Sigurjón Sveinsson.



Útgefandi: Gúttó ehf., kt. 680501-2620
Afgreiðsla og ritstjórn: Silfur götu 1, Ísafirði, sími 456 4560
Ritstjóri BB og bb.is: Sigurjón J. Sigurðsson, 892 5362, bb@bb.is
Ábyrgðarmenn: Halldór Sveinbjörnsson, Sigurjón J. Sigurðsson.
Blaðamenn: Harpa Oddbjörnsdóttir, 846 7487, harpa@bb.is
 Smári Karlsson, 866-7604, smari@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 pósthöfundum bb@bb.is. Auglýsingar þurfa að berast fyrir kl. 17 á mánudögum fyrir útgáfudag sem er almennt á fimmtudögum.

Ritstjórnargrein

Sagan endalaus

Skjótt hallar degi. Fyrir réttum mánuði funduðu ráðamenn Ísafjarðarbæjar og framkvæmdastjóri Atvinnuþróunarfélags Vestfjarða með Sigurði Inga Jóhannssyni, sjávarútvegsráðherra um stöðu mála á Þingeyri í kjölfar tilkynningar Vísis hf um fyrirhugaða lokun fiskvinnslunnar á staðnum. Að sögn Gísla Halldórs Halldórssonar, bæjarfulltrúa á Ísafirði, tók ráðherrann málflutningi heimamanna bara vel, án þess þó að hafa „gefið út neina víxla.“

BB þykir ástæða til að vekja athygli á upplifun Gísla Halldórs á fundinum með ráðherranum, sem hann segir líkan fyrri fundum um byggðavanda á Vestfjörðum, þeim megi líkja við kvikmyndina Groundhog Day þar sem aðalpersónan lifði sama daginn aftur og aftur: „Við erum alltaf á blaðsíðu eitt, alltaf á fyrsta deginum. Það eru til fleiri hillumetrar af skýrslum með góðum hugmyndum og stefnumótun fyrir byggðalögin á Vestfjörðum en þeim hefur ekki verið fylgt eftir með nægilegu fjármagni. Að kvöldi dags er fjármagn til verkefnanna skorið niður og morguninn eftir er maður aftur á byrjunarreit. Það er þess vegna sem við leggjum áherslu á langtíma stefnumörkun þar sem góðum hugmyndum verður fylgt eftir með fjármagni og aðgerðum. Það er ekki skýrt að landsmenn upplifi það þannig að það sé aftur og aftur verið að setja saman einhverja Vestfjarðaaðstoð því það er búið að skrifa margar skýrslur og skipa margar nefndir en þær eiga það sameiginlegt að þeim hefur ekki verið fylgt eftir.“

Gíslí Halldór hittir naglann á höfuðið. Þannig hefur þetta gengið fyrir sig árum saman. Hinar og þessar hugmyndir hafa tekið flugið. Gallinn er sá að aldrei hefur náðst að lenda þeim. Þess í stað flugu þær út í buskann, brotlentu og leitinni að svarta kassanum virðist hafa verið hætt. Hversu oft hefur BB ekki spurst fyrir um örlög hinna og þessara hugmynda um stöðir undir fjölbreyttara og stabílla atvinnulíf í fjórðungnum, án nokkurra annarra viðbragða en þagnarinnar, sem æði oft reynist helsta haldreipi valdhafa.

Tvö dæmi. Hið fyrri nokkurra ára gamalt. Hver man ekki eftir „byggðakjörmunum“ sem stórhuga stjórnmöld hétu að efla á nokkrum stöðum á landinu? Örlög? Rykfallin skjöl í einhverri ráðumeytisskúffu? Hið seinna nýtt af nálinni: „Fiskeldi er vaxandi grein á Íslandi og hún hvað öflugust á Vestfjörðum. Okkur finnst því það vera rökrétt niðurstaða að byggja upp fiskeldisstöð fyrir vestan.“ Fiskistofustjóri að morgni dags (í Groundhog Day?). Að kvöldi sama dags (sami í sömu mynd): Skellt í lás á Ísafirði; eftirliti með fiskeldi á Vestfjörðum, hnoðað saman við meðhöndlunina á írsku smjörinu á Selfossi, (Og svona gerist þetta, bara!)

Því miður virðist söguþráðurinn í Groundhog Day tíðum vera framleiðslumerki íslenskrar stjórnsýslu.

s.h.

Spurning vikunnar

Hendirðu matarafgöngum?

Alls svöruðu 399.

Oftast sögðu 54 eða 14%

Stundum sögðu 141 eða 35%

Sjaldan sögðu 204 eða 51%

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



Bolungarvík.

Soffía leiðir Mátt meyja og manna í Bolungarvík

Fjórtnán konur í Bolungarvík hafa myndað kvennaframboðið *Máttur meyja og manna* sem býður fram í sveitarstjórnarkosningum þar í bæ í lok mánaðarins. Listann leiðir Soffía Vagnsdóttir, skólustjóri Grunnskólans í Bolungarvík. Í öðru sæti er Halldóra Dagný Sveinbjörnsdóttir grunnskólakennari, í því þriðja Guðrún Stella Gissuraróttir, forstöðumaður Vinnu-

málastofnunar á Vestfjörðum, og í fjórða sæti er Guðlaug Rós Hólmsteinsdóttir hárgreiðslumeistari.

Birna Hjaltalín Pálmadóttir, dóttir Soffíu, skipar áttunda sæti listans. Eflaust er ekki algengt að mæðgur séu í framboði fyrir sama listann á sama tíma. Birna segir að stefna framboðsins sé margþætt og aðaláhersluatriðin meðal annars gagnsæi í stjórn-

sýslu, aukið lýðræði og þátttaka íbúa í stórum ákvörðunum, aukin atvinnusköpun, áhersla á samstöðu og meiri menning.

Framboðið er ekki til komið vegna þess að það halli á hlut kvenna í Bolungarvík. „Alls ekki. Við viljum auka þátttöku kvenna í stjórnárum, en það er ekki þess vegna sem þetta varð að kvennaframboði, þetta gerðist eiginlega alveg óvart,“ sagði Birna.

TIL SÖLU

Hin rötgróna verslun Jón og Gunna á Ísafirði er til sölu.

• Verslunin er í fullum rekstri og hefur vönduð og vinsæl fatamerki í sölu enda hafa tryggir og ánægðir viðskiptavinir s.l. 25 ár komið frá öllum landshornum.

• Rekstur verslunarinnar er frábært tækifæri fyrir alla þá sem hafa áhuga á skemmtilegri sjálfstæðri vinnu þar sem sköpunargleði og þjónustulund fara saman.

• Framundan eru innkaup fyrir næsta vetur og næsta vor.

Áhugasamir hafi samband í síma 456 3464 eða sendið póst á netfangið jonoggunnaverslun@simnet.is

Jón og Gunna verslun Austurvegur 2
400 Ísafjörður
Sími: 456 3464

ÞETTA HLEYPUR SIG EKKI SJÁLFT

KONUR ERU KONUM BESTAR

Núna er rétti tíminn til að byrja að hreyfa sig og setja sér markmið.

Þú getur hafið undirbúning og sótt þér æfingaáætlun á kvennahlaup.is eða sett þig í samband við göngu- og hlaupahóp á þínu svæði. Hreyfing og samvera í góðum félagsskap er næring fyrir líkama og sál.

Tálfjórðingur

Göngu- og skokkhópur UMFT: Þriðjudaga og fimmtudaga kl. 17.30.
Skráning: mariong@myself.com / 895 7341

Ísafjórðingur

Göngu- og skokkhópurinn Riddarar Rósu: Mánudaga og fimmtudaga kl. 18.15 og laugardaga kl. 9.30. Hist við Íþróttahúsið Torfnesi. Skipt er í þrjá hópa eftir getu og er byrjendahópurinn með þjálfara með sér. Alltaf hægt að bætast í hópinn. Nánari upplýsingar á hagu@centrum.is



Ert þú félagsmaður í Verk Vest og vilt starfa í stjórn Lífeyrissjóðs Vestfirðinga? Ef svo er, endilega mættu á félagsfund Verk Vest sem verður haldinn á Hótel Ísafirði miðvikudaginn 14. maí 2014 kl.18.00

Dagskrá:

1. Tillaga um fulltrúa til setu á aðalfundi Lífeyrissjóðs Vestfirðinga
2. Breytingar í stjórn Lífeyrissjóðs Vestfirðinga
3. Staðan í kjaraviðræðum
4. Aðalfundur Verk Vest
5. Orlofshús erlendis
6. Orlofsferðir Verk Vest 2014
7. Önnur mál

Boðið verður upp á léttan kvöldverð í upphafi fundar

Stjórn Verk Vest

TIL SÖLU



LANDMARK
FASTEIGNASALA

Góuholt 14 - einbýli á Ísafirði

Fallegt og mikið endurnýjað 6 herbergja, 166,3 fm einbýlishús á einni hæð í Holtahverfinu á Ísafirði. Að auki er viðbygging alls 18,6 fm sem ekki eru skráðir hjá FMR. Samtals 184,9 fm.

Tilboð óskast í eignina

Upplýsingar veitir Sigurður Samúelsson lögg. fasteignasali
Sími 896-2312 eða ss@landmark.is



LÍFEYRISSJÓÐUR
VESTFIRÐINGA

Ársfundur 2014

Ársfundur Lífeyrissjóðs Vestfirðinga 2014 verður haldinn á Hótel Ísafirði þriðjudaginn 20. maí n.k. 18.00.

Dagskrá fundarins:

1. Skýrsla stjórnar.
2. Ársreikningur ársins 2013.
3. Tryggingafræðileg úttekt.
4. Fjárfestingarstefna sjóðsins.
5. Tillaga um breytingu á samþykktum.
6. Kosning stjórnar.
7. Ákvörðun launa stjórnarmanna.
8. Önnur mál löglega uppbörin..

Allir sjóðfélagar, jafnt greiðandi sem lífeyrisþegar, eiga rétt til fundarsetu á ársfundi með málfelsi og tillögurétti. Sjóðfélagar eru hvattir til að nýta sér rétt sinn og mæta á ársfund sjóðsins, en eru beðnir að staðfesta þátttöku sína við skrifstofu sjóðsins í síðasta lagi 19. maí 2014.

Sérstakt fulltrúaráð að jöfnu skipað fulltrúum stéttarféлага og samtaka atvinnurekanda sem að sjóðnum standa fer með atkvæði á ársfundinum.

Stjórn Lífeyrissjóðs Vestfirðinga
Lífeyrissjóður Vestfirðinga sími 4564176 Fax 4564710
Netföng: afgr@lvest.is gudrun@lvest.is

Riddarar Rósu

Sumaræfingar Riddara Rósu hefjast í dag og verða sem hér segir:

Mánudagar og fimmtudagar: 18.15 við Íþróttahúsið Torfnesi

Laugardagar: 9.30 við Íþróttahúsið Torfnesi

Allir velkomnir, byrjendur jafnt sem vanir hlauparar. Skipt verður í þrjá hópa eftir getu þannig að allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi. Gjald fyrir sumarið er aðeins 9000 kr.

Minum einnig á Hlaupahátíðina okkar sem verður haldin 18-20 júlí en nánari upplýsingar um hana er á hlaupahatid.is

Þá er bara að reima á sig hlaupaskóna, mæta og vera með í frábærum félagskap

Riddarar Rósu Ísafirði



Aðalfundur Sjálfstæðisfélags Ísafjarðar

Aðalfundur Sjálfstæðisfélags Ísafjarðar verður haldinn í Sjallanum að Aðalstræti 20, 8. maí kl. 20.00

Dagskrá:

Hefðbundin aðalfundarstörf

Breyting á 7. grein laga félagsins um boðun aðalfundar. Stjórn leggur til að heimilt verði að boða aðalfund með rafrænum hætti.

Stjórn Sjálfstæðisfélags Ísafjarðar.



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og vinsemi vegna andláts ástkæru sambyliskonu, móður, dóttur, ömmu, tengdamóður, systur og mágkonu

Guðrúnar Jóhannsdóttur
Stórholti 21, Ísafirði

Björn Bergsson
Jóhann Pétur Guðmundsson
Bjarki Guðmundsson
Jóhann Pétur Ragnarsson
Guðmundur Jens Jóhannsson
Pórdís G. Guðmundsdóttir
Soffía Þóra Einarsdóttir
barnabörn og aðrir aðstandendur

Er sumarið komið í umferð hjá þér?

Nú er tími sumardekkjanna kominn og því hvetjum við bíleigendur til að fá aðstoð fagmanna okkar við val á dekkjum með rétta eiginleika,- **það er öruggast.**

Dekkin eru eina snerting bílsins við veginn og öryggi þitt veltur því á gæðum þeirra. Við hjá Bílaverinu búum að áratuga reynslu og vitum að mikill munur er á gæðum og endingu þeirra dekkja sem eru í boði á markaðnum.



TOYO TIRES
driven to perform

BF Goodrich
TAKE CONTROL

MAXXIS



BÍLAVERIÐ

Bílaverið ehf • Sindragata 14 • 400 Ísafjörður • Sími 456 3501



Hjallastefnan yfirtekur Eyrarskjól

Samningur milli Hjallastefnunnar ehf. og Ísafjarðarbæjar um faglega og rekstrarlega yfirtöku Hjallastefnunnar á leikskólanum Eyrarskjóli á Ísafirði var undirritaður í síðustu viku. Samhliða undirrituninni yfirtók Hjallastefnan faglega ábyrgð á skólanum. Fjárhagsleg ábyrgð færir yfir til hennar 1. ágúst og verða þá allir starfsmenn skólans starfsmenn Hjallastefnunnar ehf. Foreldrar munu þá fá senda greiðsluseðla vegna leikskólagjalda frá Hjallastefnunni ehf. en ekki frá Ísafjarðarbæ. Foreldrar ættu ekki að finna fyrir

öðrum breytingum en þessum.

Ísafjarðarbær mun þó eftir sem áður úthluta leikskólaplássum og skólinn mun áfram njóta sama sérfræðistuðnings og aðrir skólar í sveitarfélaginu.

„Við erum svo lánsöm hér í Ísafjarðarbæ að eiga fjölbreytta og skapandi leikskóla með frábæru starfsfólki. Þegar sú hugmynd kom frá starfsmönnum Eyrarskjóls að skoða aukið samstarf við Hjallastefnunna ehf. fannst okkur skynsamlegt að ganga alla leið og láta Hjallastefnuna reka skólann eins og gert er víða annars staðar. Eftir



Daníel Jakobsson bæjarstjóri og Margrét Pála Ólafsdóttir, stjórnarformaður og aðaleigandi Hjallastefnunnar, við undirritunina.



Aðalsafnaðarfundur Ísafjarðarsóknar

Aðalsafnaðarfundur Ísafjarðarsóknar verður haldinn þann 25. maí nk. í safnaðarheimili Ísafjarðarkirkju að lokinni guðspjónustu klukkan 11. Boðið verður upp á súpu og brauð.

Flutt verður skýrsla sóknarnefndar um safnaðarstarfið og síðan verða lagðir fram reikningar sóknarinnar og kirkjugarðanna, auk umræðna um önnur mál. Fólk er hvatt til að mæta.

Sóknarnefnd Ísafjarðarsóknar

sem áður er annar öflugur leikskóli í Skutulsfirði og þrír aðrir í sveitarfélaginu sem við rekum áfram sjálf. Þetta gæti því orðið spennandi blanda, sem ætti að koma bæði foreldrum og sveitarfélaginu til góða,“ segir Daníel Jakobsson, bæjarstjóri Ísafjarðarbæjar.

„Mér er í huga þakklæti fyrir þann stuðning sem starfsmenn á Eyrarskjóli fengu við þeirri ósk að styrkja okkur sem Hjallastefnuskóla, sem við höfum verið hluti af í mörg ár. Það verða ekki neinar breytingar á starfi Eyrarskjóls og ríkir mikil gleði og bjartsýni meðal allra starfsmanna hér á Eyrarskjóli líkt og ávallt hefur verið. Foreldrar hafa staðið

við bakið á okkur í þessu ferli og það hefur glatt að fá kveðjur og hvatningu, það ber að þakka

einlæglega,“ segir Guðrífur Guðmundsdóttir, leikskólustjóri á Eyrarskjóli. smari@bb.is



Okkar innlegustu þakki til allra sem hafa sýnt okkur samúð, kærleik og stuðning við andlát og útför eiginmanns míns, föður okkar, tengdaföður og afa

Jakobs Ólafssonar
Túngötu 19, Ísafirði

Pálína Helga Aðólfsdóttir
Sigríður Jakobsdóttir Frederik A. Hansen
Ólafur Jakobsson Íris Ósk Oddbjörnsdóttir
Anna, Jakob, Helgi, Elísabet Alda og Helene Helga.

Fortíð eða framtíð „viðræðna“

Margir fara mikinn vegna þeirrar ákvörðunar ríkisstjórnarinnar að slíta viðræðum um inngöngu Lýðveldisins Íslands í Evrópusambandið, þótt engum þurfi að koma það á óvart að svo hafi verið gert. Í raun er bæði að hafa skemmtan og vorkunn af viðbrögðum fulltrúa stjórnarandstöðu á Alþingi vegna þessarar ákvörðunar ríkisstjórnarinnar um að viðræðum við Sambandið skuli nú hætt og kröftunum og peningum þjóðarinnar varið til annarra og vonandi uppbyggilegra verkefna. Síðasta ríkisstjórn, sem þau Jóhanna og Jóhann réðu, hafði nægan tíma til þess að ljúka þessu gæluverkefni sínu að koma Lýðveldinu Íslandi undir yfirráð Evrópusambandsins, en tíminn var ekki nýttur og það án skýringa. En stundum birtast þær eftir á þegar skoða má liðna atburði af sjónarhóli nútímans og hagræða í samræmi við það sem betur mátti fara fremur en sannleikann einberan.

Tveir fyrrum ráðherrar, þeir Steingrímur Jóhann Sigfússon og Össur Skarphéðinsson hafa báðir ritað söguskýringar sínar, eins konar réttlætingu gerða sinna undir ríkisstjórnarsetunni. Hvort tveggja verður viðfangsefni stjórnmalafraeðinga og stjórnmalaskýr- enda framtíðarinnar, að ógleymdum sagnfræðingum, sem úr nógu hafa að móða varðandi tilurð þessarar gengnu ríkisstjórnar, tilvist og gagnsemi. Það er auðveldara að spá um fortíðina sem er

liðinn en framtíðina sem bíður, eins greina má af bók Össurar. Hann víkur að því í bók sinni að strax í nóvember 2011 hafi verið ljóst að ekki fengjust sérlausnir varðandi sjávarútveg Íslendinga og það virðist í samræmi við eftirfarandi hægagang í viðræðunum. Af hverju stóð ekki formaður Samfylkingarinnar, sem bæði var í ríkisstjórn Jóhanns og Jóhönnu um tíma og studdi hana þótt til hliðar væri settur, við stórkarlalegar yfirlýsingar sínar um að viðræðum mætti ljúka á 18 mánuðum? Var þar ef til vill að hafa skýringu á því að hann var settur af sem ráðherra? Hitt er svo annað mál eins og kerlingin sagði að hugsanlega hefði mátt standa að slit- um viðræðna með öðrum og diplómátskari hætti, einkum gagnvart æstum inngöngupostulum.

Nú gengur mikið á. Stofna skal nýjan mjúkan hægri stjórnmalaflokk sem hefur það sem stefnu að ganga í Evrópusambandið. Þá kemur í ljós að aðrir en Sjálfstæðismenn hafa meiri hug á að ganga til liðs við hinn nýja léttægri flokk. Það eru einkum kjósendur Samfylkingar og hinnar Björtu Framtíðar sem eru áhugasamastir um það. Framtíð hins nýja flokks virðist því eiga rætur í þessum vinstri flokkum fremur en Sjálfstæðisflokki og veldur það mörgum undrun, en ætti að valda formanni Samfylkingar nokkrum heilabrotum, ekki síst eftir tap hennar í síðustu Alþingiskosningum.

Stakkur skrifar

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



STONE OVEN PIZZA MARGHERITA
300 g €7 Quick Frozen

229
kr. 300g

STONE OVEN PIZZA SALAMI
350 g €7 Quick Frozen

298
kr. 350g

SALTED PEANUTS
SÚÐAÞAKKINÁT SALTADÉ JÖRÐNOTTIR, SALTADÉ PEANÖTTER, GEZÖUTEN PINDAS, PRÓTEÍNE SÖLNE ARASÍDY, PRAŽENE, SÖLNE ARASÍDY, AMENDOINS COM SAL
300g €7

259
kr. 500g

5 stk. FIN & SKORIN BÓNUS PYLSUBRAUÐ
260g

149
kr 5 stk.

PYLSA Í BRAUÐI AÐEINS 66 KR.

BÓNUS VINARPYLSUR

359
kr 10 stk.

Bónus Pylsubrauð 5 stk & Pylsur 10 stk 485g

Coca-Cola light
79
kr. 250ml

pepsi MAX
maximum kick no sugar

195
kr. 2 ltr.

ENERGY DRINK
500 ml e

95
kr. 500ml

ENERGY DRINK SUGAR FREE
250 ml e

69
kr. 250ml

Cobana Cones
8
Vanilla VANILLA

498
kr. 8 stk.

Aðeins 63.kr.stk

Doritos
BARBECUE STYLE
195
kr. 170g

NAUTA Veisla

439
kr. 2 x 140g

NAUTAVEISLA Stór nauta-hamborgari 140g

Mountain Dew

97
kr. 500ml



Lífið er til að njóta þess

Guðjón Már Þorsteinsson uppgötvaði fyrir þremur árum að hann var búinn að missa tökin á lífi sínu. Aukakílóin orðin alltof mörg og byrðin á sálinni enn þyngri. Hann tók sig því á og fór að vinna markvisst að því að koma heilsunni í lag, bæði þeirri líkamlegu og andlegu.

Gauí, eins og hann er jafnan þekktur, hefur fengið sinn skerf af erfiðum áföllum í lífinu en vann aldrei úr þeim fyrr en nú. Þar ber einna hæst þegar hann lenti í alvarlegu bílslysi á Flórída þegar ökuumaður bifreiðar sem kom á móti missti stjórn á ökutækinu og fór yfir á rangan vegarhelming. Mágur Gauja lét lífið í slysinu og þrátt fyrir að hafa sloppið sjálfur með minni háttar meiðsli skildi atvikið eftir sig stórt sár í sálu Gauja.

Hann fór sér hægt núna í upphafi og byrjaði á stuttum göngutúrum en óvænt fór hann að gera upp fortíðina á röltinu og að eigin sögn náði að endurræsa hugann. Núna er Gauí um 50 kílómun léttari en segir þó mestu muna um hlasið sem hann missti andlega.

Búinn að missa tökin

„Í mörg ár hef ég alltaf ætlað að gera lífsstílsbreytingar en það varði aldrei lengur en stuttan tíma í senn. Svo var það árið 2011 að Thelma dóttir mín var að gifta sig og ég fór til Englands í brúðkaupið. Það var stórkostleg ferð en stuttu eftir að ég kom heim fékk ég myndir sendar úr brúðkaupinu frá Thelmu. Ég var að fletta í gegnum þær alsæll yfir því hvað brúðkaupið hefði verið vel heppnað þegar ég rekst á mynd af mér með arminn utan um Thelmu.

Ég fékk áfall þegar ég sá ástandið sem ég var í. Ég vissi

vel að ég væri þungur og þyrfti að gera eitthvað í því, en ég trúði ekki að ég væri eins þungur og ég virkaði á myndinni. Ég fletti fleiri myndum og sá að sú var raunin, ég var algjörlega búinn að missa tökin og orðinn það þungur að ég þurfti nánast eigið svæðisnúmer, eins og segir í bröndurunum. Ég ákvað að nú yrði ég að gera eitthvað í þessu. Oft og mörgum sinnum hafði ég prófað hina ýmsu kúra en fór alltaf í sama farið aftur. Ég fór því að kafa djúpt í sjálfum mér og sá að ég átti svo margt óuppgeitt úr fortíðinni. Sérstaklega slæmt bílslys sem ég lenti í fyrir 15 árum í Bandaríkjunum þar sem ég missti mág minn, húsbirni þar sem ég hefði getað misst dætur mínar og aðkoma mín að snjóflóðunum í Súðavík.

Allt þetta sat enn í mér því ég hafði aldrei unnið úr því. Ég byrjaði að fara í göngutúra, stutta í fyrstu, þar sem ég hafði enga heilsu í þetta. En í þessum göngutúrum fór hausinn á fullt og ég byrjaði að rifja upp allt það góða sem hefur hent mig og ég á í lífinu. Þarna kviknaði neisti sem ég ákvað að nýta til að ná aftur tökum á lífi mínu. Til að verða aftur sami lífsglaði Gauí og ég var alltaf áður fyrr.

Ég setti mér langtíamarkmið og fór mér hægt í fyrstu. Það hafa verið litlir sigrar og stundum fór ég mér of geyst og það komu bakslög. En í stað þess að gefast upp hélt ég áfram og tók einn dag fyrir sig. Þetta varð að rútínu og áður en ég vissi af var ég farinn að ganga 4-7 kílómetra hvern einasta virka dag. Það var í ágúst 2011 og nú hef ég misst um 50 kíló sem er auðvitað frábært, en andlega byrðin sem ég missti við þetta var vó mikið meira.“

Að líta yfir líðandi dag

„Ég var kominn í sjálfskaparviti án þess að gera mér grein fyrir því. Ég var illa farinn eftir bílslysið, stoðkerfi líkamans í rúst og sálin í sárum. Ég þyngdist og samhliða því þurfti ég að fá sterkari verkjalyf, sem gerði mér ekkert gott. Það var mjög erfitt að hætta hlutum eins og að borða brauð og drekka gos og kökuáinu. Og það er enn erfitt og hver dagur er áskorun, en með því að vakna hvern einasta dag, líta á sjálfan sig í spegli og spyrja: Ef ekki ég, hver þá? og fara svo út í daginn, ákveðinn í að nýta hann til góðs, var þetta mun auðveldara en ég átti von á.“

Þegar dagur er að kvöldi kominn lít ég yfir viðburði hans og reyni að einblína á það jákvæða og fara glaður að sofa. Þetta er auðvitað ekki alltaf auðvelt. Ég punkta allt niður hjá mér jafnóðum, og þegar ég leit yfir páskana hjá mér var bara einn dagur sem mér hafði ekki tekið að fara að sofa með jákvæðu hugarfari. Þá hafði ég reiðst við dómara á körfuboltaleik hjá KFÍ. Ég var enn reiður þegar ég fór að sofa, en aðallega svekktur út í sjálfan mig fyrir að hafa leyft einhverjum öðrum að taka gleðina frá mér. Sem betur fer var ég fljótur að átta mig að það var ekki þess virði, þetta væri bara leikur, og ég birti færslu á Facebook þar sem ég sagðist hafa misst sjónar á langtíamarkmiðinu, en bara í augnablik.“

Faldi sig í myrkrinu eftir bílslysið

Gauí segist hafa ómeðvitað lokað sig af og barið sjálfan sig niður fyrir það sem betur mætti fara í stað þess að einblína á það sem hann væri að gera gott.

„Eina sem ég hef alltaf verið stoltur af er foreldrahlutverkið, enda það mikilvægasta í lífi mínu. Ég hef alltaf stært mig af því að vera góður pabbi, en með því að vinna ekki úr hlutunum og í sjálfum mér var ég ómeðvitað að láta það bitna á fjölskyldunni. Ég var oft reiður og pirraður út af hlutum í stað þess að gleðjast yfir því sem gott var. Það er auðvitað ekki hægt að vera besti pabbi sem maður getur verið ef maður er alltaf leiðinlegur og í vöndu skapi.“

Ætli þetta hafi ekki byrjað fyrir svona 19 árum að ég byrjaði smám saman að falla í þennan pytt, en bílslysið 1998 varð svo til þess að ég missti sjálfan mig algjörlega. Þetta var atburðarás sem ég óska engum að lenda í. Ég byrjaði að kvelja mig á spurningum eins og ef ég hefði ekki beðið hann um að stoppa í sjoppu, ef ég hefði verið í íþróttaskóm í staðinn fyrir sandölum og þurft að reima áður en við lögðum af stað, og svo framvegis, þá hefðum við ekki verið á þessum stað á þessum tímamarki og slysið ekki átt sér stað. Þó að ég segði við sjálfan mig að það hefði ekkert upp á sig að hugsa svona hafði þetta ómeðvitað mjög skaðleg áhrif.

Ég gat ekki losnað við þetta úr huganum og það var ekki fyrr en 2012 að ég fyrirgaf sjálfum mér og sætti mig við að ég hefði aldrei getað gert þetta öðruvísi. Eina sem ég sé virkilega eftir er að hafa ekki getað verið með mági mínum allan tímann þar sem við vorum fluttir á sitt hvort sjúkrahúsið. Ég lá því einn á sjúkrahúsi og heyrði starfsfólkið hvísla frammi á göngunum að þarna lægi kraftaverkið, íslenski maðurinn sem lifði þetta hrikalega slys af.

En þetta var verulega skritinn tími þarna inni á spítalanum og ég varð eiginlega kexruglaður eftir á. Mér var tjáð að ég væri svo heppinn að fá þennan lækni þar sem hann hefði unnið í Víetnam á sínum tíma og væri því mjög góður að vinna að svona skurðum eins og ég hafði. Svo var mér bara sagt að ég mætti fara heim, ég fékk ekki einu sinni verkjalyf þar sem ég átti að geta keypt það sem ég þurfti í næsta apóteki og ekkert minnst á áfallahjálp eða neitt þvíumlíkt. Ég var allur krambúleraður, það vantaði í mig tönn og ég var að fara heim til systur minnar sem var að missa manninn sinn, og hafði enga hugmynd um hvernig ég ætti að haga mér. Í ráðaleysi mínu lokaði ég mig því bara inni í herbergi og mitt fyrsta verkefni daginn eftir var að finna tannlækni svo ég myndi líta sómasamlega út í útförinni. Þegar ég lít til baka sé ég að ég var algjörlega út úr heiminum.

Þegar heim var komið fór ég beinustu leið heim í íbúð, í Lazy-boyinn, í myrkrinu, og þar leið mér loksins vel. Enginn þorði að nálgast mig þar sem enginn vissi hvað hann ætti að segja við mig, og þetta var verulega furðulegur tími. Enginn áttaði sig á að leggja til að ég myndi tala við sálfræðing og leita mér hjálpar. Þessi stóri, sterki og heppni maður myndi nú alveg spjara sig. En þegar ég lít til baka þá var ég alltaf á mörkunum að vera brjáláður, alltaf að ibba gogg á netinu, rífast og tuða yfir ótrúlegustu hlutum. Það er skritið að lesa yfir það sem ég var að skrifa á þessum tíma og sjá hvað maður var óhamingjusamur án þess að hafa gert sér grein fyrir því. En nú er komið 2014 og ég hef aldrei verið eins

Sælkerar vikunnar eru Brynja Dís Stefánsdóttir og Björn Elías Halldórsson

Beikonvafðir kjúklingar

Við ætlum að bjóða upp á okkar uppáhalds kjúkling,

Fylltar beikonvafðar kjúklingabringur

Kjúklingabringur
1-2 dollur sólþurkkaðir tómatar
Rjómaostur
salt
pipar
beikon.
Skerið vasa á bringurnar og fyllir með sólþurkkaðátómata rjómaostinum og sólþurkuð-

um tómutum, salta og pipra eftir smekk og vefja svo með beikoni. Bringurnar eru steiktar létt á pönnu og settar svo inn í ofn og eldaðar við 180°.

Til þess að toppa réttinn er gott að hafa með honum ferskt grænmeti og kartöflur eða hrísgrjón.

Fílakaramellukaka

Botn
4 egg
2 dl sykurl
þeyta vel saman

200 gr suðusúkkulaði
200 gr smjörlíki
Brætt saman
1 dl hveiti
Öllu blandað saman þegar súkkulaðið er orðið kalt, sett í form og bakað 180° í 30 mín eða 150° blástur í 1 klst.
Krem
20 fílakaramellur
1 dl. Rjómi brætt saman og hellt yfir

Við skorum á Ingibjörgu Hebu Halldórsdóttur að vera næsti sælkeri vikunnar.



ákveðinn í að halda áfram að vinna í sjálfum mér og lifa lífinu í sátt við guð og menn.“

Ef ekki ég, hver þá?

Í gegnum þetta ferðalag sitt til betri líðanar hefur Gaui reglulega birt jákvæðar færslur á samskiptavefnum Facebook, ýmist lítil vísdómsorð eða fréttir af framgangi sínum. Það hafi hann gert til þess að hjálpa sjálfum sér að halda í jákvæðnina en síðar hafi hann komist að því að það hafi hjálpað ýmsum öðrum í leiðinni.

„Ég var að vinna við Aldrei fór ég suður og ball með Helga Björnssyni um páskana og þá komu fjölmargir upp að mér, föðmuðu mig og sögðu að orð mín hefðu hjálpað sér. Ég gerði mér ekki grein fyrir því fyrr en stúlka kom til mín og sagði að þessi mantra mín *Ef ekki ég, hver þá?* hefði snert hana og hjálpað henni þegar hún var að kljást við fæðingarþunglyndi.

Sú setning er nefnilega svo ótrúlega sönn, ef þú gerir ekki hlutina fyrir sjálfan þig, þá er enginn sem getur gert það. Maður verður að finna það hjá sjálfum sér. Þetta rölt mitt sem ég byrjaði árið 2011 hefur gert mér svo ótrúlega gott. Ég byrja að ganga og allt í einu er hugurinn kominn aftur til fortíðar og eins og ég hafi allt í einu aðgang að geymslu úr fortíðinni get ég ruslað út því sem á ekki að vera þar og skilið eingöngu það góða eftir. Bara með því að endurupplifa atburðinn og gera hann upp í huganum.

Að miklu leyti snýst þetta um atvik sem maður hefði viljað gera betur og getað fyrirgefið sjálfum sér fyrir mistök sín. Oft er maður að hegna sjálfum sér fyrir eitt-hvað sem hefur engin áhrif á heildarmyndina og því engin ástæða að burðast með sektarkennd yfir því. Til dæmis þegar maður gerði einhvern skandal að manni fannst á fyllirfi, sem skipti engan máli nema sjálfan mann eða brást vitlaust við ákveðnum aðstæðum. Þetta safnaðist svo allt saman í staðinn fyrir að maður gerði þetta strax upp og segja við sjálfan sig, að þetta hefði bara verið kjánalegt fyrir mann sjálfan, en maður hefði ekki sært neinn og því engin ástæða að halda í þessi mistök í staðinn fyrir að læra af þeim.“

Lærði að henda því slæma út með ruslinu

„Eftir að ég byrjaði að segja frá mínu ferðalagi á netinu hefur fullt af fólki sett sig í samband við sig og spurt mig ráða. Ég get miðlað af minni reynslu og ef það hjálpar einhverjum er það frábært! En þetta er engin ákveðin Gauja-áætlun með gúrústimpli. Þetta er það sem hjálpaði mér, ósköp venjulegum manni, en hver og einn verður að finna sína leið. Besta ráðið sem ég get gefið



er að fólk sé ekki að gefa lífinu færi á að taka sig þannig taki að maður geti ekki notið þess góða. Lífið er svo stutt og maður verður að kunna að hafa gaman af því.

Allir lenda í erfiðum tímum eða aðstæðum og maður verður að kunna að biðja um hjálp þegar lífið er manni um megn. Af eigin reynslu veit ég að eitt það versta sem maður gerir í þeim kringumstæðum er að fela sig einn heima í sínum þægindaramma, sem er ekki svo þægilegur þegar uppi er staðið.

Það tók mig langan tíma að læra að það er engin ástæða að halda í allt þetta slæma í staðinn fyrir að henda því út með ruslinu og halda aðeins í það góða. Á þessum árum var myrkrið mitt besti vinur, ég kunni best við mig á veturna eða í rigningu. Sól og sumar áttu ekki við mig. Ég hef alltaf unnið mest og best í skammdeginu, en samt beið ég alltaf eftir sumrinu, en um leið og það kom gat ég ekki beðið eftir því að veturinn kæmi aftur. Ég var alltaf að hlakka til einhvers, en þegar kom að því reyndi ég allt sem ég gat til þess að komast hjá því.

Til dæmis var ég alltaf svo spenntur fyrir grímuböllum KFÍ og Ísfélksins, tilhlökkunin varði alveg þar til líða fór að ballinu, en þá fór ég að tína til allar afsakanir sem ég gat fundið til þess að geta ekki mætt. Ég fór nú samt

alltaf, en var farinn mjög snemma. Eins þegar ég ætlaði í bíó á einhverja mynd sem ég var ógurlega spenntur fyrir, en svo þegar komið var að sýningunni fann ég mér einhverja afsökun til að fara ekki. Mér leið ofboðslega vel í nokkrar mínútur eftir að ég ákvað að fara ekki en um leið og bíóið var búið dauðsá ég eftir að hafa ekki farið. Ég áttaði mig ekki á því fyrir en mörgum árum seinna að ég var að glíma við félagsfælni. Í þessari rússíbanareid hef ég verið í hátt í tuttugu ár.

Fann vellíðunina á ný

Þrátt fyrir að hafa glímt við svartnættið í öll þessi ár hefur Gauri náð að áorka miklu og þá sér í lagi er kemur að íþróttum og tómstundum í Ísafjarðarbæ.

„Ég hef komið miklu í verk á þessum árum en ég leyfði sjálfum mér aldrei að njóta þess. Gott dæmi um það er þegar mér var veitt gullmedalía frá Körfuknattleikssambandinu árið 2005. Ég sá til þess að allir hefðu sæti og að allir skemmtu sér vel, nema ég. Ég var bara að vinna og sjá til þess allt gengi smurt í staðinn fyrir að njóta þess að það væri að veita mér þennan heiður. Þetta varð að stoppa, ég varð að finna leið til þess að geta notið þess góða í lífi mínu.

Ég tók eftir því um nú um páskana þegar við hjá KFÍ-TV vorum að senda beint út frá rokkhátíðinni, að ég leyfði mér loks að njóta þakklætisins sem við fengum. Ég kom alsæll heim um nóttina og alveg í sæluvímu yfir því hvað allt hefði gengið vel og hátíðin heppnast frábærlega. Áður fyrr hefði þetta verið kvöð sem ég kveidi fyrir að vinna, bara út af eigin verkvíða og félagsfælni. Maður mætti alltaf og vann sitt verk, en það fylgdi því engin ánægja því maður var alltaf að skemma það fyrir sjálfum sér.

Nú hef ég fundið vellíðunina aftur. Markmiðið núna er að nýta hvern einasta dag til fulls.“

Íþróttahreyfingin í Ísafjarðarbæ

Gauri hefur í allmörg ár verið einn helsti stuðningsmaður þess að sameina íþróttahreyfinguna í Ísafjarðarbæ undir einn hatt.

„Ég elska bæinn minn og hef alltaf reynt að gera mitt besta fyrir hann. Ég trúi því að besta leiðin til þess að við getum plumað okkur hér fyrir vestan og átt blómlega framtíð sé að standa saman. Þar er íþróttahreyfingin engin undantekning. Alltof lengi hafa menn setið hver í sínu horni og agnúast út í að hinir fái meira en þeir.

Að mínu mati verða allir að leggjast á eitt, leggja fortíðina að baki og fara út í það af heilum hug að búa að blómlegri framtíð fyrir okkur öll hér fyrir vestan. Í stað þess að vera full yfir því að eitt íþróttafélag fái eitt árið meira



en eitthvað annað, í stað þess að fetta fingur út í skipulagsmál bæjarins, þá tel ég að lausnin sé að menn komi saman og vinni að framtíðarlausn. Setjist niður og spyrji hvað hægt sé að gera til að vinna sem best að íþróttahreyfingunni í heild og búa til tíu ára áætlun.

Þetta má yfirfæra á önnur mál sem varða sveitarfélagið. Ég tel að ráðamenn þess gætu áorkað mun meiru ef þeir fengu bæjarbúa í lið með sér. Haldnir væru fleiri íbúafundur og virkja alla bæjarbúa, sama í hvaða byggðakjarna þeir búa, til að leggja sitt af mörkum svo að samfélagið í heild sé eins og best sé á kosið. Gott dæmi um þetta er þegar Aldrei fór ég suður og Mýraboltinn fara fram. Þar er kominn einhver samnefnari þar sem allir vilja leggjast á eitt svo að viðburðirnir séu eins flottir og raun ber vitni. En þrátt fyrir það leggst mesta vinnan á aðeins örfáar hendur. Ég hef komið að slíkri vinnu, bæði staðið að íþróttabúðum og tónleikahaldi, og það er gífurleg vinna að baki. Ég einmitt gerði þau mistök að reyna gera allt sjálfur, annað hvort af því ég var of stoltur til að biðja um aðstoð eða vildi kreditið sjálfur. Það er auðvitað kolrangur hugsunarháttur og mun

betra í alla staði að vinnan leggist á fleiri hendur en færri.

Þetta má útfæra á þjóðfélagið í heild. Ég er oft hugsi yfir fátækt sem er til staðar á okkar frábæra landi þar sem nóg er til af öllu. Mér finnst sjálfsgat mál þegar einhver er í bágum aðstæðum að þeir sem hafa það betra veiti þeim hjálparhönd. Ef til dæmis foreldrar hafa ekki efni á að börnin þeirra stundi tómstundir þrátt fyrir að hafa vilja til finnst mér sjálfsgat að samborgarar þeirra finni leið svo að barnið megi njóta þess að stunda sitt áhugamál.“

Missti næstum það dýrmætasta í húsbruna

Árið 1986 varð heimili Guðjóns og fjölskyldu eldi að bráð og litlu munaði að verr færi.

„Ég missti þarna næstum því dætur mínar, Kristínu og Thelmu. Ég get vart hugsað til þess ef einhver hefði ekki séð reykinn og komið okkur til aðstoðar. Mér var hjálpað út úr húsinu í gegnum glugga og bæði ég og dæturnar fengum reykeitrún. Þetta er bara eitt dæmi um háska sem ég hef lent í og einhvern veginn náð að lifa af. Þá fékk ég þennan heppnistimpil á mig sem hefur fylgt mér æ síðan. Stóri og sterki maðurinn

sem var svo heppinn að sleppa alltaf með skrekkinn.

Engum datt í hug að allir þessu slæmu hlutir sem maður upplifði sætu eftir og nöguðu sálina. Engum datt í hug að spyrja heppna gaurinn hvort ekki þyrfti að ræða hlutina og vinna úr þeim. Mér finnst stórkostlegt að fólk sé orðið meira vakandi fyrir mikilvægi áfallahjálpar. Það heilbrigðasta sem hægt er að gera er að tala hlutina út. Maður vill ekki gera það við þá sem standa manni næst þar sem maður vill ekki að þyngja þeim sem manni þykir vænst um með eigin sorg, en óafvitandi gerist það engu að síður ef maður vinnur ekki úr því sem hrjáir mann. Maður missir tókin á lífinu.“

Gauri segist afar þakklátur að hafa fundið hamingjuna á ný og getað unnið úr gömlum áföllum.

„Ég er 53 ára gamall og elska lífið. Þó að ég misstígi mig oft stend ég í þeirri trú að ég geti gert betur næst og með þessu hugarfari fer ég inn í hvern einasta dag. Ég á frábær börn og yndisleg barnabörn, og hvað getur maður beðið um meira? Ég er fullur af orku og nýt þess að gera hlutina og er ávallt með bros á vör. Núna veit ég að lífið er til þess að njóta þess.“





GARÐVEISLA

**CLABER
SLÖNGUHLÓL**
3.595 kr
~~5.249~~



**Claber
slönguhjól**
ECOSEIO
tekur 60 m af
13 mm slöngu
5081658

ORF IKRA
3.995 kr.
350W



Orf IKRA
RT2124DA
350W - aukaspóla.
5086612

BUGG GRILL
75.890 kr.
Takmarkað magn!



**BUGG
grill**
Svart
3000223

**HEKKKLIPPUR
IKRA**
5.995 kr.
520W



Hekklippur Ikra
520W - 50 cm blað.
Klippir allt að 16 mm.
5083756

**KEÐJUSÖG
IKRA**
13.995 kr.
2200W



Keðjusög IKRA
EKS-2200-40 - 2200W,
40 cm blað.
5083730

GARÐSTÓLL
9.900 kr.
FROMENTOR



Garðstóll Fromentor
Staflanlegur.
3899137

**MÆÐRADAGUR
Á SUNNUDAG!**

20%

renna til Mæðra-
styrksnefndar

Blómaval Ísafirði

Opið sunnudag
kl. 11-15

**MÆÐRA
DAGS
VÖNDUR
2.990 kr.**

blómaval



HÚSASMÍÐJAN

HLUTI AF BYGMA

ALLT FRÁ GRUNNI AÐ GÓÐU HEIMILI
SÍÐAN 1956

Dagar Íslands

8. maí 1894: Eimskipið Á. Ásgeirsson kom til landsins. Skipið var fyrsta vélknúna millilandaflutningaskipið í eigu Íslendinga og var í förum til Evrópu og flutti einkum vörur fyrir eigandann, Ásgeirsverslun á Ísafirði.

8. maí 1948: Tröllafoss kom til landsins. Hann var stærsta skip sem Íslendingar höfðu eignast, 5800 rúmllestir og 103 metrar á lengd.

9. maí 1992: Fjórða og síðasta nýja Fokker 50 flugvél Flugleiða kom til landsins. Sama dag lauk áætlanarflugi Fokker F 27 flugvéla á Íslandi, en það hafði staðið yfir í nær þrjá áratugi.

10. maí 1940: Hernámsdagurinn. Breskt herlið var sett á land í Reykjavík. Allmargir þjóðverjar voru handteknir, meðal annars Gerlach ræðismaður. Í hernámsliði Breta voru rúmlega 25 þúsund menn þegar mest var.

Bandaríkjamenn tóku að sér hvernd landsins, ásamt Bretum, 7. júlí 1941.

11. maí 1955: Kópavogur fékk kaupstaðarréttindi en Kópavogshreppur hafði verið greindur frá Seltjarnarneshrepi sjö árum áður.

12. maí 1990: Ásgeir Sigurvinsson lék síðasta leik sinn sem atvinnumaður í knattspyrnu. Hann hóf ferilinn 1973 og varð m.a. vestur-þýskur meistari með Stuttgart.

13. maí 1966: Undirritaðir voru samningar um kaup ríkisins á Skaftafelli í Öræfum undir þjóðgarð. Jörðin, sem er um einn hundraðasti af flatarmáli alls Íslands, var afhent í september 1967. Þjóðgarðurinn var síðan opnaður vorið 1968.

Helgarveðrið

Horfur á föstudag og laugardag:

Norðaustan 5-10 og lítilsháttar væta, en bjartviðri á Suður- og Vesturlandi. Hihi breytist lítið.

Horfur á sunnudag og mánudag:

Austan- og norðaustanátt. Smáskúrir sunnantil á landinu, en annars yfirleitt þurr. Svölt í veðri, einkum NA-lands.

Krossgátan

				1	2	3	4	5	6	7	8
				Leiður	↘	Manna- mót Leiktæki Flík	↘	Beita Tónn → Átt Forföður	↘	↘	Vantur Samst.
				→	5						↘
Jón Steingr.	↓	Veiði Stynji	Borðuðu	Utan- garðs- mennina Skæni					7		
Sauga								✓	Samst.		
Skolla Eimyrja									Forsjá		
↘			↗				Viljugt Svall Lummur			✓	
Plötu- spilari						✓					
Hvildi Átt			↗	3	Afa			Átt		R.vík	
					Tísta			Lík		Titill	
Umfang		✓						2			
Litlu											↘
↘				Maður						1	Sleiki Hjálp
				Dautt							
Sjúk- dómur			Samtök			Mægðir	✓				
Merki Útungun			Ílát			50					
↘					↗				Járn		
									Værð		
R.vík Kantur Átt		Eins um D		8		Upp- gerðar- veiki Storka					
Eins ↓		Flaugin									✓
↘			↗		Á endum	6		Upp- hröpun			
					Eins um B			Slags			
↘			Hrjá						Ósam- stæðir		
			Óþekktur						Röð		
Enskur titill	↘								4		↘
Opin											
↘							Hvarfl				

BÍLAVERIÐ ehf

Hjólbarðapjónusta
Smurpjónusta

Smáviðgerðir

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



Gámabjónusta
Vestfjarða ehf

ÁSINN

2x10 lítra
á sleða + karfa.
Mál: 25 x 38/35cm

Sími: 456 3710
gamarvest.is



Lausn á síðustu krossgátu

M	A	T	A	R	K	Ú	R			
Jón Steingr.		Ó			L					
	↖	Ð	A	M	I	E	R			
E	F	A	R	A	N	S	A			
	Y	F	I	R		T	U			↓ G
	R	Á	Ð	S	M	E	N	N	S	K
E	I	R		V	A	R		A	M	O
	R	Ú	S	Í	N	A	S	P	Á	N
	↓	T	I	N		S	T	U	N	A
	M	A	L		S	K	A	R		N
K	U	T	I	N	N		F		Ó	↓
Á	N	A		Ó	J	Á	F	Á	L	E
	N		Á	L	Á	L	Í	T		R
	I	N	N	Ó	L	A	R	F	Á	↓
	N	Ú	A		D		U	R	L	Í
U	N	N	U	N	U	R	G	E	M	↖
	L	A	Ð	A	R		A	K	A	R



Göngum saman

Styrktarfélagið Göngum saman efnir til vörgöngu fyrir alla fjölskylduna víða um land á mæðradaginn, næstkomandi sunnudag. Á Ísafirði verður gengið frá Gamla sjúkrahúsinu á Eyrartúni og verða þrjár vegalengdir í boði, 1,5, 3 km og 7 km og lagt verður af stað kl. 11.

Gangan er gjaldfrjál en göngu-fólki gefst kostur á að styrkja rannsóknir á brjóstakrabbameini með frjálsum framlögum eða með því að festa kaup á varningi Göngum saman.

Sudoku prautilir

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

Til sölu



Til sölu Polar hjólhýsi 680 framleiðsluár 2008, kom á götuna 2009. Stór ísskápur, bakarofn, vínkælir, 150W sólarcella, tvær kojur, markísa og 3 hliðar (fortjald). Fleiri myndir á bland.is. Verð 4.700.000. Upplýsingar í síma 899-8057 - Halldór.

smáar

Rafskutla til sölu árg. 2008. Uppl. gefur Ásdís í síma 894 0625.

Til sölu. Hyundai Elantra station árg. '99, ek 107.000, sjálfskiptur. Verðhugm. 150.000kr. Uppl. í síma 8587469.

Þjónustuauglýsingar

JAKOB VALGEIR EHF
 Grundarstíg 5
 415 Bolungarvík
 450 7700

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

66°N Sjóvinnufatnaður
 Stígvél og vettlingar
 Þjónusta í heimabyggð 1983-2013

Öll almenn húsasmíði

GÖX HÚSASMÍÐI EHF

Bolungarvík
 456 7080 • 893 9362 • 690 1060

Umboðsaðili fyrir
GLERBORG

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

VERK VEST

ENDURSKOÐUN Sími í Bolungarvík 450 7900
 Sími á Ísafirði 450-7910
 VESTFJARÐA ehf

Aðalstræti 19, 415 Bolungarvík • Hafnarstræti 9, 400 Ísafjörður

Bílasala
456 3800
Bílaverkstæði
456 4580

BÍLATANGI HF.
 ÍSAFIRÐI

Suðurgötu 9

Kampi EHF

Rækjuvinnsla:
 Sindragötu 1 • 400 Ísafjörður • Sími: 450 4000

Fiskvinnsla:
 Hafnargötu 90 • 415 Bolungarvík • Sími 450 7507 / 863 2600

HRADFRYSTIHÚSIÐ-GUNNVÖR HF.
 - sjálfbær niðring sjávarauðlinda

Velkomin

á opnun kosningamiðstöðvarinnar



Frambjóðendur D-listans í Ísafjarðarbæ opna kosningamiðstöðina í Sjallanum, Aðalstræti 20, laugardaginn 10 maí.

Af því tilefni bjóðum við þér að koma til okkar milli kl. 12:00 og 14:00. Boðið verður upp á léttar veitingar. Tilvalið að kíkja við fyrir fyrsta heimaleik BÍ-Bolungarvíkur sem fram fer á Torfnesevelli kl. 14:00.

Sjáumst á laugardaginn.