

# VRblaðið

4. tbl. 27. árgangur júlí 2005



# Í þessu blaði...

**08** Eðlileg samskipti mikilvæg  
Rætt við Guðmund Aðalsteinsson  
framkvæmdastjóri Tandurs hf.



**10** Áhersla á sjálfstæði í starfi  
Rætti við Svövu Bjarnadóttir hjá  
Hönnun hf.

**14** Misréttið blasir við  
Rannveig Sigurðardóttir  
skrifar um jafnrétti kynjanna

**18** Komdu með mér út  
Páll Ásgeir Ásgeirsson  
skrifar um útivist í nágrenni  
Reykjavíkur



**20** Frídagar til sölu  
Spáð í hvað gera eigi við  
fimmtudagsfríin o.fl.

**28** Kæfisvefn er vandamál  
Hvað er til ráða?

**30** Lesið í konur og karla  
Könnun á lestrarvenjum  
Íslendinga



LEIÐARI

# Sterk staða



Staða verkalýðshreyfingarinnar á Íslandi er sterk. Hér á landi eru um 80% fólks á vinnumarkaði í stéttarfélagum á meðan þátttakan er minnkandi víða í nágrannalöndum okkar. Svo á einnig við um Norðurlöndin þar sem stéttarfélagspáttaka hefur hingað til verið samþærlig og á Íslandi. Í Danmörku hefur fækkað í HK, félagi verslunarmanna, um 6,4% á fjórum árum. Þeir sjá fram á að þurfa að fækka starfsmönnum um 10%. Þeirra félag er ólíkt VR að því leyti að það er samsett af verslunar- og skrifstofufólki hjá ríki og bæ ásamt starfsfólki á almenna markaðinum. Stéttarfélagspáttaka í opinbera hlutanum virðist vera að síga úr 80% í 75% en á almennum vinnumarkaði úr um 65% í 40%. Ástæða fækkunar í HK er talin vera almennt minnkandi þátttaka í stéttarfélagum í heiminum, batnandi efnahagur og samkeppni frá „lágvöru“ stéttarfélagum. Sunnar í Evrópu, eins og í Frakklandi og á Spáni, eru aðeins 10-15% fólks á vinnumarkaði í stéttarfélagum.

Það er umhugsunarefni hvort þessi þróun muni teygja anga sína hingað til lands og hvort við þurfum ekki að bregðast við í tíma. Hlutverk stéttarféлага hefur breyst mikið á undanförunum árum og áratugum. Í dag má segja að VR sinni þremur meginverkefnum; að vera bakhjarl félagsmanna sinna, vinna að bættum kjörum og standa vörð um réttlæti.

Verkefni VR að vera bakhjarl félagsmanna sinna í samskiptum þeirra við vinnuveitendur, við tekjumissi og þegar vandkvæði steðja að, taka nú til sín um 60-70% af starfsmönnum og árlegum tekjum VR. Að vinna að betri kaupmætti, fullri atvinnu með góðum og vel launuðum störfum tekur til sín um 10-20%, svipað og það sem við leggjum af mörkum til að skapa réttlátt samfélag á Íslandi s.s. með aðild að alþjóðasamtökum, ASÍ og Landssambandi íslenskra verzlunarmanna.

Ef verkalýðshreyfingin ætlar að verða áfram fjöldahreyfing hér á landi verðum við enn frekar að auka skilvirkni og horfast í augu við að alþjóðavæðingin hefur breytt þeim aðstæðum sem við búum við. Aðstæður í dag eru aðrar en þegar stofnað var til núverandi skipulags verkalýðshreyfingarinnar fyrir meira en 50 árum. Væntanlega þurfum við í auknum mæli að keppa um hylli almennings með sömu aðferðum og fyrirtæki nota við að selja sínar vörur og þjónustu. ■

GPP



AFPREYING

# Opna VR mótið

## Stærsta opna golfmót sumarsins

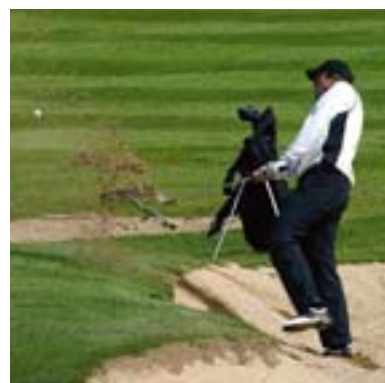
Opna VR mótið verður haldið **laugardaginn 30. júlí** á Grafarholtsvelli. Leikfyrirkomulag mótsins er punktakeppni. Hámarksförgjöf í mótið er 24 hjá körlum og 28 hjá konum. Veitt verða verðlaun fyrir 3 efstu sætin í punktakeppni, ennig verða veitt verðlaun fyrir 3 efstu sætin í höGGLEIK.

Skráning hefst á **www.golf.is** **mánudaginn 18. júlí nk**. Ræst verður út frá kl. 07:00. Náandarverðlaun eru á öllum par 3 holum vallarins. Fyrir mót býður VR keppendum uppá bolta á æfingasvæðinu í Básum.

1. sæti án forgjafar: Evrópuferð fyrir tvo með Icelandair
2. sæti án forgjafar: 20.000 króna gjafakort frá Nevada Bob
3. sæti án forgjafar: 10.000 króna gjafakort frá Nevada Bob
1. sæti með forgjöf: Evrópuferð fyrir tvo með Icelandair
2. sæti með forgjöf: 20.000 króna gjafakort frá Nevada Bob
3. sæti með forgjöf: 10.000 króna gjafakort frá Nevada Bob

Verðlaun fyrir flesta punkta kvenna: 20.000 króna gjafakort frá Nevada Bob  
Náandarverðlaun 10.000 gjafakort frá Nevada Bob

Mótsgjald er kr. 3.000 fyrir félagsmenn VR og kr. 3.500 fyrir aðra.  
Skráning hefst 18. júlí hjá GR í síma 585 0210 og á [www.golf.is](http://www.golf.is).



HITT OG ÞETTA

# Lokaverkefnastyrkur VR afhentur



Lokaverkefnastyrkur VR fyrir árið 2005 hlaut Bryndís Ernstsóttir fyrir rannsóknarverkefni á meistarastigi við félagsvísindadeild Háskóla Íslands. Verkefni hennar miðar að því að hanna mælitæki til að meta yfirfærslu vinnutengds náms. Styrkurinn er alls kr. 250 þúsund og er nú veittur í 5. skipti. Á myndinni má sjá Gunnar Pál Pálsson, formann VR, ásamt vinningshafanum þegar styrkurinn var afhentur.

Mælitæki eins og það sem Bryndís vinnur að, væri hægt að nota áður en fræðslu er komið á fót innan fyrirtækja til að meta æskilegt skipulag hennar og aðra hagnýta þætti sem gætu haft áhrif á það hvort fræðslan skilar árangri eða ekki.

Dómnafndin sem mat þær umsóknir sem bárust taldi verkefnið bæði áhugavert og mikilvægt þar sem miklum fjármunum er veitt í fræðslu starfsmanna á mörgum vinnustöðum. Verkefnið er í takt við þarfir atvinnulífsins, segir í umsögn dómnafndar, þar sem fræðsla og endurmenntum verða sífellt mikilvægari. Leiðbeinandi verkefnisins er Sigurlína Davíðsdóttir, lektor við félagsvísindadeild Háskóla Íslands.

Markmiðið með styrknum er að efla rannsóknir á vinnumarkaði með því að hvetja stúdenta sem eru við nám á háskólastigi til að fást við þennan málaflokk í lokaverkefni. Styrkurinn er einnig þáttur í að efla samstarf skóla og atvinnulífs. Í dómnafnd sátu dr. Stefán Ólafsson, prófessor í félags- og atvinnulífsfræði við Háskóla Íslands, Elísabet M. Andrésdóttir, alþjóðafulltrúi hjá Tækniháskóla Íslands og Kristín Sigurðardóttir, forstöðumaður samskipta- og þróunarsviðs VR. ■

## Frídagur verslunarmanna



### Hátíð í Fjölskyldu- og húsdýr- garðinum

Frídagur verslunarmanna verður haldinn hátíðlegur með pompi og pragt í Fjölskyldu- og húsdýr-  
garðinum í Laugardal eins og venja er til. Fjöldi gesta hefur skemmt sér í garðinum í boði VR ár eftir ár og virðist það ekki skipta miklu máli hvernig viðrar. Fólk klæðir sig bara eftir veðrinu og hefur góða skapið í farteskinu.

**Garðurinn er öllum opinn frá kl. 10:00-18:00 og er aðgangur ókeypis.**





# Fyrirtæki ársins 2005

Fjörtíu fyrirmyndarfyrirtæki fögnuðu góðum árangri í fyrirtækjakönnun ársins á Nordica hótél 19. maí sl.

Með fylgjandi myndir voru teknar í hófi sem haldið var í tilefni af kjöri á Fyrirtæki ársins 2005. Fyrirtæki ársins voru Hönnun hf. í flokki stærri fyrirtækja og Tandur hf. í flokki hinna minni. Fast á eftir þeim fylgdu Daniel Ólafsson ehf. og Securitas í flokki stærri fyrirtækja og Sensa og Árdegi efh. sem rekur verlsunina Noa – Noa í flokki minni fyrirtækja. Til hófsins mættu, ásamt fleiri gestum, fulltrúar frá 20 efstu fyrirtækjunum í báðum flokkum sem öll fengu tilnefninguna Fyrirmyndarfyrirtæki 2005. Það er frábær árangur að vera meðal 20 efstu, því í flokki stærri fyrirtækja fylltu listinn alls 106 fyrirtæki og 215 í flokki þeirra minni. Allar niðurstöður er að finna á [www.vr.is](http://www.vr.is)



### Veitir fyrirtækjum aðhald

Í könnuninni um Fyrirtæki ársins var spurt um starfskjör og starfsumhverfi, samskiptamál og starfsanda. Niðurstöðurnar eru starfsmönnum mikilvægar til að meta sinn eigin vinnustað og bera hann saman við aðra. Könnunin veitir einnig fyrirtækjum mikilvægar upplýsingar um veikleika þeirra og styrkleika og hvað betur má fara á vinnustaðnum. Það er trú félagsins að könnunin veiti fyrirtækjum aðhald og bæti starfsumhverfi og aðbúnað félagsmanna á vinnustað þeirra.



## Frá hófi í tilefni af kjöri á Fyrirtæki ársins 2005 á Nordica hóteli

### Launin 2005 – niðurstöður í september

Niðurstaðna er að vænta úr launakönnun ársins í næsta blaði sem kemur út um miðjan september. Spurningalisti var sendur út samhliða könnuninni um Fyrirtæki ársins fyrr á árinu. Niðurstöður launakönnunarinnar sýna hver raunveruleg laun eru fyrir ákveðin störf, þ.e. markaðslaunin. Auðvelt verður að bera saman launakjör innan ákveðinna starfsstétta eða atvinnugreina og launaþróun á milli ára. Þá er launakönnunin er lykilatriði fyrir launaviðtalið, en skv. kjarasamningi hafa allir félagsmenn rétt til launa-viðtals árlega. Áhugavert verður að sjá hvert stefnir í baráttunni um launamun kynjanna en þess má geta að hafin er auglýsingaherferð til að vekja athygli því málefni og hófst hún með auglýsingum í nokkrum blöðum framhalds- og háskólanema á vormánuðum. Hafist verður aftur handa af fullum krafti í haust. VR hvetur félagsmenn sína til að fylgjast með launaþróuninni og ganga eftir rétti sínum um árlegt launaviðtal. ■



## TANDUR FYRIRTÆKI ÁRSINS 2005

# Eðlileg og óþvinguð samskipti mikilvæg

Starfssvið hvers einstaks starfsmanns skýrt og afmarkað

Tandur hf. var fyrirtæki ársins 2005 í flokki minni fyrirtækja. Starfsemi Tandurs snýst um hreinsiefni og aðrar hreinlætisvörur eins og nafnið gefur til kynna en fyrirtækið sérhæfir sig í þjónustu og ráðgjöf til fyrirtækja og stofnana. Fyrirtæki skoraði hátt á öllum vígstöðvum og fékk t.d. einkunnina 100 fyrir launakjör, vinnuskilyrði og sjálfstæði í starfi. VR-blaðið spurði framkvæmdastjórnann, Guðmund Aðalsteinsson, um lykilinn að góðum starfsanda hjá Tandri.

„Þetta er í fjórða skiptið sem við hljótum þennan heiður og höfum við alltaf haldið upp á þennan viðburð með starfsmönnum okkar. Í þetta skiptið munum við gera það líka en það mun sennilega dragast eitt-hvað fram á sumarið vegna yfirstandandi sumarleyfa svo allir geti verið með,“ svaraði Guðmundur er blaðamaður spurði um hvort fyrirtækið hefði haldið upp á tilnefninguna.

### Hvað gera stjórnendur til þess að efla starfsandann í fyrirtækinu?

„Það er erfitt fyrir okkur stjórnendur að koma með einfalda lýsingu á því hvernig við getum skapað þetta andrúmsloft sem hefur fallið í góðan jarðveg hjá starfsmönnum okkar. En við gerum okkur grein fyrir því að þetta gerist ekki af sjálfu sér. Það þarf að vinna í þessum málum alla daga ársins. Eðlileg og óþvinguð samskipti milli starfsmanna og yfirmanna og gott aðgengi allra starfsmanna að yfirmanni sínum er mjög mikilvægt. Hér í Tandri er skrifstofusvæðið „opið“ þ.e. yfirmenn og aðrir starfsmenn vinna allir í afmörkuðum básum en sam-

skipti milli starfsmanna eru mjög auðveld og yfirmaður alltaf eins og einn af hópnum. Þetta gildir einnig fyrir starfsmenn sem vinna í vöruhúsi og við framleiðslu. Þegar þeir eiga erindi á skrifstofuna komast þeir strax að yfirmanni sínum þegar nauðsyn krefur. Við höfum reynt að hafa starfssvið hvers einstaks starfsmanns skýrt og afmarkað, þannig að starfsmenn viti nákvæmlega hver verkefni þeirra eru. Okkar reynsla er sú að þessi þáttur sé mjög mikilvægur með þau markmið í huga að starfsmönnum líði vel við störf sín. Mörg atriði önnur mætti nefna t.d. að skoðanskripti séu opin, en að menn rifist alls ekki. Það er sjaldan sem slíkt gerist hér í Tandri. Persónulega minnst ég alltaf greinar er ég las í bandarísku tímariti um atvinnurekstur þar sem vísað var til atriðis sem atvinnurekandi ætti ávallt að hafa í huga. Það var hvort hann gerði sér grein fyrir því hvort starfsmaður sem mætti til vinnu sinnar á morgnana væri að lifa til að vinna eða vinna til að lifa.“

### Fólk er ánægt með launakjörin, eruð þið með starfsmanna- og launaviðtöl?

„Varðandi ánægju fólks með launakjör þá tengjast þau ekki reglulegum viðtölum um launakjör. Við reynum hinsvegar að fylgjast mjög náið með launakjörum starfsmanna og að sýna sanngirni og umbun í takt við gengi fyrirtækisins.“

### Er félagslíf mikið meðal starfsmanna?

„Starfsmannafélag Tandurs er mjög lifandi og eru m. a. farnar helgarferðir út á land, haldnar skemmtanir hér í bænum og farið saman í leikhús og bíó. Árlega er svo haldið „Tandur Open“ golfmót starfsmanna og maka þeirra,“ sagði Guðmundur að lokum. ■





## HÖNNUN FYRIRTÆKI ÁRSINS 2005

# Áhersla á sjálfstæði í starfi

Ómetanlegt að það sé stutt í húmorinn í vinnunni

Hönnun hf. sem rekur ráðgjöf og alhliða verkfræðiþjónustu var fyrirtæki ársins 2005 í flokki stærri fyrirtækja. VR-blaðið tók hús á stjórnendum félagsins og spurði Svövu Bjarnadóttur sem stýrir starfsmannahaldi og fjármálum fyrirtækisins hverju hún þakkaði þennan góða árangur.

„Hönnun er dæmigert „þekkingarfyrirtæki“ þar sem menntunarstig er mjög hátt og skipulag mjög flatt. Mikið er lagt upp úr því að jafnræði sé meðal starfsmanna og að einstaklingurinn fái að njóta sín. Það veldur því að sjálfstæði í starfi er mikið og hverjum og einum er treyst til að bera ábyrgð á þeim verkefnum sem þeim eru falin án þess að „mikið sé andað ofan í hálsmálið“ á viðkomandi,” svarar Svava að bragði þegar hún er spurð hvað einkenni Hönnun sem fyrirtæki.

**Nú skorar Hönnun hátt í starfsanda. Hvað gera stjórnendur félagsins til að tryggja gott andrúmsloft á vinnustaðnum?**

„Ég held að sá góði starfsandi sem ríkir í Hönnun eigi að stórum hluta rætur sínar að rekja til þeirra sem stofnuðu fyrirtækið. Um er að ræða frábæran hóp hluthafa sem unnu saman og áttu einnig mikið af sameiginlegum áhugamálum þannig að samstaða þeirra og maka þeirra var mikil, bæði í vinnu og frístundum. Ef eitthvað stóð til mættu alltaf allir hvort sem það var á jólaföndrið með börnunum eða

á árhátíð. Þá var fyrirtækið miklu minna og samgangurinn mikill. Nú þegar fyrirtækið hefur stækkað hefur tekist að halda sama starfsandanum og ég tel að það sé mjög mikilvægt að við náum að halda honum í framtíðinni. Það sama gildir þegar álagið er mikið þá leggjast allir á eitt við að vinna þau verkefni sem liggja fyrir og svo kunnum við svo sannarlega að gleðjast þegar verkinu er lokið. Framlag stjórnenda til þess að viðhalda góðum starfsanda er því að styðja við þennan grunn sem settur var í upphafi og að þróa hann áfram. Hönnun leggur ríkan þátt á að hlúa að íþróttastarfsemi og styrkir starfsmenn til að stunda slíkt. Við styrkjum allskyns íþróttastarfsemi s.s. fótbolta, körfubolta, badminton og golf jafnframt því að veita hefðbundna líkamsræktarstyrki. Svo má að sjálfsögðu ekki gleyma stuðningi við starfsmannafélagið sem er mjög öflugt.

**Hönnun fær 99 fyrir sveigjanleika í vinnu. Hvernig er sveigjanleikanum háttað hjá ykkur?**

„Skýringin á þessu liggir í rauninni í því sem ég nefndi hér áður, að hverjum og einum er treyst til að vinna sitt verk sjálfstætt og þar af leiðandi axlar viðkomandi sjálfur ábyrgðina á því að verkefnið sé vel af hendi leyst og uppsker ánægjuna sem því fylgir. Þetta er í raun kosturinn við flata skipulagið sem Hönnun hefur. Einnig reynum við, þrátt fyrir oft á tíðum mikið álag, að vera með fjölskylduvænt starfsumhverfi t.d. með sveigjanlegum vinnutíma og reynum að taka tillit til fjölskylduaðstæðna hvers og eins.“



Frá vinstri: Eyjólfur Árni Rafnsson frkv.stj., Sigurður St. Arnalds og Svava Bjarnadóttir

## Fólk er ánægt með launakjörin, eruð þið með starfsmanna- og launaviðtöl?

„Við höfum ekki tekið upp formleg starfsmannaviðtöl en það er á stefnuskránni hjá okkur. Við leggjum samt sem áður mjög mikið upp úr því að vera í góðum samskiptum við starfsfólkið, því eru núverandi starfsmannaviðtöl mjög óformleg.“

## Er starfsmannafélagið lífllegt?

„Starfsmannafélagið okkar hefur alltaf verið mjög öflugt. Síðast var til dæmis mjög skemmtileg kosningabarátta og frambjóðendur lögðu sig mikið fram við að ná hylli kjósenda. Eitt framboðið mætti t.d í svörtum jakkafötum á kosningadegi og „tók kjósendur tali.“ Skipað er í nefndir á hverju ári og flestir starfsmenn lenda í einhverri nefnd, án tillits til þess hvort þeir vilja eða ekki. Um er að ræða mjög fjölbreytta starfsemi, s.s. villidýranefnd, sterkdrykkjanefnd, menningarnefnd, nýbúanefnd, öryggisnefnd, jólaföndurnefnd, fluguhnýtinganefnd og margar fleiri. Ekki má gleyma golfnefndinni. Mikill golfáhugi er meðal starfsmanna Hönnunar og golfmótaröð Hönnunar er leikin af miklum metnaði. Í lok júní var svo íþróttamót þar sem keppt var í „hefðbundum“ skrifstofu-íþróttum s.s. stígvélakasti og að snara skrifstofustól. Það er einkennandi fyrir félagslífið hjá Hönnun að alltaf er stutt í húmorinn og menn taka sig passlega alvarlega. Það er í rauninni ómetanlegt að það sé stutt húmorinn í vinnunni,“ segir Svava að lokum. ■



Stjórn starfsmannafélagsins, frá vinstri: Sveinn Bjarnason, Björn M. Þórisson og Axel V. Birgisson



Skálað fyrir góðum árangri



## KJARAMÁL

# Hvað gerir VR fyrir þig?

## VR er umhugað að bæta kjör félagsmanna

VR er launþegafélag verslunar-, þjónustu- og skrifstofu-fólks. Tilgangur þess er að vera bakhjarl félagsmanna, vinna að bættum kjörum og betri aðbúnaði fyrir félagsmenn sína. Sumum þykir nóg um hve félagsgjöldin eru há og því er ekki úr vegi að skoða hvaða réttindi þau færa þér.

### Hvað færðu fyrir félagsgjöldin?

VR gerir kjara- og fyrirtækjasamninga þar sem samið er m.a. um veikindarétt, orlof, uppsagnarrétt, lífeyrisréttindi og hvíldartíma. Þetta eru réttindi sem þykja sjálfsögð mannréttindi í dag en hafa áunnist vegna áratuga baráttu stéttarféлага við vinnuveitendur. Stöðugt þarf að vera á vaktinni og standa vörð um þessi réttindi jafnframt því að bæta kjörin. VR er aðili að heildarsamtökunum Landssambandi verzlunarmanna og ASÍ og leggur þar með sitt af mörkum til að skapa réttlátt samfélag og styrkja velferðarkerfið. Við skulum nú skoða nánar einstaka þætti í starfsemi félagsins.

### VR er bakhjarl þinn

- VR aðstoðar við útreikning launa, túlkun kjarasamninga og við gerð ráðningarsamninga. VR veitir einnig aðstoð vegna ágreiningsmála á vinnustað og lögfræðiaðstoð ef þurfa þykir.
- VR gerir á hverju ári launakönnun og könnun á fyrirtæki ársins til viðmiðunar fyrir félagsmenn.

- VR stendur fyrir auglýsingaherferðum til að vekja athygli á ýmsum málum, s.s. launamun kynjanna, einelti og kynferðislegri áreitni.
- VR niðurgreiðir vegna kostnaðar m.a. vegna kaupa á gleraugum, heilsufarstryggingum, tannlækningum og við sálfræðiaðstoð, sjúkraþjálfun, krabbameinsskoðun, líkamsrækt o.fl. (Upphæð fer eftir inneign stiga).

### Ef upp koma veikindi áttu möguleika á:

- Sjúkra- og slysadagpeningum eftir að veikindarétti lýkur sem nemur 80% af launum í allt að 270 daga. Einnig vegna veikinda barna yngri en 16 ára.
- Sjúkradagpeningum vegna áfengismeðferðar einnig 80% af launum.
- Örorakubótum vegna slyss í frítíma, allt að 14,7 milljónir króna.
- Dánarbótum, dæmi: Eftirlifandi maki með 3 börn yngri en 21 árs fengi 2.800.000 krónur.

### VR er umhugað um að efla menntun.

#### Þú átt möguleika á:

- Starfsmennta- og tólmundastyrk sem nemur allt að helmingi námskeiðsgjalda, en upphæð styrks fer eftir stigaeign.
- Námskeiðum og fyrirlesturum á vegum VR, s.s. hvernig á að semja um launin.
- Greiðari leið að upplýsingum, þú færð VR blaðið sent heim þér að kostnaðarlausu.

## VR leggur sitt af mörkum til betra orlofs félaga sinna:

- Þú átt kost á að leigja tjaldvagna eða orlofshús VR allan ársins hring og félagið niðurgreiðir ýmsa ferðabjónustu með árlegri orlofsávisun.

## Félagsgjaldið

Til þess að eiga rétt á ofantöldu þarf að greiða félagsgjaldið sem er 1% af heildarlaunum félagsmanns og er það dregið af launum félagsmanns á launaseðli. Á móti greiðir vinnuveitandi 1% af launum hvers félagsmanns í sjúkrasjóð VR, 0,25% í orlofsjóð og 0,2% í Starfsmenntasjóð (FÍS) eða 0,15% (SA). Þetta er ekki dregið af launum félagsmannsins en greitt vegna hans. Þessi gjöld mynda saman sjóði VR og þegar þessar greiðslur hafa verið inntar af hendi verður viðkomandi félagsmaður hjá VR. Þegar lágmarksfélagsgjald hefur verið greitt er aðili orðinn fullgildur og nýtur allra réttinda hjá félaginu. Lágmarksfélagsgjald fyrir árið 2005 er 7.299 kr. Það er vinnuveitandinn sem sér um greiðslur félagsgjalda.

## Fylgist vel með

Nauðsynlegt er að fylgjast vel með á launaseðli hvort félagsgjöld eru dregin af laununum og hvort þau skila sér til stéttarfélagsins. Það er hægt að gera með einföldu símtali til VR eða fylgjast með á Mínum síðum á [www.vr.is](http://www.vr.is) Á Mínum síðum getur þú skoðað þína eigin stigaeign í sjóðum félagsins og yfirlit yfir greiðslu félagsgjalda á vefnum. Þú þarf einungis að sækja um lykilorð á vefnum. ■

Á [www.vr.is](http://www.vr.is) er einnig að finna lög VR, reglugerðir hinna ýmsu sjóða og nánari upplýsingar um alla þjónustu VR auk fróðlegra greina um vinnumarkaðsmál.



## Hefurðu fengið orlofsuppbótina greidda?



Þeir sem taka laun skv. kjarasamningi VR og SA eiga rétt á orlofsuppbót að upphæð kr. 45.000 miðað við fullt starf, annars miðað við starfstíma og starfshlutfall á orlofsárinu. Orlofsuppbótina á að greiða við upphaf orlofstöku og í síðasta lagi 15. ágúst.

## Félagsmenn athugið!

Lágmarksþjónusta verður á skrifstofu VR frá mánudegi 18. júlí til og með föstudags 29. júlí. Ástæðan er sú að margir starfsmenn eru í sumarfrí seinni hluta júlímánaðar og einungis einn starfsmaður ráðinn í afleysingar í sumar. Starfið hefst svo aftur af fullum krafti eftir verslunarmannahelgina.

Texti: **Rannveig Sigurðardóttir**  
stjórnarmaður VR



Í BRENNIDEPLI

# Misréttið blasir við

Nú er komið að körlum að þora, geta og vilja



Í stjórnarskrárinni er mælt fyrir um að allir skuli vera jafnir fyrir lögum og njóta mannréttinda án tillits til kynferðis og að konur og karlar skuli njóta jafns réttar í hvívetna. Í jafnréttislögum er einnig beinlínis kveðið á um jafnan rétt karla og kvenna. Engu að síður er það staðreynd að á borði búa konur við mismunun. Það er fullkomlega ljóst að þjóðfélagið er byggt upp og rekið á forsendum karla. Sú staðreynd birtist konum allsstaðar; inni á heimilinu, vinnustaðnum, í fjölmiðlum og þannig mætti lengi telja.

## Mannréttindi brotin

Fyrir liggur að kynbundinn launamunur er allt að 18% þegar borin eru saman laun fyrir sambærileg og jafnverðmæt störf. Með þessu eru mannréttindi brotin á konum. Ennfremur liggur fyrir að heildarvinnutekjur kvenna eru að jafnaði um 60% af heildartekjum karla. Þá er ljóst að konum er mismunað herfilega þegar kemur að ráðningu í störf yfirmanna og þegar skipað er í ráð og nefndir hins opinbera. Verk karla eru meira metin en verk kvenna, kvennastörf eru hvorki metin af fjárhagslegum né félagslegum verðleikum. Misréttið blasir sem sagt alls staðar við og stjórnvöld hafa þrátt fyrir það ekki gripið til raunhæfra aðgerða. Því miður er verkalyðshreyfingin undir sömu sökina seld eins og berlega kom fram á síðasta ársþingi ASÍ, þar sem réttindamálum kvenna var nánast enginn gaumur gefinn. Hvað er til ráða?



Á Þingvallafundinum 19. júní 2005. Sigríður Th. Erlendsdóttir, sagnfræðingur og frú Vigdís Finnbogadóttir fyrrv. forseti.

## Jafnrétti kynjanna hefst með uppeldinu

Okkur foreldrum ber skylda til að ala börnin okkar upp til jafnra verka og athafna í lífinu. Það er grundvallaratriði að feður taki jafnan þátt í heimilishaldi og verði þannig fyrirmynd drengjanna sinna. Það er líka grundvallaratriði að stúlkur og drengir búi við jafnrétti á heimilum og þau séu metin til jafns á þeirra eigin forsendum og hæfileikum. Sem betur fer hefur umræðan um jafnréttismál í Þjóðfélaginu skilað því að nú eru margir ungir karlar farnir að taka virkan þátt í uppeldi barna sinna, vera viðstaddir fæðingar þeirra og vera heima þegar börnin eru veik. Fæðingarorlof fedra hefur hér haft veruleg áhrif og sýnir svo ekki verði um villst að virkar stjórnvaldsaðgerðir geta skipt sköpum. En það verður að segjast eins og er að ákvæði um fedraorlof er undatekningin frá þeirri meginreglu að virkum stjórnvaldsaðgerðum er ekki og hefur ekki verið beitt í þágu kvenna.

## Það er hægt að breyta

Konur eru löngu komnar út á vinnumarkaðinn, þær hafa sótt sér menntun á öllum sviðum og staðið sig frábærlega. Engu að síður er þeim eins og fyrr greinir mismunað illilega. Fallegar jafnréttisáætlanir fyrirtækja hafa litlu sem engu skilað. Þá er launaleynd gróðrarstía kynbundins launamunar. Það verður að afnema hann og tryggja konum stjórnarskrárbundið jafnrétti. Við konur á vinnumarkaði höfum flestar upplifað hvernig okkur er mismunað við stöðuveitingar og ungum og reynslulitlum drengjum hampað á okkar kostnað. Þessu er hægt að breyta með virkum stjórnvaldstækjum svo ekki sé talað um

aðgerðir og kjarasamninga stéttarfélaganna. Það verður að vinna á rót-grónum stöðumun kynjanna á vinnumarkaðinum. Þetta verða karlarnir að skilja og vinna með okkur að því að útrýma kynjamismun. Ég full-yrði að þeim mun líða betur og fyrirtækjum ganga betur þegar fullu jafnrétti er náð og sá auður sem býr í krafti kvenna er nýttur til fulls.

## Köllum karlana til

Við konur getum áorkað miklu saman. Við munum öll kvennafrídaginn sem var haldinn um land allt 24. október 1975 þegar konur lögðu niður störf og héldu glæsilega baráttufundi til að stappa stálinu hver í aðra. Við verðum að taka höndum saman. En það dugar ekki eitt sér til, karlarnir verða að taka þátt í þessari baráttu. Mér var brugðið þegar auglýsingar birtust í fjölmiðlum rétt fyrir 19. júní sl. undir yfirskriftinni „Konur skundum á Þingvöllum.“ Hvers vegna voru karlarnir ekki hvattir til að mæta? Það eru jú margir karlmenn sem styðja málstaðinn og full þörf á að hvetja fleiri til góðra verka. Á baráttufundinum á Þingvöllum voru fluttar frábærar ræður og hvatningarorð. Mér er minnisstæðust hátíðarræða frú Vigdísar Finnbogadóttur fyrrverandi forseta. Þar fjallaði hún af mikilli þekkingu og reynslu um málefni kvenna og lýsti nauðsyn þess að karlar tækju virkan þátt í jafnréttisbaráttunni. Á kvennafrídegnum 1975 sungu konur, þori ég, vil ég, get ég. Ævi og starf frú Vigdísar Finnbogadóttur sýnir glöggt hvaða árangri það skilar konum að þora, geta og vilja. Nú er komið að körlum að þora, geta og vilja með okkur konum. ■

ORLOFSMÁL

# Út og suður í sól og sumri

## Börn í fríu

Í sumarfríinu er tilvalið að kaupa einnota myndavél fyrir börnin. Það er þá ekki mikill skaði ef litlir puttar missa myndavélina í heita pottinn! Myndirnar sem þau taka í fríinu geta orðið verulega skemmtilegar því börnin sjá heiminn frá öðru sjónarhorni en fullorðnir.



Muna þarf eftir að taka með sér góða skó, regnföt, stígvél, leikföng og spil.



## Á sólarströnd

Í vetur úthlutaði VR íbúðum erlendis til félagsmanna og voru þrír áfangastaðir í boði; Calpe, Krít og Mallorca. Má því gera ráð fyrir að um og yfir 600 manns séu á vegum VR í sólinni í sumar. Það sem af er sumri hefur veðrið verið gott og margir ferðalangar komnir útiteknið heim – eftir ánægjulega dvöl á sólarströnd.



## Á heimaslóðum

Innanlands má gera fyrir töluvert fleiri fjölskyldum sem eru í orlofshúsum VR víðsvegar um landið. Það voru alls 1529 félagsmenn sem sóttu um vikudvöl í sumar í orlofshúsum og tjaldvögnum. Þetta er aðeins fækkun frá því í fyrra. Vikur í boði voru 933. Enn er hægt að bóka hús í skammtímaleigu og svo eru einnig lausar vikur undir lok orlofstímabilsins. Nánari upplýsingar og bókanir í þjónustuveri VR, sími 510 1700.



## Vetrarleigan

Bókanir í vetrarleigu eru um það bil að hefjast en hægt er að bóka tólf vikur fram í tímann og dettur ný vika inn á föstudögum. Sjá nánar á [www.vr.is](http://www.vr.is) Á veturna er mest um helgarleigu en einnig er hægt að fá viðbótardaga ef þess er óskað og er þá greitt sérstaklega fyrir það.



## Hvað á að borða?

Ýmislegt er hægt að dunda sér við í bústað, og margir leggja mikið upp úr því að borða góðan mat í sumarfríinu. Þá er gott að hafa matseldina einfalda svo ekki sé nauðsynlegt að hafa með sér alla kryddhilluna í sveitina. Margir vilja baka og þá er einfaldast að vingast við Betty Croker eða einhverja þvíumlíka kraftaverkakonu. Þegar allir eru búnir að fá nóg af grillmatnum er ekki úr vegi að elda góðan skammt af spagetti eða skreppa með krakkana í næstu silungá og veiða sér í soðið. Ferskt salat er líka upplagt og látum við hér fylgja með uppskrift af bráðhollu og einstaklega góðu salati sem er t.d. mjög gott með tzatziki sósu og grilluðu kjöti.

## Sumarsalat

Spínat

Gul melóna – búnar til kúlur/teningar

Ristaðar furuhnetur

Gróft rifinn parmesan ostur

Nokkur jarðaber til skrauts

## Tzatziki sósa

1 stór agúrka

1 tsk. salt

4 dl. hrein jóгурt

1/2 dl. sýrður rjómi

3 hvítlauksrif

1/2 tsk. sítrónusafi

2 msk. ólífuolía

hvítur pipar

1 tsk. mynta (má sleppa)



Skolið agúrkuna, rífið hana gróft og dreifið salti yfir. Setjið rifna agúrkuna í sigti í 15 mínútur og pressað safann lauslega úr. Hræðið jógúrtina kryddið með hvítlauk, hvítum pipar og salti, sítrónusafa og ólífuolíu. Setjið agúrkumaukið saman við og geymið í ísskáp þar til borið er fram. ■

## Garðapryónaðar Miðhúsaosur



### Ýmsu er hægt að fitja upp á

...til að skemmta sér og sínum á rigningardegi í bústað. Það er hægt að spila, lesa, baka, sofa, fara í pottinn, skrifa dagbók eða teikna .... eða bara fitja upp á litlum einföldum hosum eins og þessum sem þið sjáið á myndinni. Og eftir heila rigningarviku eru kannski tilbúnar sjö litlar sængurgjafir.

Fitjið upp 36 lykkjur á prjóna nr. 3mm og prjónið 21 umferð í garðapryón.

22. umferð: prjónið 24 lykkjur og snúið.

23. umferð: prjónið 12 lykkjur og snúið.

Prjónið 24 umferðir með þessum 12 lykkjum, slítið frá. Látið réttuna snúa að, þið eruð með 12 l á hægri prjón, takið upp 12 l, prjónið næstu 12 l, takið aftur upp 12 l og prjónið síðan síðustu 12 l sem eru á vinstri prjón. (samtals 60 l) Prjónið 13 umferðir og slítið frá. Snúið réttunni að og setjið fyrstu 24 l á hægri prjóninn, prjónið næstu 12 l og snúið, næsta umferð: prjónið 11 l og 2 lykkjur saman endurtakið þessa umferð 47 sinnum þar til 12 l eru eftir. Næsta umferð: prjónið 2 lykkjur saman 3x, eru þá eftir 6 lykkjur. Sláið af og saumið saman baksaum á hosunum. Og bingó, hosurnar tilbúnar til að hlýja litlum fótum.



Ferðamaður í dyrum Staðarborgar sem er gömul fjárborg á Vatnsleysuströnd. Þangað liggur merkt leið frá Kálfatjörn.

# Komdu með mér út

Þegar við leitum á vit náttúrunnar þá er það vegna þess að við þráum að finna aftur í brjósti okkar hið frumstæða, tengja okkur við dýrið sem býr í okkur öllum. Það er nefnilega aðeins úti í náttúrunni sem við stöndum í sömu sporum og forfeður okkar hafa gert í milljónir ára. Í manngerðu umhverfi er ekkert sem tengir okkur við uppruna okkar og þess vegna líður okkur líklega aldrei fullkomlega vel fyrr en við höfum himininn yfir höfðinu og vindinn og regnið í hárinu.

Þegar við komumst í þessar aðstæður þá vaknar í brjósti okkar skilningur á því hver við raunverulega erum og við uppgötum aftur skilningarvit sem við vissum ekki að við réðum yfir. Þetta hefur maðurinn lengi vitað og þess vegna tók hann snemma að gera sér athvarf í borgarsamfélaginu í forni skemmtigarða og útivistarsvæða þar sem reynt var að varðveita óspillta náttúru sem nokkurs konar gríðastað borgarbúa.

Það er ekki alltaf víst að það þurfi að fara mjög langt til þess að finna þann samhljóm við náttúruna sem við erum alltaf að leita eftir. Stundum getur verið nóg að ganga út í Hljómskálagarð, eftir Ægisíðu eða upp í Heiðmörk. Samt er það mín reynsla að fullkominn árangur náist eiginlega ekki nema tvö skilyrði séu fyrir hendi. Annars vegar það að ekkert hljóð berist manni til eyrna nema þau sem náttúran sjálf framleiðir og geta þess vegna talist náttúruleg. Hitt skilyrðið er að ekkert beri fyrir augu göngumanns sem gert er af mannahöndum. Þetta á við um vegi, símalínur, raflínur, hús og mannvirki eins og girðingar.

Sá sem vill skynja náttúruna frá öllum hliðum leitar ekki aðeins á vit hennar þegar logn er á sjó og veður kyrrt og sólin skín. Það er ekki síður frískandi og örvandi að hafa vindinn í fangið og horfa á samspil veðursins og náttúrunnar og dýranna. Það er ekkert athugasemdi við að láta rigna svolítið á sig eða láta vindinn rífa dálítið harkalega í öxlina á sér. Öll náttúran breytir um svip þegar rignir og þá koma í ljós ýmsir þættir hennar sem ekki

sjást þegar sólin skín. Við þær aðstæður kynnaast menn sjálfum sér betur en þeir töldu áður mögulegt.

## Hvernig væri að taka Esjuna

Hvar skyldi nú vera vænlegt að leita að góðum útivistarmöguleikum í nágrenni Reykjavíkur. Af öllum þeim fjölbreyttu möguleikum sem bjóðast þar finnst mér alltaf að Esjan sé efst á blaði. Þetta tilkomumikla fjall gnæfir yfir byggðinni við Faxaflóa og þótt sumum þyki það kollhúfulegt þá er það falllegt. Esja mun þýða lausamjöll en til er þjóðsaga um að þegar snjóa er að leysa úr fjallinu á vorin þá riti fjallið nafn sitt með rúnalettri í sköflum sem liggja þar í giljum.

Vinsælasta leiðin á Esjuna liggur frá bílastæði við rætur hennar rétt við Mógilsá. Stígurinn er vel lagður og liggur í þægilegum krókum upp fjallið og yfir göngubrú á Mógilsá. Þar í gilinu var seint á 19. öld unnin kalksteinn og brenndur í ofni í Reykjavík rétt við Arnarhólinn þar sem síðan heitir Kalkofnsvegur. Rétt við brúna greinist stígurinn og önnur

greinin liggur beint upp í stefnu á Þverfells-hornið meðan hin greinin fer þægilegri bratta með krók inn í dalverpi. Það finnst mér vera skemmtilegri leið.

Mörgum finnst vera nóg gengið þegar komið er að stórum steini neðst í skriðunum undir Þverfellshorni sem er merktur með heitinu Steinn sem kann að þykja augljóst. Það er engin ein merkt leið gegnum klettabeltin efst í horninu en flestir fara beint upp að framan meðan þeir sem síður eru brattgengir fara inn í kverkina vestan við hornið þar sem brattinn er minni. Uppi stendur stoltur göngumaður við hringsjá sem fræðir um öll örnefni sem sjást og þar er fólgið í stöplinum hylki með gestabók. Þetta er góð ganga og skemmtileg og flestar fjölskyldur ráða við að ganga að minnsta kosti upp að stóra steininum.

## Hvar er Lambafellsgjáin?

Einn stórbrotnasti staður og jafnframt sá lítt þekktasti í nágrenni Reykjavíkur er Lambafellsgjá eða Lambafellsklofi. Hvernig skal finna hann? Aka skal eftir Reykjanesbraut þar til komið er að vegamótum rétt vestan Kúagerðis. Þar er skilti við hringtorg undir brú sem á stendur Keilir.

Sú leið endar við stórt skilti rétt hjá hinu fagra fjalli Keili og þar hefst ganga þeirra sem vilja ganga á þetta fræga leiðarmerki höfuðborgarbúa. En við höldum áfram og ökum til vinstri og stefnum á lágt fjall, Eldborg sem stendur þarna skammt frá við endann á víðáttumiklum völlum sem heita Höskuldarvellir. Við Eldborg skal skilja bílana eftir og ganga eftir skýrum fornum götum sem liggja í áttina að lágu felli hér rétt hjá sem heitir Lambafell. Við göngum síðan meðfram fellinu til norðvesturs eftir skýrum stíg en við þann enda fjallsins sem er nær Reykjavík komum við að gjá sem liggur inn í fjallið. Þarna liggur þröng sprunga sem klýfur fjallið nær að endilöngu og er hægt að ganga inn í fjallið og fara gegnum það eftir gjánni. Veggirnir eru sléttir og lóðréttir og þarna er engin hrinhætta. Gjáin grynkar smátt og smátt uns þreyttur og agndofa göngumaður kemur út uppi á fjallinu. Þetta er stórkost-

legur staður og það er sannfæring mín að ef þeir sem leituðu að tókustöðum fyrir Hringadróttinssögu hefðu komið hingað hefði að minnsta kosti eitt atriði í myndinni verið tekið hér.

Þetta er staður sem börn hafa sérlega gaman af að heimsækja og þetta er stutt og létt ganga og kjörið að setjast niður með nestið sitt þegar komið er upp úr gjánni. Samanlagt ætti þetta ekki að vera meira en ca. 2 tíma gangur fyrir venjulegt fólk þótt börn séu með í för.

## Fleiri fjársjóðir

Það mætti líka benda á Móskaðshnúka sem rísa vestan Skálafells á Mosfellsheiði og eru sérlega skemmtilegir uppgöngu en nokkuð erfiðir. Þaðan liggur áhugavert einstigi um Laufskörð yfir á Esju sem Ferðafélag Íslands hefur nýlega endurbætt og er fært flestum. Sérlega skemmtilegur áfangastaður á Hellisheiði er Klambragil í Reykjadalum þar sem heitur lækur býður upp á sérlega notalegt bað. Rétt austan við hraunið sem þekur heiðina er rétt að stefna norðaustur á tvo lága hnúka sem rísa yfir heiðina í fjarska og heita Molddalahnúkar. Þar á milli er gilið góða og þar má einnig finna skála sem Orkuveita Reykjavíkur hefur látið reisa og er öllum opin.

Orkuveitan hefur reyndar látið stika margvíslegar leiðir um allt Hengilssvæðið og stuðlað að útgáfu bæklings sem sýnir leiðirnar mjög vel. Umhverfi Reykjavíkur býr yfir miklum töfrum og leyndarmálum sem löngun til útivistar, sæmlegir skór og vilji til gönguferða geta hæglega lokið upp fyrir okkur öllum. Sá sem tekur börnin sín með sér út í náttúruna og kennir þeim að njóta hennar gefur þeim fjársjóð til lífstíðar. ■

Páll Ásgeir Ásgeirsson er höfundur Útivistarbókarinnar vinsælu sem út kom sl. vor



Horft yfir Sogin milli Trölladyngju og Grænudyngju.



Rauður hver rétt hjá Spákonuvatni. Keilir í baksýn.



Á leið á Esjuna. Þverfellshorn í baksýn.



Lambafellsgjá klýfur Lambafellið nær að endilöngu.



KJARAMÁL

# Frídagar til sölu

...eða á að lengja helgarnar?

Nú er heimilt að hafa verslanir opnar föstudaginn langa, páskadag og hvítasunnudag

Sífelld er saxað á frídaga verslunarfólks. Síðast með frumvarpi dómsmálaráðherra um breytingar á opnunartíma verslana en nú er heimilt að hafa verslanir opnar föstudaginn langa, páskadag og hvítasunnudag. Eins og flestir vita hefur lengi verið opið í verslunum á sumardaginn fyrsta, uppstigningardag og jafnvel 1. maí þrátt fyrir að þetta séu opinberir frídagar flestra starfsstétta. Í nokkurn tíma hefur verið rætt um það hvort færa eigi þessa svokölluðu fimmtudagsfrídaga að helgi eða jafnvel selja þá í staðinn fyrir lengra orlof. Hafa ber þó í huga að aðstæður hjá afgangslúfólki í verslunum og hjá skrifstofufólki eru ekki sambærilegar í þessu samhengi þar sem mun meira mæðir á afgangslúfólki þessa umræddu daga.

## Hvað finnst þér?

Eins og venja er til hefst undirbúningur næstu kjarasamninga um leið og skrifað er undir þá síðustu og ýmsir möguleikar skoðaðir. Hafsteinn Jóh. Hannesson á kjarasviði VR veltir hér fyrir sér kostum og göllum þessara hugmynda og hvað slíkar breytingar myndu hafa í för með sér. Félagsmenn eru beðnir um að kynna sér málið og láta í ljósi skoðun sína með því að senda tölvupóst á [vr@vr.is](mailto:vr@vr.is)

## Samfelldir frídagar betri

Sem kosti má nefna að í stað þess að slíta vinnuvikuna í sundur með því að hafa frídag á milli vinnudaga og hafa þess í stað langa helgi eru þeir að betri nýting vinnuvikunnar næst hjá atvinnurekendum þar sem hún er samfelld, auk þess gefur þetta fólki lengra samfelld fri og þar af leiðandi meira svigrúm til ferðalaga, annarra verkefna eða einfaldlega betri og lengri hvíldar. Einnig er hægt að fara þá leið að skipta á þessum dögum fyrir lengra orlof, það hefur þann kost að launþegar hafa aukið svigrúm til frítöku og má í því sambandi nefna starfsdaga grunn- og leikskóla sem dreifast yfir skólaárið og gæti því nýst foreldrum vel að eiga þá aukaorlofsdaga til að mæta því.

## Kallar á samræmdar aðgerðir

Sem galla má á hinn bóginn nefna að mörgum finnst ágætt að brjóta vinnuvikuna upp annað slagið með þessum hætti og taka þátt í skipulögðum fjölskylduatburðum eins og á 1. maí og sumardaginn fyrsta og tileinka þannig daginn fjölskyldunni. Einnig má segja að ef breytingarnar myndu ekki ná yfir alla hópa á vinnumarkaði vinnur þetta gegn hinni fjölskylduvænu stefnu með því að stuðla að því að einungis annar makinn sé í fríi og ekki endilega börnin, þannig væri verið að stuðla að sitthvorum frídegnum innan sömu fjölskyldu. Sama er að segja ef orlof væri lengt í skiptum fyrir þessa daga þá geta skapast vandamál hjá fjölskyldum varðandi barnagæslu o.fl. ef ekki er um samræmdar aðgerðir að ræða. Einnig vakna spurningar um ákvarðanatöku um orlof, reynslan sýnir að atvinnurekendur hafa í vaxandi mæli verið að hafa áhrif á töku orlofs.

## Hvers virði eru frídagarnir?

Hafa þarf því m.a. þessi atriði í huga þegar verið er að velta fyrir sér þessum hugmyndum um breytingar og meta kosti og galla. Það er staðreynd að umtalsverður hópur launþega, þ.e. þeir sem vinna í verslun, nýtur ekki þessara frídaga eins og staðan er í dag, ekki hvað síst í ljósi nýrrar lagasetningar. Því er umhugsunarefni hvort eigi að ganga skrefinu lengra og breyta fyrirkomulagi í kringum þessa daga með það að markmiði að halda gildi frídaganna sem slíkra í stað þess að láta þá verða að engu vegna utanaðkomandi aðstæðna sem launþeginn sem slíkur hefur ekki vald til að hafa áhrif á. Slíkar breytingar eru ekki gerðar nema í kjarasamningum og því spurning um hvort grundvöllur og vilji aðila sé fyrir hendi fyrir viðræðum um þessi mál. ■

## VR ekki bara fyrir launþega



Þrátt fyrir að VR sé fyrst og fremst launþegafélag er fleirum gefinn kostur á að sækja um aðild að félaginu. Þeir sem hætta störfum á vinnumarkaði vegna atvinnuleysis eða örorku geta verið áfram félagsmenn og eru þá félagsgjöld dregin af bótagreiðslum þeirra. Eftirlaunþegar sem verið hafa í félaginu a.m.k. fimm ár fyrir töku eftirlauna geta átt takmörkuð réttindi í félaginu skv. nánari reglum einstakra sjóða. Einnig geta þeir sem hverfa frá störfum um stundarsakir vegna náms eða veikinda nýtt sér áunninn rétt við inngöngu að nýju skv. nánari reglum.

Þá er einyrkjum gefinn kostur á að sækja um aðild með takmörkuðum réttindum. Einyrkjar eru þeir sem starfa á eigin kennitölu og hafa ekki aðra í vinnu. Einyrkjar þurfa að leggja inn inntökubeiðni þar sem starfssvið er tilgreint og áætlaðar tekjur. Inngangan er samþykkt á grundvelli þessara upplýsinga og er réttur til dagpeninga úr Sjúkrasjóði VR tengdur samþykkttri upphæð. Umsóknareyðublöð er að finna á [www.vr.is](http://www.vr.is) Rétt er að taka fram að einyrkjar hafa ekki kjörgengi í félaginu. Upplýsingar um félagsgjöld eru á bls. 13.



**Forsíðuna prýðir að þessi sinni trúnaðarmaður VR hjá Úrval-Útsýn, Áslaug Gunnarsdóttir, sem er ung Reykjavíkurmær. Hún hefur starfað hjá Úrval-Útsýn sl. fjögur ár en hún lauk stúdentsprófi frá Kvinnaskólanum í Reykjavík og er með IATA/UFTA próf frá Ferðamálaskóla Íslands.**

„Ég var söluaður en er nýbyrjuð að starfa í framleiðslu og hópadeild. Úrval-Útsýn er nokkuð stór vinnustaður með um 60 manns á launaskrá. Þetta er algjör kvennavinnustaður, en nokkrir karlmenn leynast þó með. Hér er lífligt að vinna og mjög gaman í nýja starfinu þar sem ég er alltaf að takast á við nýja og skemmtilega hluti.“ Ef af hverju skyldi ferðamál hafa orðið fyrir valinu? „Ætli það hafi ekki verið út af ferðalögunum. Mér hefur alltaf fundist gaman að ferðast. Nú svo komst ég bara að því að þetta er mjög skemmtilegt starf,“ segir Áslaug brosandí. Áslaug er í sambúð með Davíð Arnari Einarssyni sem er viðskiptafræðingur hjá KPMG og eiga þau árs gamla dóttur, Söru Björgu. Davíð á að auki soninn Andra Berg sem er átta ára.

„Það hefur ekki reynt mikið á mig í trúnaðarmannsstarfinu, sem betur fer,“ segir Áslaug, enda ekki búin að starfa lengi sem trúnaðarmaður. Hún hefur ekki enn farið á námskeið fyrir trúnaðarmenn hjá VR en stefnir á það með haustinu. Auk hennar er Erla Valsdóttir trúnaðarmaður hjá Úrval-Útsýn en kjósa má tvo trúnaðarmenn á vinnustöðum þar sem starfa 50 manns eða fleiri.

## FRÆÐSLA TRÚNAÐARMANNA

# Mannlegi þátturinn í brennidepli

Áhersla var lögð á mannlega þáttinn í fræðslustarfi trúnaðarmanna sl. vetur. Í febrúar var haldið námskeið þar sem fjallað var um samskipti, streitu, streituvarnir og áhrif streitu á heilsu. Þátttakendum var skipt í hópa sem fengu hver sitt verkefni sem þeir krufðu til mergjar. Þetta skipulag kveikti frjóar umræður og fram komu góðar ábendingar og tillögur um frekara skipulag á starfi trúnaðarmannsins og hvernig mætti styrkja sjálfsmynd hans. Þá var á námskeiðinu rætt um aðbúnað trúnaðarmanna, viðmót yfirmanna og samstarfsmanna til trúnaðarmanna og hlutverks þeirra. Mikilvægt þótti að efla virðingu fyrir trúnaðarmanninum í samfélaginu og töldu flestir að besta aðferðin væri að efla menntun þeirra og fræðslu til sjálfsstyrkingar. Skilningur var á því meðal þátttakanda að ekki væri um skyndilausnir að ræða heldur ferli þar sem stöðugt má bæta, auka kunnáttu og breyta hugarfari. Fram komu óskir um frekari umfjöllun um samskipti, varnarhætti og streitustjórnun þar sem hinn mannlegi þáttur hefði vaxandi vægi í hlutverki trúnaðarmannsins. Umsjón með námskeiðinu höfðu þau Ólafur Þór Ævarsson geðlæknir og Kolbrún Björk Ragnarsdóttir fjölskylduráðgjafi.

Í apríl var haldið námskeiðið Efling einstaklingsins sem haldið var í þeim tilgangi að auka persónulega hæfni trúnaðarmanna. Í maímánuði var haldið námskeiðið Mótun trúnaðarmannsins, vörn og sókn. Á þessu námskeiði var rýnt í starfið í fortíð, nútíð og framtíð en VR leggur sig fram um að endurskoða og efla starf trúnaðarmannsins og aðlaga það aðstæðum hverju sinni. Það voru einnig Ólafur og Kolbrún sem leiddu þessi námskeið. Þá voru á haldin tvö námskeið í febrúar þar sem starfsmenn VR fræddu trúnaðarmenn um kjarasamninginn.

VR vill hvetja trúnaðarmenn til að fylgjast með á trúnaðarmannavefnum í haust en þar verða birtar upplýsingar um námskeið næsta vetrar um leið og þær berast. ■

## KYNNING

# Trúnaðarmenn VR í ferðaþjónustu



Áslaug Gunnarsdóttir  
Úrval-Útsýn



Erla Valsdóttir  
Úrval-Útsýn



Guðbjörg Auðunsdóttir  
Iceland Express ehf.



Svava Emilía Kristinsdóttir  
Heimsferðir ehf.



Kristín Gunnarsdóttir  
Icelandair ehf.



Guðrún Helga Tómasdóttir  
Icelandair ehf.



Guðbjörg Helga Magnúsdóttir  
Icelandair ehf.



Ingibjörg Kristjánsdóttir  
Icelandair ehf.



Guðrún Helga Stefánsdóttir  
Íslandsferðir ehf.



Þórhildur Þórhallsdóttir  
Kynniferðir ehf.



Svava Mathiesen  
Terra Nova Sol ehf.

Íslendingar eru margir með hugann við ferðalög eins og venja er til yfir sumartímamann. Það er því að öllum líkindum annatími hjá starfsfólki í ferðaþjónustu og viljum við kynna til sögunnar þá trúnaðarmenn sem starfa í faginu. Trúnaðarmaðurinn er tengiliður milli VR og starfsfólks á viðkomandi vinnustað, hann hefur skv. kjarasamningum leyfi til að sækja námskeið hjá VR og nýtur forgangs um vinnu ef segja þarf upp starfsfólki. Trúnaðarmenn VR hjá hinum ýmsu fyrirtækjum eru nú 177, en heimild er til að kjósa einn trúnaðarmann í fyrirtækjum þar sem starfa fleiri en 5 manns og tvo þar sem starfa 50 manns eða fleiri. Umsjón með trúnaðarmannastarfinu hjá VR hefur Elísabet Magnúsdóttir. Vinsamlegast hafið samband við hana ef óskað er eftir kosningu trúnaðarmanns á vinnustað, í síma 510 1700 eða á netfangið [elisabet@vr.is](mailto:elisabet@vr.is) Nánar um starf trúnaðarmanna á [www.vr.is](http://www.vr.is)

**ER  
TRÚNAÐARMAÐUR  
Á ÞÍNUM  
VINNUSTAÐ?**

# Kæfisvefn getur verið banvænn

## Fræðsluátak á vegum SÍBS deildar Vífilstöðum

Í samfélagi okkar snýst lífið um hraða og að komast klakklaust í gegn um daginn, ásamt því að komast áfallalaust á milli staða. Sumum tekst það ekki og má rekja fjölmörg banaslys í umferðinni til kæfisvefns.

Nokkur þúsund Íslendingar hafa greinst með þennan lúmska sjúkdóm og talið er að hann hrjái enn fleiri án þess að viðkomandi einstaklingur geri sér grein fyrir því, enda er vitneskja fólks um sjúkdóminn almennt lítil. Til að ráða bót á því hefur félag sjúklinga með kæfisvefn ákveðið að ráðast í gerð fræðslumyndar um sjúkdóminn sem verður væntanlega sýnt í Sjónvarpinu á vetri komanda.

### Áður en ég vissi af kom ein hrota

„Ég hef heimildir um það frá foreldrum og vinum að einkenni kæfisvefns hafi farið að láta á sér kræla hjá mér upp úr tvítugu,“ segir Hallur Guðmundsson, 35 ára gamall strætisvagnabílstjóri, sem segja mun reynslusögu sína í væntanlegri sjónvarpsmynd. „Þetta fór þó ekki að verða að verulegu vandamáli fyrr en rétt fyrir þrítugsaldurinn. Ég hraut eins og mulningsvél og enginn treysti sér til að sofa í sama rými og ég sem var bagalegt t.d. þegar farið var í útilegur. Skömmu áður en ég fór í mælingu og greiningu á kæfisvefni þá vann ég sem þjónustufulltrúi við internetráðgjöf. Það henti mig stundum þegar ég var að tala við viðskiptavin að ég hallaði mér aftur í stólnum til að hlusta og áður en ég vissi af kom ein hrota. Ég þurfti auðvitað að ræskja mig og biðjast velvirðingar á þessu þar sem ég væri með kverkaskít. Ég er feginn því að hafa látið athuga mig og fengið meðferð með sjúkdómnum því hver veit nema að ég hefði getað ekið mér og fjölskyldu minni yfir móðuna miklu með því að sofna undir stýri. Ég hvet alla sem eru í minnsta vafa um sjálfa sig eða sína nánustu að láta athuga málið. Það kostar aldrei meira en það sem maður gæti sjálfur misst, sjálft lífið. ■





## Hvað er kæfisvefn?

Flestir hafa séð fólk eins og missa andann í svefni og bregður mörgum við. Verið getur að viðkomandi ætti að leita læknis. Ef slík öndunarhlé vara í tíu sekúndur eða lengur, eru fleiri en 30 yfir nóttina og þeim fylgir óvæð svefn, hávæðar hrotur og dagsyfja kallast ástandið kæfisvefn.



Kæfisvefn er meðal algengari langvinnra sjúkdóma hjá miðaldra fólki. Fjórir af hundrað körlum og tvær af hundrað konum greinast með sjúkdóminn. Mun fleiri eru þó með einkenni kæfisvefns, s.s. hávæðar hrotur, en íslenskar faraldsfræðirannsóknir benda til þess að einn karl af sjö hrjóti hávæðt allar nætur og ein kona af hverjum tíu. Það eru fyrst og fremst þrengsl innan efri loftvegs (frá nefi að barka) sem stuðla að kæfisvefni. Oft er um að ræða skekkju á nefi, sepamyndun, stóra hálskirtla, eða smáa höku til viðbótar offitu, en tveir af hverjum þremur kæfisvefnssjúklingum eru of þungir.

### Öndunarhlé á hverri nóttu

Hjá þeim sem eru með talsverð einkenni kæfisvefns eru verulegar öndunartruflanir fyrir hendi allar nætur. Undir vissum kringumstæðum fylgja þó mun meiri öndunartruflanir í svefni, það er eftir áfengisneyslu, notkun vissra svefnlyfja og langvarandi vansvefn. Jafnframt geta tímabundnar aðstæður, s.s. ofnæmiskvef í nefi, stuðlað að kæfisvefni.

### Afleiðingar sjúkdómsins

Afleiðingar kæfisvefns ráðast af því á hvaða stigi sjúkdómurinn er. Ef kæfisvefninn er vægur (aðeins 30-50 stutt öndunarstopp) þá eru afleiðingarnar fyrst og fremst þreyta og syfja að deginum. Þeim mun fleiri sem öndunarhléin eru, þeim mun víðtækari afleiðingar má gera ráð fyrir að þau hafi á líkamsstarfseminu að öðru leyti. Háþrýstingur og sjúkdómar í hjarta og æðakerfi eru þess vegna mun algengari meðal þeirra sem eru með alvarlegan kæfisvefn. Þeir eru einnig í margfalt meiri hættu að lenda í umferðar- eða vinnuslysum.

### Úrræði

Áður en ákvörðun er tekin um meðferð er nauðsynlegt að viðkomandi fari í rannsókn þar sem fylgst er með öndun og súrefnismettun yfir heila nótt. Á grundvelli þess má sjá á hvaða stigi sjúkdómurinn er og ráðleggja meðferð í samræmi við það, ef á þarf að halda. Munið að áfengisneysla, notkun svefnlyfja og vansvefn geta aukið mjög kæfisvefnseinkennin. Einnig er nauðsynlegt

að halda líkamsþyngd í skefjum. Margar rannsóknir benda til þess að þyngdaraukning leiði til þess að kæfisvefn versni mikið og að með megrun nái margir sjúklingar talsverðum bata. Í sumum tilfellum getur meðferð hjá háls-, nef- og eyrnalækni leitt til varanlegs árangurs.

### Notkun öndunarvélar

Algengasta meðferðin við alvarlegum kæfisvefni en notkun öndunarvélar þar sem með aðstoð loftblásara er aukinn þrýstingur á innöndunarlofti. Sjúklingur sefur þá með grímu tengda við öndunarvél. Áður en sjúklingur sofnar er það síðasta sem hann gerir að setja á sig slíkan búnað sem hann fjarlægir svo strax að morgni þegar hann vaknar. Með aðstoð loftblástursins er komið í veg fyrir öndunarhlé, sjúklingurinn sefur eðlilega, hvílist og finnur ekki fyrir dagsyfju. Fylgikvillar kæfisvefns, s.s. háþrýstingur, verða oft viðráðanlegri. Á áttunda hundrað einstaklinga á Íslandi nota slíkan öndunar- búnað þegar þeir sofa.

### Hvenær á að leita læknis?

Fullorðnir með sögu um hávæðar hrotur, öndunarhlé, óvæðan svefn og syfju eða þreytu að deginum ættu að ráðfæra sig við lækni vegna möguleika á kæfisvefni. Einkum ef þeir eru með háþrýsting eða hjarta- og æðasjúkdóma. Jafnvel þó viðkomandi sofi einn og viti þ.a.l. lítið um eigin hrotur, en er með veruleg einkenni syfju að deginum, þá er full ástæða til að ráðfæra sig við lækni. Ef eingöngu um hávæðar hrotur að ræða, en ekki öndunarstopp, engin óþægindi vegna óeðlilegrar dagsyfju og hjartasjúkdómar ekki til staðar, þá er tæpast ástæða til nætur- rannsóknar af læknisfræðilegum ástæðum. Stundum geta þó þau félagslegu óþægindi sem fylgja hávæðum hrotum valdið því að viðkomandi vill ráðfæra sig við lækni. ■

Heimildir: Grein um Kæfisvefn eftir Þórarín Gíslason lækni birt á [www.persona.is](http://www.persona.is) og Fræðslubæklingur um kæfisvefn gefinn út af SÍBS deildinni á Vífisstöðum

Í BRENNIDEPLI

# Svefnvana nútímakonur

Fá minni svefn en mæður þeirra

Nýbakaðar mæður í dag fá 30% minni svefn og þjást fremur af streitu en þeirra eigin mæður á sjöunda og áttunda áratugnum ef marka má könnun sem gerð var í Bretlandi nýverið og sagt var frá á vefsíðu The Guardian í júnímánuði. Í ljós kom að nútíma ungbörn vakna að meðaltali þrisvar á nóttu og það tekur um 33 mínútur að svæfa þau aftur meðan börn næstu kynslóðar fyrir ofan vöknuðu tvisvar á nóttu og voru komin aftur í ró á 20 mínútum.



## Að niðurlotum komnir

Nútíma foreldrar eru því að niðurlotum komnir vegna svefnskorts. Venjuleg nýbörkuð móðir fær einungis þriggja og hálf tíma órofinn svefn á nóttu samanborið við fimm tíma svefn þeirra sem voru nýbakaðar mæður á sjöunda og áttunda áratugnum. Tveir þriðju af nútímamæðrunum sögðust vera skapvondar af þessum sökum, 61% voru grátgjarnar, 57% gleymnar og 37% þunglyndar. Helmingur þeirra sagðist vera á barmi örvæntingar sökum svefnleysis og yfirgnæfandi meirihluti eða 84% fullyrtu að ef þær ættu þess kost kysu þær fremur svefn en kynlíf.

## Stressaðar í vinnunni

Mæður sem komu til baka eftir barnsburð í fulla vinnu sögðust vera stressaðar og 77% sögðu að svefnleysið skerti vinnugetuna. Helmingi kvennanna fannst yfirmaður sinn ekki hafa skilning á að þær væru þreyttar. Næstum ein af hverjum fimm þurfti að taka sér frí úr vinnu sökum þreytu og streitu. Meira en tveir þriðju mæðrana kváðust sakna barnanna meðan þær væru í vinnunni og 46% kysu að vera heimavinnandi ef þær ættu þess kost. Vinnandi feður reyndust einnig finna fyrir álagi. Tveimur þriðju fannst svefnleysið truflaði vinnuna. Samt sem áður voru það aðeins 19% feðrana sem fóru á fætur á hverri nóttu til að hjálpa til við barnið og 46% fóru aldrei fram úr.

## Breytt hegðunarmynstur foreldra

Þetta eru niðurstöðurnar könnunar sem náði annarsvegar til 2000 nýbakaðra foreldra og hinsvegar til 2000 manns sem eignuðust börn sín á sjöunda og áttunda áratugnum. Könnunin var fjármögnuð af tímaritinu Mother & Baby og bleyjuframleiðandanum Pampers. Reynt var að rannsaka hvort aukinn órói smábarna gæti orsakast af breyttri hegðun og viðhorfum foreldra. Ýmislegt bendir í þá átt. Það tekur nútímaforeldri að meðaltali 56 mínútur að svæfa barn sitt að kvöldi – helmingi lengri tíma en það tók að svæfa þau sjálf á sínum tíma.

Á árunum milli 1960 og 80, höfðu 80% mæðra ákveðna reglu á hvenær barnið færi að sofa, eftir að farið var í bað og borðað. Meira en helmingur setti barnið beint í rúmið, á meðan einn þriðji svæfði þau við brjóst eða pela. Aðeins 2% létu barnið sofna fyrir framan sjónvarpið. Í dag segjast 69% hafa ákveðna reglu á svefntíma barna sinna. Helmingur mæðra svæfir börn sín við brjóst eða pela, 40% notar snuð og 10% leyfa börnunum að sofna fyrir framan sjónvarpið. 16% fara með barnið í bíltúr til að svæfa það, en það er ráð sem varla þekktist fyrir 30 árum. 28% svæfa barnið með því að spila tónlist eða sögu af geisladiski.

Elena Dalrymple, ritstjóri Mother & Baby Magazine sagði í viðtali við The Guardian: „Útívinandi foreldrar í dag hafa allt of lítinn tíma til að sinna börnum sínum. Ákafi þeirra og stress við að koma börnunum í háttinn, svo þau geti haft svolítinn tíma útaf fyrir sig, kemur í veg fyrir að börnin sofni. Börnin smitast af óróleika foreldranna og geta ekki sofnað.“ ■

## Þarftu að vinna á frídegi verslunarmanna?



Frídagur verslunarmanna er stórhátíðardagur og þar af leiðandi lögbundinn frídagur. Með öðrum orðum ber fólki ekki skylda til að vinna þennan dag nema í þeim tilvikum að þeir starfi eftir kjarasamningi með vaktavinnu og fái veitt vetrarfrí á móti. Aðrir launþegar eiga undir öllum eðlilegum kringumstæðum rétt á að vera í frí þennan dag án skerðingar launa. Óski vinnuveitandi hins vegar eftir vinnuframlagi launþega og það er samþykkt þarf að greiða aukalega fyrir það vinnuframlag. Launþeginn heldur sínum föstu launum sbr. ofangreint og á að auki að fá greitt tímakaup með stórhátíðarálagi fyrir þá tíma sem unnir eru þennan dag.



Í BRENNIDEPLI

# Lesið í konur og karla

Ræður þú krossgátur? Lestu þér til ánægju? Hvernig gekk þér að læra að lesa? Hvernig eru minningar þínar um lestrarnámið? Mundir þú treysta þér til að skrifa formlegt kvörtunarbréf til hins opinbera? Sendir þú sms? Lestu leiðbeiningar? Heldurðu dagbók? Bloggar þú? Treystir þú þér til að skrifa grein í dagblað? Hvernig gengur þér að

leita eftir stafrófsröð? Þarna má sjá örlítið brot af þeim spurningum sem leitað var svara við í rannsókn greinarhöfunda á læsi og lestrarvenjum fullorðinna. Markmið rannsóknarinnar var þríþætt; að fá viðmið fyrir lestrarpróf fyrir fullorðið fólk, að kanna lestrarvenjur og að skoða samband lestrarfærni og lestrarvenja.

Texti: **Elísabet Arnardóttir,**

talmeinafræðingur á Reykjalundi

**Guðmundur B. Kristmundsson,**

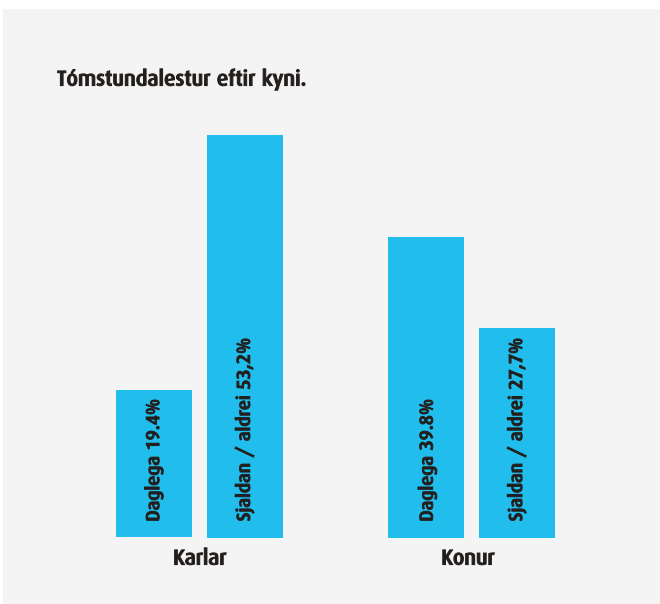
dósent í Kennaraháskóla Íslands

## Leitað til fólks á vinnustöðum

Ákveðið var að leita til stórra fyrirtækja og stofnana til að fá þátttakendur og beina sjónum þar með eingöngu að fólki á vinnumarkaði. Má segja að hentisjónarmið hafi ráðið þar að einhverju leyti för, því ekki er auðvelt að fá stóran hóp fólks til að taka þátt í rannsókn sem þessari. Rannsakendur leituðu aðstoðar m.a. hjá Eflingu, Starfsafli og Fræðslumiðstöð atvinnulífsins. Undirtektir voru mjög góðar, bæði hjá ofangreindum aðilum og þeim fyrirtækjum og stofnunum sem leitað var til. Þar var um að ræða flutningafyrirtæki, olíufyrirtæki, þjónustustofnanir og fyrirtæki á fjarskiptamarkaði. Prófað var á höfuðborgarsvæðinu, á Akureyri og í Vestmannaeyjum. Fyrirtækin voru heimsótt á tímabilinu mars-júlí 2004. Prófun hvers þátttakanda tók yfirleitt 20-30 mínútur og fól í sér viðtal sem byggðist á spurningalista og lestrarprófi. Rætt var við alls 321 þátttakanda á aldrinum 17 til 70 ára, 139 karla og 182 konur. Karlarnir virtust heldur tregari til að mæta í lestrarpróf og rabba um lestur og ritun en konurnar, hverju sem það nú sætir. Einhver kom með þá skýringu í spaugi að þetta stafaði af „frammistöðukvíða“ karla.

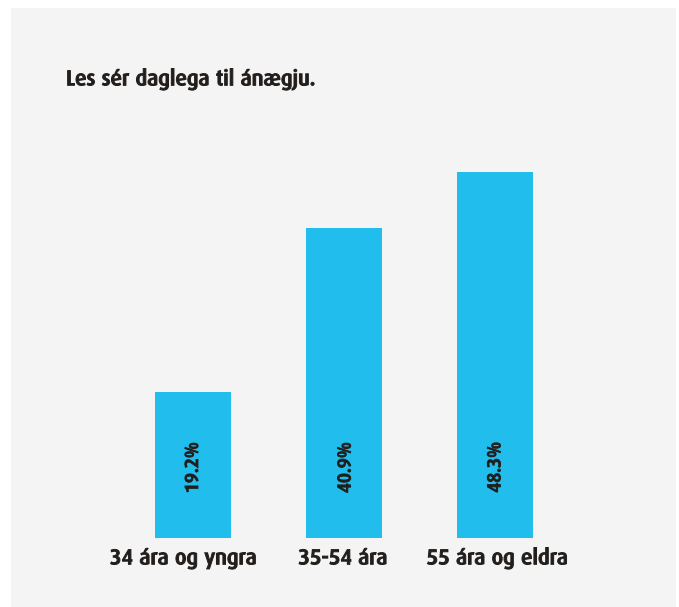
## Mikill munur á lestri karla og kvenna

Athygli vekur að töluvert bil er á milli kynjanna í mörgum þáttum sem tengjast lestrarvenjum. Konur lesa til að mynda meira og velja sér annað efni en karlar.



Þátttakendur voru spurðir nokkurra spurninga um tómstundalestur og hve oft þeir gripu lesefni og læsu eingöngu sér til ánægju. Þá er ekki átt við stutta texta eins og fréttir í dagblöðum heldur bækur eða lengri greinar. Mikill munur er á tómstundalestri karla og kvenna, konur virðast mun duglegri að lesa sér til ánægju en karlar. Sama kynjamun má greina í bóklestri barna og unglunga samkvæmt ýmsum rannsóknum hér á landi og í nágrannalöndum okkar.

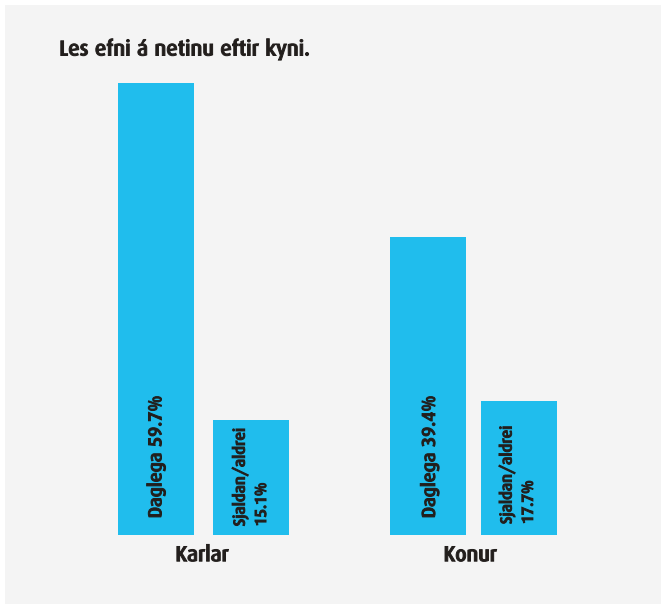
## Skiptir aldur og menntun máli þegar kemur að því að grípa í bók?



Mikill munur kemur fram eftir aldri hvort lestur er hluti af tómstundum fólks – hinir eldri lesa meira en hinir yngri. Ef til vill hefur yngsti hópurinn öðrum hnöppum að hneppa í lífinu. Spyrja mætti hvort þetta tengist þessum kynslóðum og yngsti hópurinn verði áfram lítið fyrir að lesa í tómstundum. Það vitum við auðvitað ekki. En það er umhugsunarvert að sú kynslóð á yngstu börnin og þá er komið að áhrifum fjölskyldu á lestrarnám og lestrarvenjur barna, en margir fræðimenn telja að þar gegni heimilin lykilhlutverki. Í rannsókninni kom einnig fram að þeir sem hafa háskólamenntun virðast mun líklegri til að lesa í tómstundum en þeir sem eru með grunnmenntun eða framhaldsskóla/iðnmenntun. [Frh. á næstu síðu >>](#)

## Rafrænn lestur eftir kyni

Á undanförunum áratug hefur orðið gjörbylting á aðgangi að alls kyns lesefni á rafrænu formi. Nú má heita að þorri fólks hafi aðgang að tölvu og meirihluti þeirra tengdur neti. Því var við hæfi að kanna hvernig lestri á þess konar miðlum er háttað. Niðurstöður eru mjög í samræmi við það sem ætla má. Hlutverk tölvunnar er orðið verulegt þegar kemur að lestri og hjá sumum er hún helsta uppspretta lesefnis og hvati til ritunar.



Hér má sjá að karlarnir virðast mun duglegri við að lesa á netinu en konur. Spyrja má hvort hér sé komið lesefni sem gæti átt þátt í að minnka gapið milli lestrarfærni drengja og stúlkna. Það er þó ómögulegt að segja á þessu stigi þar sem þessi breyting er nýleg og líklega ekki farin að hafa sýnileg áhrif. Það væri þó áhugavert að kanna áhrif þessa þar sem munur á læsi drengja og stúlkna er einna mestur hér á landi meðal þeirra þjóða sem taka þátt í fjölþjóðlegum rannsóknum á læsi.

## Lestur og starf

Í þessari rannsókn kemur fram að rúm 52% telja sig þurfa að lesa meira eða minna í viku hverri vinnu sinnar vegna, þ.e. efni tengt vinnu. Tæp 40% þurfa sjaldan á því að halda og einungis um 8% telja sig aldrei þurfa að grípa til lestrarunnáttu í vinnu. Niðurstöður eru mjög svipaðar hjá körlum og konum. Lestarfærni virðist því vera mikilvægur þáttur í starfsþæfni, en líklega ekki tittnefnd þegar auglýst er eftir starfsfólki. Í rannsókninni var þessi lestur ekki greindur frekar en áhugavert væri að kanna hann betur og hvers kyns efni starfsmenn þurfa að lesa.

## Fáeinir niðurstöður um ritun

Mjög athyglisvert er að tiltölulega margt fullorðið fólk virðist halda

dagbók og þar eru konur í miklum meirihluta, 23% kvenna sögðust halda dagbók og 6,5% karla. Var það ekki svo að stúlkur héldu frekar dagbók í skóla en piltar? Þá sem komnir eru af barnaldri rekur minni til þess, þó engin sé rannsóknin til að staðfesta það. Niðurstöðurnar benda einnig til þess að því meiri menntun sem fólk hafi, því minni líkur séu á að það haldi dagbók.

## Það er ekkert mál að skrifa grein í dagblað, eða hvað?

Um 40% allra þátttakenda höfðu skrifað grein í blað, minningargrein eða annað. Nær allir, þ.e. 92%, sögðust treysta sér til að skrifa grein um eitthvað sem þeim er hugleikið til birtingar í dagblaði. Þetta teljum við afar hátt hlutfall og mikilvægt að fólk virðist ekki vaxa í augum að tjá sig á prenti. Vafalaust eiga minningargreinar stóran hlut að máli, en slík ritun í blöð er séríslenskt fyrirbæri í þeim mikla mæli sem raun ber vitni.

## Að lokum

Hér hefur verið tæpt á örlitlu broti af niðurstöðum rannsóknar á lestrarvenjum fullorðinna. Það var sérlega lærdómsríkt og ánægjulegt að heimsækja fólk á fjölbreytilegum vinnstöðum, í kaffistofum, vöruhúsum, skrifstofum, lagerum og matsölum.

Rannsakendur eru afar þakklátir öllu því góða fólk sem lagði þeim lið – ekki hvað síst þeim liðlega þrjúhundruð manns sem gáfu sér tíma í dagsins önn til að setjast niður og spjalla um lestur og ritun – og taka lestrarpróf!

Hér koma að lokum nokkrar stiklur úr niðurstöðum og þær vísbendingar sem rannsóknin gefur:

- Konur fara oftar á bókasöfn og halda frekar dagbók en karlar.
- Konur lesa meira sér til afþreyingar (hefðbundinn lestur) en karlar. Þær skrifa líka frekar sér til ánægju en karlar; karlar nefndu frekar ritun vegna vinnu en konur.
- Karlar lesa mun meira af skjá en konur – rafrænn lestur virðist höfða betur til karla en kvenna.
- Fylgni er milli menntunar og tólmstundalestrar, háskólamenntaðir lesa frekar sér til afþreyingar en aðrir.
- Yngra fólk les minna sér til afþreyingar (hefðbundinn lestur) en eldra fólk, en á móti kemur mun meiri rafrænn lestur hjá yngri hópunum.
- Verulegur munur er á lestrarvenjum eftir aldri, kyni og menntun.
- Lestrar- og ritvenjur Íslendinga eru að breytast, hugsanlega mjög hratt. ■



## HITT OG ÞETTA

# Erlent samstarf 2005

VR tekur virkan þátt í erlendu samstarfi, bæði sjálfstætt og í gegnum Landssamband verzlunarmanna. Þannig eru sóttar upplýsingar og reynsla til annarra þjóða auk þess að miðla þangað okkar reynslu. Fjölmargin fundir og ráðstefnur eru haldnar í þessu samstarfi á ári hverju. Hér að neðan eru tíundaðir helstu atburðir í samstarfinu það sem af er árinu en auk þeirra hafa verið haldnir fjölmargin minni fundir.

### Höfuðborgaráráðstefnan

Á árlegri ráðstefnu verzlunarmannafélaga í höfuðborgum Norðurlandanna var fjallað um hvernig tölvukerfi nýtast til þjónusta og laða félagsmenn og vandamál samfara fækkunar í félögunum. Félögin bera saman bækur sínar um hverskyns vanda sem að steðjar á vinnumarkaði og draga lærdóm af. Rætt var m.a. um innkomu þýsku matvöruverslunarkeðjunnar Lidl til Norðurlandanna en Lidl átti í miklu stríði við verkalýðshreyfinguna í Finnlandi þar sem þeir námu fyrst land. Ráðstefnan var haldin Danmörku í júnímánuði.

### Nordisk Handel – öryggismál í brennidepli

Nordisk Handel hélt ársfund sinn í Noregi um miðjan apríl. Þar var fjallað um helstu breytingar, sem eru að verða í verslun í löndunum. Skýrslur um starfsemi sambandanna, lengdur afgreiðslutími og fjölþjóðaverslunar fyrirtæki voru fyrirferðarmest. Þá var haldin ráðstefna um öryggismál í Malmö í byrjun júní. Þar var fjallað vítt og breytt um ástand mála vegna ofbeldis og rána í verslunum. Í Malmö er áhugavert verkefni í gangi sem er samvinnuverkefni verzlunarmannafélaga, lögreglu, samtaka verzlunareigenda og fleiri aðila. Um 400 verslanir eru með í verkefninu sem felst m.a. í fræðslu um rán og ofbeldi og réttum viðbrögðum við slíku. Verslunin þarf að uppfylla þrettán skilyrði til að fá vottun sem örugg verslun. Til að fá slíka vottun þarf verslun að hafa ýmislegt á hreinu; til að mynda öryggisvörð,

brunaútgang, læsanlega kassa, að uppgjör fari fram í lokuðu herbergi, neyðarhnapp, neyðarútgang, skipulagðan flutning verðmæta og fleira. Mikill áhugi var meðal þjóðanna að taka upp samvinnu um slíkt vottunarkerfi og hefur VR fullan hug á að taka þátt í frekari samvinnu á þessu sviði.

### Ársfundur Nordisk Komité

Nordisk Komité hélt ársfund sinn í um miðjan júní í Danmörku. Skýrslur um starfsemi aðildarsambandanna, umræður um sameiningar, fækkun félagsmanna, áhrif stækkunar ESB og hnattvæðingar og undirbúningur undir þing UNI, sem haldið verður í ágúst, var meðal þess, sem rætt var. Nordisk Komité er samstarf Handel og Kontor í Danmörku og Noregi, Handels í Svíþjóð, PAM í Finnlandi og LÍV.

### Ráðstefna UNI-IBITS

Í júnímánuði þinguðu 14 fulltrúar frá UNI-IBITS í Reykjavík um nýliðun í stéttarfélögum. Fram kom m.a. á fundinum að ráðningar gegnum starfsmannaleigur og skammtímaráðningar fyrirtækja væri nú að verða æ algengari. Þá var rætt um þróun vinnuarkaðarins og áhrif alþjóðavæðingarinnar og leiðir til að efla stéttarfélögin í breyttu umhverfi nútímans.

### VR er aðili að eftirfarandi samtökum í gegnum LÍV:

- UNI sem eru samtök 15,5 milljóna félagsmanna í 900 landssamböndum og landsfélögum í 140 löndum.
- NK, Nordisk Komité, sem er samstarfsvettvangur landssambanda stéttarfélaga í þjónustu og verslun á Norðurlöndum.
- Nordisk Handel sem er samstarf landssambanda verzlunarmannafélaga á Norðurlöndum. Nordisk Handel var stofnað uppúr NK.
- UNI-IBITS Norden sem er vídtækt samstarf landssambanda stéttarfélaga í viðskipta- og tækniþjónustu.

## UTAN ÚR HEIMI

# Af Evrópuvettvangi

### Austurríki

Vinnuveitendur greiða lægra hlutfall í veikindarétti

Frá 1. janúar 2005 tók gildi ný reglugerð um það hlutfall sem vinnuveitendur greiða starfsmönnum í veikindum. Á þetta við fyrirtæki með 50 starfsmenn eða færri. Með þessu er verið að reyna að minnka byrði smærri og meðalstórra fyrirtækja þegar starfsmenn þeirra verða veikir. Þegar ellefta degi veikinda er náð borga fyrirtækin aðeins 50% veikindagreiðslna en tryggingafélög hin 50% fyrir allt að 42 veikindadaga á ári. Áður höfðu tryggingafélögin aðeins tekið þátt í greiðslunum í tilfellum vinnuslysa en ekki þegar um almenn veikindi var að ræða.

### Belgía

Kjarasamningar ganga hægt

Almennir kjarasamningar fyrir árin 2005 og 2006 ganga mjög hægt í Belgíu. Þegar loks voru komin drög að samkomulagi allsherjarkjarasamnings drögu stéttarfélög skrifstofufólks og járníðnaðarmanna aftur stuðning sinn við samkomulagið. Belgíska ríkisstjórnin greip því í taumana og setti á málamiðlunartillögu sem varð þess valdandi að nú vilja sum stéttarfélög ekki einu sinni ræða tillögurnar. Þau fáu félög sem gengist hafa undir málamiðlunina hafa verið að fá 4% - 4.5% launahækkunar á næstu tveimur árum.

### Eistland

Vinnuveitendur vilja breytingu á vinnuréttarlöggjöf vegna samúðarverkfalla

Samtök vinnuveitenda í Eistlandi hafa nýlega farið fram á það við félagsmálaráðherrann að hann hlutist til um breytingu á vinnuréttarlöggjöf landsins vegna samúðarverkfalla. Þykir þeim óljósar reglur um samúðarverkföll sem túlkuð hafa verið þannig að samúðarverkföll megi vara í allt að þrjú daga en að gefa verði vinnuveitendum þriggja daga aðvörðun áður en til verkfalls kemur. Meginrök vinnuveitenda eru þau að þetta ákvæði brjóti gegn ákvæðum um viðskiptafrelsi í stjórnarskrá landsins.

### Grikkland

Uppstokkun á almannatryggingum og lífeyrissjóðum

Í Grikklandi er nú mikið rætt um uppstokkun á kerfi almannatrygginga og lífeyrissjóða í landinu í kjölfar viðræðna um málið milli samtaka launafólks og ríkisvaldsins. Samkvæmt nýlegum rannsóknum á vegum Evrópusambandsins eru mjög slæmar horfur í lífeyrissjóðsmálum Grikkja þar sem margir lífeyrissjóðir munu ekki eiga fyrir skuldbindingum vegna hækkandi meðalaldurs þjóðarinnar. Gríðarlegur hallarekstur mun verða á stærsta lífeyrissjóði landsins (IKA) eftir árið 2017 ef ekkert verður að gert. Þær tvær úrbótaleiðir sem verið er að skoða eru hækkun eftirlaunaaldurs og að þrengri skorður verði settar við því að menn fari fyrir á eftirlaun.

Endurskoðun innflytjendalaganna

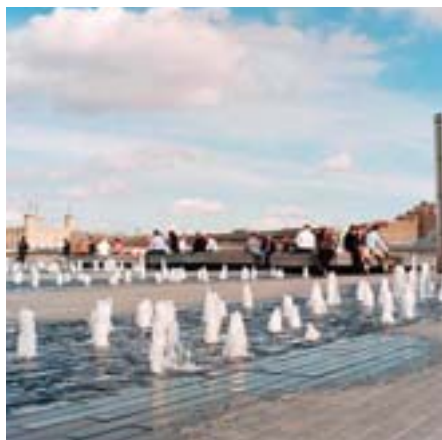
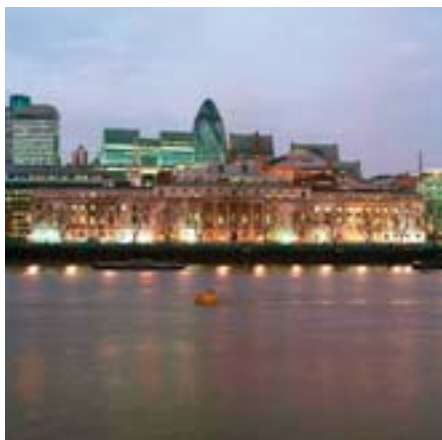
Gríska ríkisstjórnin hefur kynnt endurskoðun á innflytjendalögum landsins vegna mikils fjölda löglegra sem og ólöglegra innflytjenda. Áætlað er að um einn tíundi hluti alls vinnuafis landsins séu löglegir innflytjendur en að allt að 400 þúsund séu ólöglegir í landinu. Samkvæmt tillögnum, sem ætlað er að einfalda alla umsjón málaflöksins, verður dvalarleyfi og atvinnuleyfi steipt saman í eitt leyfi og sem gefið verður út af sveitarstjórnnum á hverjum stað í landinu. Munu leyfin gilda í tvö ár í stað eins árs eins og nú er. Þeir innflytjendur sem dvelja samfelld í 5 ár í landinu munu sjálfkrafa fá óbundið leyfi standist þeir próf í grísku, grískri sögu og menningu.

### Írland

Hækkun lágmarkslauna

Frá og með 1. maí 2005 voru lágmarkslaun í Írlandi hækkuð í 7.65 Evra (Ísk. 609) á klukkustund. Vinnuáráðherra landsins, Tony Killeen, varði þessa ákvörðun með þeim orðum að þessi hækkun kæmi láglaunafólki vel og þó sérstaklega yngra fólki og þeim sem vinna hlutastörf.





## Holland

### Fjölgun ólöglegs vinnuafls

Á fyrsta ársfjórðungi ársins 2005 hefur komist upp um meira ólöglegt vinnuafll á hollenskum vinnumarkaði heldur en allt árið í fyrra. Tekur þetta til fjórðungs stærstu atvinnuveganna. Vinnumálaráðuneytið hefur sektað fyrirtæki sem nemur 4 milljónum Evra (Ísk 318 milljónir) eftir að rannsóknaraðgerðir fóru fram á fyrstu þremur mánuðum ársins. Frá 1. janúar 2005 hefur Vinnumálaráðuneytið haft leyfi til að sekta strax fyrirtæki sem nota ólöglegt vinnuafll.

## Pólland

### Stórmarkaðir Tesco gera stéttarfélagssamning

Enska stórmarkaðakeðjan Tesco hefur gert kjarasamning við pólska stéttarfélagið Solidarnosc. Í samningnum er tíundað hvernig Solidarnosc kemur að málum launamanna hjá Tesco og einnig er tiltekið hvernig háttáð er samskiptum við yfirmenn og framkvæmd mála í þeim verslunum Tesco sem eru á svæðum sem ekki hafa sérstök starfandi stéttarfélög í þessum geira. Báðir aðilar eru sammála um að launamenn eigi rétt á að halda fundi og að ágreiningsmál skuli leyst með friðsömum hætti samræðna.

### Ásakanir á hendur stórmörkuðum

Öfugt við stöðu mála hjá Tesco stórmörkuðunum í Póllandi eru dæmi um að nokkrar stórmarkaðakeðjur í landinu hafi brotið á réttindum starfsmanna sinna. Samkvæmt rannsókn vinnumálaráðuneytis eru reglur um vinnutíma og heilsu- og öryggisreglur brotnar í stórmörkuðum Kaufland keðjunnar. Dæmi eru um fölsun vinnuskýrsla til þess að þurfa ekki að greiða yfirvinnu og þurftu starfsmenn vinnumálaráðuneytisins stundum að vinna að rannsókninni að næturlagi og með aðstoð videoupptökutækja!

## Spánn

### Nýr allsherjarkjarasamningur í burðarliðum

Ríkisvaldið auk stéttarféлага og samtaka vinnuveitenda vinna nú á næstu vikum að gerð allsherjarkjarasamnings á Spáni. Vonast er til að drög að samkomulagi liggi fyrir í lok júlí. Aðal áherslan er að minnka samninga um tímabundnar ráðningar svo að uppsagnir verði ekki vinnuveitendum svo kostnaðarsamar eins og nú er, með því að auka jafnrétti á vinnumarkaði og með virkri stefnumótun.

## Svíþjóð

### Starfsmenn sveitarfélaga gera samninga

Náðst hefur samkomulag um kjör starfsmanna sveitarfélaga í Svíþjóð, bæði verkamanna og skrifstofumanna. Munu verkamenn fá 3% launahækkun á ári næstu tvö ár en skrifstofumenn 2% nema lægst launuðu skrifstofumennirnir sem fá 2.5% á ári.

## Þýskaland

### Kjaraviðræðum við sveitarfélög slitið

Þann 25. apríl sl. var tilkynnt að kjaraviðræður stéttarféлага og sveitarfélaga í Þýskalandi hefðu mistekist. Meginágreiningsefnið er vinnutími starfsmanna en stéttarfélagin vilja ekki ræða frekari sveigjanleika til þess að hægt sé að lengja vinnutímann meira en nú er. Venjuleg vinnuvika er nú 38.5 stundir en sveitarfélög vildu setja 40 stundir sem þak í reglum um sveigjanlegan vinnutíma. Á sumum svæðum hefur óviss staða og samningsleysi valdið því að starfsmenn sumra sveitarfélaga verða að vinna lengri vinnutíma, sumir allt að 42 stundir á viku.

# Krossgáta

	GREC- IN	ALDA ORSAK	OSHR	KANGI GREIN- IR	NAFN- HATTAR- MERKI	FYR- HFOR	DAINN	FORMA
ARB- BÆR								1
EIN- FALD- AR				22				
GES- VON- SKA	20				LONBAR- EININGA VESKI			
LUÐ				KVEN- NAFN PUNANS		21		
MERAR- NAFNS				27		FOÐFA- URNA		REKJ- AN
HESTUR DAÐAR STEINIR	24			SKOR- ÞVA ÞGUR				14
DRYKK TKLA			19		KONA NAUT			
TÓN- VERK- IN				BHNA- FEMD RULA			16	FALINN
HRIN- AN				STÖÐU MTOG		33		4
STEINN- INN				8 TRÉ SÖGU- BUR- UR				
SYLL KVEN- DVA	12				NOKKR- IR		KOM- UMST VIÐ	VASK- AN
KVEN- NAFN		7		REYNTA SKAÐ EFTIR- TEXTA			9	
SVIK				SVIP- MÓTIÐ ÐOR				24
RÁKIR				F'RT KVEN- NAFN		15	RÖSK ÞRÁ- SIÐUR	
FLAT- IR + DEILU- STARK		31			2		BLÖÐ- MÖR	
REKSHI			32	ÞALSI TKEINIR STÖR				11
UM- RÖTS DIED		24			TALT FRETTA- STOFA			SKELL- ÓFFAR
KLAKI				SORFID AL- MENN- ING		13		SNEMMA GERA TIL
FÉLAG			30	KONIST KARL- FUGLAR			25	
DAINN					17	ÞVAD- UR VÆR		
ÞESA- FENG- IN				RAN- FUGL- AR	10		STIA KORN- LJAR	
SUÐA AMBOB				BLÖMA JURT			28	FEDA
GELTI			18					ÞHREIN- EMDI UTAN
ARGARA		23						
ARGAR ÞING- AÐAL								5



## Verðlauna- krossgáta kr. 8000

Lausn krossgátunnar í orlofsblaðinu var málshátturinn: „Enginn hefur með orðum einum veginn verið”. Um fimmhundrað lausnir bárust að þessu sinni en það var **Anna María Bryde** sem hreppti vinninginn að upphæð krónur 8.000. Anna María hefur starfað hjá Pennanum í um það bil níttján ár. Hún er nú í fæðingarorlofi en hún eignaðist sitt fyrsta barn á fyrsta degi ársins. Hún snýr aftur til starfa í haust. VR blaðið óskar henni hjartanlega til hamingju.

Lausnin í krossgátunni hér til hliðar er einnig málsháttur. Síðasti móttökudagur lausna er 20. ágúst nk. Vinsamlegast látið kennitölu fylgja og skrifið „krossgáta” utan á um-slag-ið.

Utanáskriftin er: VR-blaðið, Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7, 103 Reykjavík. Einnig er hægt að senda lausnina á [vr@vr.is](mailto:vr@vr.is)

## MENNTUN

# Rafrænt viðskiptaumhverfi

## VR fær styrk til að efla tölvulæsi félagsmanna

VR hefur um nokkurt skeið tekið þátt í stýrihóp verkefnis sem nefnt hefur verið Tilraunasamfélag fyrir rafræn viðskipti. Markmið verkefnisins er að skapa skilvirkt, rafrænt viðskiptaumhverfi – tilraunasamfélag sem þjónar sem viðskiptalíkan fyrir önnur Evrópulönd. Markmið VR í verkefninu er að bæta samkeppnisaðstöðu félagsmanna sinna og gera þá hæfari í nútímasamfélagi.

Hlutverk stýrihóps verkefnisins er að leggja línur um hvernig ná megi fram markmiðum um rafrænt íslenskt viðskiptasamfélag og skipuleggja framkvæmd verkefnisins. Auk VR hefur Staðlaráð Íslands tekið þátt í verkefninu.

### Styrkur í höfn

Sótt var um styrk til verkefnisins, að frumkvæði VR, til Leonardo starfsmenntaáætlunar Evrópusambandsins en verkefnið snýst í raun um að efla tölvulæsi meðal almennings. Að umsókninni standa fulltrúar frá Íslandi auk aðila frá Eistlandi, Finnlandi, Rúmeníu og Svíþjóð. Töluvert starf fór fram til undirbúnings fyrir styrkumsóknina og er styrkurinn loks í höfn. Framlag Leonardo til verkefnisins verður því ríflega 27 milljónir króna.

### Leonardo starfsmenntaáætlunin

Starfsmenntaáætluninni er ætlað að styrkja og ýta undir ný viðhorf í stefnumótun og framkvæmd starfsmenntunar í þrjátíu Evrópulöndum. Þróun starfsmenntunar er mikilvægur hluti þeirrar áætlunar ESB að það verði öflugasta þekkingarhagkerfi heims árið 2010. Því til stuðnings hefur ESB lagt til vettvang til að stuðla að aukinni menntun íbúa Evrópusambandsins eða Leonardo da Vinci starfsmenntaáætlun-ina. (Sjá vefsíðu Landsskrifstofu Leonardó á Íslandi [www.leonardo.is](http://www.leonardo.is))



### Auknar kröfur um menntun félagsmanna

Með þátttöku VR þessu verkefni teljum við að hægt verði að bregðast við auknum kröfum um menntun félagsmanna okkar á sviði rafrænna viðskipta og undirbúa þá fyrir framtíðina; þ.e. að efla tölvulæsi félagsmanna. Mat VR á verkefninu er að hægt verði að meta þarfir fólks sem stundar rafræn viðskipti fyrir endurmenntun. Þannig verði unnt að stuðla að virkri þátttöku og aukinni starfsánægju og auðvelda innleiðingu rafrænna samskipta.

### Uppbygging námsins

Stefnt er að því að uppbygging námsins verði hugsuð með þarfir fyrirtækja og starfsmanna í huga. Námið fari fram á vinnustöðunum sjálfum og tengist beint umhverfi hvers og eins. Til þess að afmarka verkefnið er fyrst horft til þeirra aðila sem eru milliliðir milli framleiðanda og smásöluaðila. Afrakstur þessa þáttar verður síðan heimfærður upp á aðrar starfsstettir og starfsgreinar. Gengið verður frá samningum við málsaðila í haust og hefst þá vinna skv. verkáætlun. ■

# HÉR ER GOTT AÐ VINNA

## FYRIRMYNDARFYRIRTÆKI (MINNI)

- Tandur hf.** Hvammi 12, 110 Rey ..... 510 1200  
- Fax ..... 510 1201  
- Netfang ..... tandur@tandur.is  
- Vefang ..... www.tandur.is
- Sensa** Lynghóli 4, 110 Rey ..... 414 1400  
- Fax ..... 414 1440  
- Vefang ..... www.sensa.is
- Árdegi ehf (Noa Noa)** Kringslóti 8, 103 Rey ..... 811 1380
- Globus** Skúlavogi 11, 104 Rey ..... 522 3500  
- Fax ..... 522 3550  
- Netfang ..... globus@globus.is
- Momentum** greiðslu- og innviðmáttjófnun  
Draugötu 7, 101 Rey ..... 510 7700  
- Fax ..... 510 7710  
- Netfang ..... momentum@momentum.is  
- Vefang ..... www.momentum.is
- ABS-fjölmíðlahús** Laugavegi 58, 101 Rey ..... 510 8700  
- Fax ..... 510 8701  
- Netfang ..... jmjphenn@aps.is  
- Vefang ..... www.absmidja.is
- Hagvangur** ráðningaþjónusta, Skólavéðri 12, 105 Rey ..... 520 4700  
- Netfang ..... radninga@hagvangur.is  
- Vefang ..... www.hagvangur.is
- Bílaumboðið Askja** Laugavegi 170, 105 Rey ..... 590 2100  
- Fax ..... 590 2199  
- Netfang ..... askja@askja.is  
- Vefang ..... www.askja.is
- Íslenska umboðssalan** Kirkjubáti 5T, 110 Rey ..... 590 1900  
- Fax aðfangar og umboðssala ..... 590 1990  
- Netfang ..... islenka@isa.is
- Miðbaugur** Akralind 8, 201 Kóp ..... 544 8822  
- Fax ..... 544 8833
- A&P Árnason** orkusala og vörumerkjavernd, Elstæði 5, 103 Rey ..... 540 0200  
- Fax ..... 540 0201  
- Netfang ..... ap@ap.is  
- Vefang ..... www.ap.is
- Allied Domecq Spirits & Wine Ísland ehf**  
Tunguhóli 11, 103 Rey ..... 522 2700
- EnnEmm auglýsingastofa** Bráutarhóli 10, 105 Rey ..... 570 8700  
- Netfang ..... ennemm@ennemm.is  
- Vefang ..... www.ennemm.is
- Draumahús** ísleigissala, Mókinn 4, 108 Rey ..... 530 1800  
- Netfang ..... draumahus@draumahus.is  
- Vefang ..... www.draumahus.is
- Rolf Johansen & Co.** Skúlavogi 10a, 104 Rey ..... 595 8700  
- Fax ..... 595 8750  
- Netfang ..... rj@rjc.is  
- Vefang ..... www.rjc.is
- Meba** úr- og skrangjapæntun, Kringslóti 4-12, 103 Rey ..... 503 1199
- Helisa ehf** Sundaborg 1, 104 Rey ..... 533 3232  
- Fax ..... 533 3233
- VR** Kringslóti 7, 103 Rey ..... 510 1700  
- Fax ..... 510 1717  
- Netfang ..... vr@vr.is  
- Vefang ..... www.vr.is
- Rafteikning** Suðurlandsbraut 4, 108 Rey ..... 520 1700  
- Fax ..... 520 1701  
- Netfang ..... r@rafteikning.is  
- Vefang ..... www.rafteikning.is
- Hvítá húsið** auglýsingastofa, Bráutarhóli 8, 105 Rey ..... 562 1177  
- Fax ..... 562 1185  
- Netfang ..... hvitahusid@hvitahusid.is  
- Vefang ..... www.hvitahusid.is



### MERKI UM GÓÐAN VINNUSTAÐ

20 efstu fyrirtæki í hvorum flokki hjóta nafnbótina Fyrirmyndarfyrirtæki VR árið 2005.

## FYRIRMYNDARFYRIRTÆKI (STÆRRI)

- Hönnun hf.** Gröndaborg 1, 108 Rey ..... 510 4000  
- Fax ..... 510 4001  
- Netfang ..... honnun@honnun.is  
- Vefang ..... www.honnun.is
- Daniel Ólafsson ehf** Skúlavogi 3, 104 Rey ..... 580 6600  
- Fax ..... 580 6666  
- Vefang ..... www.danot.is
- Securitas** Síðumúli 23, 108 Rey ..... 580 7000  
- Fax ..... 580 7070  
- Vefang ..... www.securitas.is
- Deloitte** Síðumúli 23, 110 Rey ..... 580 3000  
- Fax ..... 580 3001  
- Vefang ..... www.deloitte.is
- Össur** Gyðihóli 5, 110 Rey ..... 515 1300  
- Fax ..... 515 1368  
- Netfang ..... ossur@ossur.com  
- Vefang ..... www.ossur.com
- Anza** Ármúli 31, 108 Rey ..... 522 5000  
- Netfang ..... anza@anza.is  
- Vefang ..... www.anza.is
- Marel** Austurhauni 9, 210 Gar ..... 563 8000  
- Fax ..... 563 8001  
- Netfang ..... info@marl.is  
- Vefang ..... www.marel.is
- Háskólinn í Reykjavík** Ólafshóli 2, 103 Rey ..... 599 8200  
- Fax ..... 599 8201  
- Netfang ..... ru@ru.is  
- Vefang ..... www.ru.is
- Íslensk erfðagreining** Sturlugtu 8, 101 Rey ..... 570 1900  
- Fax ..... 570 1903  
- Vefang ..... www.dncode.is
- Oliuverzlun Íslands** Sundagörfum 2, 104 Rey ..... 515 1000  
- Þjónustumáttöld fax ..... 515 1110  
- Netfang ..... oia@oia.is  
- Vefang ..... www.oia.is
- Vífilfell** Suðlahóli 1, 110 Rey ..... 525 2500  
- Fax ..... 525 2600  
- Vefang ..... www.vifilfel.is
- ISS Ísland** Ármúli 40, 108 Rey ..... 580 0600  
- Fax ..... 580 0666  
- Netfang ..... issa@iss.is  
- Vefang ..... www.iss.is
- Hjartavernd** Hlutfærni 1, 201 Kóp ..... 535 1800  
- Fax ..... 535 1801  
- Netfang ..... hf@hjartavernd.is  
- Vefang ..... www.hjarta.is
- Bífreiðar og landbúnaðarvélar** Gyðihóli 1-3, 110 Rey ..... 575 1200  
- Fax ..... 575 1300  
- Netfang ..... bj@bj.is  
- Vefang ..... www.bj.is
- Edda útgáfa** Suðurlandsbraut 12, 108 Rey ..... 522 3000  
- Fax ..... 522 3022  
- Netfang ..... edda@edda.is  
- Vefang ..... www.edda.is
- KPMG Endurskoðun** Bjarneyri 27, 105 Rey ..... 545 8000  
- Fax ..... 545 8001  
- Netfang ..... reykjavik@kpmg.is  
- Vefang ..... www.kpmg.is
- Hugur** Gyðihóli 5, 110 Rey ..... 540 3000  
- Fax ..... 540 3001  
- Netfang ..... hjgruuta@hugur.is  
- Vefang ..... www.hugur.is
- Íslandsflug** Hlíðsmári 15, 210 Kóp ..... 570 8030  
- Fax ..... 570 8031  
- Netfang ..... islandflug@islandsflug.is  
- Vefang ..... www.islandsflug.is
- Arion verðbréfavarsla** Ármúli 13, 108 Rey ..... 528 2800  
- Fax ..... 528 2929  
- Vefang ..... www.arion.is
- Verkfræðistofa Sigurðar Thoroddsen** Ármúli 4, 108 Rey ..... 569 5000  
- Fax ..... 569 5010  
- Netfang ..... vt@vt.is  
- Vefang ..... www.vt.is

# FYRIRTÆKI ÁRSINS 2005

40 fyrirtæki hlutu nafnbótina Fyrirmyndarfyrirtæki VR árið 2005 í könnun VR og Gallup um kjör starfsfólka í um 2000 fyrirtækjum. Yfir 10.000 starfsmenn tóku þátt í könnuninni í ár. Sigurvegararnir eru **Tandur** í flokki minni fyrirtækja og **Hönnun** í flokki stærra fyrirtækja. Við hjá VR óskum vinningshöfnum öllum til hamingju og hvetjum alla til að lita eftir merki Fyrirmyndarfyrirtækja VR við val á vinnustað.

Fyrirmyndarfyrirtæki VR standa sig vell!

Finndu þinn vinnustað og allar niðurstöðurnar á vefnum okkar:  
[www.vr.is](http://www.vr.is)

Starf okkar  
eflir  
þitt starf

# VR