

PRENTÞJÓNUSTA
TUNNAN
 tunnan@tunnan.is
 Sími: 467 - 1288
 Fax: 467 - 1472

11. tbl. 23. árg. 23. - 29. mars 2011

olis BÚÐIN
 Sími 467 1159
 Ellingsen

Skiðasvæði Fjallabyggðar
 Skíðasvæðið í Skarðsdal
 skard.fjallabyggd.is
 Uppl. í síma:
 878-3399

Valberg ehf

Strandgötu 4 Sími 466-2255
 Opð mánud til föstud frá kl. 09-12 og 13-18

Frábær tilboð á ÍSLENSKRI gæðamálningu!
20% afsláttur af penslum, rúllum, bökkum o.fl.



Glitra allir litir 1 Ltr 1.890 kr.
 Glitra allir litir 4 Ltr. 5.990 kr.
 Glitra allir litir 10 Ltr 13.490 kr.
 Kópál Glitra hentar sérlega vel á stofur, ganga og svefnherbergi. Gljástig um 10.



Birta allir litir 1 Ltr 2.290 kr.
 Birta allir litir 4 Ltr 6.990 kr.
 Birta allir litir 10 Ltr. 15.990 kr.
 Kópál Birta hylur sérlega vel og hefur mikla þvottheldni. Gljástig um 20.



Til sölu er Gunnólfsgata 12
Ólafsfirði, 5 herbergja
einbýlishús með bílskúr.
 Uppl: s: 895-2144 Baldur
 eða 849-5052 Gunna.

Verslum í heimabyggð

VALBERG ehf

Sími: 466 - 2255

Losun á tunnnum í Fjallabyggð

	M	Þ	M	F	F
Mars	21/SI	22/SI	23	24	25
Mars/ April	28/SI	29/SI	30	31/ÓF	1/ÓF
April	4/ÓF	5/ÓF	6	7	8



S:577 57 57

ÍSLENSKA
 GÁMAFÉLAGIÐ

Gámasvæði - opnunartímar

	Mán. - Fös.	Lau.
ÓF	15 - 18	15-17
SI		11-13

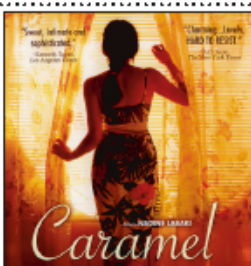
MIDVIKUDAGUR 23. MARS
 15.55 Bítlabær - Keflavík (1:2)
 16.50 Návgi
 17.20 Einu sinni varlífið (26:26)
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Disneystundin
 18.01 Finnþogi og Felix
 18.24 Sigildar teiknimyndir
 18.30 Gló magnaða (26:26)
 18.54 Víkingalóttó
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Kastljós
 20.20 Læknaáriðstöðin (46:53)



21.05 Kiljan
 Siglufjörður verður í Kiljunni. Mikil Siglufjarðarkynning í nær hálf tíma. Kiljufólkíð hafa lagt mikla alúð við þetta.
22.00 Tiufréttir og veður
 22.15 Hvert stefnir Ísland?
 23.40 Landinn
 00.10 Kastljós
 00.50 Fréttir 01.00 Dagskrárlok

FIMMTUDAGUR 24. MARS
 15.25 Bítlabær - Keflavík (2:2)
 16.25 Kiljan
 17.20 Magnus og Petski (11:12)
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Stundin okkar
 18.25 Bombubyrjagið (24:26)
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Kastljós
 20.05 Leit að norræna bragði - Vilt og ljúffengt (2:2)
 20.40 Aðþrengdar eiginkonur
 21.25 Krabbinn (6:13)
22.00 Tiufréttir og veður
 22.15 Glæpahneigið
 23.00 Lífverðirnir
 00.00 Kastljós
 00.25 Fréttir 00.35 Dagskrárlok

FÖSTUDAGUR 25. MARS
 16.55 Kallakaffi (4:12)
 17.20 Skólahreysti (1:5)
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Otrabörninn (14:26)
 18.22 Pálína (9:28)
 18.30 Hanna Montana
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Kastljós
 20.10 Útvar



21.15 Karamella
 (Sukkar banat)
 Líbónsk verðlaunamynd frá 2007. Þetta er rómantísk gamanmynd um nokkrar konur í Beirút og viðburðaríkt líf þeirra. e.
 22.50 Hernumið land(2:2) (Occupation)
 Bresk sjónvarpsmynd í tveimur hlutum um þrjá fyrverandi hermenn sem snúa aftur til Basra, hver af sinni ástæðu. Leikstjóri er Nick Murphy og aðalhlutverk leika James Nesbitt, Stephen Graham og Warren Brown. Myndin hlaut BAFTA-verðlaunin.
 00.20 Laugardagsfár (Saturday Night Fever)
 02.15 Fréttir í dagskrárlok

LAUGARDAGUR 26. MARS
 08.00 Barnaefni
 10.35 Skólahreysti (1:6)
 11.10 Nýsköpun - Ísl. vísendi
 11.40 Kastljós
 12.10 Kiljan
 13.00 Þýski boltinn (9:23)
 14.00 Framhaldsskólámót fótbolta
 16.50 Lincolnshæðir
 17.35 Táknaálsfréttir
 17.45 Útvar
 18.54 Lóttó
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Enginn má við mörgum
 20.10 Gettu betur
 21.20 Goðsögnin Ricky Bobby
 23.10 United 93
 01.00 Fréttir í dagskrárlok

SUNNUDAGUR 27. MARS
 08.00 Barnaefni
 10.15 Gettu betur
 11.25 Landinn
 11.55 Návgi
 12.30 Sílfur Egils
 13.50 Hvert stefnir Ísland? (5:5)
 15.10 Hvað veistu? -
Flogið í leit að grunnvatni
 15.40 Íslandsmótið í handbolta
 17.20 Leitinn að norræna bragðinu - Vilt og ljúffengt
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Stundin okkar

18.28 Með afa í vasanum
 18.40 Skúli Skeifir (21:52)
 18.51 Ungur nemur - gamall temur (8:30)
19.00 Fréttir og veður
 19.40 Landinn
 20.10 Tími norðarinnar (1:4) Spennuþáttar byggð á samnefndri sögu Ána Þórarinnssonar sem var tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna árið 2005. Einar, blaðamaður Síðdegisblaðsins, hefur yfirgefið sínar fomu veiðilund, löggufréttir af höfðuborgarsvæðinu, og er fluttur til Akureyrar því auka skal útbreiðslu blaðsins á uppgangstímum á Norðurlandi. Fyrsta verk Einaris fyrir norðan er að skrifa um konu sem deyf af slysförum í flúðasiglingu og rannsókn á hvarfi ungs leikara sem seinna finnst myrtur. Atburðarásin þróast í margslungna fléttu þar sem hver gátan rekur aðra. Leikstjóri er Friðrik Þór Friðriksson og meðal leikenda eru Hjálmar Hjálmarsson, Inga María Valdimarsdóttir og Jóhann Sigurðarson. Textað á síðu 888 í Textavarpri.

21.05 Lífverðirnir
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Mærin Mæja (8:52)
 18.08 Franklin (57:65)
 18.30 Sagan af Enyó (13:26)
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Landsleikur í fótbolta
 21.00 Nýsköpun - Íslensk vísendi (8:12) (Svefnrannróknir, loftgæði og gigtamatöferð.)
 21.30 Mumbai kallar (7:7)
22.00 Tiufréttir og veður
 22.15 Íslenski boltinn
 23.00 Meistaradeild í hestabrottum
 23.20 Fréttir í dagskrárlok



21.05 Lífverðirnir



22.10 Sunnudagsbló - Leigubljástjórnin (Taxi Driver)
 Sigild bandarísk blómmynd frá 1976. Hermaður úr Vjetnam-

stríðinu ekur leigubíl á nöttunni í New York sem honum þykir orðið mikið eyðmarbæli. Hann tekur máli í sínar hendur og reynir í leiðinni að bjarga ungru stúlku úr vændi. Leikstjóri er Martin Scorsese og meðal leikenda eru Robert De Niro, Jodie Foster, Albert Brooks, Harvey Keitel og Cybill Shepherd. Myndin hlaut Gullpálmann í Cannes og var tilnefnd til femra Óskarsverðlauna. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.
 00.00 Sílfur Egils
 01.20 Fréttir í dagskrárlok

MÁNUDAGUR 28. MARS

16.40 Eva María og Atli Halmar Sveinsson
 17.20 Landinn
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Mærin Mæja (8:52)
 18.08 Franklin (57:65)
 18.30 Sagan af Enyó (13:26)
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Landsleikur í fótbolta
 21.00 Nýsköpun - Íslensk vísendi (8:12) (Svefnrannróknir, loftgæði og gigtamatöferð.)
 21.30 Mumbai kallar (7:7)
22.00 Tiufréttir og veður
 22.15 Íslenski boltinn
 23.00 Meistaradeild í hestabrottum
 23.20 Fréttir í dagskrárlok

ÞRIÐJUDAGUR 29. MARS

16.15 Meistaradeild í hestabrottum
 16.35 Íslenski boltinn
 17.20 Nýsköpun - Íslensk vísendi (8:12)
 17.50 Táknaálsfréttir
 18.00 Barnaefni
19.00 Fréttir og veður
 19.35 Kastljós
 20.10 Skólahreysti (2:6)
 20.40 Að daga eða drepast
 21.25 Návgi
22.00 Tiufréttir og veður



22.15 Njósnadeildin (3:8)
 23.10 Aðþrengdar eiginkonur
 23.55 Kastljós
 00.25 Fréttir í dagskrárlok

Glatað:

Vantar NIKE strigaskó svarta nr. 42

Er með nr. 44 hjá mér

Upplýsingar í síma 846 8131

ÍBÚÐ TIL SÖLU

Lækjargata 11, neðri hæð

ca. 70 m² Góð kjör.

Sími 847 1322.



FUNDARBOÐ

Framsóknarfélag Fjallabyggðar boðar til aðalfundar
fimmtudaginn 24. mars á Suðurgötu 4, kl. 20.00.

Dagskrá:

1. Aðalfundarstörf.
Skýrsla stjórnar, afgreiðsla reikninga, kosning stjórnar og endurskoðenda.
2. Bæjarmál.
Bæjarfulltrúarnir Ingvar Erlingsson og Sólrún Júlíusdóttir, ásamt nefndarfólki gera grein fyrir stöðu bæjarmála.
3. Konsning fulltrúa á flokksþing í Reykjavík dagana 8. - 10. apríl nk.
4. Gestur fundarins Höskuldur Þórhallsson alþingismaður ræðir icesavesamninginn og stöðu þjóðmála.
5. Önnur mál.

Félagar fjölmennið. Kaffiveitingar að hætti hússins.

Stjórnin

Sími: 659-4809

HARBOUR HOUSE CAFE
A Dining & Drinking Establishment
Kaffeskaffi

**Vinsæla kaffihúsið við höfnina - Internetaðgangur
Ópið þegar fáni blaktir við hún!**

Bifhjólanámskeið

Bóklegt námskeið.

4. apríl	6. apríl	7. apríl
mánud.	miðvikud.	fimmtud.

Skráning stendur yfir
fyrir verklegt nám í sumar.

Blígr 892 1790
Svavar 892 1390

ÖKUSHÖLI
NORÐURLANDS VESTRA
SALDÁRKROKJ

Canon prentar
TUNNAN verslun



MÍÐVIKUDAGUR 23. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 08:00 Dr. Phil (e)
 08:45 Pepsi MAX tónlist
 16:55 Dr. Phil
 17:40 Innlit/ útlit (3:10) (e)
 18:10 Dýngjan (6:12) (e)
 19:00 Judging Amy (20:22)
 19:45 Will & Grace (10:24)
 20:10 Spjallið með Sólva (6:16)
 Sólvi Tryggvason fær til sín góða gesti og spjallar um lífið, tilveruna og þjóðmálin. Honum er ekkert óviðkomandi og í þáttunum er hæfileg blanda af gríni og alvöru, allt í opinna dagskrá. Sólvi ræðir við tvo Japana sem búsettir eru á Íslandi um hamfainnar sem áttu sér stað í heimalandi þeirra.
 20:50 Blue Bloods (8:22)
 21:40 The Increasingly Poor Decisions of Todd Margaret - LOKAÞÁTTUR (6:6)



22:05 Rabbit Fall - LOKAÞÁTTUR (6:6)
 Vinsælir kanadískir þættir sem fjalla um lögreglukonuna Tara Wheaton sem tekur að sér löggæslu í yfirnáttúrulega smábænum Rabbit Fall. Í þessum lokapætti af Rabbit Fall deyr ung kona. Krufning leiðir í ljós að hjarta hennar hefur verið rífið í tætlar án nokkurra sýnilegra ytri áverka.
 22:35 Jay Leno
 23:20 Hawaii Five-O (3:24) (e)
 00:05 CSI: Miami (24:24) (e)
 00:55 Will & Grace (10:24) (e)
 01:15 Blue Bloods (8:22) (e)
 02:00 Pepsi MAX tónlist

FIMMTUDA GUR 24. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 07:10 Dýngjan (6:12) (e)
 08:00 Dr. Phil (e)
 08:45 Innlit/ útlit (3:10) (e)
 09:15 Pepsi MAX tónlist
 12:00 Dýngjan (6:12) (e)
 12:50 Innlit/ útlit (3:10) (e)
 13:20 Pepsi MAX tónlist
 16:30 7th Heaven (22:22) (e)
 17:15 Dr. Phil
 18:00 HA? (9:15) (e)
 18:50 America's Funniest Home Videos (35:50) (e)

19:15 Game Tívi (9:14)
 19:45 Whose Line is it Anyway? (31:39)
 20:10 Royal Pains (8:18)
 21:00 30 Rock (16:22)
 21:25 Makalaus (4:10)



21:55 Law & Order: LA - NYTT (1:22)
 Bandarískur sakamálaþáttur um stórf rannsóknarlögreglumanna og saksóknara í borg englanna, Los Angeles. Rex Winters (Skeet Ulrich) er fyrrverandi landgönguliði og er veröldin svart-hvít í hans augum. Thomas "TJ" Jarusalski er hinsvegar heimamaður sem þekkir skuggahlíðar Hollywood eins og handarbakið á sér. Saksóknarin í þáttunum Morales sem leikinn er af Alfred Molina er raunsæismaður sem þó berst fyrir réttlætinu til síðasta blóðdropa. Jonah Dekker er leikinn af Terrence Howard sem hlaut óskarsverðlaunatilnefningu fyrir leik sinn í myndinni Hustle & Flow. Lögreglumennirnir Winters og "TJ" glíma við glæpahring sem rænir hina ríku og frægu. Einföld ránsferð fer úr bönundum með skelfilegum afleiðingum. Fyrr en varir þarf lögreglan að rannsaka skuggalegt morð.
 22:40 Jay Leno
 23:25 The Good Wife (9:23) (e)
 00:15 Rabbit Fall (6:6) (e)
 00:45 Royal Pains (8:18) (e)
 01:30 Law & Order: LA (1:22)
 02:15 Pepsi MAX tónlist

FÖSTUDA GUR 25. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 07:30 Game Tívi (9:14) (e)
 08:00 Dr. Phil (e)

08:45 Pepsi MAX tónlist
 12:00 Game Tívi (9:14) (e)
 12:30 Pepsi MAX tónlist
 17:15 Dr. Phil
 18:00 Survivor (16:16) (e)
 18:45 How To Look Good Naked (6:12) (e)
 19:35 America's Funniest Home Videos (8:50)
 20:00 Will & Grace (11:24)
 20:25 Got To Dance (12:15)
 21:15 HA? (10:15)
 22:05 The Bachelorette (11:12)
 23:35 Makalaus (4:10) (e)
 00:05 30 Rock (16:22) (e)
 00:30 The Increasingly Poor Decisions of Todd Margaret (6:6) (e)
 00:55 Law & Order: LA (1:22) (e)
 01:40 In Good Company (e)
 03:30 Saturday Night Live (12:22) (e)
 04:25 Whose Line is it Anyway? (30:39) (e)
 04:50 Will & Grace (11:24) (e)
 05:10 Jay Leno (e)
 05:55 Pepsi MAX tónlist

LAUGARDA GUR 26. MARS.

06:00 Pepsi MAX tónlist
 12:35 Dr. Phil (e)
 14:40 Judging Amy (19:22) (e)
 16:10 90210 (17:22) (e)
 16:55 The Defenders (10:18) (e)
 17:40 Top Gear (3:8) (e)
 18:40 Game Tívi (9:14) (e)
 19:10 Got To Dance (12:15) (e)
 20:00 Saturday Night Live
 20:55 Big Daddy (e)
 22:30 Misery
 00:20 HA? (10:15) (e)
 01:10 Sin City (e)
 03:10 Whose Line is it Anyway? (31:39) (e)
 03:35 Jay Leno (e)
 05:05 Pepsi MAX tónlist

SUNNUGUR 27. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 13:35 Dr. Phil (e)
 15:00 Spjallið með Sólva (6:16)
 15:40 Innlit/ útlit (3:10) (e)
 16:10 Dýngjan (6:12) (e)
 17:00 HA? (10:15) (e)
 17:50 The Bachelorette (11:12)
 19:20 30 Rock (16:22) (e)
 19:45 America's Funniest Home Videos (45:46) (e)
 20:10 Top Gear (4:8)
 21:10 The Defenders (11:18)
 22:00 Californication - NYTT (1:12)
 22:30 Blue Bloods (8:22) (e)
 23:15 Royal Pains (8:18) (e)
 00:05 Saturday Night Live

01:00 Jay Leno (e)
 01:45 The Defenders (11:18)
 02:30 Pepsi MAX tónlist

MÁNUGUR 28. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 08:00 Dr. Phil (e)
 08:45 Pepsi MAX tónlist
 17:05 Game Tívi (9:14) (e)
 17:35 Dr. Phil
 18:20 Spjallið með Sólva (6:16)
 19:00 Judging Amy (21:22)
 19:45 Will & Grace (12:24)
 20:10 One Tree Hill - NYTT (1:22)
 20:55 Hawaii Five-O (4:24)
 21:45 CSI (11:22)
 22:35 Jay Leno
 23:20 Californication (1:12) (e)
 23:50 Rabbit Fall (6:6) (e)
 00:20 Will & Grace (12:24) (e)
 00:40 Hawaii Five-O (4:24) (e)
 01:25 Pepsi MAX tónlist

ÞRIÐJUDAGUR 29. MARS

06:00 Pepsi MAX tónlist
 07:20 Spjallið með Sólva (6:16)
 08:00 Dr. Phil (e)
 08:45 Pepsi MAX tónlist
 12:00 Spjallið með Sólva (6:16)
 12:40 Pepsi MAX tónlist
 17:25 Dr. Phil
 18:10 Got To Dance (12:15) (e)
 19:00 Being Erica (7:13) (e)
 19:45 Whose Line is it Anyway?
 20:10 Matarklúbburinn - NYTT (1:7)
 08:45 Pepsi MAX tónlist (4:10)
 21:05 Dýngjan (7:12)
 21:55 The Good Wife (10:23)
 22:45 Makalaus (4:10) (e)
 23:15 Jay Leno
 00:00 CSI (11:22) (e)
 Bandarískir sakamálaþættir um stórf rannsóknardeildar lögreglunnar í Las Vegas. Ljósmynd af látinni vándiskonu er sett á internetið og reynir rannsóknarteymið að komast að því hver ber ábyrgð á dauða konunnar.
 00:50 The Good Wife (10:23) (e)
 Þáttarröð með stórflekkonunni Julianna Margulies sem slegið hefur rækilega í gegn. Alicia og samstarfsfolk hennar lenda í síðerfalegri klemmu þegar þau hyggjast snúa syni eins skjólstaðings gegn kerustu sinni eftir að bæði eru sökuð um morð.
 01:35 Pepsi MAX tónlist

Minnum á að skilafrestur fyrir auglýsingar í Tunnuna er fyrir kl. 12.00 á þriðjudögum.

www.tunna.is

Siglósport auglýsir

Full búð af flottum fatnaði og skóm
á alla fjölskylduna.

Nýkomið frá Amsterdam:



Dömu skokkar, bolir, jakkar o.m.fl.

Vorum að fá herraskyrtur frá **Bosswell**
og boli frá **Blend**.

Sigló
Sport

Einnig nýjar herra gallabuxur.

Siglósport

S: 467 1866

Ólafsfjarðarkirkja

Sunnudagurinn 27. mars



Fjölskylduguðspjónusta kl. 11:00

Síðasta samvera barnastarfsins í vetur

Kirkjuskólinn á Siglufirði kemur í heimsókn

Pylsur og svali í safnaðarheimilinu eftir stundina

Helgistund á Hornbrekku kl. 14:30

Sóknamefnd og sóknarprestur



s: 466 2010

CANON BLEK
TUNNAN VERSLUN

Tölvuviðgerðir

Er tölvan þín orðin hæg? Er hún full af vírusum?

Er kominn tími á að uppfæra hugbúnað?

Við bjóðum lausnina!



Grunnverð 1: 8.000 kr.

Innifalið: Vírushreinsun, uppfærsla á hugbúnaði og Antivir vírusvörn (frí útgáfa).

Grunnverð 2: 12.000 kr.

Innifalið: Rykhreinsun, vírushreinsun, Antivir vírusvörn (frí útgáfa) og uppfærsla á hugbúnaði, (Íslenskuviðbót við Windows sett inn ef óskað er).

Grunnverð 3: 20.000 kr.

Innifalið: Skipt um stýrikerfi, Linux Ubuntu er sett upp í stað Windows stýrikerfis. Ubuntu linux er frítt stýrikerfi með fjölda forrita innbyggðum s.s. skrifstofu, myndvinnslu- og hljóðvinnsluforritum. Engir vírusar í Linux*, ekkert vesen. Afritun gagna og yfirfærsla gagna er innifalin. Windows forrit virka ekki í Linux en skjöl, ljósmyndir, video osfrv. virka fínt.

Móttaka og upplýsingar gefur Kristín Sigurjónsdóttir, Gsm: 892-7755

Á mánudögum eru véllarnar sendar til Akureyrar og afhentar viku seinna.

Elilífeyrisþegar og öryrkjar fá 10% afslátt

Vsmari ehf - Sími: 866-7641

*Linux stýrikerfi er 98% vírusfrí.

Linux



ubuntu®

Góð og örugg þjónusta.

VINNUFATNAÐUR.IS

ALLHÍÐA VINNUFATNAÐUR

SEM IDNAÐARMENN UM ALLAN HEIM TREYSTA Á



www.vinnufatnadur.is

MÍBVUKUDA GUR 23. MARS

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:15 Oprah
08:55 I finu formi
09:10 Bold and the Beautiful
09:30 The Doctors
10:15 Lois and Clark (8:22)
11:00 Cold Case (10:23)
11:45 Grey's Anatomy (21:24)
12:35 Nágrannar
13:00 Eldsnöggð með Jóa Fel
13:25 Gossip Girl (8:22)
14:10 E.R. (21:22)
15:00 iCarly (5:45)
15:28 Barnatími Stöðvar 2
17:08 Bold and the Beautiful
17:33 Nágrannar
17:58 The Simpsons (1:25)
18:23 Veður og fréttir
18:47 Þróttir
18:54 Island í dag
19:20 Two and a Half Men (1:24)
19:45 The Big Bang Theory
20:10 Hamingjan sanna (2:8)
20:45 Pretty Little Liars (18:22)
21:30 Hawthorne (10:10)
22:15 Ghost Whisperer (2:22)
23:00 Sex and the City (6:8)
23:30 NCIS (6:24)
00:15 Fringe (6:22)
01:00 Life on Mars (14:17)
01:45 Chok-Dee
03:30 Pretty Little Liars (18:22)
04:15 Hawthorne (10:10)
05:00 Ghost Whisperer (2:22)
05:45 Fréttir og Island í dag

FIMMTUDAGUR 24. MARS

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:15 Oprah
08:55 I finu formi
09:10 Bold and the Beautiful
09:30 The Doctors
10:15 Sjálfstætt fólk
11:00 The Mentalist (12:23)
11:45 Gilmore Girls (9:22)
12:35 Nágrannar
13:00 Sweet Nothing in My Ear
14:45 The O.C. 2 (2:24)
15:30 Sorry I've Got No Head
16:00 Barnatími Stöðvar 2
17:08 Bold and the Beautiful
17:33 Nágrannar
17:58 The Simpsons
18:23 Veður og fréttir
18:47 Þróttir
18:54 Island í dag

19:20 Tvímaelalaust
20:05 Arnar og Ivar á ferð og flugi (1:5)
20:35 Masterchef (12:13)
21:20 NCIS (7:24)
22:05 Fringe (7:22)
22:50 Life on Mars (15:17)
23:35 Pressa (1:6)
00:20 Spaugstofan
00:45 Chase (12:18)
01:30 Boardwalk Empire (5:12)
02:25 The Tudors (8:8)
03:15 Sweet Nothing in My Ear
04:45 Fringe (7:22)
05:30 Fréttir og Island í dag

FÓSTUDAGUR 25. MARS

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:00 Elias
08:15 Oprah
08:55 I finu formi
09:10 Bold and the Beautiful
09:30 The Doctors
10:15 60 mínútur
11:00 Til Death (10:15)
11:25 Audi og Sveppi
11:50 Logi í beinni
12:35 Nágrannar
13:00 Terms of Endearment
15:10 Barnatími Stöðvar 2
17:08 Bold and the Beautiful
17:33 Nágrannar
17:58 The Simpsons (10:22)
18:23 Veður og fréttir
18:47 Þróttir
18:54 Island í dag
19:20 Audi og Sveppi
19:50 American Idol (20:45)
21:15 American Idol (21:45)
22:00 Someone Like You
23:35 Fearless
01:20 In the Line of Fire
03:25 Mission Impossible
05:10 'Til Death (10:15)
05:30 Fréttir og Island í dag

LAUGARDAGUR 26. MARS

07:00 Barnaefni
10:30 Stuðboltastelpumar
10:50 iCarly (6:45)
11:15 Glee (16:22)
12:00 Bold and the Beautiful
13:45 American Idol (20:45)
15:55 Sjálfstætt fólk
16:35 Audi og Sveppi
17:10 ET Weekend
17:55 Sjáðu
18:30 Fréttir og veður

18:49 Þróttir
18:56 Lottó
19:04 Island í dag - helgarúrvall
19:35 Spaugstofan
20:05 The Women
22:00 21
00:00 Posse
01:45 The Brothers Solomon
03:15 Mission: Impossible 2
05:15 Spaugstofan
05:40 Fréttir

SUNNUDAGUR 27. MARS

07:00 Barnaefni
11:30 Sorry I've Got No Head
12:00 Spaugstofan
12:30 Nágrannar
14:15 Smallville (20:22)
15:00 Hawthorne (10:10)
15:50 Arnar og Ivar á ferð og flugi (1:5)
16:20 Hamingjan sanna (2:8)
16:55 Oprah
17:40 60 mínútur
18:30 Fréttir og veður
19:15 Frasier (9:24)
19:40 Sjálfstætt fólk
20:20 Pressa (2:6)
21:10 Chase (13:18)
21:55 Boardwalk Empire (6:12)
22:55 60 mínútur
23:40 Spaugstofan
00:05 Glee (16:22)
00:50 Nikita (3:22)
01:40 The Event (12:23)
02:25 Saving Grace (3:14)
03:10 Jane Austen Book Club
04:55 Chase (13:18)
05:40 Fréttir

MÁNUDAGUR 28. MARS

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:15 Oprah
08:55 I finu formi
09:10 Bold and the Beautiful
09:30 The Doctors
10:15 Lie to Me (3:13)
11:00 Masterchef (7:13)
11:45 Falcon Crest (21:28)
12:35 Nágrannar
13:00 America's Got Talent
15:05 ET Weekend
15:55 Barnatími Stöðvar 2
17:08 Bold and the Beautiful
17:33 Nágrannar
17:58 The Simpsons
18:23 Veður og fréttir
18:47 Þróttir

18:54 Island í dag
19:20 Two and a Half Men
19:45 The Big Bang Theory
20:10 Jamie Oliver's Food Revolution (1:6)
21:00 The Event (13:23)
21:45 Nikita (4:22)
22:30 Saving Grace (4:14)
23:15 Modern Family (17:24)
23:40 Chuck (19:19)
00:25 Burn Notice (14:16)
01:10 Saawariya
03:35 Lie to Me (3:13)
04:20 The Event (13:23)
05:05 Jamie Oliver's Food
05:55 Fréttir og Island í dag

ÞRIÐJUDAGUR 29. MARS

07:00 Barnatími Stöðvar 2
08:15 Oprah
08:55 I finu formi
09:10 Bold and the Beautiful
09:30 The Doctors
10:15 Flipping Out (2:9)
11:00 The New Adventures of Old Christine (10:22)
11:25 Wonder Years (4:17)
11:50 Tim Gunn's Guide to Style (8:8)
12:35 Nágrannar
13:00 America's Got Talent
15:05 Sjáðu
15:30 Ben 10
15:53 Barnatími Stöðvar 2
17:08 Bold and the Beautiful
17:33 Nágrannar
17:58 The Simpsons (2:25)
18:23 Veður og fréttir
18:47 Þróttir
18:54 Island í dag
19:20 Two and a Half Men
19:45 The Big Bang Theory
20:10 Modern Family (18:24)
20:35 How I Met Your Mother
21:00 Bones (1:23)
21:45 Burn Notice (15:16)
22:30 Daily Show: Global Editi
22:55 Pretty Little Liars (18:22)
23:40 Hawthorne (10:10)
00:25 Ghost Whisperer (2:22)
01:10 Gladiator
02:50 Bones (1:23)
03:35 Two and a Half Men
04:00 Tim Gunn's Guide to Style (8:8)
04:45 The New Adventures
05:10 Fréttir og Island í dag

LOSTÆTI vikunnar - Bleikja með wasabi kremi**Hráefni:****Wasabi krem:**

4 stk. bleikjuflök
4 mtsk. feriyaki sósa
Sesamfræ og svartur pipar úr kvörn.

Roð og beinhreinsuð bleikjuflökinn leggist í smurt eldfast fat og smyrjið teriyaki sósu yfir. Stráid sesamfræjum yfir og kryddið létt með svörtum pipar.

Aðferð:

Bakið við hæsta hita 250°C í um 5 til 7 mín.
Athugið að fylgjast vel með á meðan á bökun stendur.

1 mtsk. wasabi, úthrært
1 dl. sýrður rjómi
1 stk. sitrónuásafi úr einum bát.
1 tsk. hlyn siróp
Blandið öllu saman.

Berið fram með nýjum kartöflum og fersku salati.

Sigurjón Hrafn Ásgeirsson skorar á Gunnar Frey Sigurðsson að koma með uppskrift í næstu Tunnu.

Til íbúa á Siglufirði:

Nýir orkumælar með rafrænum álestri



Í mars 2011

Kæri viðskiptavinur!

Á næstu vikum mun RARIK hefja útskipti solumæla rafmagns og hitaveitu á Siglufirði. Um er að ræða fyrsta áfanga fyrirtækisins í þá átt að taka upp nútímalegri aðferðir við álestur almennra orkumæla,

Nýju orkumælarnir verða búnir samskiptabúnaði sem skilar álestur til miðlægrar safnstöðvar RARIK og munu því árlegar heimsóknir álesara á vegum RARIK leggjast af.

Nýju orkumælarnir gera það mögulegt að senda reglulega reikninga sem byggja á raunverulegri notkun í stað áætlunarreikninga og árlegs uppgjörreiknings.

Á þennan hátt gefst viðskiptavinum möguleiki á að grípa fyrir inn í ef orkunotkun mælist óeðlileg.

Á næstu vikum munu starfsmenn RARIK hafa samband við viðskiptavini með það fyrir augum að finna hentugan tíma fyrir mælaskipti.

Bestu kveðjur



www.rarik.is