



Hjálmur

fréttablað

**Verkalýðsfélagið Hlíf óskar
félagsmönnum og Hafnfirðingum
öllum gleðilegrar aðventu og
hamingjuríkra jóla!**



Hlýlegur Hafnarfjörður á aðventu

Það fer ekki á milli mála að jólin eru að ganga í garð. Hlýlegur bæjarbragurinn sem ávallt einkennir Hafnarfjörðinn verður enn merkjanlegri þegar myrkrið er fallið á og götur eru fullar af fólki sem nýtur samveru og útivistar í aðdraganda hátíðar ljóss og friðar.

Fyrir Hafnfirðinga er sérstaklega ánægjulegt að ganga um gamla bæinn og skoða jólaljós í gluggum og þakskeggum og njóta ljómans frá skreytingum bæjarins, en eftir að Jólaborpið í Hafnarfirði festist í sessi finnst mörgum opnun þess bjóða jólin velkomin. Jólaborpið var opnað formlega með pompi og prakt laugardaginn 29. nóvember, en Jónas Sig og Ritvélur framtíðarinnar slógu tóninn með frábærum tónleikum í Bæjarbíói kvöldinu áður.

Ótrúlegur metnaður einkennir dagskrána þetta árið sem endranær og væri forvitnilegt að vita hversu stór hluti bæjarbúa tekur á einhverjum tímamarki þátt í viðburðum sem tengjast Jólaborpinu. Laugardaginn 6. desember fór t.d. fram í Hafnarborg viðburðurinn Syngjandi jól en þar komu fram átján sönghópar á öllum aldri, allt frá leikskólahópum upp í grunnskólahópa og fullmótaða og alvana karlakóra og kvennakóra og gospelkóra! Syngjandi jól er einstakur viðburður sem haldinn hefur verið allar götur frá árinu 1996. Jólaborpið birtir dagskrá sína á hafnarfjordur.is og einnig á Facebook, en þar kennir ýmissa grasa – til dæmis eru þar allar upplýsingar um ljósmyndakeppni Jólaborpsins þar sem allir geta tekið þátt, bæði börn og fullorðnir!

Hækkun lægstu launa í forgangi

Ein af skýrustu niðurstöðum úr nýrri könnun Gallup fyrir Flóabandalagið er að ríflega sjö af hverjum tíu félagsmönnum telja að launamunur hafi aukist á síðustu fimm árum og þetta kemur vitanlega einnig fram í yfirgnæfandi stuðningi við hækkun lægstu launa umfram almenna hækkun. Margt athyglisvert kemur fram í svörum félagsmanna, svo sem mat þeirra á því hversu heilsusamlegt vinnuumhverfi þeirra er og hvernig þeir meta eigið heilsufarsástand. Nánar er fjallað um könnunina í blaðinu en einnig er hún aðgengileg í heild sinni á heimasíðu Hlífar.

[24]



Virk - Starfsendurhæfingarsjóður



Trúnaðarmaðurinn



Gylfi Ingvarsson



Kaldur vetur framundan

Því miður stefnir í kaldan vetur í kjarabaráttu hjá íslensku verkafólki sem þarf enn að sækja leiðréttingu á launum sínum. Þessa dagana tala ýmsir aðilar ákaft um mikilvægi þjóðarsáttar, en það er einmitt það sem við gerðum fyrir ári síðan – við lögðum okkar af mörkum til sáttar með því að sætta okkur við ákveðna hækkun launa, en síðan hafa margir hópar farið langt fram úr okkur.

Vitanlega eru kjaramál vandmeðfarin og samspilið við samfélagið flókið. Þetta sýndi sig vel í síðustu kjarasamningum þar sem Flóabandalagið tók þá heilbrigðu afstöðu að ná þyrfti niður verðbólgu. Í því ljósi var samið – en það má aldrei vera þannig að verkamenn einir taki á sig verðbólgu­slaginn með síðri kjarabótum á meðan hinir njóta ávaxtanna.

Á Alþingi eru ýmsar blikur á lofti og sum málin nánast óskiljanleg frá sjónarhóli verkafólks og hins almenna launamanns. Fjárlagafrumvarpið er óafgreitt í þinginu og ekki vitað hversu

mikil kjaraskerðingin verður í kjölfar þess – en svo sannarlega er stefnt leynt og ljóst að kjaraskerðingu hinna lægst launuðu. Á því er skammarlegur bragur, ekki síst í þeirri stefnu ríkisstjórnarflokkanna að hækka matarskattinn, þar sem meginþorri þjóðarinnar er þegar að kikna undan háum matarreikningum heimilisins. Jöfnuður virðist ekki vera til í orðabók þessarar ríkistjórnar, sem ætlar að lækka vörugjöld á ísskápa og sjónvörp til að koma til móts við hækkaðan matarskatt. Á stórum barnaheimilum mun hækkunin hafa veruleg og neikvæð áhrif, ekki síst hjá ungu barnafólki sem einnig á í erfiðleikum með að koma þaki yfir höfuðið. Það er með þeim sem maður finnur mest til.

Hér í Hafnarfirði er margt jákvætt á seyði, eins og fram kemur í umfjöllun blaðsins. Við fögnum því að mörg fyrirtæki leita nú til Hafnarfjarðar með höfuðstöðvar og starfsstöðvar sínar.

En einnig í atvinnulífinu er hreyfing í gangi sem vert að vara við. Þar er átt við afgerandi mikla fækkun opinberra starfsmanna ríkisins í Hafnarfirði. Samkvæmt tölum sem Hafnarfjarðarbær hefur tekið saman hefur opinberum störfum fækkað um 128 stöðugildi á aðeins sex árum, eða frá árinu 2007. Þetta eru heil 21% og munar svo sannarlega um minna á fáeinum árum. Og nú ganga yfirvöld fram með tvær yfirvofandi breytingar – afar umdeildan flutning Fiskistofu til Akureyrar og hugsanlega sameiningu sýslumannsins í Hafnarfirði við embættið í Kópavogi. Samtals vinna á þessum tveimur stofnunum hátt í 100 manns og það gefur augaleið að við þetta verður ekki unað. Hafnarfjörður þarf á alls kyns störfum að halda til að þrífast vel og ljóma af fjölbreytni og lífi.

Kolbeinn Gunnarsson,
formaður Verkalýðsfélagsins Hlífar

SKRIFSTOFA
VERKALÝÐSFÉLAGSINS
HLÍFAR
Reykjavíkurvegi 64

OPNUNARTÍMI:

Mánudaga til föstudaga
frá kl. 8:30 til 16:00
Sími: 5100 800
Fax: 5100 809

Veffang: www.hlif.is
Netfang: hlif@hlif.is
Ábyrgðarmaður:
Kolbeinn Gunnarsson

Útgefandi: Verkalýðsfélagið Hlífar
Umbrot: Betri stofan ehf.
Prentun: Ísafoldarprentsmiðja



Sjúkra- sjóðurinn

– mikilvægt öryggisnet
sem allir eiga að þekkja

Verkefni Sjúkrasjóðsins er að veita sjóðsfélögum fjárhagsaðstoð í veikinda-, slysa- og dánartilvikum. Sjóðsfélagar teljast vera þeir sem greitt hafa (eða fyrir þá hafa verið greidd) iðgjöld til sjóðsins. Verkefni sjóðsins er jafnframt að vinna að fyrirbyggjandi aðgerðum sem snerta öryggi og heilsufar félagsmanna og verður sá þáttur sífellt mikilvægari.

„Við vitum að þegar heilsan gefur sig eða slysa eiga sér stað eykst álagið á bæði viðkomandi félagsmann og alla hans nærfjölskyldu og því viljum við að allir viti af sínum rétti hjá Hlíf til að

gera krefjandi tíma auðveldari,“ segir Kolbeinn Gunnarsson, formaður Verkalýðsfélagsins Hlíf. „Á síðustu árum hefur vissulega orðið ákveðin vakning hjá félagsmönnum og sífellt fleiri sækja rétt sinn, en betur má ef duga skal.“

Félagsmenn á almennum vinnumarkaði eiga rétt á allt að 180 daga greiðslu úr sjóðnum þegar þeir eru búnir með annan veikindarétt sinn. Starfsmenn hjá sveitarfélögum, ríki eða sjálfseignarstofnunum eiga rétt á allt að 90 daga greiðslu en þetta kemur til af þeirri staðreynd að veikindaréttur þeirra er almennt mun meiri en starfsmanna á almennum markaði. Dagpeningarnir miðast við 80% af meðaltali þeirra heildarlauna sem iðgjald hefur verið greitt af á síðustu sex mánuðum áður

en umsókn er lögð inn og til að öðlast rétt á greiðslum þarf sjóðsfélagi að hafa greitt 1% af launum sínum til sjóðsins í sex mánuði.

Vegna langveikra og alvarlega fatlaðra barna greiðir sjóðurinn dagpeninga í allt að 90 daga að loknum kjarasamningsbundnum greiðslum launagreiðanda og greiðir dagpeninga í jafn langan tíma vegna alvarlegra veikinda maka. Þá greiðir sjóðurinn útfararætur við andlát sjóðsfélaga.

Greiðslur vegna fyrirbyggjandi aðgerða

Auk dagpeninga greiðir sjóðurinn kostnað vegna fyrirbyggjandi aðgerða sem snerta öryggi og heilsufar sjóðsfélaga. Hafi viðkomandi verið í þrjá mánuði í Hlíf fær hann greiddan kostnað vegna krabbameinsskoðunar og blöðruhálskirtilsskoðunar. Til að öðlast rétt til annarra styrkja sem greiddir eru af sjóðnum þarf hann að hafa verið félagi í Hlíf í sex mánuði.

Eftirtalin atriði eru styrkt af sjóðnum:

Framhaldsskoðun vegna krabbameins, ristilskimun og hjartavernd – áhættumat, heilsurækt/líkamsrækt, heilbrigðis- og lífstílsráðgjöf hjá Vinnuvernd ehf., sjúkráþjálfun – endurhæfing, kaup á gleraugum eða linsum, laser-augnaðgerð, heyrnartæki, dvöl á Heilsustofnun NLF í Hveragerði, viðtalsmeðferð hjá sálfræðingi, geðhjúkrunarfræðingi og félags- og fjölskylduráðgjafa, SÁÁ og/eða MFM (matarfíknimeðferð), viðtalsmeðferð, tækni- og glasafriðgun í fyrsta skipti, lesblindugreining, göngugreining, námskeið til að hætta að reykja, ættleiðing erlendis frá og CPAP-svefngrímur.

Nánari upplýsingar um Sjúkrasjóð Hlíf er að finna á heimasíðu félagsins á slóðinni <http://hlif.is/sjukrasjodur>.

Desember- uppbót

2014

Krónutala desemberuppbótar er mismunandi eftir kjarasamningum. Einnig geta gilt ólíkar reglur um ávinnslu desemberuppbótar eftir kjarasamningum hjá þeim sem hafa starfað skemur en eitt ár hjá sama atvinnurekenda. Einstaklingum með skemmri starfsaldur en eitt ár er bent á að skoða sinn kjarasamning eða hafa samband við skrifstofu Hlíf til að fá nánari upplýsingar. Allar upphæðir miðast við 100% starfshlutfall.

DESEMBERUPPBÓT ÁRIÐ 2014 ER:

Kr. 73.600 fyrir starfsfólk á almennum vinnumarkaði (Flói við SA).

Kr. 93.500 fyrir starfsmenn sveitarfélaga, þ.e.a.s. Hafnarfjarðar og Garðabæjar, ásamt Samtökum sjálfstæðra skóla (SSSK).

Kr. 73.600 fyrir starfsmenn ríkis, hjúkrunarheimila og sjálfseignarstofnana, s.s. starfsmenn hjá Sólvangi, Hrafnistu Hafnarfirði, Vegagerðinni o.fl.

Kr. 175.147 fyrir starfsmenn Rio Tinto Alcan.



Flytur sýslumaðurinn starfsemi sína til Kópavogs eftir áramótin?

Samdráttur og uppgangur í hafnafirsku atvinnulífi

Eins og eðlilegt getur talist í stóru bæjarfélagi eiga sér stað á hverju ári vissar sveiflur í atvinnulífinu, sumar neikvæðar og aðrar jákvæðar. Til Hafnarfjarðar hafa undanfarið leitað ýmis fyrirtæki með nýja starfsemi og starfsstöðvar sínar og því ber að sjálfsögðu að fagna. En aðrar breytingar sem eiga sér stað eru á hinn bóginn óæskilegar og stundum jafnvel illskiljanlegar.

Mikil fækkun opinberra starfsmanna

Undanfarið hefur töluvert verið rætt um að á ákveðnu sviði hins hafnafirsku samfélags eigi sér stað óæskilegar samdráttur, en þar er um

að ræða störf ríkisstarfsmanna í Hafnarfirði. Samkvæmt tölum sem Hafnarfjarðarbær hefur tekið saman hefur opinberum störfum í bænum fækkað um 128 stöðugildi á aðeins sex árum, eða frá 2007-2013. Þetta eru heil 21% og munar svo sannarlega um minna á skömmum tíma.

Enn meiri fækkun árið 2015?

Eins og kunnugt er hafa yfirvöld þegar tekið ákvörðun um að flytja Fiskistofu til Akureyrar, að margra mati og að því er virðist án málefnalega röksemda. Hjá Fiskistofu starfa í kringum 70 starfsmenn og munar svo sannarlega um minna í atvinnulandslagi Hafnarfjarðar, fyrir utan þau óhjákvæmilegu hliðaráhrif sem breyting eins og þessi hefur í för með sér, s.s. mannauðstap, vægi og yfirbragð bæjarins.

Nú nýverið hafa einnig borist fregnir af því að sýslumannsembættinu í Hafnarfirði verði hugsanlega lokað eftir áramót. Embættið var formlega sameinað Sýslumannsembættinu í Kópavogi fyrir nokkrum árum og þar starfa nú um 20 manns.

Þetta eru ekki staðfestar fregnir, en fulltrúar minnihlutans í Samfylkingu og Vinstri-grænum lögðu fram fyrirspurn þessa efnis í bæjarráði í október síðastliðnum en svör hafa ekki borist.

„Við höfum orðið illilega fyrir barðinu á niðurskurði í opinbera geiranum undanfarið ár,“ segir Guðrún Ágústa Guðmundsdóttir, bæjarfulltrúi Vinstri-grænna og fyrrverandi bæjarstjóri Hafnarfjarðar. „Hér var lokað sjúkrahúsi, risaflutningur Fiskistofu stendur fyrir dyrum og því velta menn fyrir sér hvort þetta sé jafnvel stefna núverandi stjórnvalda. Lagabreytingar sem kalla á mögulega fækkun lögregluembætta og sýslumannsembætta á höfuðborgarsvæðinu urðu enn og aftur til að vekja áhyggjur að nýju af mögulegri lokun embættisins hér í Hafnarfirði, þótt vissulega sé ekkert staðfest í þeim efnum.“



Húsnæðið fyrir flugherminn rís hratt á Flugvöllum

Guðrún Ágústa telur mikilvægt að halda í sem flest störf, þar á meðal opinber störf, því að annars sé hætt við að vinnumarkaðurinn í bænum verði einsleitari:

„Það gefur augaleið að þegar störf glatast úr bænum verður umhverfið okkar einsleitara. Sem betur fer er það ekki eingöngu þannig að störf séu að hverfa – við erum líka að fá þó nokkur öflug fyrirtæki til Hafnarfjarðar, t.d. Valitor, sem flutti höfuðstöðvar sínar í bæinn fyrir nokkrum misserum, og uppbyggingu á flughermi á vegum Icelandair svo aðeins séu nefnd tvö dæmi,“ segir Guðrún Ágústa.

Flughermir við Flugvelli

Í Vallarhverfinu í Hafnarfirðinum rís nú glæsilegur og nútímalegur flughermir fyrir Boeing 757 í eigu Icelandair, en á síðasta ári óskaði félagið eftir 16.000 fermetra lóð í Vallarhverfinu. Rúmlega 300 flugmenn starfa hjá Icelandair og þar sem þeir fara að jafnaði tvisvar á ári í flughermi er ljóst að af þessu hlýst mikið hagræði, auk þess sem þetta hefur í för með sér umtalverðan gjaldryissparnað til langs tíma litið.

Oddur H. Oddsson hjá ÍAV var staðarstjóri verkefnisins og hann segir Hafnarfjörð einkum hafa orðið fyrir valinu vegna

frábærrar staðsetningar og nálægðar við Keflavíkurflugvöll:

„Þarna er þegar risið u.p.b. 800 fm stálgrindarhús og þar verður sjálfur flughermirinn staðsettur. Hann verður tekinn í notkun strax í janúar 2015 og reiknað er með að þar verði flugmenn þjálfaðir frá klukkan sjö á morgnana til klukkan tólf á kvöldin,“ segir Oddur og bætir því við að við hlið byggingarinnar rísi nú önnur þriggja hæða bygging þar sem verða til húsa þjálfunarsetur Icelandair og viðhaldsdeild.

„Síðari byggingin verður tekin í notkun haust 2015 og þá telst framkvæmdum lokið hér í bili

að minnsta kosti,“ segir Oddur að lokum.

Ný frystigeymsla Eimskips tilbúin næsta sumar

Þegar standa því yfir framkvæmdir við ýmis verkefni sem setja munu svip sinn á bæjarbraginn og hafa jákvæð áhrif á atvinnulíf bæjarins, auk þess sem að á bakvið tjöldin leynast öflug sprotafyrirtæki sem fara ekki hátt en skila miklu.

Snemma í nóvember var t.d. tilkynnt um þá ákvörðun Eimskips að reisa 10.000 tonna frystigeymslu í Hafnarfirði, en þar hefur



Afgreiðsla Fjarðarfrost hjá Eimskip



Glæsilegar fiskvinnsluvélar frá Curio

félagið samfellt haft starfsemi frá árinu 1970. Samkvæmt vef félagsins kemur ákvörðunin einkum til af aukningu í veiðum, vinnslu á uppsjávarfiski og aukinni eftirspurn eftir vöruhótelþjónustu.

Nýja frystigeymslan kemur til viðbótar við frystigeymsluna Fjarðarfrost, sem er umtalsvert minni eða um 3.000 tonn að stærð. Framkvæmdir hefjast samkvæmt áætlun um áramótin og gert er ráð fyrir að fyrsti áfangi verði tilbúinn til notkunar sumarið 2015.

Hafnarfjarðar. Meginstarfsemi Curio felst í að framleiða alislenskar fiskvinnsluvélar fyrir hausningu, flökun, roðflettingu og brýningu. Fyrirtækið var stofnað árið 1994, fyrst í kringum hefðbundna vélaframleiðslu, en árið 2008 var sett á markað ný vélalína fyrir fiskvinnslu og hún einfaldlega sló í gegn. Sama ár kom á markað fyrsta flökunarvélin og alls voru pantaðar 14 slíkar vélar áður en árið var liðið. Það má því segja að fyrirtækið hafi komið með trukki inn á markað með fiskvinnsluvélar. Curio flutti í



Ellíði sýnir ljósmyndara Hjalms varahlut úr plasti sem var prentaður í 3D prentara fyrirtækisins, en sú tækni ryður sér nú hratt til rúms

Það er því ljóst að ásýnd Hafnarfjarðarhafnar mun taka nokkrum breytingum á næstu árum, ekki síst ef í framtíðinni verður nýttur möguleiki til stækkunar nýju frystigeymslunnar upp í allt að 14.000 tonn.

Curio ehf – fiskvinnslusproti í Firðinum

Við Eyrartröð 4 er starfrækt fyrirtækið Curio ehf, eitt af fjölmörgum vaxandi sprotafyrirtækjum

stærra húsnæði árið 2011 og getur nú framleitt eina til tvær vélar á mánuði, í stað fyrri afkastar sem voru 3-4 vélar ár ári.

Vélar Curio eru þekktar fyrir góða nýtingu og vinsældir vélanna og hróður hefur aukist jafnt og þétt.

„Ég er svo að segja alinn upp í vöruhönnun og þróun sem tengist sjávarútvegi, í

Garðabænum þráði afi Elliði fyrstu rafmagnshandfæravindurnar sem hétu formlega Elektra en voru yfirleitt bara kallaðar Elliðarúllur,” segir Elliði Hreinsson, framkvæmdastjóri Curio. „Síðar sýslaði ég ýmsa hluti á svipuðum nótum með pabba, fyrst á Húsavík og síðar á Akureyri, til dæmis spil og netafdragara.“

Elliði lærði stálsmíði en síðar vélvirkjun og rennismíði hjá Baader Ísland. Eftir nokkur ár hjá Baader var hann lánaður til Noregs þar sem hann öðlaðist dýrmæta reynslu og við heimkomu árið 1994 byrjaði hann í sjálfstæðum rekstri sem varð vísirinn að Curio.

Úr 100 fm í 2500 fm

„Við byrjuðum í Askaland í Kópavoginum í 100 fm húsnæði, höfum fyrir löngu sprengt utan af okkur núverandi húsnæði og um leið og veður leyfir árið 2015 förum við í langþráða



Starfsmaður Curio við samsetningu á flökunarvél

viðbyggingu hér sem mun auka afkastagetu okkar um 30% í 2500 fm húsnæði. Það verður mikil og langþráð breyting,” segir Elliði og við bætir að það erfiðasta sem fyrirtæki geri sé líklega að ganga í gegnum öran vöxt:

„Við höfum reynt að fara varlega og ekki fara fram úr okkur. En staðreyndin er sú að við höfum ekki haft undan í mjög langan tíma. Eins og staðan er núna framleiðum við aðallega flökunarvélar og hausunarvélar, en við höfum líka lagt mikið í vöruþróun og þessi stækkun er forsenda fyrir því að geta farið í framleiðslu á nýjum vörum,” segir Elliði að lokum.



Grunnur lagður að starfi nýrrar samninganefndar

Samninganefnd Eflingar-stéttarfélags, Hlífar og VSFK var boðuð til fyrsta fundar nefndarinnar þann 26. nóvember til að undirbúa kjarasamningagerð á almennum markaði. Fundurinn fór fram á Hilton Nordica að Suðurlandsbraut 2 í Reykjavík og hófst kl. 18:00. Sigurður Besson, formaður fyrri samninganefndar, setti fundinn og gerði tillögu um Kolbein Gunnarsson sem fundarstjóra og Þránín Hallgrímsson sem fundarritara.

Eftir að farið hafði verið yfir fyrirkomulag kosningar í samninganefnd í Eflingu, Hlíf og VSFK og verið samþykkt að formenn, varaformenn og leiðandi starfsmenn félaganna myndu skipa viðræðunefnd fór fram kosning formanns samninganefndarinnar. Í máli fundarstjóra kom fram að Sigurður Besson hefði staðið sig vel sem formaður síðustu samninganefndar og fundurinn samþykkti með lófaklappi tillögu fundarstjóra um að hafa Sigurð áfram sem formann.

Að því loknu tók Kristján Gunnarsson við og rifjaði upp lög um samninganefndina. Hann þakkaði m.a. sérstaklega fyrir hversu gott og vandvirkt fólk hefði setið í nefndinni í gegnum tíðina og minnti á að nákvæm skjalaúrvinnsla og skjalaskráning hefði stundum reynst afar mikilvæg, t.d. þegar samningsdrög hefðu verið felld og atvinnurekendur hefðu dregið í efa lögmæti þeirrar ákvæðunar. Þá fór Kristján yfir hlutverk nefndarinnar með því að lesa upp og gera grein fyrir 5. gr. laganna frá 1996 þar sem fjallað er um hlutverk nefndarinnar. Hann vakti athygli á því að þetta væri mikill pakki til að bera

ábyrgð á og að mikilvægast af öllu væri að iðka í starfinu gott lýðræði þar sem fólk segir skoðanir sínar og greiðir síðan atkvæði um samninginn. Harpa Ólafsdóttir og Sigurður Besson gerðu því næst grein fyrir megináherslum í komandi kjarasamningum. Harpa minnti á að félögin hafa afhent umboð varðandi sjómannasamningana til Sjómannasambands Íslands og minnti einnig á samningstíma almenna samningsins við SA sem rennur út þann 1. mars nk. Þar hanga einnig inni á sömu dagsetningu Samtök sjálfstæðra skóla. Í lok máls síns fór Harpa yfir helstu viðhorf og áherslur félagsmanna sem birtast í nýrri Gallup-könnun, en hún er til umfjöllunar annars staðar í Hjálmi.

Að loknum almennum umræðum sagði Sigurður Besson meðal annars að í aðdraganda þessara kjarasamninga sem framundan eru hafi komið upp fjöldinn allur af flækjum sem munu hafa áhrif á skoðanir okkar um það hvernig við eigum að standa að kjarasamningsvinnunni. Hann endaði svo mál sitt á að brýna fyrir fundargestum að mörg og stór verkefni biðu félaganna á þessum samningavetri og þótt staðan væri ekki skýr þyrftu þau að leggja niður fyrir sér fleiri en eina leið við gerð samninganna.

Sigurður bað að lokum fundarmenn að hugleiða hvort væru einhver mál sem þeir vildu koma á framfæri til starfsmanna og ítrekaði að þeim yrði komið á framfæri.

Engin önnur mál voru á dagskrá og þar með var vel heppnuðum fundi slitið kl. 19:25.



Norður- bakki rís að nýju

Allt frá hruninu árið 2008 hafa staðið tvær hálfkláraðar blokkir á Norðurbakkanum þar sem Bæjarútgerð Hafnarfarðar stóð áður og hefur mörgum Hafnfirðingnum þótt erfitt að horfa upp á ástandið þar í jafn langan tíma og raun ber vitni. Fyrir á þessu ári fóru hlutir hins vegar að hreyfast á svæðinu þegar byggingardeild VHE hóf vinnu við að klára umræddar íbúðablokkir.

Samkvæmt Sigurfinni Sigurjónssyni, deildarstjóra byggingardeildar hjá VHE, er um að ræða byggingar sem munu rúma alls 72 íbúðir af ýmsum stærðum og gerðum, en eins og margir vita er svæðið við höfnina orðið nokkuð vinsælt og margar íbúðanna eru með framúrskarandi útsýni. Það er fagnaðarefni að húsnæðismarkaðurinn sé farinn að hreyfast á nýjan leik og vonandi að þessar langþráðu framkvæmdir séu aðeins forsökkurinn að frekari byggingaframkvæmdum í Hafnarfirði.

Stundum þarf bara svolítinn stuðning

VIRK – Starfsendurhæfingarsjóður var fyrst settur á laggirnar árið 2009. Reynslan af þessum fyrstu fimm árum hefur verið framar vonum og sífellt verður auðsóttara fyrir félagsmenn að sækja sér nauðsynlega aðstoð við að komast aftur í gang á vinnumarkaði eftir tímabundin veikindi eða hindranir. Tíðarandinn í samfélaginu er einnig nokkuð breyttur – hér á árum áður hefðu margir veigrað sér við að leita sér aðstoðar, en sem betur fer skilur þorri fólks í dag að veikindi af ýmsum toga eru einfaldlega gangur lífsins og engin skömm í því að biðja um aðstoð.

Félagsmenn leita til VIRK af ólíkum ástæðum, en frumforsendan er þó alltaf sú að um sé að ræða „staðfestan heilsubrest“ eins og það er orðað. Þetta felur í raun aðeins í sér að læknir hafi staðfest að viðkomandi einstaklingur sé að kljást við áskoranir í heilsufari sem hamla framgangi hans á vinnumarkaði.

Þóra Friðriksdóttir er nýr starfsmaður VIRK hjá Verkalýðsfélaginu Hlíf, en hún hóf störf í febrúar 2014. Við tókum tal af Þóru og spurðum hana fyrst um menntun og fyrri störf.

Waldorf í Svíþjóð

„Ég bjó í tæp 12 ár í Svíþjóð, lærði þar Waldorf-kennslufræði eftir að hafa lokið Kennaraháskólanum hér heima og starfaði sem Waldorfskólakennari áður en ég flutti aftur Íslands. Eftir heimkomuna kenndi ég við Vogaskóla og sinnti ýmsum öðrum störfum, en eftir stutta viðkomu á hönnunarbraut í lðnskólanum fór ég í náms- og starfsráðgjöf við Háskóla Íslands og útskrifaðist með meistaraáráðu þaðan árið 2010.“

Áhuginn á fólkinu og vægi endurhæfingar

„Þegar ég velti þessu öllu fyrir mér blasir við að ég hef einfaldlega mikinn áhuga á fólki og að vinna með því. Það hefur einkennt langflest á mínum starfsferli og svo sannarlega á það við um starfið hjá VIRK og Hlíf.“

Þóra rifjar upp í kjölfarið að líklega eigi lífshlaup hennar og starfsferill ekki að koma neinum á óvart – sérstaklega henni sjálfri – enda hafi hún verið alin upp við óvenjulegar aðstæður á Reykjalundi í Mosfellsbæ þar sem faðir hennar var heilsugæslulæknir og móðir hennar sjúkraliði. Reykjalundur var heimili Þóru öll æskuárin, en einnig vinnustaður hennar því þar vann hún öll sumur, jól og páska þar til hún fór í menntaskóla.

„Á Reykjalundi fékk ég strax sem barn að verða vitni að mikilvægi starfsendurhæfingar og

kannski er ég einfaldlega komin í hring með því að starfa við fagið í dag. Á Reykjalundi voru framan af mjög veikir berklasjúklingar. En síðar voru þar að mestu leyti vistmenn sem þurftu á ólíkri endurhæfingu að halda og hluti meðferðarinnar fólst í því að vistmönnum buðust atvinnutækifæri á staðnum, t.d. við að framleiða legókubba, plaströr og jógúrttdósir, svo fátt eitt sé nefnt. Starfið snerist eins og hjá VIRK um að tryggja að allir ættu sér skýrt hlutverk og væru virkir í samfélaginu. Mér finnst ég hafa lært þarna um mikilvægi þess að allir fái tækifæri til að rísa upp og að okkur beri að finna leiðir til að koma í veg fyrir að fólk detti út úr takti samfélagsins og yfir í óvirkni. Allir eiga rétt á þessu tækifæri.“

Beint samband við skjólstaðingana

Hlutverk Þóru er að taka á móti skjólstaðingum sem leita til VIRK og leiða þá í gegnum ferlið, en það er einstaklingsmiðað að miklu leyti fyrir þær sakir hve þarfir einstaklinga eru ólíkar. Algengt er að eftir langan starfsaldur gefi sig hluti stoðkerfisins, t.d. bak eða hné, og stundum svo illilega að fólk getur ekki snúið aftur í sama starfið. Aðrir hafa einfaldlega misst vinnuna, hafa átt erfitt með að finna nýja atvinnu og þurfa aðstoð við að skapa sér nýjan atvinnugrundvöll. Enn aðrir kljást við andleg eða sálræn veikindi, stundum skammvinn og stundum langvinn.

Fagleg og mannleg teymisvinna

Allir sem leita til VIRK fá stuðning frá þverfaglegu teymi sem hittist reglulega, en teymið



Þóra Friðriksdóttir er nýr starfsmaður VIRK hjá Verkalýðsfélaginu Hlíf

samanstendur af ráðgjafa, lækni og sálfræðingi eða sjúkrapjálfa, eftir því hvernig hvert mál liggur. Skjólstaðingar eru vel upplýstir um þetta ferli í upphafi og skrifa undir upplýst samþykki þess efnis, en fyrsta skrefið er alltaf að hitta ráðgjafann sjálfan og þar kemur Þóra til sögunnar.

„Ég er fyrsti tengiliður viðkomandi einstaklings og sá sem sér um hans mál gagnvart teyminu. Við byrjum á því að hittast í nokkur skipti, leggja grunninn, kynnast og fá upp á yfirborðið hvert viðkomandi vill stefna með sjálfan sig. Þetta er mikilvægur hluti vinnunnar, því að öll skref til endurhæfingar taka mið af upphafinu og stefnunni.“

Á Reykjalundi voru framan af mjög veikir berklasjúklingar. En síðar voru þar að mestu leyti vistmenn sem þurftu á ólíkri endurhæfingu að halda.

Leiðarljósið mitt þegar ég hitti nýjan skjólstaðing er að allir eigi að fá tækifæri. Út frá því finnst mér auðveldast að vinna. Mér finnst líka ánægjulegt að finna hversu stór hluti þeirra sem leita hingað eru jákvæðir í garð starfseminnar og þessarar lausnar. Það er af sem áður var þegar þótti veikleikamerki að leita sér hjálpar – í dag er það frekar talið til marks um persónuleikastyrk. Menn og konur vita líka að



– það hljómar eins og flókið verkefni en hjá mörgum þarf ekki svo mikið til. Mér finnst þetta skemmtilegur hluti vinnunnar og þar sakar ekki að geta hugsað á skapandi hátt og út fyrir kassann.“

En hefur þú sjálf þurft á handleiðslu að halda?

„Já, ég hef gert það alloft, þótt heilsa mín hafi aldrei gefið sig alvarlega. Þegar ég starfaði við náms- og starfsráðgjöf hjá Mími var t.d. boðið upp á handleiðslu sálfræðings og það var mikilvægt fyrir mig persónulega. Hjá VIRK erum við líka afar meðvituð um þá staðreynd að við sjálf erum verkfærið; þetta er persónuleg vinna og þá er mikilvægt að passa vandlega upp á sjálfan sig. Þetta er t.d. gert með því að okkur býðst handleiðsla og ráðgjöf innanhúss og aðgangur að sálfræðingi líka.

Í raun getur verið auðvelt að falla út úr kerfinu og lenda á skrýtnum stað á atvinnumarkaði, einkum ef sérhæfing fólks hefur verið mikil. Oft snýst meginvinnan um að hugsa líf sitt alveg upp á nýtt og þá getur verið mjög gagnlegt að hafa ráðgjafa sér við hlið.“

Að virkja áhugahvötina upp á nýtt

„Kjarninn í vinnunni er líka að finna leiðir til að virkja áhugahvöt skjólstæðinga á nýjan leik

Við vitum nefnilega að allir – bæði skjólstæðingar og ráðgjafar – eiga við sín vandamál og áskoranir að stríða og þess vegna dæmum við aldrei neinn sem hingað stigur inn, heldur fögnum hverjum einasta sem vill komast aftur í gang og auka möguleika sína á atvinnumarkaði á nýjan leik.

Allir hafa möguleika á því – og stundum þarf

Allt viðhald fasteigna

TRÉSMÍÐJAN OKKAR EHF.

Reykjavíkurvegi 64, Hafnarfirði, s.894 4025

bara svolítinn stuðning í stuttan tíma til að allt komist aftur í eðlilegt horf. Jafnvel betra horf en nokkru sinni fyrr,” segir Þóra að lokum.

Ekki gefa bara eitthvað, gefðu frekar hvað sem er.



Með gjafakorti Landsbankans er ekkert mál að velja réttu jólagjöfina. Þú ákveður upphæðina og sá sem þiggur velur gjöfina. Þú færð gjafakortið í næsta útibúi.



Landsbankinn

landsbankinn.is

410 4000





Vel heppnuð kvennaráðstefna

Hlífarkonur á Nordisk Forum 2014

Tæplega sextíu konur frá Starfsgreinasambandi Íslands, þar af sex konur frá Verkalýðsfélaginu Hlíf, sátu norrænu kvennaráðstefnuna Nordisk Forum í Malmö í Svíþjóð dagana 12.-15. júní 2014, en þátttakendur voru 6.000 talsins og talið er að um 20.000 gestir hafi sótt viðburði ráðstefnunnar. Þegar félag og sambönd innan ASÍ eru talin með sátu alls tæplega 200 konur ráðstefnuna úr þeirri áttinni, en í heildina voru viðstaddir 360 konur frá Íslandi. Ráðstefnan hefur ekki verið haldin síðustu tuttugu

ár og var því orðið tímabært að norrænar konur kæmu saman og ræddu verkefni framundan og hvernig mætti verja það sem áunnist hefur í jafnréttismálum og málefnum kvenna.

Starfsgreinasambandið hóf skipulagningu fyrir ferðina á haustdögum 2013 og kynnti viðburðinn á meðal formanna stéttarfélaganna og innan aðildarfélaganna. Úr varð að 57 konur fóru saman í þessa eftirminnilegu ferð. Starfsgreinasambandið sá um að bóka sama hótél fyrir allan hópinn og þetta fyrirkomulag þjappaði konunum vel saman því þannig

náðu SGS-konur að hittast úti í sólinni við kaffihús hótelsins og miðla af upplifun sinni og reynslu jafnóðum.

Uppbygging og þátttaka SGS og ASÍ

Í stórum dráttum var uppbyggingu ráðstefnunnar þannig háttað að í stórum sal voru haldnir fyrirlestrar og umræður. Í minni sölum voru málstofur og í öpum rýmum voru alls kyns viðburðir og fyrirlestrar. Á afmörkuðu svæði voru félagasamtök og stofnanir með bása til að kynna sig

og sinn málstað. Svæðið var iðandi af lífi frá morgni til kvölds; iðulega var fjöldi viðburða í gangi á sama tíma og erfitt að velja og hafna. Ísland gerði sig gildandi á ýmsum sviðum ráðstefnunnar.

Það sem sneri þó sérstaklega að verkalýðshreyfingunni var kynning Maríönnu Traustadóttur, jafnréttisfulltrúa ASÍ, á jafnréttisstaðlinum í stóra salnum, auk þess sem ASÍ leigði sal ásamt systursamtökunum fyrir málstofu um verkalýðssamtök og femínisma og þar tók Drífa Snædal, framkvæmdastjóri SGS, þátt í pallborði. Skipuleggjendur ráðstefnunnar í heild sinni voru Kvenréttindasamtök á Norðurlöndunum

og var Kvenréttindafélag Íslands þeirra á meðal. SGS var í samráði og samstarfi við KRFÍ í aðdraganda ferðarinnar fyrir okkar hóp.

Þetta fyrirkomulag þjappaði konunum vel saman því þannig náðu SGS-konur að hittast úti í sólinni við kaffihús hótelsins og miðla af upplifun sinni og reynslu jafnóðum.

Kvennahlaup og kvenlíkamar til sölu

Af öðrum viðburðum sem SGS-hópurinn tók þátt í má nefna kvennahlaupið þar sem hlaupið var um ráðstefnusvæðið, auk þess sem töluverður hluti SGS-kvennanna tók þátt í gjörningi á vegum Stígamóta þar sem Stóra systir mætti á svæðið til að berjast gegn kynferðisofbeldi og sölu á kvenlíkómum, en gjörningurinn vakti gríðarlega athygli. Allur hópurinn hittist síðan eitt kvöldið til að efla andann og skemmta sér saman. Ógerningur er að segja frá einstaka viðburðum, uppákomum eða öðru sem hópurinn tók sér fyrir hendur, en allar voru sammála um að ráðstefnan hefði verið einstaklega vonduð og skemmtileg.



Skoðaðu mismunandi
útfærslur á heimasíðunni okkar,
veislulist.is

ER VEISLA FRAMUNDAN?



Alhliða veislubjónusta fyrir hvers kyns viðburði.

Stórar og smáar veislur, smurbrauð, kaffisnuttur, tertur,
pinnamatur, tapas, erfidrykkjur ofl.

Fagmannleg og fjölbreytt **veislubjónusta** með áratuga reynslu.

Við val á veitingum þarf að hafa í huga á hvaða tíma
dags móttakan er og hversu lengi hún á að standa.

Við gerum veisluna þína enn glæsilegri,
allt frá konfektmola upp í fullbúna veislu.



Hólshraun 3 · 220 Hafnarjörður · Símar 555-1810, 565-1810 · Fax: 565-2367 · veislulist@veislulist.is · www.veislulist.is

Hafðu samband og fáðu ráð
Veislur eru okkar sérgrein.

Veislulist



Lífeyrissjóður Vestfirðinga rennur inn í Gildi – lífeyrissjóð

Í vor bárust fregnir af því að Lífeyrissjóður Vestfirðinga hefði leitað til Gildis-lífeyrissjóðs og óskað eftir viðræðum um samruna sjóðanna. Hjálmur ræddi við Árna Guðmundsson, framkvæmdastjóra Gildis.

Samruni um næstu áramót

„Aðdragandinn var sá að stjórn Lífeyrissjóðs Vestfirðinga sendi formlegt erindi til Gildis í maí og í það erindi var strax vel tekið af okkar hálfu. Viðræður hófust síðar um sumarið og þann 19. september 2014 var undirritaður samrunasamningur á milli sjóðanna. Hann gerir ráð fyrir að Lífeyrissjóður Vestfirðinga renni inn í Gildi um næstu áramót, með fyrirvara um samþykki aukaárfunda beggja sjóðanna,“ segir Árni, en fundirnir fara fram þann 3. desember hjá Gildi og þann 9. desember fyrir vestan. Gert er ráð fyrir að fyrirkomulagið verði samþykkt og við samrunann renna allar eignir og skuldbindingar Lífeyrissjóðs Vestfirðinga inn í Gildi.

Ánægjuleg traustsýrlýsing

Gildi er þriðji stærsti lífeyrissjóður landsins með hreina eign til greiðslu lífeyris upp á rúmlega

350 milljarða, en eignir Lífeyrissjóðs Vestfirðinga eru um 35 milljarðar eða 10% af stærð Gildis.

„Við fögnum þessu skrefi og lítum á það sem traustsýrlýsingu í okkar garð, því að Lífeyrissjóður Vestfirðinga hefði vitanlega getað leitað til annarra sjóða. Við teljum okkur vera að gera góða hluti og þetta er vonandi staðfesting á því,“ segir Árni.

Stærri sjóðir það sem koma skal

Árni segir Gildi sjá tækifæri í stækkuninni og hans persónulega mat er að fækka þurfi lífeyrissjóðum á Íslandi enn frekar. Með auknum kröfum, m.a. frá eftirlitsaðilum, eigi litlir sjóðir oft erfitt með að sinna hlutverki sínu, auk þess sem rekstrarkostnaður verður einfaldlega hlutfallslega of mikill:

„Það er óskandi að þetta heilbrigða skref sem Lífeyrissjóður Vestfirðinga tók verði til að ýta við fleirum. Rekstrarumhverfi lífeyrissjóða er að breytast hratt og stærri sjóðir hafa betur burði til að mæta því.“

Lítill bein áhrif á félagsmenn á Vestfjörðum

Félagsmenn á Vestfjörðum munu væntanlega ekki verða mikið varir við breytingarnar

með beinum hætti, enda verður Gildi með tveggja manna starfsstöð á Ísafirði þar sem áður störfuðu fjórir starfsmenn Lífeyrissjóðs Vestfirðinga:

„Helstu breytingarnar eru af hinu góða – en þær eru kannski fremur ósýnilegar í fljótu bragði. Allir félagsmenn fyrir vestan munu njóta góðs af því að tilheyra stærri einingu eins og Gildi þar sem áhættudreifing er meiri og rekstrarkostnaður lægri,“ segir Árni.

Ýmsar áskoranir fyrir lífeyrissjóðina

„Lífeyrissjóðakerfið á Íslandi stendur frammi fyrir ýmsum áskorunum í dag, almennu sjóðirnir standa almennt ágætlega en öðru gildir um lífeyrissjóði opinberra starfsmanna. Stærsta áskorunin fyrir kerfið í heild sinni er þó einföld og í sjálfu sér jákvæð staðreynd, en það er hækkandi lífaldur Íslendinga. Með hverju ári sem bætist við lífaldurinn fellur aukinn kostnaður á lífeyrissjóðina. Það er því okkar helsta verkefni að laga okkur að þessari breyttu samfélagsgerð,“ segir Árni að lokum.

Launahækkun!

**Ekki missa af 2%
frá launagreiðanda
í hverjum mánuði!**



Fáðu greitt fyrir að spara!

Leggðu 2–4% í séreignarsjóð og launagreiðandinn greiðir 2% á móti

Skattahagræði

Iðgjaldið er ekki skattlagt við innborgun. Iðgjaldið er dregið af launum áður en tekjuskattur er reiknaður. Lægra hlutfall launa þinna fer í skatt og á sama tíma ertu að tryggja þér meira ráðstöfunarfé á efri árum.

Sparnaðurinn erfist

Sparnaðurinn erfist að fullu til lögerfingja og er ekki aðfararhæfur. Það merkir að ekki er hægt að ganga að eign í séreignarsjóði lendi fólk í fjárhagsvandræðum.

Mismunandi ávöxtunarleiðir

Séreignarsjóður Gildis býður upp á þrjár mismunandi ávöxtunarleiðir og hægt er að flytja sig á milli leiða hvenær sem er, **án kostnaðar**.

Enginn upphafskostnaður

Ekki draga þetta lengur – Gerðu samning strax í dag!



Guðrúnartúni 1, 105 Reykjavík • Sími 515 4700 • www.gildi.is - gildi@gildi.is

Orlofshús Hlífar

VINSÆL AÐ VETRI TIL

Það hefur færst mikið í aukana að félagsmenn Hlífar skreppi um helgar að vetri til í orlofshús félagsins. Þannig hefur verið nær 100% nýting á húsunum um helgar í vetur og oft hefur þurft að vísa áhugasömum frá af þeim sökum.

Verkalýðsfélagið Hlíf á níu orlofshús og þrjár orlofsíbúðir. Íbúðirnar eru að Furulundi á Akureyri og eru tvær þeirra leigðar námsfólki yfir veturinn. Er rétt að benda félagsmönnum á að hafa það í huga ef þeir eða börn þeirra hyggja á nám norðan heiða. Orlofshúsin eru staðsett víða um land. Tvö eru í Vaðnesi í Grímsnesinu, tvö í Ölfusborgum við Hveragerði, tvö í Munaðarnesi í Borgarfirði, eitt í Húsafelli og tvö í Stykkishólmi. Heitir pottar eru við öll húsin og gasgrill nema í Vaðnesi þar sem eru hlaðin útigrill. Orlofshúsin í Ölfusborgum eru í umsjón rekstrarfélags Ölfusborga yfir vetrartímann, að undanskilinni páska- vikunni, og þurfa félagsmenn því að hringja í þjónustumiðstöð Ölfusborga í síma 483 4260 vilji þeir dvelja þar utan hefðbundins orlofstíma.

Vikuleiga er frá föstudegi til föstudags 20.000 krónur en helgarleiga frá föstudegi til sunnudags 15.000 krónur. Sérstök afsláttarkjör gilda fyrir eldri borgara og öryrkja í miðri viku að vetri til. Dýrahald er bannað í öllum húsum félagsins. Skila á húsum vel ræstum og hreinum að dvöl lokinni.

Félagsmenn geta keypt afsláttarmiða í Hvalfjarðargöngin á skrifstofu Hlífar og kostar hver miði 500 krónur og sparast því 500 krónur í hverri ferð. Ekki er hægt að kaupa fleiri en 6 miða í einu. Ef keypt er stök ferð hjá Speli kostar hún 1.000 krónur.



ÖLFUSBORGIR

Hús númer 17 og 35

Svefnaðstaða er fyrir 6 manns og eru sængur og koddar fyrir jafn marga. Gestum ber að koma með rúmföt, en bent skal á að hægt er að fá leigð rúmföt í þjónustumiðstöð.

Í húsunum er sjónvarp, DVD- spilar, hljómtæki með geislaspilara, borðbúnaður fyrir 8 manns, örbylgjuofn og eldavél. Barnarúm og barnastóll er í húsunum og bækur og spil til afþreyingar. Gasgrill er við húsin og heitur pottur.

Húsin hafa verið stækkuð með garðskála sem er góð viðbót.

Stutt er í sund og verslanir í Hveragerði og á Selfossi.

Afhending lykla er í þjónustumiðstöð Ölfusborga föstudaga frá 15:00 - 20:30. Sími 483 4260.

Yfirgefa þarf húsin á brottfaradegi eigi síðar en kl. 12:00.



MUNAÐARNES, BORGARFIRÐI

Kolás 12

Svefnaðstaða er fyrir 7 manns í þremur herbergjum. Einnig er svefnloft yfir hálfu húsinu, þar sem þó nokkrir geta sofð.

Sængur og koddar eru fyrir 7 manns. Gestum ber að koma með rúmföt.

Í húsinu er sjónvarp, DVD-spilari, hljómtæki með geislaspilara, borðbúnaður fyrir 12 manns, örbylgjuofn og eldavél. Lítilt ísskápur er í húsinu eins og er. Einnig er barnarúm og barnastóll í húsinu og bækur og spil til afþreyingar. Gasgrill.



Lykill afhendist á skrifstofu Hlífar og skilist þangað að dvöl lokinni.



MUNAÐARNES, BORGARFIRÐI

Kolás 12 A

Nýjasta orlofshúsið var fullgert fyrir



sumarið 2010. Svefnaðstaða er fyrir 7 manns í þremur herbergjum. Sængur og koddar eru fyrir 8 manns. Gestum ber að koma með rúmföt. Í húsinu er sjónvarp, geislaspilari og DVD-spilari, borðbúnaður fyrir 12 manns, örbylgjuofn og eldavél. Einnig er barnarúm og barnastóll í húsinu og bækur og spil til afþreyingar. Gasgrill. Lykill afhendist á skrifstofu Hlífar og skilist þangað að dvöl lokinni.



AKUREYRI

Furulundur 10N, 10R og 8C

3ja herb. íbúð með svefnaðstöðu fyrir fjóra, ásamt sængum og koddum fyrir jafn marga. Gestum ber að koma með rúmföt en bent er á að hægt er að fá rúmföt leigð hjá Securitas. Íbúðin nr. 8C er á annarri hæð með þvottavél í baðherbergi. Íbúðirnar nr. 10R og 10N eru á jarðhæð með verönd og hægt er að ganga beint út í garð. Þvottavél



VAÐNES

Kjarrbraut 8 og 10

Svefnaðstaða er fyrir 7 manns og sængur og koddar fyrir jafn marga. Gestum ber að koma með rúmföt.



Í húsunum er sjónvarp, dvd-spilari, hljómtæki með geislaspilara, borðbúnaður fyrir 12 manns, örbylgjuofn og eldavél. Barnarúm og barnastóll er í húsunum og bækur og spil til afþreyingar. Hlaðið kolagrill er við húsin og heitur pottur. Lykill afhendist á skrifstofu Vlf. Hlífar og skilist þangað að dvöl lokinni. Hús númer 8 er með aðgengi fyrir hjólastóla.



er í sameign. Barnarúm er í öllum íbúðunum, geymd í geymslu eða í íbúðunum, auk þess eru ferðarúm í hverri íbúð. Í íbúðunum er sjónvarp, DVD-spilari, hljómtæki með geislaspilara, eldavél og örbylgjuofn. Kolagrill er á svölum eða í geymslu. Umsjón með íbúðunum hefur Securitas-Akureyri ehf. Tryggvabraut 10. Sími 460 6261. Lykill afhendist þar og skilist þangað að lokinni dvöl.



HÚSAFELL

Stórarjóðri 8

Svefnaðstaða er fyrir 7 manns og sængur og koddar fyrir jafn marga. Gestum ber að koma með rúmföt.

Í húsinu er sjónvarp, DVD-spilari, hljómtæki með geislaspilara, borðbúnaður fyrir 12 manns, örbylgjuofn og eldavél. Barnarúm og barnastóll er í húsunum og bækur og spil til afþreyingar. Hlaðið kolagrill er við húsið og heitur pottur.

Lykill afhendist á skrifstofu Hlífar og skilist þangað að dvöl lokinni.

Húsafell býður upp á:

Sundlaug með heitum pottum, 9 holu mínigolfvöll. Veiðileyfi. Ath. greiða þarf sér fyrir afnot. Verslun er á staðnum. Stutt er í Reykholt.



STYKKISHÓLMUR

Borgarhlíð 2 og 4

Svefnaðstaða er fyrir 7 manns í tveimur herbergjum.

Sængur og koddar eru fyrir 7 manns. Gestum ber að koma með rúmföt utan um sængur og koddar og lök yfir dýnur.

Í húsinu er sjónvarp, hljómtæki með geislaspilara, borðbúnaður fyrir 12, örbylgjuofn o.fl. Barnarúm og barnastóll í húsinu. Bækur og spil til afþreyingar.

Heitur pottur er við húsið og gasgrill.

Lykill afhendist á skrifstofu Hlífar og skilist þangað að dvöl lokinni.

Regla nr. 1

Aldrei hætta að læra



Starfsmenntunarsjóðir – hvað stendur þér til boða?

Í gegnum Hlíf hafa félagsmenn aðgang að þremur öflugum starfsmenntunarsjóðum sem er einkum ætlað að byggja upp og efla starfs- og símenntun félagsmanna. Sjóðirnir eru Starfsafl (fyrir félagsmenn á almennum vinnumarkaði), Flóamennt (fyrir starfsmenn sem starfa hjá ríki og á hjúkrunarheimilum) og að síðustu Námskeiðssjóður Verkalýðsfélagsins Hlíf, en hann er ætlaður starfsmönnum Hafnarfjarðarbæjar og Garðabæjar, auk starfsmanna hjá sjálfstætt starfandi skólum.

Starfsafl

Starfsafl varð til í tengslum við kjarasamninga vorið 2000, en þá var samið um stofnun sérstaks sjóðs til að byggja upp menntun ófaglærðra. Símenntun starfsmanna er einn mikilvægasti liðurinn í betra starfsumhverfi fyrirtækja og aukinni framleiðni og símenntun styrkir án nokkurs vafa samkeppnisstöðu fyrirtækja, burtséð frá því á hvaða markaði

þau starfa. Markmið Starfsafls er að hafa frumkvæði að þróunarverkefnum í starfsmenntun og leggja áherslu á kynningar- og hvatningarstarf sem tengist málaflokknum. Þannig vill Starfsafl stuðla að aukinni starfsmenntun í íslensku atvinnulífi, kanna þörf atvinnulífsins fyrir starfsmenntun ófaglærðs verkafólks og leita eftir viðræðum við stjórnvöld um fyrirkomulag fullorðinsfræðslu, en eins og kemur fram annars staðar í Hjalmi er verkefnið Fræðslustjóri að láni lykilþáttur í þessu markmiði. Allar nánari upplýsingar er að finna á starfsafl.is.

Flóamennt

Flóamennt er starfsmenntunarsjóður fyrir starfsmenn sem starfa hjá ríki og á hjúkrunarheimilum og eru Efling og VSFK einnig aðilar að honum. Sjóðurinn hefur að markmiði að efla starfs- og símenntun starfsmanna og að auka möguleika stofnana á að þróa starfssvið sitt. Þeir félagsmenn Hlíf sem starfa hjá

ríki og á dvalar- og hjúkrunarheimilum eins og Sólvangi og Hrafnistu eða hjá Heilsugæslunni, Vegagerðinni o.fl. geta sótt um styrki til sjóðsins.

Námskeiðssjóður

Verkalýðsfélagsins Hlíf

Félagsmenn sem starfa hjá Hafnarfjarðarbæ og Garðabæ, auk starfsmanna sjálfstætt starfandi skóla, geta sótt um styrki til Námskeiðssjóðsins. Hann er eign Hlíf og er honum ætlað að styrkja félagsmenn sem sækja sér menntun á almennum fræðslumarkaði og starfa hjá sveitarfélögum eða stofnunum sem styrktar eru af þeim og eru á félagssvæði Hlíf sem samkvæmt lögum félagsins eru Hafnarfjörður og Garðabær. Nánari upplýsingar um úthlutunarreglur, umsóknareyðublað og annað varðandi sjóðina er að finna á heimasíðu Hlíf á slóðinni <http://hlif.is/fraeslumal>, en sótt er um styrki til allra þriggja sjóðanna á skrifstofu Hlíf.

ÁGÆTAR HORFUR EN AFAR LÍTIL SAMSTAÐA Á VINNUMARKAÐI

– ársþing ASÍ og skýrsla um
horfur í efnahagsmálum



Á 41. þingi ASÍ sem haldið var í lok október síðastliðnum var lögð fram skýrslan *Horfur í efnahagsmálum: Hagspá 2014-2016* og kennir þar margra grasa. Í skýrslunni er bent á að almennt séu horfur bjartari en um langa hríð, kaupmáttur sé að aukast og fjárfestingar taki við sér fram til ársins 2016. Þó er lýst áhyggjum af vaxandi verðbólgu og að líkur séu á að Seðlabanki Íslands hækki sína vexti til að mæta verðbólgunni, auk þess sem hærri tölur í atvinnuleysi en þjóðin þekkti fyrir hrun séu um það bil að festa sig í sessi.

Lítið um efnidir og engin samstaða

Í skýrslunni er vikið að því að aðilar vinnumarkaðarins hafi unnið í sameiningu

að því að leggja grunn að svipaðri kjara- og efnahagsþróun og á Norðurlöndunum. Þessi grunnvinna er þó ekki talin hafa getað gengið eftir, ekki síst fyrir þá ósamstöðu sem kemur fram í samningum sem ríkisvaldið hefur gert undanfarið. Sérstaklega er bent á að margir hópar hafi, í eins árs samningi, fengið aðeins 2,8% launahækkun á meðan samið hafi verið við kennara til tveggja og hálfis árs með 30% launahækkun – þar á meðal 16% hækkun sem kemur fram á fyrsta ári samningstímans.

„Efnidir – ekki nefndir“ – ályktun um húsnæðismál

Á þingi ASÍ voru samþykktar og unnar fjölmargar ályktanir, m.a. um stöðu kjaramála, kaupmátt til

fram tíðar, launakjör stjórnenda, heilbrigðismál og menntamál, og mörgum þeirra ákveðinn og eindreginn tónn. Í ályktun um húsnæðismál, sem ber það hljómmikla nafn „Efnidir – ekki nefndir“, er t.a.m. hart lagt að stjórnvöldum að axla ábyrgð sína gagnvart málaflöknum og því hvernig húsnæðismarkaður á Íslandi hefur fengið að þróast:

„Stjórnvöld bera ábyrgð á því ófremdarástandi sem nú ríkir í húsnæðismálum og ber félags- og húsnæðismálaráðherra ekki bara skylda til að veita málaflöknum forystu og finna lausnir heldur einnig að veita nauðsynlegum fjármunum til málaflöksins. Til þess eru stjórnmalamenn kosnir.“



Teg. Mary 3 – 1 – 1



Teg. Giulia 3 – 1 – 1

Sófasett, svefnsófar, hornsófar ofl.ofl



Plútó svefnsófi



Hornsófi teg. Carlos



Tungu sófar m. svefn og rúmfatag.



Sófab. Sandra 120 x 80 Camilla sjónv.skápur 150 cm. Torino sjónv.skápur 135 cm. Torino sjónv. 90 cm. Sófab. Sharon 120 x 75 x 50

**Opið laugardag
11 - 15**

NYFORM

HÚSGAGNAVERSLUN
Reykjavíkurvegi 66 - 220 Hafnarfjörður
Sími: 565 4100 - www.nyform.is



Gylfi Ingvarsson

Trúnaðarmaður í tuttugu og fimm ár

Gylfi Ingvarsson lætur af störfum sem aðaltrúnaðarmaður í Straumsvík

Álverið í Straumsvík hefur verið áberandi í atvinnulandslagi Hafnarfjarðar í yfir 40 ár, en starfsemi þar hófst í maí árið 1969. Í upphafi var framleiðslugetan 33.000 tonn, sem vitanlega þótti mikið á þeim tíma, en síðan hefur mikið vatn runnið til sjávar, fyrirtækið hefur skipt nokkrum sinnum um eigendur og eftir nokkrar stækkanir er núverandi framleiðslugeta álversins um 182.000 tonn á ári hverju.

Þótt fjórir áratugir séu ekki langur tími í mannkynssögunni eða Íslandssögunni teljast árin á annan hátt þegar um er að ræða rúmlega fjórtíu ára starfsaldur. Einmitt það gildir um viðmælanda Hjalms, Gylfa Ingvarsson, en hann lætur um þessar mundir af störfum hjá álverinu eftir fjórtíu og tveggja ára starfsferil.

Gylfi starfaði framan af ferlinum á vélaverkstæðinu, en árið 1980 var hann kosinn félagslegur trúnaðarmaður málmíðnaðarmanna og níu árum síðar, árið 1989, var hann kosinn aðaltrúnaðarmaður

starfsmanna fyrirtækisins í fullu starfi. Gylfi hefur sinnt því starfi allar götur síðan og við starfslokinn getur hann því státað af einstaklega löngum starfsferli og þar að auki 25 ára ferli sem aðaltrúnaðarmaður.

Gaflari í húð og hár

Gylfi er fæddur lýðveldisárið 1944 og nær því sjötugsaldri á þessu ári. Hann býr á Garðavegi 5 í húsi fjölskyldunnar, sama húsi og hann ólst upp í: „Ég segi stundum að ég hafi bara flutt af Garðaveginum til að ná í konuna og flytja með hana til baka, enda bjó ég í innan við tvö ár í Norðurbænum,“ segir Gylfi. „Ég kom til ISAL þannig að við vorum stór hópur sem lærði vélsmiði hjá Vélsmiðju Hafnarfjarðar og þegar álverið ákvað að fjölga viðgerðarmönnum fórum við allmargir þangað. Þessi hópur bast afar sterkum böndum og við hittumst ennþá reglulega,“ segir Gylfi og bætir við að síðar sama dag og viðtalið fer fram séu endurfundir hópsins einmitt á dagskrá.

Endurnýjað traust í 25 ár

Álverið er um margt óvenjulegur vinnustaður og þar starfar sérstakt Trúnaðarráð. Það er skipað formönnum verkalýðsfélaganna sem semja

við ISAL og félagslegum trúnaðarmönnum á vinnustaðnum. Trúnaðarráðið kys sér aðaltrúnaðarmann á tveggja ára fresti og því má segja að þar með hafi Gylfi reglulega fengið endurnýjað umboð og traust til að sinna þessu mikilvæga starfi áfram. Hann gerir þó lítið úr því sjálfur:

„Ég reyndi bara alltaf að vera í nánu samstarfi við aðra trúnaðarmenn og formenn verkalýðsfélaganna og eiga góð samskipti við almenna starfsmenn. Þótt álverið sé flókinn og margþættur vinnustaður er hann að mörgu leyti til fyrirmyndar. Þetta kemur bæði til af góðri menningu hjá starfsmönnum og því að verkalýðsfélögin hafa náð að standa saman að samningum. Þetta samstarf hefur þýtt að þarna innanhúss er mun minni launamunur á milli almennra starfsmanna en víða annars staðar. Við höfum svo orðið varir við að sami háttur er núna hafður á málum víðar, t.d. hjá Járblendifélaginu, Norðuráli og Fjarðaráli, en þar hafa verkalýðsfélögin staðið saman að gerð kjarasamninga.“

Fyrirmyndarákvæði

„Í raun hefur okkur tekist – í samstarfi við stjórnendur – að ná fram mörgum fyrirmyndarákvæðum sem aðrir hafa bæði horft til og leikið eftir í öðrum kjarasamningum. Þar má nefna samning um hlutastarf þar sem menn geta minnkað við sig vinnu við 55 ára aldur en greitt áfram í lífeyrissjóð eins og væru þeir í fullu starfi, en ISAL greiðir mismuninn. Einnig samning um flýtt starfslok við 65 ára aldur þar sem starfsmenn halda tiltekinni launaupphæð í þrjú ár og áfram er greitt í lífeyrissjóð eins og þeir hefðu verið í fullu starfi. Þar fá allir sömu upphæð, sama hvort þeir hafa verið í mismunandi launaflökkum, í hlutastarfi eða fullu starfi. Margt af þessu tagi er til mikillar fyrirmyndar og gerir að verkum að menn haldast áfram í álverinu.“

Stóriðjuskólinn – brautryðjendastarf

Eitt baráttumála Gylfa og féлага hans, ásamt Kolbeini Gunnarssyni og Jóhannesi Gunnarssyni hjá Hlíf, var stofnun Stóriðjuskólans árið 1998, en hann þótti mikið framfaraskref þarsem ekkert nám



EFTIRMINNILEGT ATVIK – ÁTÖK UM STÆKKUNINA ÁRIÐ 1995

Þegar Gylfi er spurður um sérstök atvik sem standi upp úr á ferlinum sem trúnaðarmaður skortir ekki svör og hann hikar ekki við að segja frá eftirfarandi atburðarás:

„Þetta var árið 1995, en þá hafði farið af stað mikil umræða um mögulega stækkun álversins með byggingu þriðja skálans og um þetta leyti höfðum við nýlega skrifað undir kjarasamning. Þá var haft samband við mig og ég spurður hvort Þórarinn Viðar, formaður VSÍ, hafi haft samband. Ég neitaði því en hringdi í Þórarin og hann spurði hvort Benedikt Davíðsson, forseti ASÍ, hefði haft samband við mig. Þarna vissi ég að eitthvað mikið væri í gangi og hafði vitanlega beint samband við Benedikt. Hann segir að Finnur Ingólfsson, iðnaðarráðherra og Framsóknarmaður, hafi áhuga á að hitta mig og fulltrúa úr Straumsvík.

Úr varð að ég fór ásamt nokkrum öðrum og Benedikt Davíðssyni á fund ráðherra. Finnur segir frá því að í gangi sé viðræðunefnd á milli

stjórnvalda og eigenda álversins um stækkun og spyr hvort við viljum að hann beiti sér fyrir fundi með okkur og fulltrúum fyrirtækisins.

Ég varð hvumsa yfir þessu og spurði hvort það væri stefna stjórnvalda að lækka laun í Straumsvík. Hann neitaði því. Ég spurði hvort það væri stefna viðræðunefndarinnar að lækka laun í Straumsvík. Hann neitaði því einnig. Á þessum tímamarki spurði ég ráðherra einfaldlega hvað hann væri eiginlega að skipta sér af þessu! Og tjáði honum að ef eigendur álversins vildu breytingu á kjarasamningi þá yrðu þeir einfaldlega að óska eftir viðræðum! Finnur svaraði því til að hann myndi koma þessu áleiðis.

Þegar við stigum út frá ráðherra voru þar fulltrúar frá VSÍ og ÍSAL og skömmu síðar hringdi Þórarinn Viðar í mig og vildi hittast. Ég segist vilja skriflega beiðni um fund, það er orðið við því og við hittumst, fulltrúar Trúnaðarráðs, Þórarinn og Jakob Möller.

Í upphafi fundar segjast þeir hafa áhuga á að

taka upp ákvæði í kjarasamningum um vinnu verktaka í álverinu. Ég stöðvaði þá strax og sagði að samningar væru nýundirritaðir og að við hefðum ekki umboð, við þyrftum að boða til fundar og fá þar heimild til að samþykka kröfur og fara í formlegar viðræður. Í stuttu máli féll þessi afstaða mín í afar grýttan jarðveg og það f auk í Þórarinn þannig að hann slengdi möppu á skrifborðið og labbaði út.

Þetta var ekki alveg óumdeilt, einhverjir í okkar hópi voru jafnvel hræddir um að hætt yrði við stækkunina vegna andstöðunnar, en ég benti á að við hefðum ekki sagt nei við neinu, aðeins viljað fara rétta og formlega leið.

Síðan liðu nú bara nokkrir dagar og þá var tilkynnt um stækkun. Eftir á hef ég séð hvað þetta voru hárrétt viðbrögð og þess vegna stendur þetta upp úr sem eitthvað sem ég er stoltur af. Þarna átti á síðustu stundu að setja á okkur pressu, gera okkur meðvirka til að liðka fyrir stækkun og fá okkur til að samþykka leið til að setja verktaka inn á lægri launum!“

tengt stóriðju var í boði í almenna skólakerfinu á þessum tíma. Fyrirmyndin var sótt til Noregs, en munurinn var þó sá að þar byggir skólinn á lögum og samningum en héraendis eingöngu á samningum. Námið í Stóriðjuskólanum er 325 kennslustundir, það er metið til allt að 34 eininga á framhaldsskólastigi, hlaut Starfsmenntaverðlaunin árið 2000 og formlega viðurkenningu Menntamálaráðuneytisins árið 2002.

„Við börðumst vitanlega fyrir þessu innanhúss endurmenntunarkerfi, en hins vegar hefur alltaf verið mikill metnaður í Straumsvík gagnvart starfsmenntun yfir höfuð. Stjórnendur hafa einfaldlega séð af þessu mikinn árangur og þar með hag, bæði fyrir starfsmenn og fyrirtæki.“

Litla þorpið í hrauninu

Í dag starfa í kringum 500 manns hjá ISAL og lætur nærri að þar fari fram ýmis konar félagsstarf. Gylfi vill þó meina að þessum lið hafi verið betur sinnt hér áður fyrr og nefnir að á meðal starfsmanna álversins hafi starfað ferðahópar, veiðiklúbbar, gönguhópar og önnur öflug félög, t.d. steinasafnarar og radíóamatörar. Í þá daga var það einnig starfsmannafélagið sem sá um skemmtanahald fyrir starfsmenn, en í dag er slíkt að miklu leyti bundið við eina árhátíð á vegum fyrirtækisins.

En hvernig eru jólin í Straumsvík?

„Í desember er boðið upp á sérstakan jólamat

í vel völdu hádegi og þangað er fyrrum starfsmönnum alltaf boðið. Þetta er hefð sem mér þykir ákaflega mikilvæg og þetta er upplagt tækifæri til að halda sambandi við fyrrum starfsmenn. Það er gott fyrir alla, ekki síst núverandi starfsmenn, að fá svona heimsókn úr fortíðinni og finna fyrir því að tilheyra langri sögu fyrirtækisins. Einnig er eldri starfsmönnum og mökum boðið í dagsferð að sumri þar sem byrjað er með morgunmat hjá ISAL.“

Mörg hörð átakamál

Á löngum ferli hefur Gylfi vitanlega komið að mörgum átakamálum og hann segir tímabilið frá 1980-2000 einkum hafa einkennst af harðari átökum. Eftir það fóru menn að semja til lengri tíma en áður; þá hafði jafnvel tekist að skapa varanlega og góða umgjörð um ýmsa hluti og menn gátu eytt tíma sínum í annað en kjarakarp á milli samninga.

„Þótt kjarasamningar séu um margt skýrir hefur atvinnurekandi oft of sterka stöðu til að túlka þá,“ segir Gylfi. „Við höfum ekki hikað við að láta reyna á vafatriði og höfum farið fyrir dóm með þó nokkur mál. Þar kemur vel fram gildi þess að hafa aðaltrúnaðarmann í fullu starfi, því hann hefur aðra og sterkari stöðu gagnvart vinnuveitandanum en ella. Þegar mest hefur gengið á hefur mér stundum verið bent á að ég væri launaður starfsmaður fyrirtækisins, en þetta hefur þó aldrei rist djúpt og almennt hefur skilningur á stöðunni verið góður. Þarna suður

frá er nálægðin mjög mikil. Aðaltrúnaðarmaður er t.d. formaður samninganefndarinnar og trúnaðarmennirnir eru beint inni í þrengstu kjaraviðræðum og því í mikilli nálægð við samningsaðila. Í almennum kjaraviðræðum eru formenn verkalýðsfélaganna yfirleitt aðeins í þessari stöðu.“

„Almennt stoltur af starfinu“

Gylfi segist ganga glaður frá borði og óskar nýjum aðaltrúnaðarmanni, Sigurði Halldórssyni, velfarnaðar í starfi, en hann er rennismiður og kemur einnig af vélaverkstæðinu.

„Ég er aðallega stoltur yfir því að hafa verið frekar ákveðinn og þrjúskur. Einhvern tímann þegar mikið gekk á gagnvart stjórnendum sagði ég við umræddan yfirmann: „Þú getur treyst tveimur atríðum: Ég mun aldrei ljúga neinu upp á þig og ég mun aldrei ljúga fyrir þig.“ Þetta var kannski mitt mottó. Og svo það að taka ekkert út af borðinu fyrr en því var lokið. Í samningunum árið 2011 var ég með ákveðið mál uppi á borði og í tölvupóstsamskiptum við framámann hjá atvinnurekendum fann hann út að ég hefði fyrst sent erindi út af téðu máli árið 1997! Hann sagði mér í leiðinni að það væri yfirlýst og svarin stefna innan þeirra samtaka að verða aldrei við þessari kröfu – en hrósaði mér samt fyrir þrjúskuna!“ segir Gylfi að lokum.



Sem endranær kom margt fróðlegt fram á félagsfundum Hlífar þann 25. nóvember 2014. Þar var m.a. fjallað ítarlega um áhrif vaktavinnu á svefn, heilsu og líðan starfsmanna og er gerð nánar grein fyrir þeirri umfjöllun.

Mikil áhrif vaktavinnu – fregnir af félagsfundum í nóvember

Fundurinn var ágætlega sóttur og fundarstjóri var Kolbeinn Gunnarsson. Hann kynnti fyrst til sögunnar Tómas Bjarnason sem reifaði helstu niðurstöður úr Gallup-könnun Flóabandalagsins sem var framkvæmd í september og október á þessu ári. Könnunin leiddi í ljós ýmislegt áhugavert í viðhorfum og aðstæðum félagsmanna, t.d. greinileg merki um aukinn launamun og aukinn heildarvinnutíma á milli ára, en ítarlega er gerð grein fyrir könnuninni hér í Hjalmi.

Ný samninganefnd kosin

Á fundinum voru einnig kosin 25 aðilar í nýja samninganefnd Hlífar. Samninganefndin gegnir stóru og mikilvægu hlutverki í kjarabaráttunni og er hún alfarið skipuð trúnaðarmönnum félagsins. Reynt er í hvert sinn að finna trúnaðarmenn frá helstu vinnustöðum til að breidd nefndarinnar sé sem allra mest og er við skipunina farið með ströngum hætti eftir lögum og reglum þess efnis. Samninganefndin tekur m.a. ákvarðanir um að samþykkja eða hafna kjarasamningum og boða til verkfallsaðgerða og ef ekki er rétt skipað í nefndina er jafnvel

hægt að dæma verkfallsaðgerðir ólögmatar.

Hormónajafnvægi riðlast þegar svefn er rofinn

Á fundinum flutti erindi Lára G. Sigurðardóttir, læknir hjá Krabbameinsfélaginu, en hún hefur m.a. rannsakað áhrif hormónsins melatóníns á þróun krabbameins í blöðruhálskirtli og fjallað um það hversu viðtæk áhrif svefntruflanir hafa á heilsufar og líðan vaktavinnufólks.

„Þetta er til þess að gera nýtt fag, miðað við margt annað í lækisfræðinni, og það kemur sífellt betur í ljós hversu mikilvægur svefn er fyrir andlega líðan og almenna líkamsstarfsemi. Þetta er í sjálfu sér eitthvað sem menn hafa talið sig vita, en nú eru að koma fram fleiri rannsóknir sem benda til þessara áhrifa,“ segir Lára og bætir því við að fyrir utan neikvæð áhrif á líkamsstarfsemina aukist slysatíðni samfara vaktaálaga, bæði í vinnu og utan.

Lára benti í erindinu m.a. á að fyrir sjö árum hefði Alþjóðakrabbameinsstofnunin (IARC) sent frá sér yfirlýsingu þess efnis að vaktavinna væri líklegur áhættuþáttur krabbameina, ekki síst fyrir konur, og að nú væri sjónum beint að heilsufari karla í auknum mæli.

Ásókn í óhollara nætursnarl

Lára bætir við: „Sýnt hefur verið fram á að þeir sem vinna á næturvöktum eru í aukinni áhættu á að fá ýmsa sjúkdóma eins og magasár, háan blóðþrýsting, hjartaáfall og þunglyndi. Við vaktavinnu dettur lífklukkan úr takti, svefninn raskast og framleiðsla á hormóninu melatóníni stöðvast. Einnig benda rannsóknir

Sýnt hefur verið fram á að þeir sem vinna á næturvöktum eru í aukinni áhættu á að fá ýmsa sjúkdóma eins og magasár, háan blóðþrýsting, hjartaáfall og þunglyndi.

til þess að það verði röskun á grellni og leptíni sem eru hormón sem stjórna fæðuinntöku. Vaktavinnufólk sækist því gjarnan í að borða meira á næturna, sérstaklega hitaæinga- og



kolvetnaríkt fæði eins og sætindi eða saltað snakk. Ofan á þetta bætist að framleiðsla á vaxtarhormóni minnkar en það tekur meðal annars þátt í að viðhalda styrk beina og styrkir ónæmiskerfið. Við vaktavinnu myndast einnig minna magn af melatóníni í líkamanum, en tilraunarannsóknir hafa sýnt að það hefur verndandi áhrif gegn myndun og þróun krabbameins.“

Lára telur erfitt að draga eitt atriði fram yfir annað ef einstaklingur vill vinna gegn neikvæðum áhrifum svefntruflana:

„Það væri helst að passa mjög vel upp á gæði þess svefns sem viðkomandi þó fær. Það eru vissulega til mörg góð ráð við svefntruflunum en það fer eftir eðli svefntruflana hvaða ráð er gefið hverju sinni. Síðan er líka mikilvægt að hlúa að öðrum þáttum eins og að fá næga hreyfingu og borða hollan mat,“ segir Lára að lokum.

Hvaða áhrif hefur vinnufyrirkomulagið á svefn og heilsu?

Á fundinum var einnig lögð fram skýrslan Áhrif vaktavinnu á heilsu, líðan og svefn: Hvaða áhrif hefur vinnufyrirkomulagið? eftir Júlíus K. Björnsson, sálfræðing. Þar kom m.a. fram að miklar sveiflur í skipulagi vaktavinnu hafi aukreitiss áhrif og þar er sérstaklega mikil hætta á uppsafnaðri þreytu og syfju. Samkvæmt skýrslu Júlíusar er einstaklingsmunur á fólki en meginreglan er sú að flestir hafa líkamsklukku sem gengur með u.þ.b. 25 klukkustunda takti.

Sjö klukkustunda minni svefn á viku – og stundum engin aðlögun

Margar rannsóknir sýna að vaktavinnufólk fær allt að 7 klst. styttri svefn á viku en aðrir og allt að 20% þeirra kvarta undan slæmum svefni, einbeitingarörðugleikum og þreytu. Nýjustu rannsóknir benda til þess að hjá allflestum eigi sér alls ekki stað veruleg eða alger aðlögun að næturvinnu og hjá sumum einstaklingum er aðlögunin jafnvel engin eða mjög lítil.

Konur standa verr gagnvart vaktavinnu

Í skýrslu Júlíusar kemur einnig fram að konur eigi enn erfiðara með að venjast en karlar og þær finna til meiri svefntruflana og þreytu en þeir.

Júlíus telur hugsanlegt að lífeðlislegur mismunur karla og kvenna skipti þarna einhverju máli, en telur þó félagslega stöðu og hlutverk kvenna í nútímasamfélagi ráða mestu um.

Hvernig er hægt að vinna gegn

neikvæðum áhrifum vaktavinnuálags?

Það er ljóst af máli bæði Júlíusar og Láru að vaktavinna hefur víðtæk áhrif og neikvæð á bæði andlega og líkamlega starfsemi og svo sannarlega vert að vinna gegn þeim áhrifum með öllum tiltækum ráðum.

Júlíus tiltók í skýrslu sinni allnokkur atriði sem geta haft mikil og jákvæð áhrif á þá sem vinna vaktavinnu. Vitanlega eru mörg þeirra það sem myndi flokkast sem „almenn vitneskja“, en Hlíf vill þó hvetja vaktavinnufólk til að glöggva sig á punktunum og taka þannig virkan þátt í að sporna gegn neikvæðum áhrifum vaktavinnunnar.

Hér eru punktar Júlíusar í stuttu máli:

Hvað er hægt að gera til að draga sem mest úr slæmum áhrifum síbreytilegs vinnutíma?

Rannsóknir hafa sýnt að eftirtalin atriði eru mikilvæg:

1. fræða starfsmenn um áhrif vaktavinnu

til að gera þeim kleift að fyrirbyggja og/eða milda áhrifin.

2. koma í veg fyrir eða fækka sem kostur er

vöktum sem sífellt eyðileggja svefn á eðlilegum tíma sólarhrings.

3. breyta um vinnutíma með klukkunni

en ekki á móti henni, ef um t.d. þrískiptar vaktir er að ræða.

4. hafa sem mesta reglu á vaktabreytingum og skipulagi.

5. fræða starfsmenn um svefn og svefnheilsufræði,

þannig að þeir geti tryggt sér sem bestan svefn þegar þeir þurfa að sofa.

6. tryggja nægilega langa og góða hvíld og frí á milli vakta,

þannig að ekki hlaðist upp þreyta og syfja.

7. vanda sem mest til lýsingar á vinnustað

þar sem unnið er á nóttunni því að

framleiðsla melatóníns stöðvast af birtu.

Þannig er ýtt undir að starfsmaðurinn verði betur vakandi þegar þörf er á.

8. leggja sig stuttan tíma fyrir næturvakt.

Það er betra en að leggja sig á vaktinni sjálfri.

9. taka tillit til þess að vaktavinna eða

síbreytilegur vinnutími og næturvinna er

erfiðari fyrir þá sem eru kvöldsvæfir og árrisulir.

10. taka tillit til þess að svefn og

dægursveifla breytist/styttist með hækkandi

aldri og laga vinnufyrirkomulagið að þeim

sem eiga erfitt með skiptingar, t.d. gefa eldri

starfsmönnum færi á að hætta vaktavinnu ef

kostur er.

11. gefa starfsmönnum tækifæri til að

leggja sig stutta stund á vaktinni, þetta

bætir líðan, kemur í veg fyrir óafvitandi syfju,

eykur árvekni og bætir athygli starfsmanna.

12. hafa næturvaktir sem fæstar í einu.

Bestu kveðjur til félagsmanna Hlífar



VERKALÝÐS- OG SJÓMANNAFÉLAG
KEFLAVÍKUR OG NÁGRENNIS



Trúnaðarmaðurinn alls staðar mikilvægur

Hlutverk trúnaðarmannsins er afskaplega mikilvægt og vandmeðfarið, enda eru allir vinnustaðir skipaðir fólki úr ólíkum áttum og eðlilegt að upp komi ýmis mál sem úr þarf að leysa. Trúnaðarmaðurinn gegnir stuðningshlutverki í samskiptum starfsmanna við yfirmenn sína og hefur milligöngu um samskipti við verkalyðsfélagið við ólíkar aðstæður.

Dagana 17.-19. nóvember síðastliðinn fór fram Trúnaðarmannanámskeið II, 5. þrep, í húsakynnum Hlífar við Reykjavíkurveg, en öll námskeið sem trúnaðarmenn sitja eru metin til eininga á framhaldsskólastigi. Þetta námskeið sátu fjórtán trúnaðarmenn (sex konur og átta karlar) sem fengu ýmsan fróðleik beint í æð. Meðal annars var fjallað um samningstækni, ræðulist, réttindi, lög, reglur, samninga og tækni í samskiptum, enda er námskeiðinu ætlað að styrkja stöðu trúnaðarmannanna innan sinna vinnustaða og auka þeim sjálftraust almennt.

Hjálmur tók þrjá trúnaðarmenn tali og komst að því að þótt starfið sé að einhverju leyti staðlað þurfi trúnaðarmaðurinn alltaf að aðlaga sig aðstæðum innan síns fyrirtækis.

Flókið að útskýra hlutverk trúnaðarmannsins

„Ég er stundum beðinn um að útskýra hlutverk trúnaðarmannsins, t.d. af vinum og vandamönnum. En það getur verið flókið – því að allt sem ég geri fer jú fram í trúnaði við starfsmennina!“ segir Sigurður J. Haraldsson sem hefur starfað hjá álverinu í Straumsvík í fjórtán ár. Hann hefur verið trúnaðarmaður síðastliðin tvö ár og kann því ágætlega.

„Ég vinn sjálfur í kerskálunum og sé um rekstur á kerjunum og ýmis önnur verk líka,“ segir Sigurður og bætir við að hann sé búinn að sitja nokkur trúnaðarmannanámskeið hjá Hlíf. Þegar hann er spurður hvort starfið sé skemmtilegt getur hann ekki beinlínis tekið undir það orðalag:

„Nei, þetta er varla skemmtilegt, enda koma upp alls kyns flókin og krefjandi mál á stórum vinnustað eins og ISAL. En það er mikill stígandi í starfinu og ég vil sinna þessu því hlutverkið er mikilvægt og skiptir verulegu máli fyrir starfsfólkið og vinnustaðinn sjálfan.“

Trúnaðarmaðurinn minnr á sig

Sigurður segir gott að geta leitað til bæði verkalyðsfélagsins og aðaltrúnaðarmannsins í fyrirtækinu þegar mikið er undir, en einn

mest krefjandi þátturinn að hans mati er að ná samstöðu meðal verkafólksins en án baklands gerir trúnaðarmaður lítið.

„Í kerskálunum eru fimm vaktir og ég vinn vitanlega aðeins eina þeirra. Starf trúnaðarmannsins er ólaunað og því er lítið um að ég hafi tök á að mæta á svæðið þegar ég á sjálfur frí. Það er helst að maður nái sambandi við aðra starfsmenn á vaktaskiptum. Við erum tveir sem sjáum um trúnaðarmennsku í kerskálunum og það hefur sýnt sig að mikilvægt er að vera til staðar. Mér er minnstætt að einu sinni kom ég á frivakt á páskaum til að hengja upp auglýsingar og lenti þá á mjög löngu og mikilvægu spjalli – sem líklega hefði aldrei átt sér stað undir venjulegum kringumstæðum.“





Annar veruleiki í minni fyrirtækjum

Eðli trúnaðarmanns er að sumu leyti annað í minni fyrirtækjum, t.d. í Ferro Zink, en þar er trúnaðarmaður Elvar Aron Sigurðsson, alltaf kallaður Aron.

„Við erum aðallega í að flytja inn stál og erum farin að selja ýmsar vörur sem því tengjast, t.d. slípivörur, öryggisvörur og verkfæri. Móðurfélagið á Akureyri er í zínkhúðun og hefur verið í 50 ár, en fyrirtækið hér í Hafnarfirði er 25 ára,“ segir Aron. „Mitt starf er að sjá um verslunarvörur fyrirtækisins. Það hentar vel því ég hef komið víða við hér innanhúss, byrjaði á lagernum og var sölumaður áður en mér var falin núverandi staða.“

Upp koma vangaveltur um það hvort þörfin fyrir trúnaðarmenn sé meiri innan stórra fyrirtækja, því auðveldara sé fyrir starfsmenn að tala beint við stjórnendur innan smærri fyrirtækja. En að sama skapi – vegna smæðar og nálægðar – getur jafnvel verið snúnara að fást við erfið mál innan líttilla fyrirtækja, ef þau koma upp á annað borð. Þá verður hlutverk trúnaðarmanns enn veigameira en ella.

„Í sjálfu sér „lenti ég í þessu“ hlutverki trúnaðarmannsins, eins og manni heyrir stundum að sé raunin á fleiri vinnustöðum,“ segir Aron. „En þetta er ágætt og mikilvægt líka og því hef ég haldið áfram, allt frá árinu 2006. Margir á mínum vinnustað eru í öðru stéttarfélagi, en í þeim hluta hópsins sem ég hef með að gera er mikil starfsmannaveita. Og kannski er hlutverk trúnaðarmannsins einmitt sérlega mikilvægt undir þeim kringumstæðum?“

Reynslan smitast á milli á námskeiðunum

Síðasti viðmælandi Hjalms er Svanhildur Eysteinsdóttir. Hún hefur starfað á Hrafnistu síðastliðin þrjú ár en tók við starfi trúnaðarmanns aðeins nokkrum dögum áður en námskeiðið fór fram. Hún er því í annarri stöðu en Sigurður og Aron og miðað við lífligt spjallið þeirra á milli er mikið gildi falið í því að halda námskeið þar sem koma saman nýir og reyndari trúnaðarmenn.

Þar gefst ómetanlegt tækifæri til að deila reynslu og svara mikilvægum spurningum.

„Á stórum vinnustað eins og Hrafnistu geta starfsmenn í sjálfu sér leitað til hvaða trúnaðarmanns sem er í upphafi, þótt hann starfi ekki fyrir sama stéttarfélag og viðkomandi. Hins vegar hefur sá trúnaðarmaður ekki formlega stöðu til að ganga inn í mál hans gagnvart vinnuveitanda eða stéttarfélagi og því á ég í raun að taka við öllum slíkum fyrirspurnum á endanum. En fjöldi trúnaðarmanna kemur sér vel á stórum vinnustað eins og Hrafnistu, því eins og staðan er núna er ég nýbyrjuð í starfi og á því eftir að „stimpla mig inn“. Það er auðvitað frumforsenda að starfsmenn treysti viðkomandi trúnaðarmanni. Ég lít á þetta sem þjónustuhlutverk og hlakka til að finna leiðir til að gera hlutverk trúnaðarmannsins enn sýnilegra,“ segir Svanhildur og bætir því við að í sínum hópi sé líka töluverð starfsmannaveita: „Margir félagsmanna Hlífar sem starfa á



Hrafnistu vinna við aðhlyningu eða eru félagsliðar, sumir hafa starfað hér í mörg ár, en samt getur starfsmannaveitan verið nokkur. Við þær aðstæður er meira krefjandi að halda upplýsingaflæðinu góðu og kannski líka að halda uppi góðum hópanda.“

Ég lít á þetta sem þjónustuhlutverk og hlakka til að finna leiðir til að gera hlutverk trúnaðarmannsins enn sýnilegra.

Engin laun en mikilvæg og dýrmæt reynsla
Samkvæmt viðmælandum Hjalms veljast gjarnan í starf trúnaðarmannsins þeir sem hafa haft sig í frammi, t.d. með því að tjá sig á starfsmannafundum. Starfið er ólaunað og í spjallinu veltir blaðamaður því upp hvort það

sé sanngjarnt. Viðmælandur eru allir sammála um að sá háttur sé nauðsynlegur, því að trúnaðarmaðurinn þurfi að njóta algers trausts frá starfsmönnum og vera á sama grundvelli og þeir; erfiðt væri að viðhalda slíkum jafningjagrunnvelli ef trúnaðarmaðurinn væri á hærri launum.

„Helstu hlunnindin eru þau að við fáum leyfi á launum til að funda og fara á námskeið sem tengjast starfi trúnaðarmannsins. Og það er mikilvægur hluti af starfinu, því að góður trúnaðarmaður þarf að vera vel tengdur við nýjustu upplýsingar og áherslur hverju sinni,“ segir Aron að lokum.



Kjarasamningar lausir í Straumsvík um áramót

Samningur stéttarfélaganna við álverið í Straumsvík rennur úr gildi þann 31. desember 2014 og líklegt má teljast að öll stéttarfélögin standi saman að kröfugerð eins og áður hefur tíðkast. Vegna árferðis í samfélaginu stefnir þó í að samið verði til skamms tíma, því ekki er mikill vilji til þess á meðal stéttarfélaganna að binda félagsmenn sína lengi á meðan blikur eru á lofti með kjarasamninga almennt á vinnumarkaði.

Eins og fram kemur í nýrri Gallup-könnun sem fjallað er um á öðrum stað í Hjalmi telja 70% félagsmanna í Flóabandalaginu að launamunur hafi aukist síðastliðin fimm ár og því er yfirgnæfandi stuðningur við að lægstu laun hækki umfram almenna hækkun.

Ef stuttur samningur verður ofan á verður tíminn á næsta ári nýttur í að vinna áfram með kröfurnar og leggja drög að nýjum langtímasamningi.

Séreignarsparnaður

Það er öllum frjálst að ákveða hvort þeir greiða í séreignarsparnað og einnig hvaða vörsluðili séreignarsparnaðar verður fyrir valinu.

Allir ættu þó að nýta sér þennan kost og þá sérstaklega vegna móttframlags vinnuveitanda sem annars fæst ekki. Enginn ætti að missa af þeirri launahækkun sem felst í móttframlaginu. Við starfslok má búast við tekjuskertingu þar sem lífeyrissjóðir tryggja einungis um 56% af meðaltekjum fólks yfir starfsævina ef miðað er við að greitt sé í lífeyrissjóð í 40 ár. Góð leið til að brúa þetta bil er að greiða í séreignarsjóð. Það getur munað miklu þegar upp er staðið og því fyrr sem fólk byrjar því meiri er ávinningurinn. Margir valkostir eru í boði á markaðnum og mikilvægt er að velja þá ávöxtunarleið sem hentar hverjum og einum, með tilliti til aldurs og vilja til að taka áhættu.

Framlag launþega getur að hámarki verið 4% af launum og móttframlag launagreiðanda er 2% samkvæmt flestum kjarasamningum. Framlag launþega er dregið af launum áður en tekjuskattur er reiknaður og því lækka útborguð laun um mun minna en sem nemur upphæðinni sem safnast inn á reikning. Tekjuskattur er greiddur þegar sparnaðurinn er leystur út og má hefja úttekt við 60 ára aldur.

Ávöxtunarmöguleikar

Hjá Séreignarsjóði Gildis hafa sjóðfélagar val um þrjár ávöxtunarleiðir:

- Framtíðarsýn 1 er blönduð leið og er samsett þannig að 65% safnsins er í skuldabréfum og 35% í hlutabréfum. Þegar stór hluti safnsins er bundinn í hlutabréfum má búast við sveiflum í ávöxtun til skamms tíma og þá í takt við sveiflur á hlutabréfamörkuðum.
- Framtíðarsýn 2 er einnig blönduð leið en er með 80% í skuldabréfum og 20% í hlutabréfum. Í þessari leið má vænta meiri stöðugleika í ávöxtun samanborið við Framtíðarsýn 1 vegna lægra hlutfalls hlutabréfa, en þó má búast við töluverðum sveiflum.
- Framtíðarsýn 3 er verðtryggð innlánsleið. Þessi leið er sú áhættuminnsta af þeim sem í boði eru.

mánuði sem þær berast.

Einstaklingar sem ekki eiga fasteign en vilja nýta séreignarsparnaðinn til öflunar íbúðarhúsnæðis geta tekið út sparnaðinn skattfrjálst og nýtt hann til kaupa á íbúðarhúsnæði. Frestur til að sækja um slíka úttekt er til 30. júní 2019, en gildir þó eingöngu fyrir greidd iðgjöld á launatímabilinu frá 1. júlí 2014 til 30. júní 2017. Hámarksfjárhæð fyrir einstaklinga er kr. 500.000 á ári en fyrir hjón og þá sem uppfylla skilyrði til samsköttunar er hámarkið kr. 750.000 á ári. Sótt er um ráðstöfunina á vef ríkisskattstjóra, www.leidretting.is.

Ávöxtun séreignardeilda fyrstu 9 mánuði ársins á ársgrundvelli

	Nafnávöxtun	Raunávöxtun	Meðalraunávöxtun sl. 5 ár
Framtíðarsýn 1	5,6%	3,5%	5,0%
Framtíðarsýn 2	5,0%	2,9%	3,3%
Framtíðarsýn 3	3,9%	1,9%	3,0%

Ráðstöfun séreignarsparnaðar inn á húsnæðislán

Sjóðfélagar sem vilja nýta sér skattfrjálsta ráðstöfun séreignarsparnaðar inn á húsnæðislán verða að vera með samning um séreignarsparnað og vera virkir greiðendur í séreignarsjóð. Heimildin gildir fyrir greidd iðgjöld á launatímabilinu frá 1. júlí 2014 til 30. júní 2017 en frestur til að nýta iðgjöldin frá 1. júlí rann út 1. september 2014. Þær umsóknir sem berast eftir 1. september taka gildi í þeim

Tímabundin heimild til útgreiðslu séreignarsparnaðar fyrir 60 ára aldur

Vakin er athygli á því að frestur til að sækja um útgreiðslu úr séreignarsjóði samkvæmt tímabundinni heimild rennur út 31. desember 2014. Heimilt er að greiða út til sjóðfélaga allt að 9 milljónum króna á 15 mánuðum eða 600 þúsund krónur á mánuði, fyrir skatt. Inneignin sem hægt er að taka út miðast við stöðuna 1. janúar 2014.

Breytt viðhorf til fræðslustyrkja eftir kreppu

Starfsafl, fræðslusjóður Flóabandalagsins og Samtaka atvinnulífsins, gegnir margþættu hlutverki, m.a. að styrkja félagsmenn Verkalýðsfélagsins Hlífar á almennum markaði til náms og endurmenntunar.

Aukningin líklega komin til að vera

Í síðasta tölublaði Hjalms kom fram að spár fyrir árið 2013 gerðu ráð fyrir nýju meti í eftirspurn eftir fræðslustyrkjum. Sveinn Aðalsteinnsson, sem gegnt hefur starfi framkvæmdastjóra Starfsafls undanfarin sjö ár, segir þróun síðustu ára afskaplega ánægjulega, því fræðslustyrkir eigi jú að efla félagsmenn.

Kippur eftir kreppuna og ekkert lát á

Þegar tölur yfir fjölda umsókna um fræðslustyrki eru skoðaðar má sjá að frá árinu 2001 til ársins 2008 var hægur uppgangur og fremur jafn, að undanskildu árinu 2003 þegar umsóknir tóku mikinn kipp. En allt frá upphafi kreppunnar leituðu tölurnar upp á við og árið 2009 jókst fjöldi umsókna t.a.m. um 700 á milli ára. Segja má að þar hafi orðið til nýr toppur og nýtt viðmið hjá félagsmönnum því aukningin hefur nánast verið stöðug síðan. Kannski kreppan hafi breytt viðhorfi félagsmanna og sett fræðslustyrki rækilega á kortið til frambúðar?

„Líklega er eitthvað til í því að þessi neikvæða reynsla hafi breytt viðhorfi fólks þannig að það leiti sér frekari menntunar, þótt vissar vísbendingar séu um að aukningin haldi ekki endilega áfram,“ segir Sveinn og bætir við: „Fjöldi umsókna hefur aukist um 10-20% árlega frá árinu 2009 en miðað við samtals 2533 styrkumsóknir árið 2013 og rauntölur fyrstu níu mánuði þessa árs hægir eitthvað á aukningunni. Þetta er samverkandi þróun og margþætt, en við höfum einkum talið tvö atriði liggja að baki aukningunni. Í fyrsta lagi hefur fólk almennt meiri tíma núna til að stunda nám af ýmsu tagi – í bólunni og hraðanum fyrir hrun var fólk kannski með hugann við annað.“

Ekki allir með fullan rétt – en munar þó um minna

„Í öðru lagi eru ungir krakkar meðvitaðri en áður um rétt sinn til fræðslustyrkja og um 40-45% allra fræðslustyrkja eru til ungs fólks í formlegu framhalds- eða háskólanámi. Vakninguna má kannski rekja til þess að við auglýsum í félagsblöðum verkalýðsfélaganna, eins og

Hjalmi, og svo spyrst svona lagað líka fljótt út.“ Fullur fræðslustyrkur er 60.000 kr. á ári en þó aldrei meira en 75% af námskostnaði. Vert er þó að taka fram að þeir sem eru í hlutastarfi eiga ekki alltaf rétt á fullum styrk, en fyrir ungt fólk með tæpan fjárhag getur hluti af þessari hámarksupphæð þó gert gæfumuninn.

Vinnufundur í nóvember og línur lagðar fyrir næsta ár

„Á vinnufundi í nóvember sjáum við hvernig tekjur og útgöld hafa verið á árinu og þetta gerir okkur kleift að skipuleggja árið á eftir, t.d. hvar við viljum beita okkur sérstaklega. Einstaklingsstyrkir eru u.þ.b. þriðjungur af starfsemi okkar og er lögbundin skylda okkar að greiða út allar styrkumsóknir sem uppfylla kröfurnar. Á öðrum sviðum snýst málið meira um stefnumótun og sérstakar áherslur,“ segir Sveinn.

Hann nefnir sérstaklega stuðning við fyrirtæki með Flóabandalagsfélagi á vinnu, en ef fyrirtæki halda námskeið á sínum vegum greiðir Starfsafl allt að 75% námskeiðskostnaðar fyrirtækisins fyrir þátttakendur í Flóanum.

Fræðslustjóri að láni – beinskeytt endurmenntunartól

Starfsafl hefur einnig stuðlað með virkum hætti að fræðsluráðgjöf innan fyrirtækjanna sjálfra. Í upphafi gekk verkefnið undir heitinu „Nýliðfræðsla“ en það hefur fest sig í sessi undanfarin ár undir nafninu „Fræðslustjóri að láni“.

„Þetta er einfalt en beinskeytt fyrirkomulag sem mikil ánægja ríkir með. Fyrirtæki sem hafa áhuga á því að sinna betur fræðslu innan fyrirtækisins fá ráðgjafa eða fræðslustjóra, sér að kostnaðarlausu, og útkoman verður sérsníðin símenntunaráætlun sem er tíma- og markmiðasett,“ segir Sveinn.

„Fræðslustjórinn fundar með fulltrúum allra starfsmanna til að greina fræðsluþarfir hvers

og eins og á öllum sviðum fyrirtækisins. Eftir ítarleg samtöl við stjórnendur er áætlunin sett saman og fyrirtækið getur tekið við boltanum og hrint henni í framkvæmd. Það besta við þessa nálgun er að hún er unnin alfarið innan úr fyrirtækinu og því engin hættu á að tilteknir hópar fái ekki það sem þeir þurfa.“

Í verkefninu „Fræðslustjóri að láni“ á Starfsafl í víðtæku samstarfi við aðra fræðslusjóði og lætur nærri að verkefnið nái því til helmings starfsfólks á vinnumarkaði.

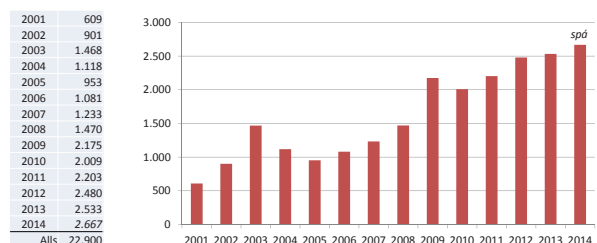
Breytingar framundan árið 2015

Starfsemi Starfsafls heldur áfram nokkuð óbreytt á næsta ári, en þó tekur Sveinn fram að samkvæmt bókun í síðustu kjarasamningum verði þá lagður grunnur að ákveðnum breytingum:

„Í bókuninni var sérstaklega tilgreint að hluti af hækkuðu starfsmenntaíðgjaldi sem fyrirtæki greiða til sjóðanna eigi að renna í svokallaða vefgátt gagnvart fyrirtækjunum. Þetta er þó lausn sem er að hluta til búið að próa en það liggur fyrir að gera hana betri. Einnig var tekið fram í bókuninni að hluti iðgjaldsins eigi að renna til kynningarmála. Þar eru komnar fram tillögur, málið er í ferli, en þetta er allt til bóta – við viljum að sjálfsgöðu kynna okkar þjónustu sem víðast og hafa þannig víðtæk og langvarandi áhrif á menntunarstig félagsmanna okkar,“ segir Sveinn að lokum.

Á heimasíðu Starfsafls – www.starfsafl.is – er að finna allar nánari upplýsingar um þjónustu fræðslusjóðsins og hvetur Hjalmur félagsmenn Hlífar til að leita þangað.

Starfsafl: Fjöldi einstaklingsstyrkja 2001-2014





Kolbeinn Gunnarsson, formaður Hlífar, afhendir Valgerði Kristjánsdóttur vinninginn.

SVARIÐ BORGÐI SIG - Valgerður er 35.000 krónum ríkari

Vinningshafi í Gallup-könnun

Valgerður Kristjánsdóttir, félagsmaður í Verkalýðsfélaginu Hlíf, fékk 35.000 kr. í verðlaun fyrir að taka þátt í Gallup-könnun Flóafélaganna, en niðurstöður könnunarinnar verða notaðar til að móta starfsemi félagsins og kröfugerð í komandi kjarasamningum. Fimm heppnir Eflingarfélagar fengu 35.000 kr. fyrir að taka þátt í könnuninni og að sama skapi einn félagi í VFSK. Vert er að geta þess að auk þessa hafa tíu heppnir þátttakendur verið dregnir út vegna þeirrar nýbreytni að í ár lentu þátttakendur í happdrættispotti um leið og þeir luku við könnunina og fengu hinir heppnu 8000 krónum í verðlaun.

Verkalýðsfélagið Hlíf þakkar öllum þeim sem tóku þátt í könnuninni og óskar Valgerði Kristjánsdóttur og öðrum vinningshöfum innilega til hamingju með vinninginn.



ENJO á Íslandi ehf
Reykjavíkurvegi 64—sími 555 1515
www.enjo.is



VÍS óskar landsmönnum gleðilegra jóla

FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ Í FRÍÐI OG RÓ

Um leið og við þökkum viðskiptavinum okkar samfylgdina á árinu óskum við öllum landsmönnum gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.

Sýnum alúð og aðgát um hátíðirnar og pössum vel hvert upp á annað.

VÍS - þar sem tryggingar snúast um fólk.

VÍS | ÁRMÚLA 3 | 108 REYKJAVÍK | SÍMI 560 5000 | VÍS.IS



Gefðu gjöf sem gleður!



Smith skiðahjálmar.
Verð frá 9.995,-



Smith skiðagleraugu.
Verð frá 4.995,-



Jetboil Zip prímus.
Verð 18.995,-



Gabel Mont Blanc göngustafir.
Verð 9.995,-



Black Diamond Trail Back göngustafir.
Verð 15.995,-



Sea To Summit vatnsheld
húlstur fyrir sima og fleira.
Verð frá 2.795,-



Life System Trek
sjúkrataska.
Verð 4.495,-



Laken hitabrusar.
Verð frá 5.995,-



Marmot Kompressor Verve
42 lítra bakpoki.
Verð 34.995,-



Eitt mesta úrval höfuðljósa frá **Petzl**,
Black Diamond og **Silva**.
Verð frá 4.995,-



Silva Pocket 10 sjónauki.
Verð 7.995,-



Dakine Garden
fartölvubakpoki.
Verð 9.995,-



Dakine Heli Pro
20L skiðabakpoki.
Verð 19.995,-



Light My Fire nestisbox.
Verð 2.995,-



Silva skrefamælar.
Verð frá 3.595,-



Yaktrax Pro hálkugommar.
Verð 5.495,-



Yaktrax Walker hálkugommar.
Verð 3.995,-



Scarpa Mojito – margir litir!
Verð 24.995,-



Silva Ranger S áttaviti.
Verð 6.495,-



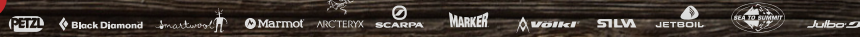
Yaktrax Run hlaupagommar.
Verð 7.995,-



Veriga Mount Track hálkubroddar.
Verð 7.995,-

Gjafabréfin
okkar eru
tilvalin
jólægjör

SJÓN ER SÖGU RÍKARI!



Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is





Hækkun lægstu launa brennur á félagsmönnum

Árleg könnun Capacent Gallup fyrir Flóabandalagið var framkvæmd frá 4. september til 16. október síðastliðinn, en markmið hennar var m.a. að kanna kjör félagsmanna og samsetningu launa, að fá fram áhersluatriði félagsmanna fyrir komandi kröfugerð og leggja mat á það hvort kynbundinn launamunur er fyrir hendi og hversu mikill hann er.

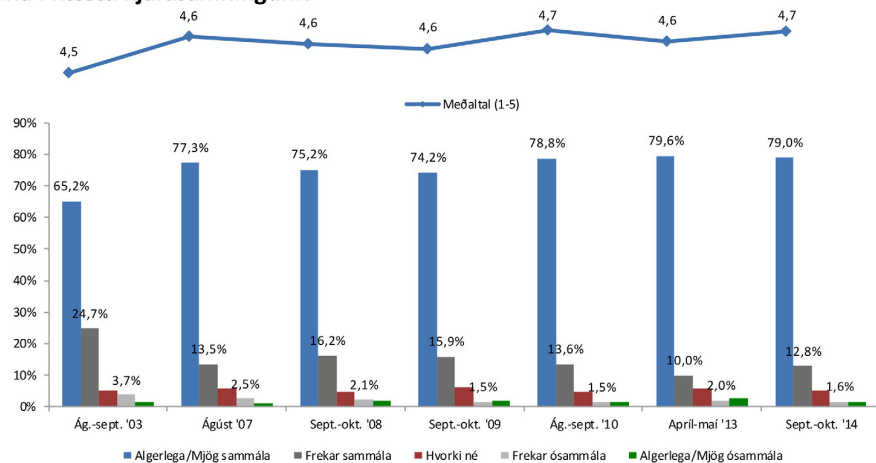
Umsjónarmenn fyrir hönd Capacent voru Tómas Bjarnason, Þórhallur Ólafsson og Sarah Knappe og kunnum við þeim bestu þakkir fyrir.

Hækkun lægstu launa algert forgangstriði

Ein af skýrustu niðurstöðum úr könnuninni er að ríflega sjö af hverjum tíu félagsmönnum í Flóabandalaginu telja að launamunur hafi aukist á síðustu fimm árum og þetta kemur vitanlega einnig fram í yfirgnæfandi stuðningi við hækkun lægstu launa umfram almenna hækkun líkt og undanfarin ár. Þar eru tölurnar þannig að 79% segjast algerlega eða mjög sammála hækkun lægstu launa og þegar við bætast að 12,8% segjast frekar sammála er heildartalan 91,8%.

Í þessu samhengi er einnig forvitnilegt að sjá að 62,2% félagsmanna Hlífar telja vinnuveitendur hafa mjög mikið eða mikið svigrúm til að greiða hærri laun en þeir gera í dag. Í þessum viðhorfum er að finna vissan kynjamun. Könnunin sýnir t.a.m. að mun fleiri karlar en konur telja mikið svigrúm til launahækkana. Meðalheildarlaun karla í þeim félögum sem standa að Flóabandalaginu eru nú 425 þúsund krónur á mánuði og meðalheildarlaun kvenna um 311 þúsund krónur á mánuði fyrir fullt starf, enda eru konur ósáttari með laun sín en karlar. Konur í sama hópi telja að um 27% vanti upp á til að laun þeirra séu sanngjörn á meðan karlar telja að um 22% vanti upp á. Vinnutíminn hefur aukist á milli ára og um 17,7% félagsmanna Hlífar eru t.a.m. að vinna í fleiru en einu starfi.

Hversu sammála eða ósammála ertu að leggja eigi sérstaka áherslu á hækkun lægstu launa í næstu kjarasamningum?



Hærri skattleysismörk sett á oddinn

Þegar spurt var um áherslur í næstu samningum gagnvart stjórnvöldum voru valkostirnir margir. Eins og árið 2013 vilja flestir, eða samtals 26,8%, að lögð verði mest áhersla á hækkun skattleysismarka í næstu samningum, en nokkra athygli vekur einnig að í fyrra vildu samtals 13,5% félagsmanna innan Flóabandalagsins leggja áherslu á niðurfærslu íbúðalána einstaklinga en sambærileg tala í dag

Heildarlaun eftir starfi og kyni í þúsundum króna

Heildarlaun

	Meðaltal	25% mörk	Miðgildi	75% mörk	Fjöldi	%-breyting	
Heild	372	276	349	436	612	4%	■ 15
Karlar	425	330	400	500	327	3%	■ 11
Konur	311	246	292	350	285	6%	■ 17*

Breytingar frá síðustu mælingu í þúsundum króna

er 7,9%. Víst má telja að niðurfærsla stjórnvalda sem gengið hefur undir nafninu Leiðréttingin hafi haft þarna áhrif til lækkunar.

Mikill stuðningur mældist einnig við aðgerðir sem miða að stöðugleika verðlags, að jafna laun kynjanna, lækka kostnaðarhlutdeild notenda í heilbrigðiskerfinu og úrbætur í húsnæðismálum.

Kynbundinn launamunur er töluverður

Konur eru með 73% af launum karla í heildarlaun á mánuði að meðaltali. Þegar skoðaður er leiðréttur munur á launum kynjanna, þar sem tekið hefur verið tillit til áhrifa aldurs, starfsaldurs, starfsstéttar og vinnutíma, dregur úr muninum en þó er hann rúm 12% og því heldur kynbundinn launamunur áfram að vera fasti í atvinnulífnum. Karlar hafa að meðaltali um 114 þúsund krónum hærri heildarlaun en konur fyrir fullt starf. Heildarlaun karla í fullu starfi eru að meðaltali 425.000 kr. á mánuði og 311.000 kr. hjá konum.

Þegar dagvinnulaun karla og kvenna eru skoðuð kemur þó í ljós töluvert minni munur en á heildarlaunum eða 45.000 krónum á mánuði. Þegar spurt var hver væru sanngjörn laun fyrir vinnu viðkomandi töldu karlar að þau þyrftu að vera 94 þúsund krónum hærri og konur 86 þúsund krónum hærri að meðaltali á mánuði en nú er.

Ræstingar og ósáttir leikskólafélagsmenn

Af einstaka starfsstéttum eru starfsmenn sem vinna við ræstingar með lægstu dagvinnulaunin eða 237.000 kr. á mánuði að meðaltali og eru um 73% ræstingafólks með minna en 250.000 krónum á mánuði að meðaltali í dagvinnulaun. Þá eru leiðbeinendur á leikskóla með lægstu heildarlaunin að meðaltali á mánuði eða 261.000 kr. Af einstaka starfshópum telja leiðbeinendur á leikskóla að mest vanti upp á til að heildarlaun þeirra séu sanngjörn en þeir telja að laun þeirra ættu að vera ríflega 100 þúsund krónum hærri eða um 39%.

Vinnutíminn lengist

Heildarvinnutími félagsmanna í fullu starfi hefur aukist milli ára og er nú að meðaltali rétt tæplega 47 klst. Karlar í fullu starfi vinna að

meðaltali 50,5 klst. og konur 42,5 klst.

Þá segjast 19% vera í fleiri en einu starfi sem er greinileg aukning milli ára en árið 2011 var þetta hlutfall 13%.

Um helmingur starfa í umönnun unninn í hlutastarfi

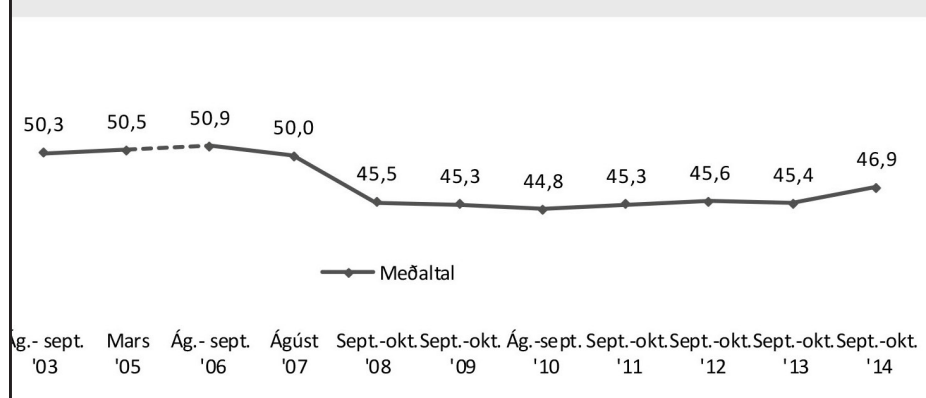
Hlutfall þeirra sem starfa í hlutastarfi er svipað og á fyrra ári eða um einn af hverjum fimm. Hjá þeim sem starfa við umönnun er þetta hlutfall hins vegar ennþá mjög hátt en rétt um helmingur þessa hóps segist vinna hlutastarfi í sínu aðalstarfi. Í þessum stóra hlutavinnuhópi í umönnun eru auk þess um 72% þeirra í minna en 75% starfi. Það hlýtur að teljast áhyggjuefni að vaktavinnufyrirkomulag þessa fjölmenna kvennahóps skuli vera með þeim hætti að ekki fáiast launagreiðslur sem samsvari fullu starfshlutfalli.

52,5% konur. Rúmlega 18% svarenda voru 24 ára eða yngri, um 26% voru á aldrinum 25-34 ára, tæplega 20% voru á aldrinum 35-44 ára, um 20% á aldrinum 45-54 ára og um 16% voru 55 ára eða eldri.

Spurt var um laun fyrir síðasta heila mánuð sem einstaklingur vann í sínu aðalstarfi og snúa þær spurningar sem unnið er með í launaúrvinnslu að grunnlaunum og heildarlaunum. Þessar upplýsingar voru greindar eftir kyni, aldri, búsetu, starfssviði, vinnufyrirkomulagi, starfi, starfshlutfalli og starfsaldri.

Könnun af þessu tagi nær að vera ansi víðtæk og skýr framsetning hennar gerir úrlestur bæði skemmtilegan og fróðlegan fyrir alla sem hafa áhuga á samfélags- og kjaramálum. Margt athyglisvert kemur fram í gögnunum, svo sem mat félagsmanna á því hversu heilsusamlegt vinnuumhverfi þeirra er og hvernig þeir meta eigið heilsufarsástand. Þá er einnig spurt um

Þróun



Of mikið vinnuálag

Hlutfall þeirra sem telja vinnuálagið vera of mikið hefur hækkað milli ára og eru nú um sex af hverjum tíu félagsmanna á þeirri skoðun. Þá hefur um 43% félagsmanna verið frá vinnu vegna veikinda á síðustu þremur mánuðum sem er lítilsháttar aukning milli ára.

Framkvæmd könnunarinnar

Hringt var í félagsmenn úr Flóabandalaginu og þeim boðið að taka þátt í könnuninni á netinu eða í síma og voru spyrjendur íslensku-, ensku- og pólskumælandi. Svarendur á netinu voru 90% og 10% svoruðu í síma. Svarendur voru 1122 talsins og voru 47,5% þeirra karlar en

samgöngumáta félagsmanna, þ.e. hvernig þeir ferðast oftast til og frá vinnustað.

Við hvetjum því félagsmenn til að kynna sér könnunina í heild sinni á heimasíðu Hlífar.

Bestu kveðjur til félagsmanna Hlífar





Hafnarfirður í nýrri unglingsbók

Nú á haustdögum kom út unglingsbókin Hafnarfirðingabrandarinn og er höfundur hennar Bryndís Björgvinsdóttir. Bryndís er þjóðfræðingur að mennt og Hafnarfirðingur í húð og hár, enda gerist bókin meira og minna öll í Hafnarfirði og segir frá Klöru sem er í 10. bekk í Víðistaðaskóla. Þetta er meinfyndin og safarík frásögn sem fengið hefur frábæra dóma og góðar viðtökur. Þann 1. desember kom svo í ljós að Hafnarfirðingabrandarinn hlaut ásamt fleiri bókum tilnefningu til Íslensku bókmenntaverðlaunanna í barnabókaflokki og þann 4. desember tilnefningu til Fjöruverðlaunanna sem eru bókmenntaverðlaun kvenna. Einn áhugaverðasti vinkill bókarinnar er sá sem snýr að Ingimar Vilberg Vilhjálmssyni, en hann var frændi Bryndísar sem sumir Hafnarfirðingar hafa kannski heyrt sögusagnir um. Ingimar þessi þótti af mörgum ansi sérstakur enda var


hann uppfinningamaður sem reyndi að taka viðtöl við drauga, hann var grænmetisæta og spíritisti sem stundaði jóga og velti mikið fyrir sér lífrænni ræktun og sjálfbærni, sem þótti allfurðulegt í kringum miðja síðustu öld. Ingimar var þá pennavinur aðalritara Sameinuðu Þjóðanna, þeirra Tryggve Lie og Dags Hammarskjöld. Sagan segir að hann hafi líka trúað á fyrri líf og hafi sagt að hann yrði ekki eldri en 47 ára vegna atburða sem hann hefði á samviskunni úr fyrra lífi – og viti menn: Hann druknaði 46 ára gamall og var jarðaður á 47 ára afmælisdaginn sinn. Í bókinni fléttar Bryndís saman skáldskap, umhverfinu í Hafnarfirði og gömlum, sögulegum



Ingimar Vilberg Vilhjálmsson

veruleika sem er blandaður við þessa persónu úr eigin nærfjölskyldu. Bryndís sendi lesendum Hjálms stuttan kafla úr bókinni með góðum jólakveðjum frá söguhetjunni Klöru:

„Eftir baksturinn fórum við Begga systir í miðbæinn til að skoða jólaþorpið og ég keypti síðustu jólagjafirnar. Ég endaði svo á að fá mér Swiss Mokka á Súfistanum með Beggu. Hún bauð mér heim til sín til að lita á mér hárið þar sem ég sagði henni að mig langaði til að hafa það súkkulaðiþrúnt eins og súkkulaðið í Swiss Mokka. Begga litaði það kastaníuþrúnt í stíl við stofuparketið heima. Hún sannfærði mig um að velja frekar þann lit því hann færi mér betur. Hárið á mér átti þá eftir að tóna vel við gólfið á aðfangadag þegar ég kasta mér á það buguð af sorg yfir jólagjöfunum.“

Miðstöð símenntunar í  Hafnarfirði

Fjarnám

frá Háskólanum á Akureyri

Tungumál & frístundanámskeið Fjarfundabúnaður Fullorðinsfræðsla í meira en þrjátíu ár

Skráning og námskeið á www.nhms.is og í síma 585-5860.

Hættið tóbaksnautn.

Jeg hefi fundið auðvelda leið til að losna við tóbak í hverri mynd, fyrir aðdánlega uppgötvun, sem gerir yður fært að hætta tóbaksnautn, án þess að taka nokkuð inn, eða æfa viljakraft. Sendið 15 auro í frímerkjum fyrir upplýsingar.

Ingimar Vilhjálmsson,
Reykjavíkurveg 20 B, Hafnarfirði.

Uppskriftir að HÁTÍÐARMAT



HVÍTT SÚKKULAÐIFRAUÐ MEÐ HINDBERJUM UPPSKRIFT FYRIR 4-5 MANNS

- 350 g frosin hindber, afþýdd
- 2 msk sykur
- 2 msk Grand Marnier
- 5 dl rjómi
- 200 g hvítt súkkulaði
- 1-2 dropar rauður matarlitur

AÐFERÐ

Þeytið fyrst 4 ½ dl af rjóma. Hindberin eru sett í blandara og þau maukuð vel. Því næst eru þau sett í sigti og berjahraði síað frá. Til að hraða fyrir ferlinu hræri ég stöðugt og vel í sigtinu. Berjahratinu er hent, sykri og líkjör er bætt við sléttu berjasósuna og allt hrært vel saman. Hvíta súkkulaðið er brætt í potti ásamt 1/2 dl af rjóma við vægan hita og hrært í á meðan. Potturinn er tekinn strax af hellunni þegar blandan er tilbúin og u.þ.b. 1 msk af berjablöndunni bætt út í ásamt matarlitnum. Þá er blandan kæld að stofuhita.

Nú er súkkulaðiblöndunni blandað saman við þeytta rjómann. Best er að blanda henni smátt og smátt út í og hræra á milli. Því næst er berjablöndunni blandað út í en gott er að skilja smávegis eftir af henni til að skreyta með. Að lokum er blöndunni skipt í 5-6 glös eða skálar. Fallegt er að skreyta hvern skammt með smáræði af berjablöndu og jafnvel hindberjum og ferskri myntu. Frauðið er kælt í ísskáp í a.m.k. þrjá klukkutíma.

HÆGELDAÐ LAMBALÆRI UPPSKRIFT FYRIR 5-6 MANNS

- 1 lambalæri, ca. 2 ½ - 3 kíló
- ólífuolía
- salt og pipar (eða krydd eftir smekk)
- 12 kartöflur (gott að hafa sætar kartöflur í bland)
- 6 gulrætur
- 1 paprika
- 2 rauðlaukar
- 2 hvítlaukar
- piparkorn
- 600 ml vatn

Bakaraofn er hitaður í 80-100°C og stilltur á undir- og yfirhita. Lærið er snyrt, það skolað og þerrað. Því næst er borin á það ólífuolía og það kryddað með salti og pipar og /eða öðru kryddi. Kartöflur, sætar kartöflur og gulrætur eru flysjaðar og skornar í mátulega bita – passið að hafa bitana fremur litla. Laukurinn, paprikan og hvítlaukurinn sömuleiðis. Öllu er raðað í botninn á steikarpotti, vatninu hellt yfir, dálitlu af piparkornum bætt út í og þá er lærið lagt yfir grænmetið. Steikarpottinum er lokað og lærið látið steikjast í u.þ.b. sex til sjö klukkutíma við 80-100°C. Best er að stinga kjöthitamæli í lærið. Þegar það hefur náð 60-65°C kjarnhita er lærið tilbúið. Þegar steikartíminn er liðinn er gott að taka lokið af pottinum og stilla ofninn á 220°C og grill. Þannig er lærið grillað í u.þ.b. 10 mínútur eða þar til puran er orðin dökk og stökk. Ef grænmetið er ekki alveg tilbúið á þessum tímapunkti er hægt að leggja lærið á bretti og hella grænmetinu í ofnskúffu. Á meðan lærið jafnar sig áður en það er skorið niður og lokið er við sósugerð er hægt að setja grænmetið í ofnskúffunni inn í ofninn við 200-220°C og baka það í u.þ.b. 10 mínútur eða þar til það er alveg eldað í gegn.

SÓSA

Vökvinn í ofnpottinum er síaður frá kartöflunum og grænmetinu. Gott er að fleyta mestu fitunni ofan af vökvunum. Því næst er útbúin smjörbolla.

- 40 g smjör
- 40 g hveiti
- 3 dl rjómi
- 2-3 tsk lambakraftur (eða nautakraftur)
- 2 tsk rífsberjahlaup
- 1 msk sojasósa
- sósulitur
- salt og pipar

Smjórið er brætt í potti og hveitinu þeytt saman við. Því næst er síaða vökvunum bætt út í smjörbolluna smátt og smátt á meðalhita og pískað vel á meðan. Þá er rjómanum bætt út í auk lambakrafts og sósan smökkuð til með kryddum, rífsberjahlaupi og sojasósu. Ef sósan er þunn er hægt að þykkja hana með sósujafnara.

HUMARSÚPA UPPSKRIFT FYRIR 6 MANNS

- cayenne-pipar á hnífsoddi
- salt og pipar
- 1 kg humarhalan í skel
- 1 laukur
- 3 hvítlauksrif
- 1 msk smjör
- 1 msk ólífuolía
- 1 tsk karry
- ½ tsk paprikuduft
- 1 msk tómátþykkni (pureé)
- 1½ lítri vatn
- 1½ msk grænmetiskraftur
- 1 msk olía til steikingar
- 100 ml af koniaki eða brandíi (má sleppa)
- 250 ml matreiðslurjómi
- 150 ml rjómi


AÐFERÐ:

Skelflettið humarhalana og fjarlægjið görnina. Saxið laukinn og hvítlaukinn. Hitið smjör og olíu í potti og brúnið skelina vel. Bætið lauknum og hvítlauknum út í og svo karry, paprikudufti, cayenne-pipar og tómátþykkni. Brúnið áfram í 1-3 mínútur. Hellið vatninu í pottinn og látið suðuna koma upp. Látið sjóða niður við lágan hita í opnum potti þar til u.þ.b. helmingur er eftir. Bætið þá grænmetiskraftinum út í. Sigið soðið og geymið.

Takið annan pott og hitið vel. Setjið olíu í hann og snöggsteikið humarhalana. Hellið koniakinu yfir og því næst humarsoðinu. Hitið að suðu og setjið matreiðslurjómann út í. Bragðbætið með salti og pipar. Einnig getur þurft að bæta við smákræfti. Þykkið ef þarf.

Léttþeytið rjómann, ausið súpunni á diska og setjið eina skeið af rjómanum á miðjuna á hverjum disk. Skreytið t.d. með tímian eða malið svartan pipar yfir.





		FYRIR- HÖFN	RÆKI- LEGAR	BLÓÐ- HLAUP	ÚTMÁ- SKORDÝRA EGG	MARRA MEST	INNSÆI
		ADDRA- ANDI					
		ÞURRKA ÚT		PILA			
		ÁNA		HAMINGJA			
				ÖNDUNAR- FÆRI			
				KVK NAFN			
		STRENGUR			BORÐANDI	FLAN BOR	
		HLUNN- FARA					MILLJÓN
		PAPPÍRS- BLAÐ	TÖNN TÓNLISTAR- STÍLL			Í RÖÐ	
					FISKUR		
					HUGÐIST		GJALDA
				ÍRAFÁR	HEIÐUR MERKI	TVEIR EINS MUNDA	
						GUNGA	
						INN EFTIR	
				MENTA- STOFNUN		EFNI	
				REKALD		LAPPI	
		ILLGRESI REIGJA		TJÚTTA AMBÁTT			NÚMER
				HLÁNA ÍSKUR		ÁTT DÝRA- HLJÓÐ	
					ANGAN HRÍSLU- SKÓGUR		ÁVÍTUR
			FOR VIÐSKIPTI				
			MJÓRÓMA DURGUR			KOPAR ÚTRÁTTUR	ÞORA
				GLANS SVARA		SKORA LIÐ- ORMUR	
				FELLDI SKILABOÐ			ULLAR- FLÓKI TÆKIFÆRI
		DJÆF Í RÖÐ		TVEIR EINS SNÆDDI		GAGNSÆR	
			JURT			LOKKA	
					ÞJAKA		

Nafn: _____ Sími: _____

Heimili: _____ Lausnarorð: _____