

# Sjómannadagurinn

Kynning: Samskip

9. JÚNÍ 2017



MYND/ERNIR

## Samskip eru búin undir makrílveiðina

Margs er að gæta þegar koma þarf fumlaut á erlenda markaði á þriðja hundrað þúsunda tonna sem ætlað er að hér verði landað af makríl á komandi vertíð. Slíkt átak kallar á gott samstarf og öflugan undirbúning, segir Gunnar Kvaran, forstöðumaður útflutningsdeildar Samskipa. ➔2



Samskip eru alþjóðlegt flutningafyrirtæki sem býður flutningalausnir og tengda þjónustu á landi, sjó og í lofti með hagkvæmni og sjálfbærni að leiðarljósi. Félagið býður upp á alhliða flutningaþjónustu á Íslandi og í Færeyjum, öflugt gámaflutningakerfi í Evrópu og frystiflutninga um allan heim. MYND/HELGA LAUFEY

# Rólegheit að sumri liðin tíð

Makrílvertíðin kallar á öflugan undirbúning, segir forstöðumaður útflutnings hjá Samskipum. Vegna áhrifa verkfalls sjómanna fyrr á árinu ríði á að allt gangi snurðulaust fyrir sig. Markmið Samskipa sé bæði að koma fiski á markað og gera skipum kleift að komast sem fyrst á miðin aftur.

**Æ**tli þetta sé ekki sjöunda makrílvertíðin sem nú fer í hönd síðan við Íslendingar fórum að veiða þennan fisk,“ segir Gunnar Kvaran, forstöðumaður útflutningsdeildar Samskipa. Vertíðin segir hann að hefjist yfirleitt á sama tíma, í lok júní eða byrjun júlí. „Þá hefst fyrsta löndun, en undirbúningur okkar hefst fyrr með undirbúningi bæði þjónustu og flutningsleiða.“

Aflinn er fluttur um langan veg á markaði í Afríku og Asíu, auk Miðjarðarhafs- og Eystrasaltslanda. Fyrst segir Gunnar að fundað sé með fulltrúum erlendra skipalína sem tilbúnar séu til að útvega gáma til Íslands. Að baki sé heilmikil keðja vöruferslunar innan fjölþættra flutninga. Því má segja að makrílvertíðin hafi hafist fyrir rúmum mánuði hjá Samskipum með þessum fundahöldum. „Gámarnir þurfa svo að vera tilbúnir og staðsettir vítt og breitt um landið til að fjölveiðiskipin geti komið inn, landað og drifið sig aftur út á miðin.“

Magnið sem veitt sé þessa þrjá mánuði sem vertíðin stendur segir

„Þannig að rólegheitasumur sem margir kannast við eru löngu liðin og júlí og ágúst orðnir háannamánuðir hjá okkur. Þetta breyttist allt með tilkomu makrilsins.“

Gunnar hins vegar gríðarlegt. „Og þunginn í þessu er yfirleitt í kring um lok júlí eða í byrjun ágúst. Þá kemur mesta magnið í land.“ Með tilfærslum á kvóta frá síðasta ári segir hann standa til að veiða um 174 þúsund tonn hér við Ísland. Við bætist svo um 50 þúsund tonn sem grænlenk skip veiði í grænlenkskrí lögsögu, en landi hér. Alls um 220 þúsund tonn. „Þannig að rólegheitasumur sem margir

kannast við eru löngu liðin og júlí og ágúst orðnir háannamánuðir hjá okkur. Þetta breyttist allt með tilkomu makrilsins.“

Um leið segir Gunnar ljóst að á Íslandi séu ekki til tæki og tól til að koma í gáma öllu því magni sem von sé á. Samskip keppti því líka við stór frystiskip sem flytja afla til Hollands, Eystrasaltsins og jafnvel beint til Afríku. „Þau taka drjúgan skerf af þessu, en okkar áform eru að fylla kerfin þessar 10 til 12 vikur og flytja eins mikið magn og mögulegt er.“ Vertíðarstemningin sé góð hjá Samskipum og allir leggist á eitt. „Aðalatriðið er að skipuleggja þetta vel með útgerðum og söluaðilum. Það þýðir lítið að hringja og segjast þurfa að landa í 30 gáma á morgun ef engir gámar eru á svæðinu.“

Að auki segir Gunnar svo standa til boða að láta afla millilenda í frystigeymslum Samskipa, ýmist hér á landi eða erlendis. „En mest af því sem landað er fer beint til kaupenda á mörkuðum erlendis.“

Í febrúar leystist níu vikna verkfall sjómanna. Gunnar segir ljóst að svo löng veidistöðvun komi



Gunnar Kvaran, forstöðumaður útflutningsdeildar Samskipa, hefur haft í nógu að snúast síðustu vikur við undirbúning fyrir makrílvertíðina í sumar. MYND/ERNIR

viða niður, þar á meðal hjá flutningsaðilum. Sjá megi á aflatölum að fisk vanti í kerfin og frá markaðnum berist sögur af ákveðnum erfiðleikum sem einhvers staðar hafi orðið þegar íslenskur fiskur

hafi misst hillupláss og aðrir, svo sem Norðmenn, hafi náð fótfestu. „Það er verkefni fyrir dyrum hjá söluaðilum og útgerðum að vinna aftur þá markaði.“ Makrílvertíðin nú skipti því marga miklu máli.

# Til hamingju með daginn sjómenn!

Við hjá N1 sendum hetjum hafsins  
og fjölskyldum þeirra um allt land  
heillaóskir í tilefni sjómannadagsins.



ENNEINN / SIA / NM75654

# Hátíðahöld um allt land

Sjómanna dagurinn er haldinn hátíðlegur um allt land þann 11. júní. Dagskráin er fjölbreytt á Hátíð hafnsins í Reykjavík og þá blása Norðlendingar og Vestfirðingar til hressilegrar skemmtidagskrár.



Við sendum sjómönnum og fjölskyldum þeirra hátíðarkveðjur í tilefni dagsins



**NORDFISK**  
FISKMARKAÐUR NORÐURLANDS

**Valeska**

**H**átíð hafnsins samanstendur af tveimur hátíðardögum, hafnardegnum sem haldinn er laugardaginn 10. júní og sjómanna degnum, sem haldinn er á sunnudeginum. Hátíðarsvæðið nær frá Hörpu, um gömlu höfnina, út á Grandagarð og að HB Granda. Útisvið á Grandagarði verður með skipulögðum viðburðum.

Fjölbreytt dagskrá verður í boði, þar má nefna ljósmyndasýningu um 100 ára sögu hafnarbakkans en undanfarin ár hafa Faxaflóahafnir sett upp veglega ljósmyndasýningu ásamt þeim Guðjóni Inga Hauksyni sagnfræðingi, Guðmundi Viðarssyni og Guðjón Friðrikssyni á steyptum stöplum við Miðbakka. Það myndefni sem valið er hverju sinni á að gefa vegfarendum góða innsýn í þróun byggðar og haf-sækinnar starfsemi. Í ár er sýningin tileinkuð því að 100 ár eru liðin frá því að gamla höfnin var formlega tekin í notkun.

#### Lostæti úr hafinu

Gestir hátíðarinnar fá að bragða á lostæti úr hafinu í boði Faxaflóahafna og Sjómanna dagsráðs í tjöldunum á Grandagarði. Á boðstólum verða þrjár tegundir af síld ásamt einstöku makríl-paté, súrum hval og þorskalifrapaté.

#### Koddaslagur

Bræður munu berjast í koddaslag á Plankanum í boði „Bið að heilsa niðri slipp“.

Á árum áður tíðkaðist á sjómanna daginn að saltbarin þrek-menni reyndu á manndóm hvert annars í Reykjavíkurhöfn þar til annað féll í sjóinn við sára smán og hneisu.

Sex heljarmenni etja nú kappi á Plankanum við Verbúðarbryggjurnar á sunnudaginn kl. 15.00.

#### Akureyri og Hrisey

Á Akureyri hefst dagurinn með sjómanna messu í Gleráarkirkju en þar verður einnig lagður blómsveigur að minnimerki um drukknada og týnda sjómenn. Klukkan 13 siglir eikarabáturinn Húni II ásamt hvalaskoðunarbátum frá Ambassador og Eldingu frá Torfunefsbyggju að Sandgerðisbót og þar bætist fjöldi



Spennandi dagskrá verður um allt land á sjómanna daginn.

**Gestir hátíðarinnar fá að bragða á lostæti úr hafinu í boði Faxaflóahafna og Sjómanna dagsráðs í tjöldunum á Grandagarði. Á boðstólum verða þrjár tegundir af síld ásamt einstöku makríl-paté, súrum hval og þorskalifrapaté.**

smábáta við hópinn og er siglt aftur saman inn á Poll. Öllum er velkomið að mæta á Torfunefsbyggju og sigla með án endurgjalds.

Í Menningarhúsinu Hofi verður létt sjómanna dagsstemning frá klukkan 14 til 17. Fram koma fimir og flinkir danshópar frá dansskólunum Steps Dancecenter, Haraldur Ingi Haraldsson, fyrrverandi bæjarlistamaður, verður með leiðsögn um sýningu sína Aðgerð/Gutted, norðlensku tónlistarkonurnar Helga Kvam, Lára Sóley Jóhannsdóttir, Þórhildur Örvarsdóttir og fleiri flytja sjómanna lög. Siglinga-klúbburinn Nökkvi verður við höfnina við Hof með skútur og báta og hægt verður að kaupa ilmandi sjávarréttasúpu í götumáli hjá 1862 Bistro.

Í Hrisey verður sigling kl. 10 og messa í Hriseyarkirkju í fram-

haldinu. Klukkan 13 hefst víðavangshlaup og er mæting við Hriseyjarbúðina. Í beinu framhaldi af hlaupinu verða leikir og sprell á hátíðarsvæði og við smábátabyggjuna. Reiptog, pokahlaup, skófluhlaup, vatnsblöðrukast, röðrarkeppni á kajökum, kappróður á gúmmibátum fyrir börnin, sigling á björgunarsveitarbát o.fl. Klukkan 15 verður kaffihlaðborð í íþróttahúsinu í samstarfi við Verbúðina 66.

#### Vestfirðir

Á fréttavefnum bb.is segir frá dagskrá sjómanna dagsins á Vestfirðum. Á Patreksfirði er hefð fyrir miklum hátíðarhöldum en á dagskránni má sjá Stebba og Eyfa, Hreim og Matta, Skimó og Sirkus Íslands.

Í Bolungarvík stendur yfir dagskrá á Þuridardegnum sem lýkur á sunnudag með kaffisölu Kvenna-deildar Landsbjargar í Félagsheimilinu. Þar á milli má heyrja í Hirti Trausta og Maríu Ólafs, skella sér í hátíðarsiglingu eða fylgjast með leikhópnum Lottu. Dagskrána má nálgast á heimasíðu Bolungarvíkurkaupstaðar.

Á Flateyri dorga bæði ungir og gamlir, skella sér í reiptog, koddaslag og flekahlaup en dagskráin hefst á föstudegi með Pub Quiz á Vagninum og endar á siglingu um fjórðinn kl. 13.00 á sunnudaginn. Á laugardagskvöld er dansleikur í Samkomuhúsinu þar sem F1 rauður leikur fyrir dansi.

Sætöppur sendir sjómönnum og fjölskyldum þeirra sem og landsmönnum öllum hátíðarkveðjur á sjómanna daginn 2017





# MEÐ GRÆNA SAMVISKU?

## Ferskar sjávarafurðir í umhverfisvænni umbúðum

Íslenskur sjávarútvegur er í fararbroddi í heiminum. Hvort sem litið er til ferskleika afurðanna, hreinleika framleiðslunnar eða nýsköpunar í greininni er um allan heim horft til íslenskra sjávarútvegsfyrirtækja sem leiðandi aðila. Kaupendur og neytendur sjávarafurða á heimsvísu eru kröfuharðir viðskiptavinir sem ætlast til þess að gæði, ferskleiki og umhverfisvitund haldist í hendur. Hjá Odda leggjum við okkar af mörkum með því að tryggja að umbúðir frá okkur utan um íslenskar

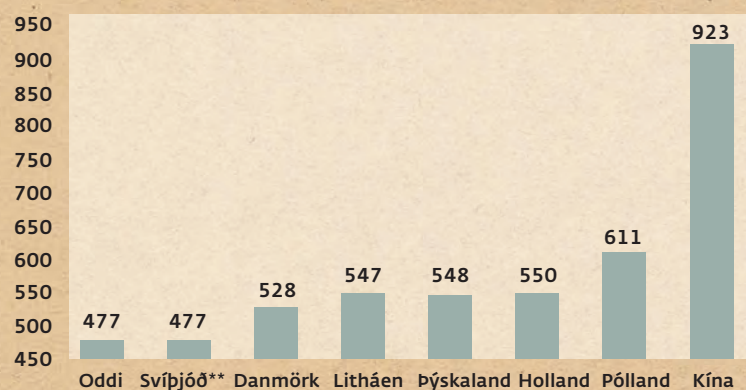
sjávarafurðir séu umhverfisvænni en hjá samkeppnisaðilum og að fádæma lágt kolefnisspor\* þeirra veiti íslenskum fyrirtækjum forskot á erlendum markaði.

Umbúðir frá Odda skila vörunum ferskum á áfangastað og tryggja að kaupendur og neytendur geti notið bestu sjávarafurða á markaðnum með grænni samvisku.

**Veldu minna kolefnisspor – fyrir okkur öll.**

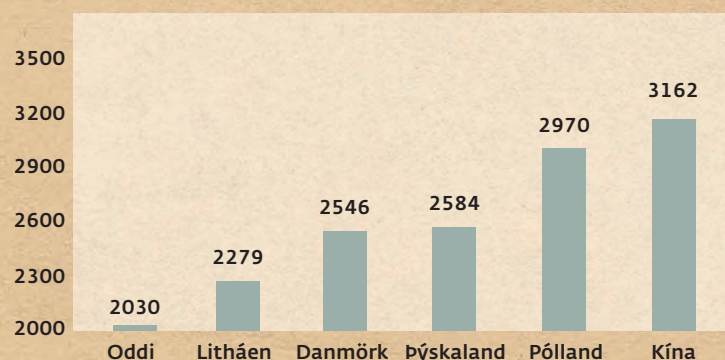
### Pappakassar

Mismunur á milli Odda og annarra framleiðslulanda Kg CO<sub>2</sub> ígildi



### Karþapokar

Mismunur á milli Odda og annarra framleiðslulanda Kg CO<sub>2</sub> ígildi



\*Skýrsla EFLU verkfræðistofu, okt. 2016

\*\*Raforka framleidd að mestu með kjarnorku

# Fiskneysla er af hinu góða

Krabbameinsfélagið kynnti á dögnum nýja skýrslu um tengsl sjávarfangs og krabbameina. Dr. Jóhanna Eyrún Torfadóttir tók skýrsluna saman en þar segir m.a. að fiskneysla virðist veita vernd gegn myndun brjóstakrabbameins og geta dregið úr framgangi blöðruhálskirtilskrabba.

Vera  
Einarsdóttir  
vera@365.is



Samantektin er yfirgripsmikil og nær yfir fjölda rannsókna og yfirlitsgreina. Helstu niðurstöður eru þær að fiskneysla, sérstaklega þegar borðað er mikið af feittum fiski, virðist veita vernd gegn myndun brjóstakrabbameins, en ekki eru vísbendingar um að hún hindri myndun krabbameins í blöðruhálskirtli. Engu að síður virðast einstaklingar sem hafa greinst með krabbamein í blöðruhálskirtli eða brjóstum geta bætt lífshorfur sínar með því að borða feitan fisk reglulega samhliða hollu og fjölbreyttu fæði. Á það sérstaklega við ef mataræðið var gott fyrir.

Þá kemur fram að fæðubótarefni sem innihalda langar ómega-3 fitusýrur, sem finnast bara í fiski og sjávarfangi, og D-vítamín geta verið verndandi fyrir krabbamein í brjóstum og blöðruhálskirtli, ásamt því að auka lífshorfur þeirra sem greinst hafa með þessi mein. Hins vegar er tekið fram að ofurskammta af ómega-3 fitusýrum eða D-vítamíni skuli varast því þeir geta mögulega haft neikvæð áhrif á heilsu og framgang krabbameina.

## Hve mikið er hæfilegt?

En hve mikið er hæfilegt að taka inn? „Samkvæmt Matvælaöryggisstofnun Evrópu þá er langtíma neysla á allt að 5 grömmum af samanlagt löngum ómega-3 fitusýrum á dag talin örugg. Til samanburðar þá gefur ein teskeið eða 5 millilítrar af lýsi um það bil 0,9 grömm, sem er hæfilegt,“ upplýsir næringar- og lýðheilsufræðingurinn Jóhanna Torfadóttir, sem starfar á Miðstöð í lýðheilsuvísindum við HÍ. „Mikil neysla á þessum fitusýrum getur hins vegar aukið blæðingartíma og jafnvel dregið úr virkni ónæmiskerfisins.“

Samkvæmt norrænum næringarráðleggingum eru efri mörk öruggar langtímaneyslu á D-vítamíni 4000 alþjóðlegar (IU) einingar, eða 100 mikrógrömm. „Hæfilegt magn eru 15 mikrógrömm á dag sem svarar til 600 IU,“ segir Jóhanna. Hún segir rannsóknir hafa leitt í ljós að há D-vítamínigildi í blóði geta jafnvel aukið dánarlíkur vegna brjóstakrabbameins. Þau geta sömuleiðis hækkað kalkstyrkinn í blóði sem getur valdið aukaverkunum eins og einkennum frá meltingarvegi og aukinni hættu á brot-hættum beinum, nýrnasteinum og neikvæðum áhrifum á hjarta- og heilastarfsemina.



Jóhanna Eyrún Torfadóttir, næringar- og lýðheilsufræðingur.

## Hvaða fisktegundir ætti að borða?

En þegar talað er um að feitur fiskur veiti vernd um hvaða tegundir er þá helst að ræða? „Ég get nefnt lax, silung, sild, makríl, sardínur og lúðu,“ segir Jóhanna. Spurð hvort ekki hafi verið sýnt fram á verndandi áhrif magurs fisks segir hún að í þeim rannsóknum sem voru til skoðunar í þessu tilviki, sem tengdust krabbameinsáhættu, hafi oftast ekki verið gerður greinarmunur á fisktegund. „Oft eru þátttökendur bara spurðir

hversu oft þeir borða fisk án þess að spyrja nánar um tegund hans. Hins vegar má sjá að í þeim rannsóknum þar sem vitað var um fisktegundina og magn langra ómega-3 fitusýra jafnvel reiknað þá fannst frekar verndandi samband fyrir krabbamein í brjóstum og minnkuð hættu á að láta úr blöðruhálskirtilskrabbameini.“

Jóhanna segir samt sem áður vísbendingar um að magur fiskur geri sitt gagn en nýlega birtist íslensk rannsókn þar sem fiskneysla

íslenskra kvenna var skoðuð. Þar fundust verndandi tengsl á milli mikillar fiskneyslu, eða oftast en fjórum sinnum í viku, við brjóstakrabbameins. „Í rannsókninni var ekki spurt hvort um væri að ræða magran eða feitan fisk en við vitum, meðal annars vegna landskannana á mataræði Íslendinga, að algengustu fisktegundirnar á boðstólum landsmanna hafa verið ýsa og þorskur,“ segir Jóhanna. Hún segir rannsóknina nokkuð sér á báti þar sem sjaldgæft er í öðrum löndum að tíðni fiskneyslu sé jafn há. „Hún gefur vísbendingar um að mikil neysla á mögnum fiski geti líka veitt vernd gegn brjóstakrabbameini. En þetta þarf þó að rannsaka betur.“

## Þarf að líta á mataræðið heildstætt

Jóhanna bendir þó á að aldrei sé gott að einblína aðeins á eitthvað eitt. „Það er yfirleitt á kostnað einhvers annars.“ Hún mælist því ekki til þess að fólk hámi eingöngu í sig feitan fisk. „Það sem við sjáum aftur og aftur er að líta þarf á mataræðið með heildstæðum hætti. Það eru þessi samlegðaráhrif sem gilda. Að hafa gott jafnvægi, borða úr öllum fæðuflokkum og að mestu leyti næringarríkt og hollt. Það virðist gera okkur afar gott.“

# Slipp og hoj!



SLIPPARINN

Hér á Slippbarinum og Kaffislipp slær hjarta okkar í takt við handtökin á höfninni og við elskum ekkert meira en full lungu af fersku sjávarlofti. Þess vegna er Hátíð hafsins líka uppáhalds viðburðurinn okkar á árinu og ekki skemmir fyrir að Kaffislippur heldur upp á tveggja ára afmæli sitt um helgina!

## Í ÁR TÖKUM VIÐ ÞÁTT Í HÁTÍÐAHÖLDUNUM MEÐ ÞVÍ AÐ BJÓÐA UPP Á:

Fiskisúpu Slippbarsins milli kl. 15 og 17 laugardaginn 10. júní  
Afmælistilboð á veitingum á Kaffislipp sunnudaginn 11. júní

Kíktu til okkar, fylltu magann af góðgæti, eyrun af harmóníkutónlist Margrétar Arnardóttur og við gefum þér stórt faðmlag – eða að minnsta kosti fimmu.



www.ekran.is

# ERT ÞÚ AÐ VELJA RÉTTA KOSTINN?

Við aðstoðum útgerðina þína við að finna  
hagkvæmustu leiðina í kostkaupum

Góð þjónusta og samkeppnishæf verð!

**HAFÐU SAMBAND OG FÁÐU TILBOÐ!**  
Sími 530 8500 | [soludeild@ekran.is](mailto:soludeild@ekran.is) | [ekran.is](http://ekran.is)

**Ekran**

Fáðu fréttir af nýjum vörum og  
tilboðum á Facebook: [@Ekranehf](https://www.facebook.com/Ekranehf)

# Mikill áhugi fyrir nýsköpun

Undanfarinn áratug hefur margt áhugavert komið fram í nýsköpun í sjávarútvegi hér á landi, ekki hvað síst þegar kemur að tæknibreytingum.

**M**ikill árangur hefur náðst í nýsköpun í sjávarútvegi hér á landi undanfarinn áratug. Þar gegnir Íslenski sjávarklasinn mikilvægu hlutverki en hann hefur fyrst og fremst það hlutverk að tengja ólíka aðila í sjávarútvegi saman, segir Berta Danielsdóttir, framkvæmdastjóri klasans. „Sjávarklasinn hefur inn-anborðs fólk og fyrirtæki úr öllum greinum sjávarútvegsins og þá ekki síst þeim nýju greinum sem eru mikilvægar í áframhaldandi þróun sjávarútvegsins. Þannig höfum við reynt að tengja hefðbundnar greinar sjávarútvegsins meira við vöruhönnuði sem dæmi.“

Með stofnun Húss sjávarklasans skapaðist einnig gott umhverfi

fyrir frumkvöðla í sjávarútvegi, að sögn Bertu. „Það umhverfi hefur verið afar vel nýtt sem sést best á því að fjölmörg ný fyrirtæki hafa orðið til á þessum vettvangi sem skapa nú verðmæti og ný störf.“

## Jákvæðar breytingar

Undanfarinn áratug hefur margt áhugavert komið fram í nýsköpun í sjávarútvegi, ekki síst þegar kemur að tæknibreytingum í tengslum við vinnsluna. „Þar hafa orðið gríðarlega miklar og jákvæðar breytingar. Með þeim höfum við Íslendingar náð að verða í fremstu röð í gæðum. Þá finnst mér gaman að sjá hversu mikill áhugi er fyrir nýsköpun og frumkvöðlastarfsemi tengdri hafinu hjá þjóðinni um þessar mundir. Við fáum alltaf fin viðbrögð hjá fjölmiðlum þegar við kynnum frumkvöðlastarfsemina og einstök fyrirtæki, hvort sem þau eru að kynna nýja tegund af harðfiski, lyf úr þorskalifur og allt þar á milli.“

Aðspurð um helstu vaxtarbroddana í greininni segir hún Íslendinga geta gert miklu meira af því að þróa eigin vörur beint á neytendamarkað. Ýmis fyrirtæki, stór og smá, séu þó að vinna að því. „Við eigum eftir að sjá verulegar breytingar í þeim efnun á komandi árum. Ég tel að vaxtarbroddarnir liggi í því að auka samtal okkar við erlenda neytendur og koma með fleiri vörur sem eru merktar íslenskum fyrirtækjum og Íslandi. Það liggja miklir möguleikar í því að tengja okkar einstöku



Berta Danielsdóttir er framkvæmdastjóri Íslenska sjávarklasans. MYND/ERNIR

matvæli beint við landið okkar. En til þess að ná árangri í þeim efnun þurfum við að auka markaðssetningu og kynna okkar sjálfbæra og hreina land fyrir erlendum neytendum.“

## Mikil þörf til staðar

Hún segir erfitt að benda á sérstakar vörur eða fyrirtæki sem standi upp úr síðustu árin, það sé eins og að gera upp á milli barnanna sinna. „Þó verð ég að nefna Reykjavík Foods sem í síðustu viku setti á markað hægeldaðan lax í dósum. Þetta er íslenskur lax og við hann er blandað ýmsum hágæða hráefnum eins og basilíku og trufflum. Von er á fleiri skemmtilegum nýjungum frá þeim. Til viðbótar má nefna fyrirtækið Margildi. Þeir sérhæfa sig í fullvinnslu á lýsi og ómega-3 til manneldis og tækifæri þeirra til markaðssetningar í Asíu eru mjög mikil.“

Berta segir draum Íslenska sjávarklasans að opna klasa í nágrannalöndunum. Þannig verði til net af frumkvöðlafyrirtækjum sem leggi áherslu á að bæta nýtingu hafsins og framleiða á sjálfbærnan hátt vörur úr efnun sem áður var kastað. „Við opnuðum klasa í Maine-fylki í Bandaríkjunum sem hefur gengið afar vel og erum í viðræðum við ýmis önnur svæði um að opna klasa. Það er mikil þörf fyrir sprotaathvarf í tengslum við sjávarútveg víða á Vesturlöndum og Íslenski sjávarklasinn er eitt allra besta dæmið um góðan árangur af slíkri vinnu.“



## HEIMILDARMYND UM ÁSBJÖRN RE-50

Í KALDALÓNI HÖRPU, 10 & 11. JÚNÍ

Ísfisktogarinn Ásbjörn RE-50 hverfur senn úr rekstri HB Granda. Kvikmyndagerðarmaðurinn Björgvin Helgi Möller Pálsson hefur, í samstarfi við HB Granda, gert heimildarmynd um skipið. Myndin er um 50 mínútna löng og spannar hún feril skipsins frá komu þess til landsins ásamt því að núverandi áhöfn er fylgt eftir eina veiðiferð.

**SÝNINGAR ERU OPNAR ALMENNINGI OG AÐGANGUR ER ÓKEYPIS**

**LAUGARDAGURINN 10. JÚNÍ**

kl. 14:00

kl. 15:00

kl. 16:00

**SUNNUDAGURINN 11. JÚNÍ**

kl. 12:00

kl. 13:00

kl. 14:00

kl. 15:00





Nortek og Nordata óskar sjómönnum  
og fjölskyldum þeirra til hamingju með daginn



NORDATA

TIL HAMINGJU  
MEÐ DAGINN  
SJÓMENN



ÖLFUS

---

## NÝ ÚTFLUTNINGSLEIÐ

Skoðaðu möguleikann að landa ferskum fiski  
í Þorlákshöfn og senda beint út til Evrópu.

---

Hafðu samband!  
[hofn@olfus.is](mailto:hofn@olfus.is)

Kæru sjómenn  
Til hamingju með daginn!

Þið þekkið  
**GÆÐIN**

OPTIMICE

Fljótandi krapaisinn  
kælir fiskinn mun hraðar  
en hefðbundinn ís.



optimar **KAPP**  
Iceland

Miðhraun 2 | 210 Garðabær | Sími 587 1300 | optimar@optimar.is | www.optimar.is



Gamli og nýi tíminn mætast. Til hægri er Ásbjörn RE og til vinstri Engey RE. MYNDIR/KRISTJÁN MAACK

# Mikil breyting á aðbúnaði

Friðleifur Einarsson hefur verið sjómaður í 37 ár, þar af 27 á togaranum Ásbirni RE. Hann hefur nú tekið við sem skipstjóri á glænýju skipi HB Granda, Engey RE91.

Sólveig  
Gísladóttir  
solveig@365.is



**M**ér list mjög vel á skipið og útbúnaður og vistarverur eru allt aðrar og betri en maður hefur átt að venjast. Mér leist ekkert alltof vel á skipslagið þegar ég sá það fyrst á teikningum en það venst alveg ótrúlega vel. Við lentum í miklum mótvindi á Miðjarðarhafi á leiðinni til Íslands, en skipið reyndist mjög vel. Það er líka miklu stærra en Ásbjörn og munar þar ekki síst um það að Engey er fjórum metrum breiðari en gamla skipið," segir Friðleifur í samtali við Þúfu, fréttabréf HB Granda.

Friðleifur og bræður hans voru aldrið upp við sjóinn enda bjuggu þeir á Álftanesi. „Afi gamli var sjómaður og var með trilluútgærd frá Álftanesi. Pabbi lagði ekki sjómennskuna fyrir sig en hann var þó alltaf á grásleppu á vorin og við bræðurnir byrjuðum ungir að róa með honum," segir Leifur en svo merkilega vill til að bræðurnir þrír, Friðleifur, Ólafur og Einar Bjarni, lögðu fyrir sig sjómennskuna sem ævistarf og allir störfuðu þeir um tíma sem skipstjórar á ísfisktogaranum Ásbirni RE.

Friðleifur réð sig 18 ára gamall sem háseta á togaranum Jón Vídalín ÁR frá Þorlákshöfn í febrúar árið 1980 og því fagnaði hann nýverið 37 ára starfsafmæli. Frá Jóni Vídalín og Þorlákshöfn lá leiðin yfir á Snorra Sturluson RE sem Bæjarútgærd Reykjavíkur (BÚR), einn af forverum HB Granda, gerði þá út. Hann fór svo í Stýrimannaskólann árið 1985.



Friðleifur Einarsson í brúnni á Engey RE91.



Aðstaðan fyrir sjómenn er öll til fyrirmyndar í nýja skipinu.

Eftir að Hraðfrystistöð Reykjavíkur sameinaðist Granda árið 1989 tóku við árin á Ásbirni sem urðu samtals 27. „Ég hef alltaf kunnað vel við mig í þessari vinnu. Auðvitað eru upp- og niðursveiflur í afkomunni. Þannig er það bara í

þessu starfi," segir Friðleifur. Hann hefur nú tekið við sem skipstjóri hins nýja skips HB Granda, Engeyjar RE91, sem kom til landsins í janúar. Öll áhöfn Ásbjarnar fluttist einnig yfir á hið nýja skip.



Sjómanna dagurinn 2017  
**Sjómenn,  
til hamingju!**

VM- Félag vélstjóra og málmteknimanna  
óskar sjómönnum og fjölskyldum þeirra  
til hamingju með daginn



Landsfélag í vél- og málmtekní



**Frustigámar / Sala og leiga 10 / 20 og 40 ft.**

Seljum einnig og leigjum gámahús, geymslugáma og salernishús í ýmsum stærðum og gerðum. Bjóðum sérlausnir, sniðnar að þörfum viðskiptavina.

Hafðu samband!

**Stólpi Gámar**

Klettagörðum 5 | 104 Reykjavík | Sími 568 0100

www.stolpigamar.is

Við óskum sjómönnum og fiskvinnslufólki til lands og sjávar kærlega til hamingju með Sjómannadaginn

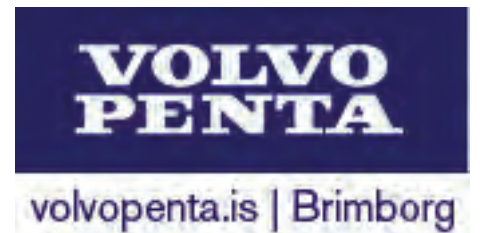
**mjöll frigg**  
-hreinlega sterkari



**HAMPIÐJAN**  
www.hampidjan.is



**Simberg ehf**  
Askalind 2, 201 Kópavogur



## Skemmtidagskrá á Austfjörðum

Um helgina verður mikið húllumhæ um allt land í tilefni sjómannadagsins. Í Fjarðabyggð er sjómannadagurinn ein stærsta hátíð sumarsins. Í kvöld verður sundlaugarpartí í Sundlaug Eskifjarðar og verða fullorðnir að koma í fylgd með börnum og/eða unglungum. Dj Doddi Mix þeytir skífum og heldur uppi fjörinu á Kaffihúsinu þar í bæ og verður frítt inn. Á morgun hefjast hátíðarhöldin með götuþríkeppni og verður einnig dorgveiðikeppni á Frystihúsbyggjunni. Klukkan eitt verður sigling og að henni lokinni hefst dagskrá á Eskju-

túninu. Sjómannamessan verður á sínum stað á sunnudaginn og eftir hana verða sjómenn heiðraðir. Á Fáskrúðsfirði verður sigling á laugardaginn og messa á sunnudaginn þar sem sjómenn munu taka virkan þátt í athöfninni. Neskaupstaður verður skreyttur hátt og lágt á morgun og annað kvöld verður unglingsball í Atómi frá kl. 20-23. Á laugardag verður sigling og um kvöldið ball í Egilsbúð. Á sunnudaginn er formleg skemmtidagskrá og m.a. keppt í reiptogi, koddaslag og björgunarsundi áhafna. Aldraðir sjómenn verða heiðraðir.



Fátt er skemmtilegra en að skella sér í siglingu um sjómannadagshelgina.



## Barnahátíð hafsins

Sjómannadagurinn er ævintýrleg upplifun fyrir krakka. Á Hátíð hafsins í höfuðstaðnum verður boðið upp á línubru aftan við Víkina sjóminjasafn, furðufiskasýningu og andlitsmálningu á Grandagarði 8, klifurvegg, bryggjusprell og fjölskylduratleik á Bótabyrgju og fjölskyldudag í Bókabúð Forlagsins við Fiskislóð. Farin verður skruðganga frá Hörpu að Granda klukkan 12.30 á sunnudag og í Viðey verður margt áhugavert í boði í tilefni sjómannadagsins. Bryggjuveiði krakka með verðlaunum verður í boði á Verbúðarbyrgju á sunnudag og í Sæbjörginni, sem liggur við Bótabyrgju, verður listasmiðja og sjóræningjakaffi á laugardeginum þar sem allur ágóði rennur til tækjakaupa fyrir björgunarsveitirnar. Nánari upplýsingar um tímasetningar á dagskrá má sjá á hatidhafsins.is.

## Til hamingju sjómenn!

Arion banki óskar sjómönnum, fjölskyldum þeirra og okkur öllum, sem njótum góðs af störfum þeirra, gleðilegs sjómannadags.



HVÍTA HÚSD / SÍA - 17-1447



## Tailensk fiskisúpa

Hér er uppskrift að einfaldri og bragðmikilli fiskisúpu sem tilvalið er að prófa á sjómannadaginn.

Innihald:

- 1 bolli hrisgrjón**
- 2 msk. smjör**
- 500 g risarækjur**
- Salt og pipar**
- 2 hvítlauksrif, pressuð**
- 1 laukur, smátt skorinn**
- 1 rauð paprika, smátt skorin**
- 1 msk. rífið engifer**
- 2 msk. rautt karri (red curry paste)**
- 2 dósir kókosmjólk**
- 960 ml nautasöð (eða vatn og 3-4 teningar af nautakrafti)**
- Safi úr 1 límónu**
- Kóriander til skreytingar (má sleppa)**

Sjóðið hrisgrjónin í 1½ bolla af vatni. Takið til hliðar og geymið. Bræðið smjör í potti við meðalhita og bætið risarækjunum út í. Steikið þar til bleikar að lit eða í 2-3 mínútur og hrærið reglulega. Saltið og piprið að smekk. Takið úr potti og geymið.

Setjið hvítlauk, engifer, lauk og papriku í pottinn og steikið í 3-4 mínútur eða þar til grænmetið er mjúkt. Bætið rauðu karri við og hrærið í eina mínútu.

Bætið næst nautasöði og kókosmjólk saman við og hrærið stöðugt í súpunni í 1-2 mínútur svo allt blandist vel saman. Hitið að suðu, lækkið þá hitann og látið malla í um 10 mínútur. Bætið að lokum risarækjum, hrisgrjónum, límónusafa og kóriander við. Berið strax fram. Heimild: grgs.is.

