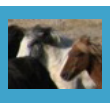
AKUREYRI VIKUBLAÐ

6. október 2016

29. TÖLUBLAÐ, 26. ÁRGANGUR

Stóðréttir í Melgerðismelarétt



OPNUN HÖFUÐ-STÖÐVA FISKISTOFU

Gunnar I. Birgisson er ekki ánægður með Arion

EDRÚ Í 22 ÁR Hjörleifur drakk illa í 40 ár. Hann segir alkóhólisma djöfullegan sjúkdóm.
Mynd: Guðrún Þórs.

„Ég er ekki allra“

Hjörleifur Hallgríms Herbertsson hefur verið útgerðarmaður, blaðamaður, útgefandi, tískuvöru- og matvöruverslunareigandi, ritstjóri og sjómaður, svo eitthvað sé nefnt. Hjörleifur ræðir hér um bernskuna, athafnasemina sem hann fékk frá blóðföður sínum, ástina sem hann fann í Vestmannaeyjum, dæturnar sem eru hans mesti fjársjóður, skapið sem hleypur stundum með hann í gönur, fylleríið og skrifin sem geta stuðað.

IÐNAÐARHURÐIR
BÍLSKÚRSHURÐIR

- Íslensk framleiðsla, smíði og samsetning.
- Allar hurðir smíðaðar samkvæmt máli.
- Áratuga reynsla starfsmanna í hurðum.
- Hágæða hráefni.
- Þolir íslenskt veðurfar.
- Stuttur afgreiðslutími.

IS HURÐIR

IS Hurðir | Sími 564 0013 | www.ishurdir.is | ishurdir@ishurdir.is

Hitaveitu & gasskápar
fyrir sumarbústaði og heimili

Gæði • Þjónusta • Öryggi

Hitaveituskápar
Við sérsmíðum og eigum líka hitaveitukassa á lager.
Einnig smíðum við mikið af kössum á kerrur, bíla ofl.
Fáanlegir í mörgum litum.

Gasskápar
Eigum gasskápa á lager. Læsanlegir og smíðaðir úr áli.
Láttu ekki stela af þér kútunum!

VIK BLIKKSMIÐJA

Blikksmiðjan Vik ehf / Skemmuvegur 42, 200 Kópavogi / kt. 4309850279 / Sími: 557-1555 / blikkvik@blikkvik.is

AKUREYRI · FISH
RESTAURANT
• • •
FISH & CHIPS
SÍMI • 414-6050

BJÓRSPA Ester Líf Ólafsdóttir og Sigurður Tryggvi Konráðsson hjá bruggverksmiðjunni Kalda á Árskógsandi tóku fyrstu skóflustungu að nýrri heilsulind þar sem gestir fá að baða sig í heitri bjórblöndu.

Formleg opnun Fiskistofu

FISKISTOFUSTJÓRI Eyþór Björnsson fiskistofustjóri var eini starfsmaðurinn sem fluttist norður með stofnuninni.

Starfsmenn Fiskistofu munu halda formlega upp á opnun höfuðstöðvar stofnunarinnar á föstudaginn. Sú ákvörðun ráðherra að flytja stofnunina var afar umdeild.

Í mínum huga er formleg opnun höfuðstöðvanna stór vendipunktur og ég lít svo á að hér skiljum við þennan erfiða tíma, horfum fram á við, byggjum upp stofnunina og tökumst á við viðfangsefni okkar," segir Eyþór Björnsson fiskistofustjóri, en höfuðstöðvar Fiskistofu verða formlega opnaðar á föstudaginn.

Óvissan dýrkeypt

Í fyrrasumar tilkynnti atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið að höfuðstöðvar Fiskistofu skyldu fluttar frá Hafnarfirði til Akureyrar en ákvörðunin mætti strax mikilli andstöðu. Eftir óvissutíma fór flutningurinn fram um síðustu áramót en svo fór að enginn, að fiskistofustjóra undantöldum, fluttist með stofnuninni norður. Í dag eru starfsmenn Fiskistofu á sex stöðum á landinu. „Við erum tólf á skrifstofunni hér á Akureyri en 28 á skrifstofunni í Hafnarfirði. Svo erum við með eftirlitsmenn á öllum starfstofum okkar og skrifstofufólk úti á landi líka," segir Eyþór sem segir flutningana hafa gengið ágætlega. „Það sem gerði þetta erfitt var þessi langi óvissutími. Við biðum í 13 mánuði eftir því að þetta yrði ákveðið formlega. Þessi bið reyndist dýrkeypt. Fólk hætti og við gátum ekki ráðið fólk því við vissum ekki hvar við yrðum með höfuðstöðvarnar. En síðan niðurstaðan fékkst hefur þetta gengið nokkuð vel."

> *Við erum tólf á skrifstofunni hér á Akureyri en 28 á skrifstofunni í Hafnarfirði*

Framtíðarhúsnæði fundið

Fiskistofa fékk upphaflega bráðabirgðahúsnæði á 7. hæð í Norðurslóð 4 sem í daglegu tali nefnist Borgir. „Við erum komin í framtíðarhúsnæði á 3. hæð í Borgum. Hér fer vel um okkur og það er gott fyrir stofnunina að vera í þessu samfélagi háskólans og annarra stofnana."

iáh

„Menn eru ekki hrifnir"

ALVARLEG STAÐA Gunnar I. Birgisson bæjarstjóri segir uppsagnirnar mikla blóðtöku fyrir Fjallabyggð. Mynd: Sigtryggur Ari

Bæjarráð Fjallabyggðar skorar á fulltrúa Arion að mæta á fund ráðsins.

Bæjarráð Fjallabyggðar lýsir yfir áhyggjum sínum vegna uppsagna 6,4 stöðugilda í útibúum Arion banka í Fjallabyggð og hefur skorað á fulltrúa bankans að mæta á næsta fund bæjarráðs til að fara yfir stöðuna.

Alvarleg staða

Gunnar I. Birgisson, bæjarstjóri Fjallabyggðar, hefur miklar áhyggjur af stöðunni og segir að blóðtakan sé mikil fyrir lítið samfélag. „Menn eru ekki hrifnir. Þetta er þvert á það sem mér og bæjarfulltrúum var sagt í fyrra þegar Arion yfirtók AFL Sparisjóð á Siglufirði. Þá var talað um að hér væru miklir möguleikar og að hér ætti að styrkja og auka bakvinnsluna. Það hefur greinilega ekkert orðið úr því. Einn þriðji af þeim sem skornir voru niður á landsbyggðinni er í Fjallabyggð auk þess sem þeir ætla að takmarka opnunartímann í útibúinu á Ólafsfirði frá og með næstu mánaðamótum," segir Gunnar.

46 sagt upp

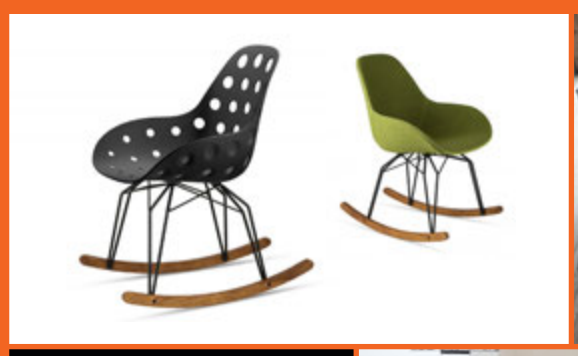
Arion banki tilkynnti um uppsagnir 46 starfsmanna þann 28. september. Þar af störfuðu 27 í höfuðstöðvum bankans en 19 á öðrum starfstöðvum. Samkvæmt upplýsingum frá Haraldi Guðna Eiðssyni, forstöðumanni samskiptasviðs Arion banka, verða ekki gefnar upp nákvæmar upplýsingar um hvar fólkið sem sagt var upp í síðustu viku starfaði.

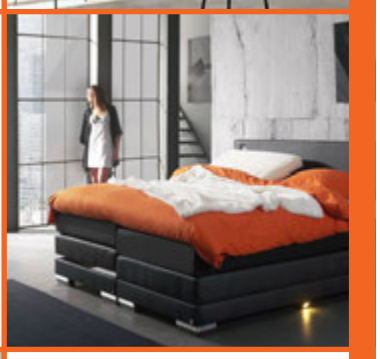
iáh

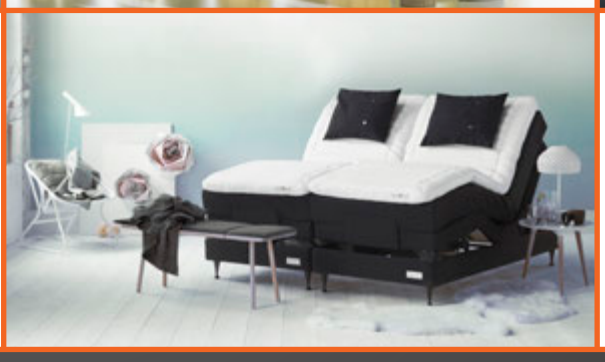
BETRI SVEFN & HVÍLD

FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM, SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM

RÚM • SÓFAR • HVÍLDARASTÓLAR • HEILSUKODDAR • LJÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORÐ • SÆNGUR







VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN

Opið virka daga kl. 10-18
Laugardaga kl. 11-16

Suðurlandsbraut 24 | 108 Reykjavík | 554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is

LÚR
BETRI HVÍLD

EFNAHAGSBATINN – FORGANGSRÖÐUN

Málefni eldri borgara og öryrkja sem og heilbrigðismál hafa mikið verið til umræðu þau þrjú ár sem ríkisstjórn Sjálfstæðisflokks og Framsóknarflokks hefur verið við völd. Því miður hefur ríkisstjórnin ekki nýtt þau tækifæri sem skapast hafa með auknum efnahagsbata til að bæta kjör þessara hópa eða styrkja heilbrigðisþjónustuna með myndarlegum hætti en lofar nú öllu fyrir alla enda að koma kosningar.

Fólkið í forgang

Við efnahagshrunið var Landspítalinn nánast gjaldþrota. Hann átti hvorki fyrir launum né lyfjum og tæki höfðu ekki verið endurnýjuð þrátt fyrir brýna þörf. Eftir hrun tók við afar erfitt tímabil í rekstri LSH sem og annarra heilbrigðisstofnana. Enn er fjárskorturinn mikill bæði á LSH og Sjúkrahúsinu á Akureyri. Það síðarnefnda gleymist gjarnan í umræðunni, en það veitir sérhæfða sjúkrahúsþjónustu fyrir alla landsmenn og almenna þjónustu í sínu heilbrigðisumdæmi um leið og það er kennslu- og varasjúkrahús Landspítalans. Ekki er heldur hægt að horfa fram hjá því að fólk tekur á sig aukinn kostnað vegna heilbrigðisþjónustunnar þar sem það þarf oft og tíðum að fara um lengri veg eftir þjónustunni, auk þess sem gjaldtaka í heilbrigðiskerfinu er alltof mikil. Mikilvægast er þó að takast á við stöðuna eins og hún er í dag því á bak við viðkvæmt heilbrigðiskerfi er fólk, sjúklingar og starfsfólk, sem okkur ber að sinna. Það á að vera fremst í forgangsröðinni.

Þeir sem minnst hafa

Ríkisstjórnin minnir okkur í sífellu á efnahagsbatann en hann skilar sér svo sannarlega ekki með réttlátum hætti til allra. Stöðugleikinn margumræddi á að snúast um að tryggja öllum mannsæmandi kjör og mannsæmandi líf, ekki síst lífeyrisþegum sem setið hafa eftir og geta með engu móti náð endum saman með þá framfærslu sem þeim er skömmtuð.

Núverandi ríkisstjórnarflokkar tóku við góðu búi en hafa ekki látið þá hópa sem veikast standa njóta þess. Það var stefna ríkisstjórnar Vinstri grænna og Samfylkingar að um leið og betur færi að ára í ríkisfjármálum yrðu þeir hópar látnir njóta þess. Það hafa núverandi stjórnvöld ekki gert.

Fólk borðar ekki prósentur

Það er því miður staðreynd að stór hópur öryrkja og aldraðra býr við fátækt. Samkvæmt tölum frá Hagstofu Íslands eru öryrkjar sá samfélagshópur sem verst stendur. Sjálfstæðismenn og Framsóknarmenn geta hártogast um prósentur eða milljarða, eins og þeir gerðu svo eftirminnilega á Alþingi þegar málefni þessara hópa voru til umræðu, en það er nú svo að fólk borðar ekki prósentur heldur snýst þetta um hvað hver og einn hefur til framfærslu. Þess vegna var krafa lögð fram af talsmönnum öryrkja og aldraðra, um 300 þúsund króna lágmarks lífeyrir. Hún var studd af minnihlutanum á Alþingi. Þessi krafa er sanngjörn og réttmæt og mikilvægt skref í átt til að draga úr þeim ójöfnuði sem aðgerðir hægri stjórnarinnar hafa leitt af sér.

Vinstri græn vilja samfélag þar sem allir geta lifað með reisn, kjörin eru jöfnuð og byrðunum dreift með réttlátum hætti. Að því markmiði viljum við stefna og að því munum við áfram vinna.

Bjarkey Olsen Gunnarsdóttir Alþingismaður, skipar 2. sæti á framboðslista Vinstri grænna í Norðausturkjördæmi

VELDU ÖRYGGI

Margverðlaunuð Nokian gæðadekk

Veldu fyrsta flokks vetrardekk frá Nokian, negld eða ónegld. Nokian dekkin eru margverðlaunuð finnsk gæðadekk sem eru sérstaklega hönnuð fyrir krefjandi aðstæður norðlægra slóða.

- Ein öruggustu dekk sem völ er á
- Sérstaklega hönnuð fyrir krefjandi akstursaðstæður norðlægra slóða
- Valin bestu dekkin í gæðakönnunum
- Mikið úrval dekkja fyrir fólksbíla, jeppa og sendibíla

Við bjóðum Nokian dekk í hæsta gæðaflokki á frábæru verði.
Greiðsludreifing í boði.

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

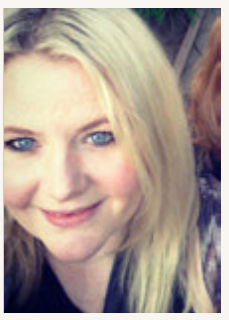
Söludeildir eru opnar
alla virka daga kl. 8-17
og laugardaga kl. 12-16

brimborg
Öruggur staður til að vera á

LEIÐARI

Aftur til fortíðar

Mögulegt allsherjar bann við fóstureyðingum í Póllandi hefur vakið hörð viðbrögð. Pólskar konur lögðu niður störf í vikunni í mótmælaskyni og fjölmenntu á götum Varsjár að fyrirmynd íslenskra kvenna árið 1975.

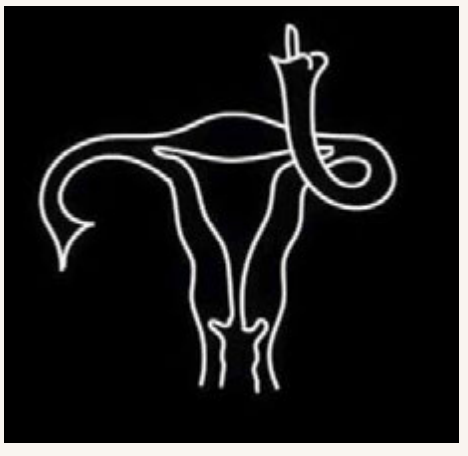


Konur eiga að ráða sjálfar yfir eigin líkama. Ekki maki þeirra, prestar eða stjórnmálamenn. Svona afturför vekur upp spurningar – hvað næst? Bann við getnaðarvörnum? Bann við tæknifrjóvgunum?

Kaþólska kirkjan styður lagafrumvarpið og vitnar í fimmta boðorðið; þú skalt ekki mann deyða. Greinilega skiptir engu þótt kona deyi. Eina undantekningin á banninu, ef líf móður liggur við, fellur um sjálfa sig því heilbrigðisstarfsfólk mun veigra sér við að aðstoða fyrr en of seint, og of lítið af ótta við að lenda sjálft í fangelsi. Nýju lögin eru því dauðadómur yfir konum sem veikjast alvarlega á meðgöngu.

Eins ótrúlegt og það er að í Evrópu árið 2016 sé enn deilt um hver ráði yfir líkama kvenna minnir þetta okkur harkalega á að mannréttindi eru ekki sjálfsögð og með jafnvel einu pennastriki er hægt að svipta okkur þeim. Þess vegna er svo mikilvægt að sofna ekki á verðinum og áríðandi að sýna pólskum konum stuðning.

Lagafrumvarpinu hefur verið mótmælt um allan hinn vestræna heim og hafa herðatré úr járni orðið að tákni mótmælanna til áminningar um ógeðfelldar aðferðir við ólöglegar fóstureyðingar. Það eyðir engin kona fóstri að gamni sínu. Verði bannið að veruleika mun fóstureyðingum í Póllandi ekki fækka. Aðferðirnar til þess að stöðva meðgöngu munu hins vegar versna; verða hættulegri, dýrari, subbulegri, ömurlegri og átakanlegri.



Indíana Ása Hreinsdótti

AKUREYRI VIKUBLAÐ
29. TBL. 26. ÁRGANGUR 2016

Útgefandi: Pressan ehf. Kringlunni 4-6, 103 Reykjavík. **Ábyrgðarmaður:** Björn Ingi Hrafnsson, netfang: bjorningi@pressan.is. **Auglýsingastjóri:** Ámundi Ámundason sími 824-2466, netfang, amundi@fotspor.is. **Auglýsingar:** Sími: 578-1190 & netfang: auglysingar@fotspor.is. **Ritstjóri:** Indiana Ása Hreinsdóttir, Indianahreins@gmail.com, 893 6152
Umbrot: Vefpressan. **Prentun:** Landsprent. **Dreifing:** Póstdreifing og Íslandspóstur

14.500 EINTÖK ÓKEYPIS – UM ALLT NORÐURLAND

peugeotisland.is

NÝR PEUGEOT 208

VIRKJAÐU ÞÍNA INNRI ORKU

PEUGEOT i-COCKPIT | PureTech VÉLAR | NÝ SJÁLFSKIPTING

Peugeot 208 leysir þína orku úr læðingi: með nýtt grill og sportlega hönnun, ný 3D LED afturljós og nýja PureTech vél sem er með betri afköst og minni útblástur á CO_2.

Komdu í sýningarsal okkar og upplifðu nýjan Peugeot 208 með Peugeot i-COCKPIT akstursviðmóti.

NÝR PEUGEOT 208

Verð frá 2.290.000 kr.

MOTION & EMOTION

PEUGEOT

brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík
Bíldshöfða 8
Sími 515 7000

Brimborg Akureyri
Tryggvabraut 5
Sími 515 7050

Nýir og notaðir bílar:
Söludeildir eru opnar alla virka daga kl. 9-17
og laugardaga kl. 12-16

Brimborg og Peugeot áskilja sér rétt til að breyta verði og búnaði án fyrirvara. Útbúnaður getur verið frábrugðinn mynd í auglýsingu.

Samvinna er besta meðalið

Ég er með „master“ í kvíða, félagsfælni og þunglyndi. Ég er reynslubolti í mínum geðröskunum og hef þurft að leita mér hjálpar hjá öðrum fagmönnum sem eru menntaðir á þessu sviði. Sameiginlega höfum við leitað leiða sem hafa hjálpað mér á betri stað í lífinu í dag. Ég hef líka verið svo heppinn að kynnast einstaklingum sem glímt hafa við geðraskanir. Það er ekki ósvipað því þegar alkóhólistar hitta aðra alkóhólista eða krabbameinssjúklingar hitta aðra krabbameinssjúklinga svo dæmi séu tekin.

Að glíma við geðröskun segir ekkert til um að þú sért eitthvað öðruvísi. Það segir að þú þurfir hjálp eins og aðrir þurfa hjálp við sínum sjúkdómum. Sumir þurfa að lifa með sínum geðröskunum allt sitt líf á meðan aðrir geta náð fullum bata. Mikilvægast er að geta eignast lífsgæði sem þátttakandi í lífinu. Samvinna er þá besta meðalið þar sem góð hlustun getur gefið einstaklingum traust og trú á að þeir skipti máli og hafi tækifæri á að nýta sína styrkleika.

Við sem glímum við geðraskanir erum alls staðar í samfélaginu, óháð stöðu og stétt eins og aðrir sem glíma við aðra sjúkdóma. Það eru 35 til 40 manns sem falla fyrir eigin hendi á ári hér á landi og 500 til 600 sem gera tilraun. Afleiðingarnar eru skelfilegar fyrir aðstandendur og vini. Þau sem reyna eru í aukinni hættu. Sem betur fer er umræðan aðeins að opnast og ég vona að miklar umræður muni skapast í kringum sjónvarpsþáttaröð sem Jón Ársæll mun verða með á RÚV eftir áramót. Í þáttunum verður verður rætt við fólk sem á við geðrænan vanda að stríða.

Grófin geðverndarmiðstöð

Grófin geðverndarmiðstöð hefur sýnt notagildi sitt sem félagasamtök á þeim þremur árum sem hún hefur verið starfandi. Eftir fyrsta árið gátum við ráðið sálfræðing sem var viss viðurkenning yfirvalda á okkar starfi. Grófin hefur unnið mikið forvarnarstarf sem hefur hjálpað mörgum að stíga skrefið til að öðlast bætt lífsgæði. Árið 2015 fékk Grófin hvatningarverðlaun frá forvarna- og fræðslusjóðnum „Þú getur“ fyrir forvarnarstarf og námsmenn hlutu námsstyrki. Grófin hefur stuðlað að aukinni þekkingu í samfélaginu með geðfræðslu í skólum sem og sveitarfélögum og fengið mikið lof fyrir.

Geðfræðsla Grófarinnar fór meðal annars í tveggja daga ferð með geðfræðslu til Norðfjarðar. Það var foreldrafélag Nesskóla á Norðfirði sem sá fréttaviðtal á RÚV um okkar fræðslu sem skilaði þessari ferð. Ferðin heppnaðist framar vonum en þessi málaflokkur er enn lokaðri í minni sveitarfélögum. Þetta sýnir líka hverju fjölmiðlar geta komið til skila með að sýna það jákvæða sem er verið að gera og mætti vera meira gert af því.

Grófin hefur átt í góðu samstarfi við Háskólann á Akureyri á ýmsum sviðum og útlit fyrir framhald þar á. Grófin er komin í nánara samstarf við geðdeild á sjúkrahúsi Akureyrar og vonandi mun heilsugæslan koma í samstarf en henni hefur verið kynnt okkar starf. Einstaklingar úr Grófinni hafa opnað sig í fjölmiðlum og miðlað af sinni reynslu til samfélagsins til að auka þekkingu og gefa öðrum von. Grófin hefur tekið þátt í málþingum og verið með aðstandendafræðslu. Þegar notendur fá aukið vægi og takast á við áskoranir með góðum stuðningi eflist sjálfstraustið og sjálfsvirðingin sem gerir þá sterkari til að takast á við lífið. Þar hefur hópastarfið komið sterkt inn þegar þátttakendur fara að taka skrefið aðeins lengra og fara að ögra sjálfum með því að spreyta sig í hlutverki hópstjóra.

Einstaklingar úr Grófinni hafa byrjað að vinna aftur og aðrir hafa náð að rjúfa sína einangrun og byggja sig upp hægt og rólega. Að hafa hlutverk í lífinu skiptir alla máli og fyrir suma er þeirra hlutverk að koma í Grófina og hitta aðra og taka þannig þátt í starfinu. Sameiginlega getum við svo haft áhrif á samfélagið og nýtt okkar reynslu til góðs. Við sem glímum við geðraskanir erum alls staðar í samfélaginu óháð stöðu og stétt. Það sem getur skipt einstakling máli sem glímir við geðröskun eða er að einangra sig mikið er að hitta aðra sem hafa verið í þeirri stöðu.

Alþjóðlegi geðheilbrigðisdagurinn

10. október er Alþjóðlegur geðheilbrigðisdagur og um leið þriggja ára afmælisdagur Grófarinnar. Við höfum haldið upp á þennan dag öll þessi ár til að minna á og sýna í verki hvað geðheilbrigði skiptir miklu máli. En talið er að einn af hverjum fjórum muni á hverju ári glíma við geðröskun en þó í mismiklum mæli. Grófin mun taka forskot á sæluna og vera með í geðveikri messu sunnudaginn 9. október kl.11.00 í Akureyrarkirkju. Þar verður sögð reynslusaga og hugleiðing flutt sem og tónlistaratriði frá Grófinni. Sr. Svavar mun leiða messuna og hvet ég fólk til að koma og eiga góða stund saman og rækta geðheilsuna. Á

Alþjóðlega geðheilbrigðisdaginn 10. október mun Grófin geðverndarmiðstöð vera með opið hús frá 15.00 til 17.00 þar sem léttleikinn verður í fyrirrúmi og léttar veitingar í boði. Grófin er staðsett í Hafnarstræti 95, 4. hæð, fyrir ofan Apótekarann í göngugötunni.

Opnunartími er alla virka daga frá 10.00 til 16.00.
Sími: 462-3400
https://grofin.wordpress.com/

Eymundur Eymundsson, ráðgjafi og félagsliði með master í félagsfælni og kvíða.

Nú er tíminn til að panta 2017 árgerðir af Hjólhýsum og Húsbílum

Ný Ford Transit 18 manna rúta
Vel búinn • 155 hestafla • Skíðabox • Litað gler
Litur Silfur metalick • USB og 220 volta
innstungur við sæti • Leiðsögukerfi og margt
fleira • Verð 5,9 millj + vsk • Til afgreiðslu strax

Hobby Premium 70 Húsbíll
Nýr 2015 árgerð • Lengd 7,44 mtr • 150 hestafla
6 gíra • Hjónarúm í miðju afturí og annað niður-
setjanlegt með rafmagni úr lofti • Lúxusbíll
Verð 13,5 millj með virðisaukaskatti skráður

Útvegum allar gerðir Húsbíla, hjólhýsa, fólksbíla, vörubíla, vinnuvéla, nýja Rafbíla og Hybrid bíla á góðu verði.

Bóas Eðvaldsson s: 777-5007 // netfang: boas@b1.is

www.b1.is // www.facebook.com/boasb1.is

Hobby Bluecamp Challenger

MARÁS

FRIÐRIK A. JÓNSSON ehf.

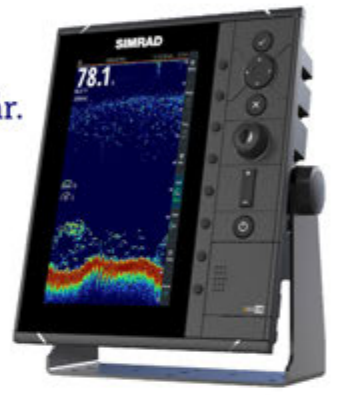
YANMAR

FYRIR SJÁVARÚTVEGINN

SIMRAD

Dýptarmælar og ratsjár

Chirp breiðbands dýptarmælir.
G3-, G4-, Halo- og HD Digital ratsjár.
Hraðvalstakkar auðvelda vinnu.
Einfaldar aðgerðir.



Einfalt valmyndakerfi.
Góð litastýring á skjá.
Innfellt eða standandi.
9" eða 16" skjáir

Marás ehf
Miðhrauni 13 - 210 Garðabæ
S: 555 6444 - www.maras.is

Friðrik A. Jónsson ehf
Miðhrauni 13 - 210 Garðabæ
S: 552 2111 - www.faj.is

Frábær stjórnandi óskast á Dalvík

OLÍS ÓSKAR EFTIR VERSLUNARSTJÓRA Á DALVÍK

Helstu verkefni
- Daglegur rekstur stöðvarinnar
- Umsjón með Grill 66
- Innkaup og birgðahald
- Starfsmannahald
- Þjónusta við viðskiptavini

Hæfni og þekking
- Reynsla af verslunarstörfum og stjórnun er æskileg

Umsókn ásamt ferilskrá skal senda á shh@olis.is fyrir mánudaginn 10. október. Nánari upplýsingar má nálgast á sama netfangi.

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

Hjá Olís er lögð áhersla á góðan aðbúnað starfsfólks, stuðning til náms og heilsueflingar, heiðarleika í samskiptum, snyrtimennsku og fagleg vinnubrögð.

olís

Vinur við veginn

YFIRHEYRSLAN: VALDIMAR PÁLSSON

Valdimar Pálsson er framkvæmdastjóri Íþróttafélagsins Þórs. Valdimar segir þorpið það besta við Akureyri og að Aron Gunnarsson og Coutinho bestu núlifandi íþróttamennirnir.

Fullt nafn, aldur og starfstitill: „Valdimar Pálsson, 48 ára, framkvæmdastjóri Þórs.“

Fjölskylduhagir: „Ég á yndislega eiginkonu og þrjú börn. Atli 21 árs, Anna 18 og Alma 12 ára.“

Fæddur og uppalinn? „Fæddur og uppalinn á Akureyri.“

Fallegasti staðurinn á Íslandi? „Eyjafjörður.“

Lýstu þér í þremur orðum? „Duglegur, ákveðinn og geðgóður.“

Hvað er best við Akureyri? „Þorpið.“

Uppáhaldshljómsveit? „Agent Fresco og Muse.“

Hvar vildirðu eiga heima ef ekki á Íslandi? „Bretlandi.“

Uppáhaldsmatur? „Lambalæri.“

Uppáhaldsdrykkur? „Vatn.“

Besti sjónvarpsþátturinn? „American Gothic.“

Uppáhaldsveitingastaður? „Strikið.“

Uppáhaldsstjórnmálamaður? „No comment.“

Áhugamál? „Íþróttir, tónlist og útivist.“

Facebook eða Twitter? „Facebook.“

Snapchat eða Instagram? „Snap.“

Eurovision eða handbolti? „Handbolti.“

Uppáhaldsíþróttalið? „Þór Akureyri og Liverpool.“

Besti íþróttamaður allra tíma? „Ásgeir Sigurvinsson og Pele.“

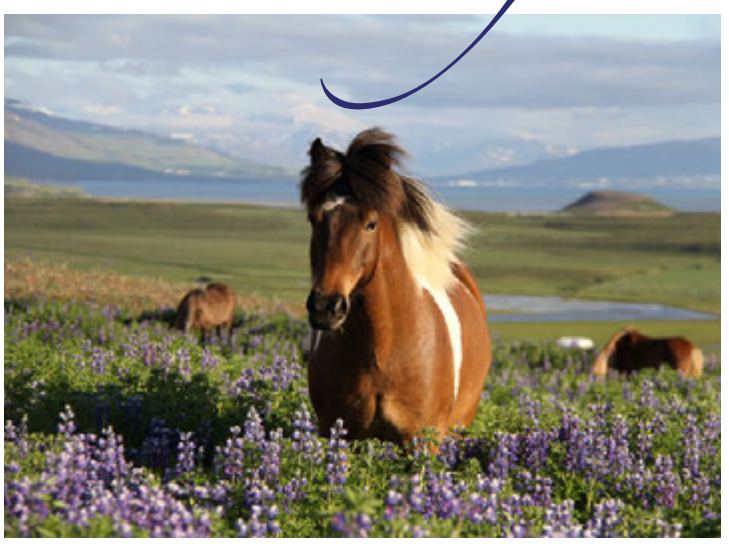
Besti núlifandi íþróttamaður? „Aron Gunnarsson og Coutinho.“

Af hverju ertu stoltastur í lífi þínu? „Börnunum mínum.“

Hvaða drauma áttu eftir að láta rætast? „Ég á eftir að klára heimsreisuna.“

Pólar HESTAR

Hestaferðir



Við bjóðum upp á stuttar hestaferðir alla daga sem henta knöpum á öllum aldri og með mismunandi reynslu.
Kaffi og kökur fylgja í lok hverrar ferðar.

www.polarhestar.is

Frábærar kajakferðir frá Grenivík www.capetours.is

Vinsamlegast bókið með fyrirvara: 89 6 1879

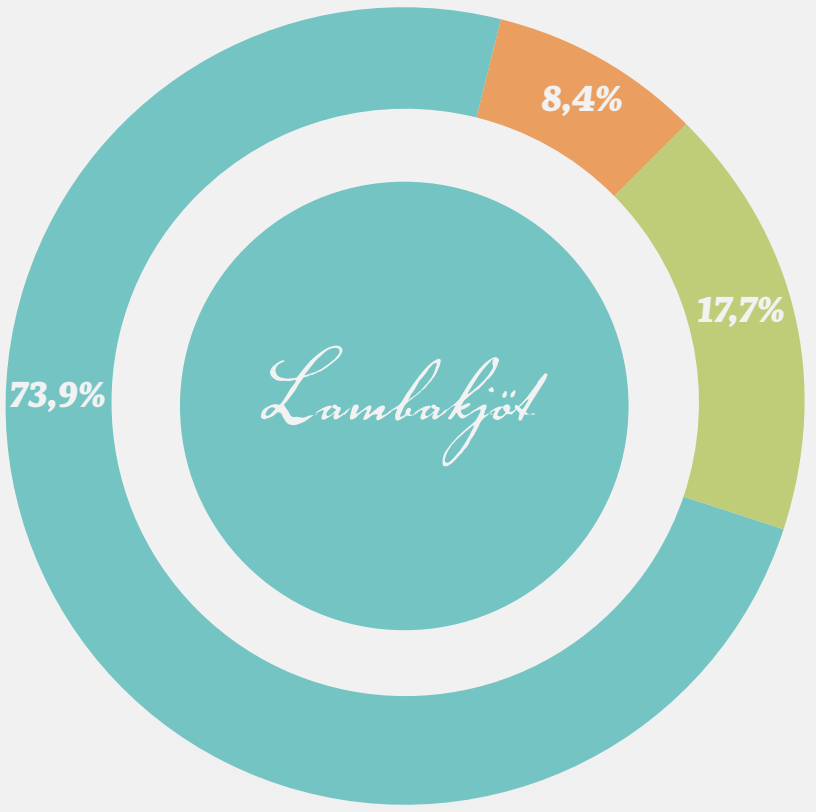
Pólar Hestar – Grýtubakki II – 601 Akureyri

Upplagt að líta við á Grenivík í leiðinni:

www.grenivik.is

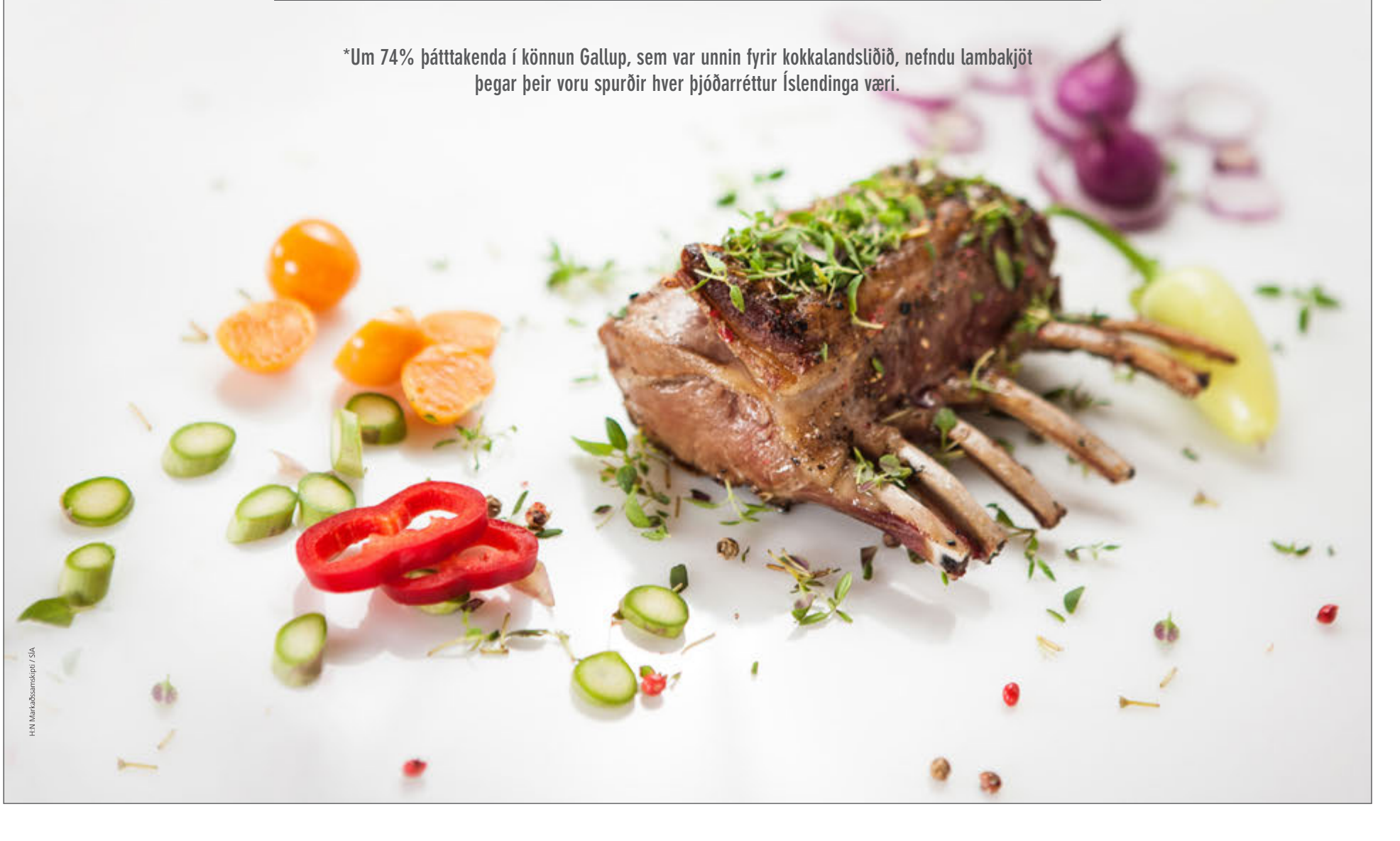
Lambakjöt

Þjóðarréttur Íslendinga er lambakjöt



8,4% Fiskréttir	73,9% Lambakjötsréttir	17,7% Annað

*Um 74% þátttakenda í könnun Gallup, sem var unnin fyrir kokkalandsliðið, nefndu lambakjöt þegar þeir voru spurðir hver þjóðarréttur Íslendinga væri.

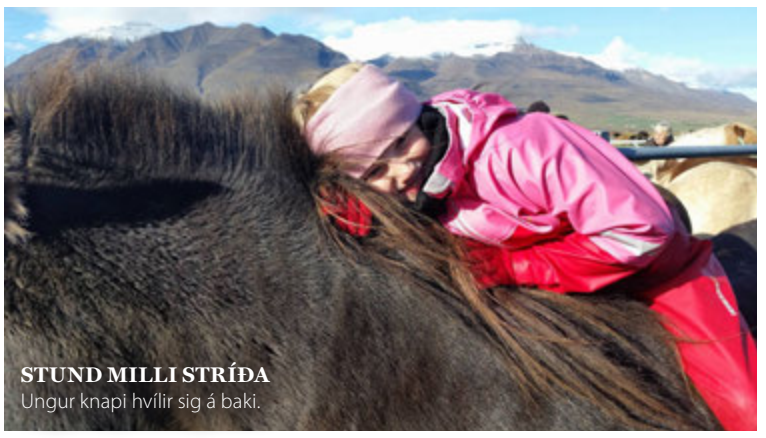


H:N Markaðssamskipti / SÍA

Hjá okkur færðu allt á þakið

Klassísk bára/Aluzink

Ál er okkar mál
Fossaleyni 8 • 112 Reykjavík • Sími: 577 4100 • www.altak.is
ÁLTAK



STUND MILLI STRÍÐA Ungur knapi hvílir sig á baki.

Stóðréttir í sólinni

Réttir eru jafnan staðfesting á komu haustsins og því að veturinn sé fram undan. Um helgina voru haldnar stóðréttir í blíðskaparveðri í Melgerðismelarétt í Eyjafjarðarsveit. Margmenni kom saman til að fylgjast með því þegar hrossin voru rekin til byggða. *iáh*

REKIÐ HEIM Hrossasmölun gekk vel en hrossin voru á bilinu 300 til 400 talsins.

HROSSABÓNDI Ævar í Fellshlíð kann réttu handtökin.

HESTAKONA Andrea Margrét Þorvaldsdóttir er fyrrverandi formaður Léttis.

MELGERÐISMELAR Réttað var í Eyjafirði á laugardaginn.

HVÍTT Í FJÖLLUM Veðrið lék við sveitunga um helgina. Haustið minnti þó á sig enda fjallstopparnir í Eyjafirði hvítir.

GLÆSILEG HROSS Það er fátt sem toppar föngulegan hóp spengilegra hrossa.

KÁTT Á HJALLA Hrossaréttir eru engu öðru líkar.

30% kynningarafsláttur
af ARION Original kattafóðri í október

Gerðu vel við köttinn þinn og veldu hágæða kattafóður

NÝ VARA **ARION Original tekur við af ARION Premium kattafóðrinu okkar**

ARION Original Kitten 2 kg.
Kitten: 83% prótein. ARION Original Kitten er heilfóður fyrir kettlinga upp að 12 mánaða aldri. Inniheldur m.a. kjúkling

ARION Original Fit 2 og 7,5 kg.
Fit: 80% prótein. ARION Original Fit er heilfóður fyrir útiketti. Inniheldur m.a. kjúkling

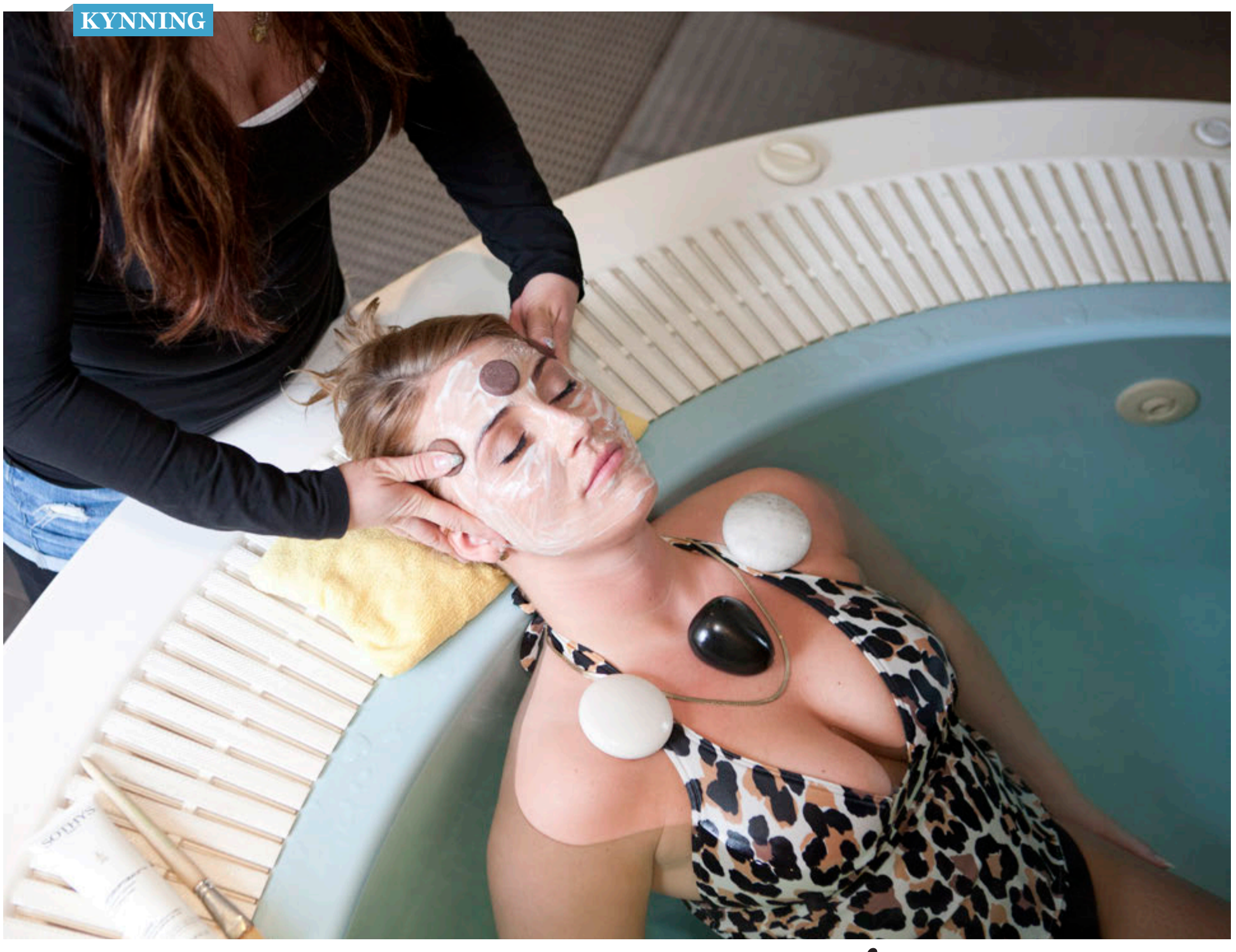
ARION Original Sterilized 2 kg.
Sterilized: 71% prótein. ARION Original Sterilized er ætlað fyrir gelda ketti. Inniheldur m.a. lax

ARION Original Mature 2 kg.
Mature: 70% prótein. ARION Original Mature er ætlað fyrir ketti 9 ára og eldri. Inniheldur m.a. kjúkling

Sala og ráðgjöf Sími 540 1100 | www.lifland.is lifland@lifland.is | Reykjavík Lynghálsi | Akureyri Óseyri | Borgarnes Borgarbraut | Blönduós Efstubraut | Hvolsvöllur Stórólfsvelli

LÍFLAND

KYNNING



Demantshúðslípun: Áhrifaríkmeðferð fyrir fólk á öllum aldri

Abaco heilsulind, Hrísalundi 1, 600 Akureyri

Húðslípun er afar öflug og örugg húðmeðferð sem Abaco Heilsulind á Akureyri býður upp á. Meðferðin er framkvæmd með Silk Peel húðslípunartæki. Þetta er heildræn húðmeðferð þar sem ysta lag húðarinnar er fjarlægt með notkun örsmárra kristalla og demanta. Árangurinn er sléttari, mýkri og þéttari húð, auk þess sem áferð húðarinnar verður fallegri. Húðslípun er meðferð sem hentar fólki á öllum aldri og er örugg fyrir allar húðgerðir. Strax eftir fyrstu meðferð fær húðin ferskan blæ, verður þéttari, mýkri, hreinni og unglegri.

Þessi einstaka húðmeðferð lætur húðina líta betur út og endurheimta ljóma sinn. Dauðar húðfrumur eru fjarlægðar, blóðflæði örvað og vöxtur nýrra fruma og bandvefur örvast. Meðferðin bætir áferð og vinnur gegn öldrun húðarinnar. Eldri húð sem farin er að þynnast styrkist og þéttist. Meðferðin veitir örugga hreinsun á yfirborði húðarinnar, dregur úr húðstíflum og opnar húðholur dragast saman. Sjáanlegur munur á húðinni er eftir hvert skipti og verða stöðugar framfarir á ástandi hennar.

Húðslípun vinnur meðal annars á eftirtöldum vandamálum:

- Ótímabær öldrun
- Fínar línur og hrukkur
- Ör eftir skurði og bólur
- Hörundslýti og húðþykkildi

- Unglingabólur og óhrein húð
- Exemhúð
- Húðslit

Mælt er með að taka þrjár meðferðir með u.þ.b. tveggja vikna millibili til að ná sem bestum árangri. Fjöldi meðferða fer þó alltaf eftir því hvaða vandamáli er verið að vinna á. Eitt skipti frískar verulega upp á húðina og gefur ljóma og gott útlit. Fyrir óhreina og bólótta húð er mælt með að lágmarki 6 meðferðum með tveggja til þriggja vikna millibili til að ná sem bestum árangri. Sama á við um meðferðir við húðsliti.

Eftirmeðferð

Bera skal rakakrem á meðferðarsvæði og nota rakamaska fyrstu dagana eftir meðferð. Forðast ber sól og ljósabekki í a.m.k. þrjá sólarhringa eftir meðferð. Forðast jafnframt sund og heita potta í a.m.k. þrjá sólarhringa. Sleppa skal líkamsrækt sama dag og meðferð á sér stað. Nota á SPF 30 sólarvörn eða sterkari í viku eftir meðferð.

Um Abaco Heilsulind

Abaco Heilsulind er staðsett að Hrísalundi 1 á Akureyri. Þetta er ein best búna heilsulind landsins, einstakur staður til að slaka á, endurnærast og njóta lífsins. Abaco býður viðskiptavinum sínum upp á herðanudd og kaldsteinanudd ofan í heitum potti. Steinanuddið er einstakt og mjög sérstök upplifun: Herðar, háls, bringa og andlit eru nudduð með köldum steinum, sem vekur mikla vellíðan. Þetta hentar fyrir pör og hópa. Einnig er boðið upp á andlitsmaska í pottinum.

Viðskiptavinir Abaco eru hvattir til að nýta sér aðgang að baðstofunni þegar komið er í nudd eða snyrtimeðferðir, en aðgangur er innifalinn í öllum meðferðum.

Vínveitingaleyfi er á staðnum og gestir geta hresst sig á víni, bjór eða gosdrykkjum.

Í Abaco Heilsulind er boðið upp á allar helstu snyrtimeðferðir, eins og litun og plokkun, hand- og fótsnyrtingu, vaxmeðferðir, Guinot andlitsmeðferðir og demantshúðslípun. Abaco Heilsulind er eina stofan á Akureyri sem býður upp á St.Tropez brúnkumeðferðir. Auk þess eru í boði lasermeðferðir til háreyðingar og til að vinna á háræðasliti. Enn fremur er til staðar frystipenni sem virkar á húðflipa og vörtur.

Boðið er upp á flestar tegundir af nuddi, eins og slökunarnudd, heilsunudd, íþróttanudd, ilmolíunudd og heit- og kaldsteinanudd. Einnig er í boði meðgöngunudd en á stofunni er sérstakur meðgöngubekkur.

Í Abaco starfa hjúkrunarfræðingur, snyrtifræðingar og nuddarar.

Í Abaco er auk þess glæsileg ljósastofa og eru fjórir Ergoline-ljósabekkir.

Hægt er að kaupa gjafabréf í Abaco Heilsulind og eru þau afar vinsæl gjöf.

Þá má geta þess að á staðnum er til sölu úrval húðsnyrtivara, meðal annars frá Guinot, Sothys, Alessandro, St. Tropez og margt fleira.

Síminn í Abaco Heilsulind er 462-3200 og netfangið er abaco@abaco.is. Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðunni abaco.is.

VIÐTAL

„Ég er ekki allra“

Hjörleifur Hallgríms Herbertsson hefur verið útgerðarmaður, blaðamaður, útgefandi, tískuvöru- og matvöruverslunareigandi, ritstjóri og sjómaður, svo eitthvað sé nefnt. Hjörleifur ræðir hér um bernskuna, athafnasemina sem hann fékk frá blóðföður sínum, ástina sem hann fann í Vestmannaeyjum, dæturnar sem eru hans mesti fjársjóður, skapið sem hleypur stundum með hann í gönur, fylleríið og skrifin sem geta stuðað.

EDRÚ Í 22 ÁR
Hjörleifur drakk illa í 40 ár. Hann segir alkóhólisma djöfullegan sjúkdóm. Mynd: Guðrún Þórs.

Ýmsir vilja meina að ég hafi verið erfiður frá fyrsta degi. Ekki er ég viss um það en stoltastur er ég af því að eiga sama afmælisdag og átrúnaðargoð mitt, Jónas frá Hriflu,“ segir Akureyringurinn Hjörleifur Hallgríms Herbertsson, athafnamaður með meiru.

Fimm ára í sveit

Hjörleifur, sem lítur á sig sem Innbæing, fluttist tveggja ára með móður sinni á sveitabæ í Saurbæjarhreppi þar sem hún var kaupakona. Fimm ára var hann svo sendur í sveit. „Ég saknaði mömmu en maður varð að láta sig hafa það. Ég var heppinn og lenti hjá góðu fólki,“ segir Hjörleifur sem hætti námi eftir grunnskóla og fór að vinna fyrir sér. „Námið lá vel fyrir mér, sérstaklega íslenska og stærðfræði, en á þessum tíma varð maður að vinna. Ef ég sé eftir einhverju væri það að hafa ekki haldið áfram í námi.“

Hefur prófað allt

Prófleysið hefur þó ekki hindrað hann í því að láta að sér kveða. Sjálfur segir hann að fljótlegra sé að telja upp það sem hann hefur ekki komið að en því sem hann hefur lagt fyrir sig en í fljótlegri upptalningu eru starfsheiti eins og útgerðarmaður, blaðamaður, útgefandi, tískuverslunar- og matvöruverslunareigandi, ritstjóri, sjómaður, verkamaður og vinnumaður í sveit. „Nefndu það, ég hef prófað allt,“ segir hann og brosir.

Strangur pabbi

Eftir að hafa verið á síðutogara fyrir norðan fluttist hann til Vestmannaeyja þar sem hann réri sem vélstjóri í fimm ár og vann síðar við byggingu á norður/suður flugbrautinni í Eyjum sem sprengimeistari og varð að útvega sér fógetaleyfi til að fá að sprengja klappirnar. Í Eyjum kynntist Hjörleifur Steinunni Ingólfsdóttur og stofnaði með henni fjölskyldu. „Hún var bara 19 ára og ég 23 ára þegar við vorum komin með þrjú börn. Þetta var erfitt, sérstaklega hjá henni. Ég var bara á sjónum; upptekinn við að afla peninga og halda batteríinu gangandi. Foreldrar hennar bjuggu rétt hjá okkur og voru duglegir að taka stelpurnar og létta undir. Þegar ég kom úr vinnu af vellinum var það föst regla að eftir vinnu þreif ég mig og svo stelpurnar, háttaði þær í náttfötin og settist við matarborðið en þá hafði mamma þeirra eldað kvöldmatinn. Eins fórum við gjarnan út að keyra á sunnudögum. Þá var farið um alla eyju með nesti og teppi. Þessar minningar eru mér afar dýrmætar. Mér hefur alltaf þótt mjög vænt um stelpurnar mínar. Ég var strangur pabbi og hafði mikinn aga en var þó aldrei vondur við þær. Það var ekki minn stíll.“

Missti tökin

Í Eyjum keypti Hjörleifur matvöruverslunina Bláfell, stofnaði flugfélag ásamt 20 öðrum og keypti flugvél frá Bretlandi. Eftir það missti hann tökin á drykkjunni. „Dagarnir byrjuðu gjarnan á því að ég sendi sendilinn minn út að kaupa brennivín. Ég drakk mikið í 40 ár. Þetta var orðin kvöl, sérstaklega í restina. Ég man eftir að hafa horft út um gluggann í versluninni, sem sneri að Heiðarveginum, ég, hálffullur í versluninni að afgreiða, sá fólkið úti. Ofsalega kenndi ég í brjósti um sjálfan mig. Ég leið vítiskvalir. Þetta er sjúkdómur af djöfullegustu gerð,“ segir Hjörleifur sem hefur verið edrú í 22 ár. „Ég vildi ekki vera svona en réð ekki við neitt en loksins fékk ég alveg nóg og fór á Vog þar sem Fríða Proppé ráðgjafi tók á móti mér. Eftir tíu daga útskrifaði ég mig sjálfur, keypti mér þrjár flöskur og datt í það og vaknaði nokkrum dögum seinna á Borgarspítalanum. Þar var ég spurður hvort ég vildi komast aftur inn á Vog sem ég þáði og þegar Fríða tók á móti mér sagðist ég vera tilbúinn og fór í eftirmeðferð á Vík. Fjórum vikum seinna fór ég út af Vík, hættur að drekka og frelsaður og hef ekki smakkað áfengi síðan. Alla mína tíð hef ég verið á þeim vængnum að Jesús Kristur sé minn herra og ég er ekki í vafa um það að trúin hafi hjálpað mér. Og það er allt í lagi. Það er sama hvaðan gott kemur.“

Börnin mesti fjársjóðurinn

Hann segist hafa verið túramaður. „Ég drakk kannski í viku í senn, tvisvar í mánuði og um tíma var þetta orðið ansi mikið. Ég var bara fyllibytta en féll þó aldrei verk úr hendi. Ég passaði mig á því að fara ekki yfir strikið; fá mér ekki of oft úr glasinu og þótt margir haldi það þá var það ekki áfengið sem fór með hjónabandið. Einhverra hluta vegna fjarlægðumst við hvort annað. Við Steinunn áttum mjög góðan tíma saman – margar yndislegar stundir. Það lýsir miklu að hafa geta verið með þessum drykkfellda manni í 30 ár. Hún var ástin í lífi mínu og mér þykir enn vænt um hana. Maður kemst ekkert út úr því, enda reyni ég það ekki. Það væru of mikil tilfinningaleg átök,“ segir hann og neitar því aðspurður að hann sakni áfengisins. „Ég tek ekki sopa úr bjórglasi, brjóstdropa, pilsner eða malt. Hjörleifur þekkir sjálfan sig. „Ég hætti líka að reykja fjórum árum seinna og sakna hvorugs en sennilega fell ég frekar fyrir tóbakinu en brennivíninu. Það er ekkert minna eitur. Ég er þannig karakter að ég myndi ekki láta það eftir mér. Ég get ekki ímyndað mér að láta dæturnar og barnabörnin frétta að karlinn sé dottinn í það. Það kemur ekki til greina. Mér þykir allt of vænt um þetta fólk til að gera því það. Áfengi skemmir en í dag er samband mitt við dæturnar mjög gott. Við hringjumst á, einu til tvisvar sinnum í viku. Stundum gleymi ég hverja ég hringdi í síðast en þá hringja þær í mig ef þeim er farið að leiðast biðin eftir símtali. Þær búa allar fyrir sunnan og einstaka sinnum fer ég til Reykjavíkur þótt ég sé orðinn latur við það nú orðið. Ég fór þó í skírn um daginn, langafabarn, en foreldrarnir giftu sig í sömu athöfn. Það var afskaplega skemmtilegt. Þetta eru allar mannvænlegar og reglusamar stelpur sem gengur vel í lífinu. Þær eru mín mesta ánægja og barnabörnin og tvær langafadæturnar. Þetta er minn fjársjóður.“

> *Hún var ástin í lífi mínu og mér þykir enn vænt um hana*

Félagslyndur einfari

Þótt hann sakni þess að hafa fjölskylduna nær ætlar hann ekki að flytja suður. „Ég bjó í Reykjavík í 18 ár en var þá farinn að leita færis hvað ég gæti gert til að flytja heim. Ég rak fjögur tímarit í Reykjavík en svo kom það upp úr dúrnum að gamli Dagur lagði upp laupana og þá sá ég sóknarfæri. Fyrsti Vikudagur kom svo út 5. desember 1997 en sjálfur flutti ég ekki norður fyrr en tveimur árum seinna því ég vildi fyrst vera viss um að þetta færi ekki á hausinn. Þar að auki var ég í sambúð með konu fyrir sunnan sem var ekki á því að fylgja mér norður en svo fór að ég kyssti hana á kinnina og þakkaði fyrir samfylgdina. Síðan hef ég verið hér og hef ekki hugsað mér að fara aftur. Ég er sjálfum mér nægur. Ég elda á hverju kvöldi og lít svo á að dagurinn sé ekki búinn fyrr en ég hef fengið heitan mat. Maður er orðinn ansi heimaríkur og sjálfselskur af því að búa svona einn en það hentar mér vel,“ segir hann og bætir við að hann hafi tvisvar reynt að finna ástina eftir skilnaðinn. „En maður er orðinn vandlátur og hleypur ekki í fangið á

SJÁLFUM SÉR NÆGUR
Hjörleifur segist alla tíð hafa verið feiminn. Hann lýsir sér sem félagslyndum einfara.
Mynd: Guðrún Þórs.

hvaða konu sem er. Ég viðurkenni þó að það væri gott að fá smá félagsskap. Ætli ég sé ekki félagslyndur einfari. Ég hef alla tíð verið frekar feiminn en mér þykir bæði gott að vera einn og innan um fólk og á það til á laugardagsnóttum að skutlast niður á Götubar til að fá smá líf í kringum mig.“

„Ég er þó ekkert skapvondur miðað við hvernig ég var

Svið leikhússins of lítið

Hjörleifur segir sambandið við móður sína, Friðriku Hallgrímsdóttur, hafa verið sérstaklega gott en hann var lengi hennar eina barn. Blóðfaðir hans, Jón Norðfjörð leikari, var aldrei inni í myndinni en uppeldisfaðir hans, Herbert Sveinbjörnsson, gekk honum í föðurstað. „Ég þekkti aldrei blóðföður minn. Við vissum hvor af öðrum en ekkert meira. Pabbi Herbert ættleiddi mig og þess vegna hef ég frá unga aldri verið Herbertsson. Kannski kemur leiklistaráhuginn frá blóðföður mínum og kannski athafnasemin og drykkjan líka. Annars hefur mér alltaf fundist sviðið í leikhúsinu of lítið og hef þess vegna leikið best á sviði lífsins. Þar hef ég notið mín og leikið mörg hlutverk,“ segir hann og brosir.

Friðrika lést árið 2000, þá orðin 93 ára. „Það var mjög erfitt að missa mömmu en ánægðastur er ég með að síðustu fimm árin hafi hún séð mig edrú. Ég fann á henni hvað henni fannst það gott. Hún hafði átt í brasi með mig, blessunin, svo ekki sé meira sagt. Ég kom oft úr sollinum í Reykjavík til hennar til að láta renna af mér og alltaf tók hún við mér.“

Skrifar og rífur kjaft

Lífshlaup Hjörleifs er lyginni líkast og ljóst er að heila bók þarf til að gera öllu skil. Sjálfur segist hann hafa upplifað ein mestu ævintýrin þegar hann fluttist, pappíralaus, til London og rak þar bæði ferðaskrifstofu og verslun. „Ég var með stelpur í vinnu og voðalega grand á því þótt ég væri nánast mállaus á ensku. Ég hef alltaf verið til í að prófa nýja hluti og oftast hef ég staðið mig vel en auðvitað stundum klikkað. Það er ekki hægt að fara í gegnum lífið án áfalla,“ segir Hjörleifur sem verður áttræður á næsta ári. „Ég greindist með sykursýki um fertugt en mér hefur tekist að halda henni niðri með pillum. Svo er ég með of háan blóðþrýsting sem má kannski rekja til skapsins. Ég er þó ekkert skapvondur miðað við hvernig ég var. Ég vonskast yfir fréttunum, ég viðurkenni það, og þá er gott að ég búi einn. Annars hef ég átt gott líf. Ég ólst upp við fátækt og bý að því í dag þannig að ég er ekki með neina heimtufrekju. Maður ólst upp við vatnsgraut og það var allt í lagi. Það var enginn að kvarta,“ segir hann en bætir við að hann sakni yssins sem felist í því að vera í bisness. „Ég hef alltaf verið að og helst viljað láta gott af mér leiða. Ég hafði ekki búið mig undir að hætta að vinna. Það var mjög erfiður tími en ég er sterkur og lifði það af. En djöfull erfitt var það, þótt ég væri orðinn þetta gamall. Enn þann dag í dag er ég að gæla við hvort ég eigi ekki að fara út í eitthvað en ég má ekki hugsa svoleiðis. Ég er orðinn fullorðinn, í árum talið, og heilsan er ekki sú sama þótt mér finnist ég ennþá sami unglingurinn. Ég er svo hress; skrifa greinar og ríf kjaft,“ segir Hjörleifur sem hefur verið iðinn við að senda aðsendar greinar í blöðin þar sem hann hefur látið gamminn geisa um menn og málefni.

Vill engum illt

Aðspurður segist hann þó aldrei hafa farið yfir strikið í skrifunum. „Ég er oft alveg á línunni, ég viðurkenni það. En ég lýg aldrei, ég kann það ekki. Það þola ekki allir að heyra sannleikann og það gefur mér kikk,“ segir hann brosandi en neitar því að skrifin hafi aflað honum óvina. „Ég held að ég eigi enga óvini en geri mér ekki alveg grein fyrir því. Fólki er ekki alltaf hlýtt til mín og ég veit um einn mann sem er hættur að heilsa mér en ég græt það ekki. Ég er ekki allra, og hef aldrei verið, kannski er það vegna framgöngu minnar á ritvellinum. Ég segi alltaf það sem mér býr í brjósti en reyni að passa mig á því að stuða ekki og segi kannski ekki alltaf allan sannleikann. Það hafa allir rétt á því að hafa sínar skoðanir en það eina sem ég bið um er að menn verði tiltölulega sáttir við mig þegar ég fer héðan. Ég vil engum illt og ég hata engan mann. Það er af og frá. Hins vegar þykir mér misvænt um fólk.“

iáh

Búfesti
HÚSNÆÐISSAMVINNUFÉLAG

Á aðalfundi sínum 28. september 2016 samþykktu félagsmenn Búseta á Norðurlandi að félagið skyldi framvegis heita **Búfesti húsnæðissamvinnufélag á Norðurlandi**; ritað Búfesti hsf

Nafnbreytingin er hluti af endurskipulagningu vegna lagabreytinga og einnig til aðgreiningar frá Búseta í Reykjavík sem telur til skráðra réttinda gagnvart nafninu. Nýjar samþykktir fela í sér talsverða breytingu á viðskiptum með búseturétti og kalla á ítarlega útfærslu á upplýsingagjöf til félagsmanna.

Á næstu dögum og vikum mun félagsmönnum og viðskiptaaðilum verða nánar gerð grein fyrir þessarri breytingu og gögn félagsins og heimasíða uppfærð í samræmi við þessa ákvörðun.

Nafnið Búseti mun fljótlega hverfa úr gögnum félagsins - en kennitala er áfram sú sama þannig að allar skuldbindingar félagsins fylgja henni án fyrirvara.

Stjórn Búfesti hsf

Skrifstofa félagsins í Skipagötu 14, 3 h.
Afgreiðslutími kl 10-12 mánudaga til fimmtudags (lokað á föstudögum)
Viðtalstími framkvæmdastjóra eftir samkomulagi.
Sími skrifstofu 452-2888 sími framkvæmdastjóra 869-6680

„Allir nánir í Grímsey“

Naglafræðingurinn Mayflor Perez Cajes borar útlínur Grímseyjar á svartfuglsegg og setur í það lýsingu. Mayflor hefur búið úti í Grímsey í sjö ár og líkar vel. Hún féllst á að gefa lesendum Akureyri Vikublaðs uppáhaldsuppskriftirnar sínar.

GRIMSEY DESIGN Svartfuglsegg Mayflor hafa vakið mikla athygli ferðamanna, bæði íslenskra og erlendra.

Við borðum gjarnan svartfuglsegg og einn daginn fór ég eitthvað að fikta með naglabor og þá datt mér þetta í hug,“ segir Mayflor Perez Cajes í Grímsey, en hún rekur Grimsey Design. Meðal annars borar Mayflor útlínur Grímseyjar á svartfuglsegg og setur í það lýsingu. „Ég er líka naglafræðingur og vinn bæði við eggin og neglurnar. Það fer vel saman,“ segir hún og játar því aðspurð að það sé erfitt að vinna fullan vinnudag sem naglafræðingur á svo litlum stað sem Grímsey er. „En þessa dagana hefur verið mikið að gera þar sem við erum öll á leið saman til útlanda. Næstum allir Grímseyingar eru að fara í tíu daga siglingu til Ítalíu og Grikklands,“ segir hún og spenningurinn leynir sér ekki.

> *„Það eru forréttindi að fá að ala upp börnin sín hérna“*

Cebu til Grímsey

Mayflor hefur búið í Grímsey í sjö ár og líkar vel. „Mér finnst æðislegt að vera hérna. Þessi sterka fjölskylduhefð og þær náttúruperlur sem eyjan hefur upp á að bjóða eru mér að skapi. Hér eru allir svo nánir. Það eru forréttindi að fá að ala upp börnin sín hérna,“ segir Mayflor sem sjálf ólst upp í Ólafsvík frá átta ára aldri. „Ég er stoltur Ólsari en er fædd á Filippseyjum á eyjunni Cebu. Þar búa milljónir manna svo það er dálítið mikið ólíkt Grímsey – og Íslandi líka ef út í það er farið. Ég kem frá Cebu til Ólafsvíkur og svo til Grímseyjar og ég held að ég að stoppi hérna,“ segir hún hlæjandi.

Engin tvö eins

Eggin selur Mayflor meðal annars í Kistunni í Hofi, The Viking og í Grímsey. „Ég hef fengið mjög góð viðbrögð og Grímseyingar eru mjög spenntir yfir þessu, sérstaklega konurnar. Það var algjör tilviljun að ég fór að framleiða þetta. Ég var bara að fikta við þetta þegar konurnar hér komu til mín í kaffi og hvöttu mig til að gera eitthvað með þetta. Ég var feimin við það en þær ýttu mér áfram, sem betur fer. Engin tvö egg eru eins á litinn auk þess sem munstrið verður aldrei eins. Þetta er því sérstakt og hefur vakið mikla athygli, bæði hjá Íslendingum og erlendum ferðamönnum og við erum voðalega stolt af þessu.“

iáh

STOLTUR ÓLSARI Mayflor fæddist á Filippseyjum en ólst upp á Ólafsvík. Hún segir lífið í milljónaborginni Cebu á Filippseyjum frekar ólíkt lífinu í fámenninu í Grímsey.

Súkkuladikaka

Þessi kaka inniheldur ekki mörg hráefni en er engu að síður mjög gómsæt. Það tekur enga stund að gera hana og er tilvalið að búa hana til ef gesti ber skyndilega að garði.

- 150 g bráðið smjör
- 3 dl sykur
- 1 dl kakó
- 2 tsk. vanillusykur
- 2 egg
- 2 dl hveiti
- Flórsykur

Stillið ofninn á 175°C með blæstri eða 200°C án blásturs.Smyrjið smelluform (ég notaði 24 cm). Bræðið smjörið á látið það kólna. Blandið þurrefnunum saman, nema hveitinu. Setjið síðan eitt egg í einu út í blönduna og að síðustu er hveitinu bætt við.Bakið í ca. 10–20 mínútur, allt eftir því hvað þið viljið hafa hana „blauta“.Leyfið henni að kólna aðeins og sigtið flórsykur yfir. Berið fram með ís eða rjóma.

Pönnukökur með svartfuglseggi

Deig:

- 5 dl hveiti
- 1/2 tsk. lyftiduft
- 1/2 tsk. salt
- 8–10 dl mjólk
- 80 g smjör
- 1 stk. svartfuglsegg

Aðferð:

Sigtið þurrefnin saman í skál. Hrærið mjólk út í þar til deigið verður þykkt eins og grautur. Bætið eggi út í ásamt smjöri. Bakið þunnar pönnukökur.

Ofnbakaður lax

Uppskrift fyrir þrjá:

- 1 flak lax (ca. 800 g)
- Salt og pipar
- 2–3 msk. mango chutney
- 2–3 msk. sesamfræ

Ofn hitaður í 180°C. Laxinn er lagður í eldfast mót og hann kryddaður með salti og pipar. Því næst er mango chutney smurt á laxinn og sesamfræjum stráð yfir. Bakað í ofni í ca. 20 mínútur, fer eftir þykkt laxins, eða þar til hann er eldaður í gegn. Borið fram með hrísgrjónum og salati.

Höldur

Skoðaðu úrvalið á nýrri heimasíðu: www.bilasali.is

461-6020

MERCEDES-BENZ ML 350 4MATIC BLUE TEC
Árg. 2012 - Ekinn 98 þús. km.
Dísel, sjálfskipting, verð: 8.490.000

FORD TRANSIT TREND 4WD
Árg. 2016 - Nýr bíll!
Dísel, 6 gíra, verð: 6.890.000

MITSUBISHI PAJERO INSTYLE
Árg. 2015 - Ekinn 31 þús. km.
Dísel, sjálfskipting, verð: 8.790.000

NISSAN X-TRAIL
Árg. 2002 - Ekinn 202 þús. km.
Bensín, sjálfskipting, verð: 590.000

KIA CEED LX
Árg. 2011 - Ekinn 110 þús. km.
Dísel, sjálfskipting, verð: 1.690.000

HONDA CR-V EXECUTIVE
Árg. 2011 - Ekinn 98 þús. km.
Bensín, sjálfskipting, verð: 4.190.000

HONDA ACCORD
Árg. 2013 - Ekinn 52 þús. km.
Bensín, sjálfskipting, verð: 3.290.000

FORD ESCAPE XLS
Árg. 2008 - Ekinn 159 þús. km.
Bensín, sjálfskipting, verð: 1.390.000

NISSAN JUKE ACENTA PLUS
Árg. 2015 - Ekinn 38 þús. km.
Bensín, sjálfskipting, verð: 3.790.000

TOYOTA AYGO X-PLAY
Árg. 2015 - Ekinn 14 þús. km.
Bensín, 5 gíra, verð: 1.950.000

KIA SORENTO EX
Árg. 2003 - Ekinn 357 þús. km.
Dísel, sjálfskipting, verð: 850.000

Höldur bílasala, Þórsstíg 2, Akureyri • Sölu- og þjónustuaðili fyrir Heklu, Öskju og Bernhard • Opið 10-18 virka daga og 11-14 á laugardögum. /holdurbilasala

RISA HAUSTTILBOÐ

Á GESTAHÚSUM OG GARÐHÚSUM

www.volundarhus.is

70 mm bjálki / Tvöföld nótun

VERÐTILBOÐ - GESTAHÚS 25 m²

með 9 m² yfirbyggðri verönd

kr. 1.699.900,- án fylgihluta.
kr. 1.999.900,- með fylgihlutum og byggingarnefndar teiknisetti.

Grunnmynd og nánari upplýsingar á heimasíðu **volundarhus.is**

50% afsláttur af flutningi á GARÐHÚSUM og GESTAHÚSUM á allar þjónustustöðvar Flytjanda.

GESTAHÚS og GARÐHÚS *sérhönnuð fyrir íslenskar aðstæður*

Sjá fleiri **GESTAHÚS** og **GARÐHÚS** á tilboði á heimasíðunni **volundarhus.is**

Staðgreiðslulán · VISA Lán

völundarhús.is
Vel valið fyrir húsið þitt

volundarhus.is · Sími 864-2400

34 mm bjálki / Tvöföld nótun

TILBOÐ - GARÐHÚS 4,4m²
kr. 169.900,- án fylgihluta
kr. 199.900,- m/fylgihlutum

34 mm bjálki / Tvöföld nótun

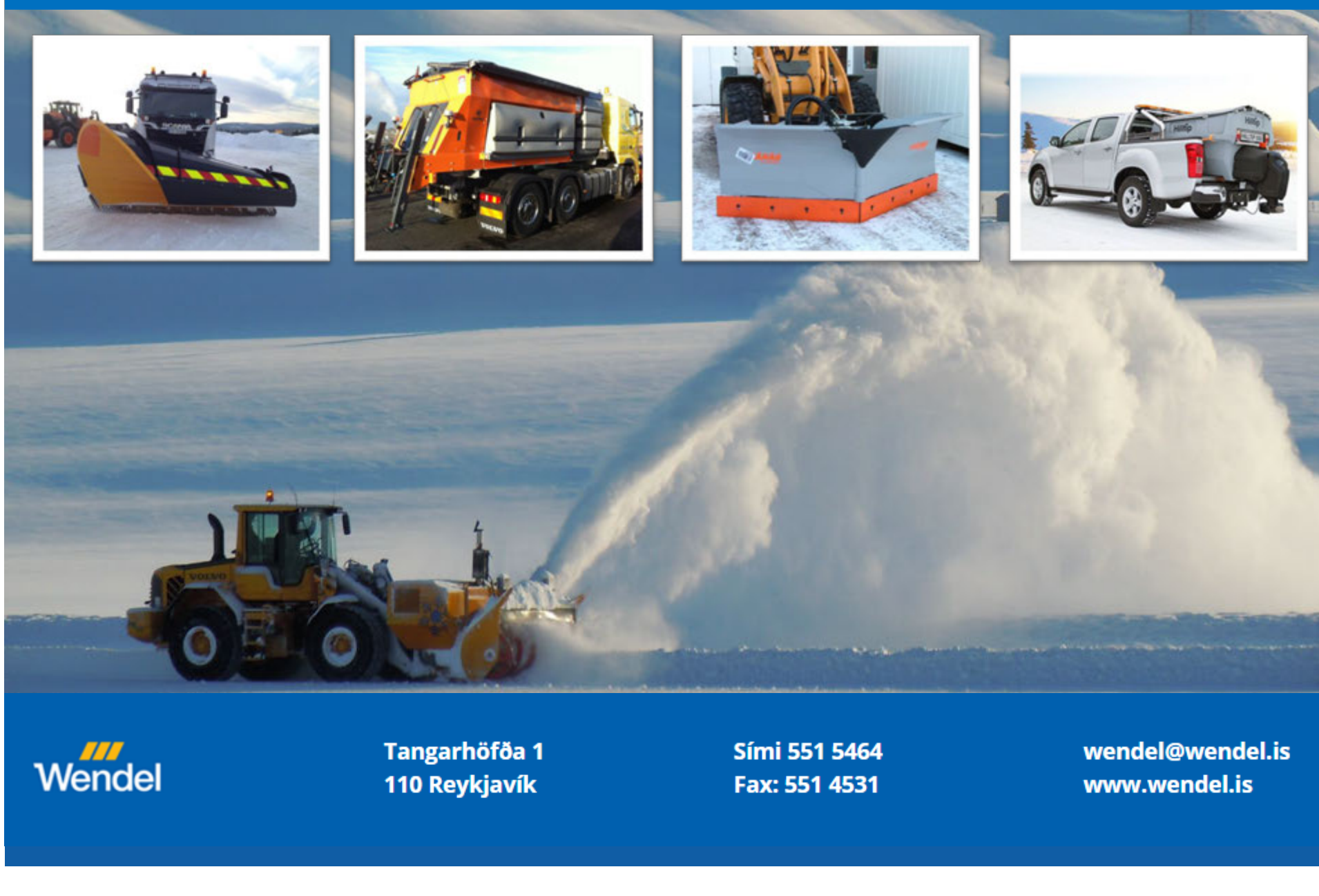
TILBOÐ - GARÐHÚS 4,7m² m/opnanlegum glugga
kr. 189.900,- án fylgihluta
kr. 219.900,- m/fylgihlutum

ATH! 34 mm bjálki / Tvöföld nótun

TILBOÐ - GARÐHÚS 9,7m²
kr. 299.900,- án fylgihluta
kr. 359.900,- m/fylgihlutum

VH/16-04

Tæki til vetrarþjónustu



Wendel

Tangarhöfða 1
110 Reykjavík

Sími 551 5464
Fax: 551 4531

wendel@wendel.is
www.wendel.is

AKUREYRI VIKUBLAÐ

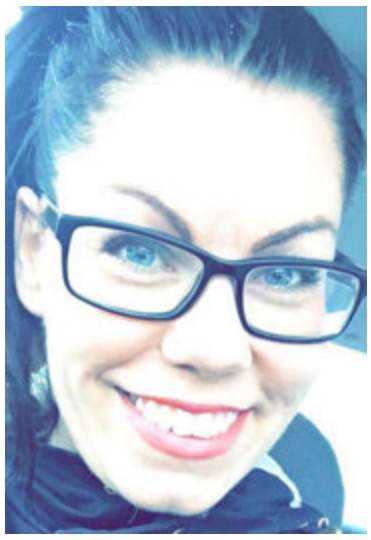
14.500 eintök frítt um allt Norðurland á hverjum fimmtudegi

Auglýsingar 824-2466, amundi@fotspor.is **Ritstjórn** Indianahreins@gmail.com, 893 6152

6. október 2016

29. TÖLUBLAÐ, 26. ÁRGANGUR

Gluggafilmur
Sand& sólarfilma
544 2030
MERKISMENN
www.merkismenn.is



Jafnréttis-arfurinn

Ég el börnin mín upp þannig að allt sem þau vilja, geta þau óháð kyni. Kynjakassinn sem samfélagið er búið að skapa utan um okkur er langlífur, þreytandi og erfiður að brjóta á bak aftur. Ég tygg það ofan í þau að það sé ekkert „stráka“ og ekkert „stelpu“, við erum öll bara fólk og enginn er betri en annar. Ég hef líka alltaf talið mig jafn réttháa karlmönnum og jafningja þeirra á öllum sviðum.

Ég æfi líkamsrækt nánast á hverjum degi og ef karlmaður pikkar í mig á æfingu fer ég alltaf ósjálfrátt í vörn. Annaðhvort kemur „leim“ lína um það að sveittar konur séu kynæsandi, ég fæ óvelkomin ráð um það að ég geti nú þyngt í þessari æfingu eða að ef ég bara lyfti olnbogunum hærra þá poppi kálfavöðvarnir betur. Þið skiljið. Þess vegna urraði ég í sjálfsvörn í dag þegar það pikkaði karlmaður í mig í miðri æfingu og spurði hljóðlega hvort ég væri að æfa bak. Hann hafði áhuga á æfingunni og án þess að vera eltihrellislegur þakkaði hann mér fyrir leiðbeiningarnar og fór. Nei, ha? Var karlmaður að biðja mig um ráð? Heiðurinn var slíkur að vera beðin um ráð tengt líkamsrækt, af karlmanni, að ég áttaði mig á því að ég þyrfti eitthvað að endurskoða hausinn á sjálfri mér.

Ég get tuggið það endalaust ofan í börnin mín að konur séu á allan hátt jafningjar karlmanna, en það væri kannski ágætt að brjótast með þeim út úr kynjakassanum? Það var ákveðin hugljómun þegar ég fann fyrir óstjórnlegri löngun til að „hæfæva“ alla sem ég mætti á leið minni út úr ræktinni, yfir þessum heiðri sem mér var auðsýndur sem konu. Ég hefði líka svo sannarlega gert það ef ég hefði komið þreyttum handleggjunum ofar en að signum, miðaldra brjóstunum.

Alfa Dröfn
nemi

KOMIÐ Í VERSLANIR

Guli miðinn styrkir Bleiku slaufuna.
200 kr. af hverju bleiku glasi renna til styrktar Bleiku slaufunni.

Vítamín og bætiefni Gula miðans eru sérstaklega valin og þróuð fyrir íslenskar aðstæður. Þess vegna hefur Guli miðinn verið hluti af daglegu lífi Íslendinga í 25 ár. **Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is**