

02
2025

VR BLAÐIÐ

BLAÐSÍÐA 8

Kvennaár
2025

BLAÐSÍÐA 18

Kosið um
fyrirkomulag styrkja

BLAÐSÍÐA 20

Verðbólgan
og stýrivextir

BLAÐSÍÐA 35

LÍV þing
2025



FÉLAGSMÁL

- 3 LEIÐARI
- 4 FRÉTTIR
- 22 NÁMSKEIÐ OG FYRIRLESTRAR
- 24 VORKAFFI ELDRI VR FÉLAGA
- 33 FYRIRTÆKI ÁRSINS 2025
- 34 AF VETTVANGI LÍV
- 35 ÞING LÍV
- 36 TRÚNAÐARMAÐURINN
- 38 KROSSGÁTAN
- 39 SUDOKU ÞRAUT

KVENNAÁR 2025

- 8 HVERS VEGNA?
- GREIN EFTIR HÖLLU GUNNARSDÓTTUR, FORMANN VR
- 10 JAFNRÉTTI Í VR
- 13 FÉLAGSKONUR Í VR SPURÐAR
- 17 HLÆÐVARP – KONUR Í VR

KJARAMÁL

- 6 ÞÚ ÁTT RÉTT Á LAUNAVIÐTALI
- 18 KOSIÐ UM FYRIRKOMULAG STYRKJA
- 20 VERÐBÓLGAN OG STÝRIVEXTIR
- 37 DEILD LEIÐSÖGUFÓLKS Í VR

STARFSMENNTAMÁL

- 26 STARFSÞRÓUN
- 27 ÞRJÁR LEIÐIR TIL AÐ SÆKJA UM Í STARFSMENNTASJÓÐI VR/LÍV
- 28 FAGNÁM VERSLUNAR OG ÞJÓNUSTU
- 31 ÁTTIN 10 ÁRA
- 32 RÆKTUM VITIÐ HELDUR ÁFRAM

02 2025 VR BLAÐIÐ



Forsíðumyndin er frá fyrsta kvennafrídegnum, 24. október 1975. Fengin frá Ljósmyndasafni Reykjavíkur.

VR BLAÐIÐ

2. tbl. 48. árgangur október 2025

Hús verslunarinnar
Kringlan 7
103 Reykjavík
Sími 510 1700
vr@vr.is
vr.is

Ábyrgðarmaður
Halla Gunnarsdóttir

Ritstjóri
Fjóla Helgadóttir

Ritstjórn
Aðalheiður Rán Þrastardóttir
Fjóla Helgadóttir
Sandra Ósk Jóhannsdóttir
Steinunn Böðvardsdóttir

Umbrot og útlit
Reynir Albert Þórólfsson

Ljósmyndir
Birgir Ísleifur
Reynir Albert Þórólfsson
Tómas Bolli Hafþórsson

Prentun
Prentmet Oddi

Upplag
13.682

Stjórn VR
Halla Gunnarsdóttir, formaður
Ólafur Reimar Gunnarsson, varaformaður
Kristjana Þorbjörg Jónsdóttir, ritari
Andrea Rut Pálsdóttir
Bjarni Þór Sigurðsson
Diljá Ámundadóttir Zoega
Harpa Sævarsdóttir
Jennifer Schröder
Jónas Yngvi Ásgrímsson
Karl F. Hilmarsson Thorarensen
Selma Björk Grétarsdóttir
Sigríður Lovísa Jónsdóttir
Stýrmir Jökull Einarsson
Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir
Tómas Gabriel Benjamin
Þórir Hilmarsson



VR blaðið er Svansvottaður prentgripur.

KJARASAMNINGAR, AÐHALDSVEGFERÐ STJÓRNVALDA, FRÍÐUR OG JAFNRÉTTI

Nú í septemberlok voru forsendur kjarasamninga teknar til skoðunar í samræmi við forsenduákvæði samninganna. Þótt kjarasamningar hafi verið samþykktir með ýmsum væntingum um samstillt átak þá ná hin eiginlegu forsenduákvæði eingöngu til verðbólguælinga annars vegar og hins vegar þess að stjórnvöld standi við gefin loforð um lagabreytingar. Önnur atriði, á borð við lækkun stýrivaxta, hömlur á gjaldskrárhækkanir sveitarfélaga og takmarkanir á verðhækkunum fyrirtækja, eru ekkert í eiginlegar forsendur kjarasamninga og geta því ekki orðið til þess að slíta samningum. Því miður, myndu sumir segja, enda virðist ekkert lát á hávaxtastefnunnis sem slígar launafólkgögnir stóðu til að yrði snúið frá við undirritun kjarasamninga.

Stjórnvöld hafa að mestu staðið við sitt þegarkemur að lagabreytingum að undanskildum breytingum sem varða vexti á námslánunum. Þegar námslánakerfinu var breytt fyrir nokkrum árum var mikill lúðrablastur í kringum þá aðgerð að hluti námslána gæti orðið að styrk að námi loknu. Hins vegar fór minna fyrir umræðu um þá breytingu að vöxtum nýrra námslána hefði svo gott sem verið breytt í markaðsvexti, í stað gömlu lánanna sem voru verðtryggð lágvaxtalán. Ríkið gefur og ríkið tekur um leið.

AÐFÖR AÐ ATVINNULEYSISTRÝGGINGUM

Þrátt fyrir að stjórnvöld standi að mestu við gefin fyrirheit um lagabreytingar þá streyma nú frá þeim aðgerðir sem eru beinlínis andstæðar því loforði að leggja ekki auknar álögur á launafólk. Einna grófusteraðförið að atvinnuleysistrýggingakerfinu þar sem stjórnvöld hafatekið einhliða ákvörðun um að stytta tímabil atvinnuleysistrýgginga um heilt ár og lengja ávinnslutímabilið í tólf mánuði. Þetta fer gegn því jafnvægi sem hefur ríkt á vinnumarkaði, það er að atvinnurekendur hafi sveigjanleika (m.ö.o. geti ríkið fólk óþarflega auðveldlega) en launafólk hafi góðar atvinnuleysistrýggingar. Rökstuðningur stjórnvalda hefur verið afar haldlítill. Hvergi hefur verið bent á þörfina á þessum aðgerðum en í staðinn sett fram gamalkunn loforð um virkniúrræði, loforð sem hafa verið gefin milljón sinnum áður.

Stjórnvöld hafa líka ákveðið einhliða að núlla jöfnunarframlag til lífeyrissjóða vegna örorkubyrði, frysta barnabætur, skerða húsnæðisbætur, stöðva séreignarsparnaðarúrræðið í nýverandi mynd án þess að nokkuð komi í staðinn og auka kostnað fólks við að leita til læknis. Einnig á að draga úr ráðningavernd opinberra starfsmanna og þar er sama samráðsleysið á ferð.

NIÐURSKURÐARSTEFNA: HÆTTULEG HUGMYND

Með niðurskurði og lakari réttindum launafólks, samhliða hávaxtastefnunni, vonast stjórnvöld til að geta komið efnahagnum á réttan kjöl, dregið úr vaxtakostnaði og ýtt undir hagvöxt. Þessari hugmynd, sem var eitt sinn vinsæl meðal tiltekinnar hagfræðinga, hefur hins vegar farnast afskaplega illa í raunheiminum. Í bók sinni *Austerity: history of a dangerous idea* (Niðurskurðarstefna: saga hættulegrar hugmynda) rekur hagfræðiprófessorinn Mark Blyth hvernig



niðurskurðarstefna hefur mistekist í gegnum tíðina. Hún hafi einmitt leitt til stöðunar og jafnvel samdráttar og aukins ójöfnuðar, auk þess að reynast gríðarlega kostnaðarsöm. Á endanum er það almennt launafólk sem ber þyngstar byrðar í gegnum kjararýrnun, aukna skattbyrði, gjaldhækkanir og verðhækkanir. Um leið er mikilvægum framfaramálum slegið á frest og það er nánast glæpsamlegt nú þegar allir innviðir landsins láta á sjá og húsnæðismáleru í lamasessi. Því er full ástæða til að vara við „aðhaldsvegferð“ stjórnvalda. Hún mun reynast launafólki og samfélaginu í heild sinni dýrkeypt.

ÞJÓÐ GEGN ÞJÓÐARMORÐI

Þegar þetta er ritað er fallett haustveður í Reykjavík. Laufin eru byrjuð að gulna lítillega, sólin skín og úti er kyrrð sem er einstök fyrir þennan árstíma. Sú blessun að búa við frið er ekki allra og heldur ekki sjálfsgöð. Heimspólitíkíner ógnvekjandi. Ekkert láter á stríðsrekstri Rússa í Úkraínu og stofnanir Sameinuðu þjóðanna hafa nú fjarlægt orðið „líklegt“ úr orðsambandinu, „líklegt þjóðarmorð“ til að lýsa þeim hryllingi sem á sér stað í Palestínu.

Í september tók VR þátt í samstöðufundi undir yfirskriftinni Þjóð gegn þjóðarmorði þar sem hátt í tvö hundruð félagasamtök störfuðu saman til að tryggja sem breiðasta samstöðu meðal þjóðarinnar til stuðnings Palestínu. Til eru þau sem telja að stéttarfélög eigi ekki að skipta sér af þjóðarmorði eða öðrum ófriði. Það er sjónarmið sem ég berr virðingufyrir og tekalvarlega. Hins vegar er það líka svo að vöndur hlutir gerast þegar gott fólk situr hjá. Verkalýðshreyfingin hefur alltaf látið sig friðarmál varða og með þátttöku í samstöðufundinum göngum við í takt með stéttarfélögum og heildarsamtökum á Íslandi og hinni alþjóðlegu verkalýðshreyfingu sem er í beinum tengslum við samtök launafólks á svæðinu. Við erum stolt af því að vera hluti af alþjóðlegri hreyfingu sem hefur alltaf talað máli friðar, réttlætis og réttinda launafólks.

FIMMTÍU ÁR FRÁ KVENNAFRÍ

Haustið markar tímamót í íslensku samfélagi en nú eru liðin fimmtíu ár frá því að konur lögðu í fyrsta sinn niður launuð og ólaunuð störf og kröfðust virðingar og jafnréttis. Mikið vatn hefur runnið til sjávar síðan en margar eru kröfurnar enn í fullu gildi. Í tilefni af kvennaári réðst VR í gerð hlaðvarpsþátta þar sem rætt er við félagskonur í VR um stöðu jafnréttismála, reynslu þeirra og skoðanir. Það er gileglegthversu mikið hefur áunnist á síðustu áratugum og hversu meðvitaðar konur af ólíkum kynslóðum eru um mikilvægi þeirrar baráttu sem háð var fyrir fimmtíu árum. Almennt finnst konum þær hafa ágætt pláss inni á vinnustöðum og þótt kynjamisréttið leynist enn víða þá er miklu meiri meðvitund um það en áður og almennari vilji til að uppræta það. Ég hvet félaga til að hlusta á þessa hlaðvarpsþætti og öðlast bæði innsýn og innblástur.

Við höldum baráttunni fyrir jafnrétti og efnahagslegu réttlæti ótrauð áfram! [VR](#)

TJALDSVÆÐI VR Í MIÐHÚSASKÓGI LOKAR

Tjaldsvæði VR í Miðhúsaskógi hefur verið vinsælt hjá félagsfólki í sumar enda aðstaða þar góð fyrir tjöld og ferðavagna. Nú hefur tjaldsvæðinu verið lokað fyrir veturinn og vill VR þakka félagsfólki kærlega fyrir góða umgengni um svæðið í sumar!



NIÐURGREIÐSLA Á FERÐAVÖGNUM

VR félagar geta tekið á leigu tjaldvagna, fellihýsi, húsbíla eða hjólhýsi af viðurkenndum leiguaðilum og fengið niðurgreiðslu frá VR gegn framvísun kvittunar. Niðurgreiðslan er 5.000 kr. pr. nótt en þó að hámarki sex nætur fyrir hvert orlofstímabil, hámarksendurgreiðsla er því 30.000 kr. Greitt er eftir að dvöl lýkur gegn fullri greiðslu fyrir vagninn, leigutímabil þarf að koma fram á kvittun.

Umsókn um niðurgreiðslu á ferðavagni er að finna á [Mínum síðum](#).



RAFRÆNIR FYRIRLESTRAR Á MÍNUM SÍÐUM

Á **Mínum síðum á vr.is** geta VR félagar horft á ýmsa áhugaverða fyrirlestra. VR leggur áherslu á að bjóða upp á fyrirlestra sem gagnast félagsfólki til að bæta vellíðan, ná árangri í starfi eða auka færni sína á ýmsum sviðum. Gott er að fylgjast með viðburðadagatalinu á vr.is.



ÞING LÍV HALDIÐ Í LOK OKTÓBER

34. þing Landssambands íslenskra verzlunarmanna verður haldið í Reykjavík dagana 30. -31. október næstkomandi. Yfirskrift þingsins er „Styrkur til framtíðar“ þar sem gervigreind verður með annars til umfjöllunar. VR á 89 fulltrúa á þinginu.

Við hvetjum félagsfólk til þess að fylgjast með fréttum af þinginu og starfsemi LÍV á [landssamband.is](#)





VR BÝÐUR FÉLAGSFÓLKI SÍNU STARFSÞRÓUNAR-RÁÐGJÖF

VR heldur áfram að bjóða félagsfólki sínu starfsþróunarráðgjöf eins og síðastliðinn vetur. Starfsþróunarráðgjöfin er í umsjón náms- og starfsráðgjafa hjá Mími símenntun. Viðtölin eru félagsfólki að kostnaðarlausu og fer skráning fram á Mínum síðum á vr.is. Viðtölin eru til þess fallin að veita stuðning og upplýsingar um mögulegar leiðir til frekari starfsþróunar.

Með starfsþróun er átt við mikilvægi þess að vaxa og þróast í starfi. Áherslan er ekki endilega á að skipta um starfsvettvang eða breyta verkefnum heldur fyrst og fremst að móta nýjar aðferðir við að sinna núverandi starfi og verkefnum í síbreytilegu umhverfi og kynna sér þær leiðir sem í boði eru.

Við hvetjum félagsfólk einnig til að kanna hvort verkfærin á Starfsþróunarsíðu VR á vr.is geti nýst í starfsþróunarvegferð þeirra sem stefna að og hafa áhuga á slíkri framþróun.

VR BÝÐUR UPP Á SKÓLAKYNNINGAR

VR býður áfram upp á skólakynningar fyrir útskriftarhópa í grunn- og framhaldsskólum. Markmið skólakynninganna er að kynna fyrir nemendum helstu réttindi og skyldur á vinnumarkaði. Í kynningunni er farið yfir helstu grunnþætti sem mikilvægt er að ungt fólk þekki þegar það fer út á vinnumarkaðinn sem og hvaða hlutverki stéttarfélagin gegna og þjónustuna sem þau veita. Forsvarsmenn skóla geta fengið frekari upplýsingar og bókakynningu með því að hringja í þjónustuver VR í síma 510 1700 eða sent tölvupóst á sandra@vr.is



MUNDU EFTIR FÉLAGSGJALDINU!

Að mörgu er að hyggja þegar fólk missir vinnuna og það getur skipt sköpum fyrir VR félaga að halda áfram að greiða til félagsins. Með því varðveitast áunnin réttindi t.d. í VR varasjóði, starfsmenntasjóðum og Sjúkrasjóði VR. Í umsóknarferlinu um atvinnuleysisbætur þarf því að gæta þess að merkja við VR í sérstöku boxi svo félagsgjaldinu sé skilað til stéttarfélagsins af atvinnuleysisbótum.

Athugið að þegar félagsgjöld hafa ekki borist vegna síðustu sex mánaða falla öll réttindi í starfsmenntasjóði niður. Réttindi í Sjúkrasjóði tapast einnig ef félagsgjöld halda ekki áfram að berast af atvinnuleysisbótum.

Ef VR félagi fær nú þegar greiddar atvinnuleysisbætur og er óviss um hvort verið sé að greiða félagsgjöld til VR er einfalt mál að skrá sig inn á Mínar síður hjá Vinnumálastofnun, velja persónuupplýsingar og bankaupplýsingar, lífeyrissjóður og stéttarfélag og sjá þannig hvort verið sé að greiða til VR. Ef gleymst hefur að merkja við VR í boxinu þar sem stéttarfélag er valið getur VR félagi breytt skráningunni sjálfur þarna undir.

Atvinnuleitendur sem þegar voru félagar í VR þegar þeir misstu vinnuna geta áfram greitt til félagsins af atvinnuleysisbótum og viðhaldið þannig réttindum sínum í sjóðum VR. Hafi atvinnuleitendur ekki verið félagar í VR við upphaf atvinnuleysisbótagreiðslna skulu þeir hafa greitt félagsgjald til VR að lágmarki í 36 mánuði á síðustu 5 árum fyrir umsókn atvinnuleysisbóta til að eiga rétt á því að greiða til félagsins og skapa sér þannig réttindi á ný.

Nánari upplýsingar má finna á undir „Lög og reglugerðir“ á vr.is. Einnig er hægt að hafa samband við þjónustuver VR í síma 510-1700.



ÞÚ ÁTT RÉTT Á LAUNAVIÐTALI

Um árabíl hefur launaviðtal verið kjarasamningsbundinn réttur VR-félaga en árið 2000 voru ákvæði um persónubundin laun og launaviðtöl tekin upp. Persónubundin laun eiga að endurspeglar menntun og hæfni og samræmast þeirri ábyrgð sem fylgir starfinu. Það segir þó kannski ekki mikið um hver laun hvers og eins „ættu“ að vera og því er mikilvægt að undirbúa sig vel áður en farið er í launaviðtal.

Hér koma nokkur góð ráð sem hjálpa þér að ná markmiðum þínum.

MARKAÐSVIRÐI ÞITT

Áður en farið er í launaviðtal þarf fólk að hafa einhverja hugmynd um eftir hverju það sækist. Þar sem laun á almennum markaði eru ekki föst í launataxta er gott að vita hvað annað fólk á svipuðum stað fær í laun fyrir starf sitt. Gott er þá að taka upp „tólið“ og heyra í félögum í svipaðri stöðu og kanna hvort vilji sé til að ræða málefnið. Við vitum þó að upphæð launa er oft feimnismál á Íslandi en sökum þess útbjó VR reiknivéleryggistáspálíkans reiknar út launabil fyrir ákveðið starf. Reiknivélin tekur mið af starfsaldri, lífaldri, hvort fólk hafi mannaforráð, menntunarstigi og í hvaða geira og starfi fólk vinnur. Launaspána má sjá á Mínun síðum á vr.is. Til að móta hugmynd sína um hversu mikla launahækkun fólk hyggst reyna að sækja er því gott á að byrja að skoða launaspána.

MARKMIÐASETNING

Settu þér raunhæf markmið. Þú missir trúverðugleikann ef þú biður um óeðlilega launafjárhæð, hvort sem hún er allt of lág eða há. Veltu fyrir þér hvaða niðurstöðu þú myndir sætta þig við. Ertu að leita eftir launahækkun eða stöðuhækkun? Hvar sérðu þig eftir fimm ár? Með því að hafa skýr markmið nærðu lengra.

SJÁLFSSKOÐUN

Það er undir þér komið að sýna að þú verðskuldir það sem þú vilt semja um. Skoðuðu stöðu þína og reyndu að meta styrkleika þína og veikleika og jafnframt hvaða tækifæri þú hefur. Hvert er framlag þitt? Hvernig stendurðu þig í vinnunni? Hvar og hvernig nýtist reynsla þín og kunnátta best? Hvernig geturðu styrkt þig sem starfskraft? Þarftu á endurmenntun að halda? Skráðu hjá þér viðfangsefni þín og vinnuframlag til lengritímalítið. Skoðuðu stöðu samningsaðila þíns og vinnuumhverfið.

SÍMENNTUN

Símenntun starfsfólks er nauðsynleg til að viðhalda þekkingu þess og markaðsvirði á vinnumarkaði. Allt mælir með aukinni menntun fólks á vinnumarkaði. Fólknærbetritökum á starfinu, það veitir betri þjónustu, verður ánægðara í starfi og öðlast meira sjálfstraust. Gættu þess að skrá hjá þér öll námskeið sem þú sækir því þetta hefur jákvæð áhrif á þjónustu eða framleiðni fyrirtækisins. Það gerir samningsstöðu þína sterkari í viðtalinu.

„GÆS“

Hugsaðu um „GÆS“; ég get, ég ætla, ég skal. Hafðu trú á þér, annars hefur atvinnurekandinn það ekki. Þú þarft að sannfæra hann um að þú sért verðug/ur/t og ef þér finnst þig skorta sjálfstraust er fjöldi sjálfstyrkingarnámskeiða í boði, m.a. hjá VR og fræðsluadílum.

SAMNINGATÆKNI

Tileinkaðu þér samningatækni og æfðu þig í henni. Reyndu að halda samningaviðræðunum á faglegum grundvelli og ekki verða of tilfinningasöm/-samur/-samt. Til að ná sem bestum árangri geturðu þurft að sýna sveigjanleika sem getur verið báðum til góða. Bestu samningarnir eru þegar báðir aðilar „græða“.

TÍMASETNING

Mikilvægt er að huga að því hvenær best sé að tala við stjórnendur um launaviðtalið. Það getur t.d. verið slæmt að ræða launahækkun ef nýlegir ársreikningar hafa komið illa út. Þá borgar sig að bíða aðeins. Pantaðu tíma hjá yfirmanni með nokkurra daga fyrirvara svo hann geti einnig undirbúið sig.

ÆFÐU ÞIG

Árangur í launaviðtali byggist á góðum undirbúningi en ekki síður þjálfun. Fáðu einhvern sem þú treystir vel til að fara með þér í hlutverkaleik og æfðu þig, hvað þú ætlar að segja og hvernig þú vilt koma því frá þér.

ÆFINGIN SKAPAR MEISTARANN

Að fá neitun getur verið lærdómsríkt. Ekki hræðast höfnun því neigetur verið leið að jái. Að viðtalinu loknu skaltu skrá hjá þér hvað fór vel og hvað hefði betur mátt fara. Byrjaðu að undirbúa þig fyrir næsta viðtal með því að bæta frammistöðu þína og halda vinnudagbók.

AÐ TAKAST Á VIÐ KVÍÐA

Það er eðlilegt að finna fyrir streitueinkennum þegar maður fer í launaviðtal og sérstaklega ef það er í fyrsta sinn. Eftir því sem þú ert betur undirbúin/n/ð, því rólegri/-a og yfirvegaðri/a verður þú. Gott er að anda djúpt áður en maður fer í viðtalið og hugsa að stjórnandinn sé líka mannlegur og líklega pínulítið stressaður líka.

MUNDU AÐ LAUNAVIÐTALIÐ ÞARF EKKI EINGÖNGU AÐ SNÚAST UM LAUNIN ÞÍN ÞVÍ ÞAÐ ER EINNIG HÆGT AÐ SEMJA UM ANNARS KONAR ÁVINNING:

- Afslátt af vörum fyrirtækisins eða annarra fyrirtækja
- Aukið fæðingarorlof, hvort sem er í lengd eða viðbótargreiðslur
- Aukið orlof
- Árgjald í fagfélag
- Áskrift að tímaritum
- Barnagæslu
- Bensínstyrk
- Bílfreiðastyrk
- Fatastyrk
- Ferðastyrk
- Fjölbreytni í starfi
- Forkaupsréttindi á hlutabréfum
- Námsstyrk
- Peningabónus
- Símastyrk
- Slysa- og líftryggingu
- Stöðuhækkun
- Sveigjanlegan vinnutíma
- Tölvu á heimilið
- Vinnuaðstöðu

FRÉTTIR

ENDURNÝJUN ÁRGJALDS ÍBÚÐAFÉLAGSINS BLÆVAR

Nú er komið að endurnýjun árgjalds íbúðafélagsins Blævar og nær hún til þeirra sem skráðu sig á biðlista þegar skráning hófst í apríl 2024 og síðar. Tölvupóstur hefur verið sendur á þau sem þetta á við.

Til að viðhalda númeri á biðlistanum, farið inn á Mínar síður og smellið á „Greidda árgjald í íbúðafélagið Blæ“. Árgjaldið er 2.900 kr.

Þau sem óska ekki eftir að vera áfram á biðlistanum þurfa ekkert að gera og dettur skráning þeirra út.



ÆVINTÝRI Í JÓLASKÓGI MEÐ VR

VR gefur félagsfólki sínu tækifæri til að upplifa ævintýraferð í Jólaskógi í aðdraganda jólahátíðarinnar í ár. Félagssólk getur valið um að koma dagana 27., 28. og 29. nóvember en með því að dreifa skemmtuninni á nokkra daga gefst fleirum tækifæri til að njóta en ella.

Að sýningunni standa jolasveinar.is og hefur VR tryggt sýningar fyrir félagsfólk sitt á fyrirtöldum dagsetningum. Miðar verða seldir með afslætti og kostar miðinn einungis 500 kr. Miðasala hefst í lok október og verður sérstaklega auglýst á vef VR. Hámarks miðafjöldi fyrir hvern VR féлага er sex stk. Athugið að miðafjöldi er takmarkaður.

Ævintýri í Jólaskógi sýning þar sem áhorfendur ganga í litlum hópum um skóginn í Guðmundarlundi og hitta á ferðum sínum persónur úr uppáhaldsjóla fjölskyldu okkar Íslendinga, þau Grýlu, Leppalúða, jólasveinana og tröllasystkini þeirra. Sýningar hefjast á 10 mínútna fresti og byrja ekki fyrr en farið er að skyggja.

Gönguferðin tekur tæpan klukkutíma og að henni lokinni geta áhorfendur fengið mynd af sér með jólasveini auk þess sem boðið er upp á heitt kakó og piparkökur.

Áhorfendur eru beðnir um að klæða sig eftir veðri, koma vel skóaðir og með vasaljós en allt þetta er nauðsynlegt til að hægt sé að njóta sýningarinnar til hins ýtrasta.

Sýningin er hugsuð fyrir börn fjögurra ára og eldri en að sjálfsögðu eru öll velkomin. Athugið að gönguleiðin er þó ekki fær kerrum eða hjólastólum. Frítt er fyrir tveggja ára og yngri. Einnig er óskað eftir að hundar séu ekki með í för, bæði svo þeir trufla ekki sýninguna eða aðra gesti.



HVERS VEGNA?

Þegar konur unnu þrotlaust að undirbúningi kvennafrísins árið 1975 þurftu þær iðulega að svara einni spurningu: Hvers vegna? Þetta er reyndar spurning sem allir baráttuhópar fyrir mannréttindum þurfa að svara og þeim jafnvel legið á hálsi fyrir að há sína eigin baráttu, fremur en annarra. Slíkt er vanalega sett fram til að drepa málum á dreif og draga þrótt úr baráttufólki.

Kvennafrískonurnar áttu öll svörin og útbjuggu einblöðung undir yfyrskriftinni Hvers vegna kvennafrí? Á einblöðungnum, sem vistaður er hjá Kvennasögusafninu, segir meðal annars:

-Vegna þess að meðallaun kvenna við verslunar- og skrifstofustörf eru aðeins 73% af meðallaunum karla við sömu störf.

-Vegna þessað engin kona á sæti í aðalsamninganefnd Alþýðusambands Íslands.

-Vegna þessað kynferði umsækjendaræðu oft meira um stöðuveitingu en menntun og hæfni.

Þetta var ekki úr lausu lofti gripið. Vinnumarkaðurinn var í grunninn afar karllægur og það sama mátti segja um vettvang fyrir samninga á vinnumarkaði. Þrátt fyrir að lög um launajafnrétti hefðu verið í gildi í rúman áratug var launamisrétti útbreitt og af mörgum talið réttlætanlegt, nánast náttúrulegt.

VR LEIÐANDI Í BARÁTTU FYRIR LAUNAJAFNRÉTTI

Áratugum saman hefur VR sett launajafnrétti karla og kvenna á oddinn. Magnús L. Sveinsson, formaður VR til 22 ára, var ötull talsmaður gegn launamisrétti og þá ekki síst þeirri staðreynd að konur störfuðu á taxtalaunum sem jafnvel voru undir framfærslumörkum félagsmálastofnana en karlar nutu yfirborgana, bílahlunninda og greiðslna fyrir óunna yfirvinnu. Jafnlaunastaðall var lengi eitt af

baráttumálum VR og hann hefur átt ríkan þátt í að koma aga á launasetningu. VR lagði launakannanir fyrir félagsfólk í tæpatvo áratugi frá aldamótum en fyrstu árin sýndu þæ að launamunurinn jafngilti því að konur unnu launalaust einn mánuð á ári. Samkvæmt nýrri greiningu Hagstofunnar fyrir árið 2024 er óleiðréttur launamunur enn yfir 10% og töluvert meiri á almenna markaðnum en hjá hinu opinbera. Þetta eru umtalsverðar fjárhæðir. Ef miðað er við 800 þúsund króna laun eru þetta um 80 þúsund krónur á mánuði og þannig tæp milljón á ári. Yfir starfsævina hleypur upphæðin á tugum milljóna.

Í þessum efnum hefur alla tíð þótt vinsælt að útskýra allan launamun kynjanna í burtu, til dæmis þar sem konur vinna minna, takisíður ábyrgð eða velji sér störf sem eru illa launuð. Einfaldar skýringar eins og þessar eru blessunarlega á undanhaldi og rannsóknir sýna að sé ólaunuð vinna tekin í reikninginn séu konur almennt undir gríðarlega miklu vinnuálagi. Átaksverkefni VR um þriðju vaktina á árið 2021 dró enn fremur fram hina miklu hugrænu byrði sem konur bera.

ÖRORKA KVENNA ÁHYGGJUEFNI

Í nýlegri rannsókn Félagsvísindastofnunar, sem unnin var fyrir Tryggingastofnun, kemur fram að konur eru talsvert líklegri en karlar til að vera með örorku. Hlutfall kvenna yfir miðjum aldri með örorku er skuggalega hátt og í sumum árgöngum þiggur allt að því fjórða hver kona örorkulífeyrisgreiðslur. Þegar rýnt er í aðstæður þeirra í samanburði við konur sem ekki eru með örorku koma ýmsar hrollvekjandi staðreyndir í ljós. Til dæmis eru þær líklegri til að hafa:

- borið þunga umönnunarbyrði
- unnið erfið störf í vaktavinnu
- búið við meira fjárhagslegt óöryggi og húsnæðisóöryggi
- orðið fyrir ofbeldi
- átt í erfiðum samskiptum eða orðið fyrir andlegu ofbeldi á vinnustað

“Í þessum efnum hefur alla tíð þótt vinsælt að útskýra allan launamun kynjanna í burtu, til dæmis þar sem konur vinni minna, taki síður ábyrgð eða velji sér störf sem eru illa launuð.

Þessar tölur sýna að eldri kynslóðir kvenna bera þungar byrðar af kynjuðu og efnahagslegu óréttlæti sem þær hafa mátt búa við. Því miður er ekki ólíklegt að mælingar á stöðunni nú séu að einhverju leyti skakkar þar sem þær ná illa til kvenna af erlendum uppruna sem aftur eru líklegastar til að vinna erfið störf og langa daga, búa við efnahagslegt óöryggi og mæta mismunun á vinnustöðum.

INNFLYJTJENDUR GERÐIR AÐ BLÓRABÖGGLI

Á aðeins áratug hefur innflytjendum á Íslandi fjölgað úr rúmlega 7% í 18%. Innan VR hefur hlutfall félagsfólks með erlent ríkisfang ríflega fjórfaldast á sama tíma og er nú 18%. Þá er ótalið allt félagsfólk VR sem er með íslenskt ríkisfang en af erlendum uppruna. Samhliða fjölgun innflytjenda gætir þeirrar tilhneigingar meðal óþægilega margra stjórnmálaflokka að gera að flutt fólkað blóraböggli fyrir allt sem aflaga fer í þjóðfélaginu. Ríkisstjórnin hefur gert þennan málflutningaðsínunum og talar meðal annars um óstjórn í málaflokknum og lætur að því líggja að áskoranir innan bæði mennta- og heilbrigðisþjónustunnar séu öðru fremur vegna innflutnings fólks.

Þetta er í besta falli gróf einföldun á flóknum veruleika. Staðreyndin er sú að útlendingar, jafnt frá löndum innan sem utan EES, koma hér í langstærstum stíl til að vinna störf sem annað fólk fæst ekki til. Stórir atvinnuvegir, á borð við ferðaþjónustu og byggingariðnað, eru algjörlega háðir aðfluttu vinnuafli og hluti opinberrar þjónustu er það líka. Ef fjalla á um fjölda innflytjenda þarf að gera það í samhengi við atvinnulíf og uppbyggingu þess. Einföldun á stöðunni í pólitískum tilgangierljóturleikur sem hefur bein áhrif á einstaklinga og fjölskyldur sem hér búa og leggja mikið af mörkum til samfélagsins. Þar á meðal eru þúsundir úr röðum félagsfólks VR.

HVAÐ EF INNFLYJTJENDUR LEGÐU NIÐUR STÖRF?

Á dögnum kölluðum við í VR til fundar trúnaðarmenn og félaga í trúnaðarráði af erlendum uppruna til að ræða þessa stöðu og upplifun þeirra af umræðu og aðgerðum í innflytjendamálum. Á fundinum kom fram margt sem var óþægilega líkt því sem konur lýstu í íslensku samfélagi fyrir fimmtíu árum þegar efnt var til kvennafrís í fyrsta sinn. Mörg upplifa að þau hafi ekki sömu tækifæri til framgangs í starfi og fá mögulega lakari laun. Þau óttast að missa vinnuna og ná þá ekki endum saman í samfélagi þar sem húsnaðiskostnaður sligar þorra vinnandi fólks. Þau eiga minna stuðningsnet og geta ekki endilega treyst á að leita í hús foreldra, ættingja eða vina ef allt fer á versta veg. Fjárhagslegt óöryggi er fyrir vikið umtalsvert. Einnig kom fram að fólk með erlent eftirnafn, jafnvel sem er borið og barnfætt á Íslandi, hefur átt í erfiðleikum við atvinnuumsóknir en hefur gengið betur þegar það

notast við annað og „íslenskar“ eftirnafn. Sama umsókn með öðrunafni virðist líklegri til árangurs. Við það má bæta að sé til eitthvað sem heitir „aðalsamninganefnd ASÍ“, líkt og nefnt var á einblöðung kvennafrísins, þá væri það líklega hópur formanna landssambanda og stærstu aðildarfélaga ASÍ. Þar er enginn einstaklingur af erlendum uppruna.

Ekki er hægt að bera að öllu leyti saman stöðu kvenna, sem eru um helmingur þjóðfélagsins, og stöðu innflytjenda. Engu að síður er þessi samsvörun milli stöðu kvenna fyrir fimmtíu árum og stöðu innflytjenda nú á hugaverð. Ef fólk af erlendum uppruna á Íslandi legði niður störf einn dag myndi það fara langleiðina með að lama þjóðfélagið.

Þótt vissulega megi staldra við, huga að stöðunni og skipuleggja framtíðina þá er ekki hægt að snúa sveifinni til baka eins og skilja má af orðum sums stjórnmálafólks. Samfélagið hefur breyst og það kallar á nýja nálgun. Þess vegna er sláandi að framsæknin í málaflokknum sé ekki meiri en svo að nú eigi að skera niður fjármagn til íslenskukennslu fyrir útlendinga, þrátt fyrir að jafnt leiknir sem lærðir séu á einu máli um að íslenska sé helsti aðgöngumiðinn að samfélaginu.

TÖKUM VIÐ ALDREI UNDIR ÞAÐ!

Auðvitað eru til þeir hópar sem myndu vilja snúa sveifinni til baka og það langt. Samfélag einsleitinnar þjónaði ákveðnum þjóðfélagshópi sem fékk forgang í störf, sæti við samningaborðið og jafnvel heitan mat og uppábúið rúm án fyrirhafnar. Almennt er þó viðurkennt að jafnari þátttaka sé til góðs, bæði heima fyrir og í atvinnulífinu.

Nú þegar fimmtíu ár eru frá kvennafríi gera konur enn á ný kröfur og hafa gefið stjórnvöldum tíma fram til 24. október nk. til að bregðast við. Kröfurnar, sem eru birtar á vef kvennaárs, kvennaar.is, varða vanmat á kvennastörfum og launajafnrétti, ólaunaða vinnu kvenna og umönnunarábyrgð og kynbundið ofbeldi. Því þótt mikið vatn hafi runnið til sjávar er umtalsvert verk óunnið. Nú er sérstök áhersla lögð á þá hópa sem búa við margþætta mismunun, s.s. konur af erlendum uppruna, hinsegin konur, fatlaðar konur, láglaunakonur og heimilislausar konur.

Þegar horft er um öxl er 24. október 1975 málaður ákveðnum ljóma. Sjaldan heyrast raddir sem draga úr þýðingu þess dags og almennt samhljómur er um að kvennabaráttan hafi gert þjóðfélaginu gott. Það var hins vegar ekki endilega almennt viðhorf á þeim tíma og kvennabaráttukonur þurftu að sýna óþrjótandi þrek og staðfestu. Kannski er líka örlítið auðveldara að styðja réttindabaráttu fortíðar sem þegar hefur skilað sér en baráttuna sem á sér stað hér og nú. Þess vegna lýk ég þessum pistli á hvatningu til okkar allra að leggja vel við hlustir þegar konur hefja uppraustsína og líka þegar aðrir hópar samfélagsins, á borð við innflytjendur, hinsegin fólk og fatlað fólk, setja fram kröfur sínar. Fjölbreytnin er góð og réttindin eiga að vera allra, ekki bara sumra. Eða eins og segir í baráttulaginu fræga Áfram stelpur:

„Þó ýmsir vilji aftur á bak en aðrir standa í stað, tökum við aldrei undir það!“

Gleðilegt kvennaár! 



JAFNRÉTTI Í VR

Jafnrétti kynjanna á vinnumarkaði hefur verið eitt af helstu áherslumálum VR síðustu áratugi. Þó að margt hafi áunnist er ljóst að enn er langt í land að konur og karlar standi jafnfætis þegar kemur að launum og stöðu á vinnumarkaði. Hér stiklum við á stóru í sögu kvenna í VR og baráttunni fyrir jafnrétti, frá stofnun félagsins fyrir rúmum 130 árum.

Konurnar í forystunni

1891 – karlaklúbburinn VR

Verzlunarmannafélag Reykjavíkur var stofnað árið 1891. Stofnendur voru 33 karlmenn og var VR í raun lokaður karlaklúbbur fyrstu árin. Hverjum félagi var heimilt að bjóða með sér einum karlmanni á fundi VR og „hafa með sér kvenfólk öðru hvoru“ eins og fram kemur í sögu VR.

1900 – fyrsta konan í VR

Undir lok árs 1895 fengu VR-félagar heimild til að taka með sér eiginkonur sínar eða unnustur á almenna fundi en stjórnarsamþykkt þurfti til. Síðla árs 1900 gekk fyrsta konan í VR, Laura Hansen, og var aðildarumsókn hennar samþykkt á fundi stjórnar. Í upphafi árs 1901 var lögum félagsins breytt og kveðið var á um ótvíræðan rétt kvenna til að ganga í VR.

1973 – fyrsta konan í aðalstjórn VR

Aðalstjórn VR var lengi skipuð karlmönnum eingöngu en í sögu VR kemur fram að Kristjana M. Thorsteinsson hafi setið í varastjórn 1946 til 1947. Eftir að VR varð stéttarfélag launafólks eingöngu árið 1955 liðu sjö ár þar til Stella M. Jónsdóttir hlaut kosningu, í varastjórn til eins árs. Árið 1972 tók Kristín Aðalsteinsdóttir sæti í varastjórn og ári síðar var Auður R. Torfadóttir kosin fyrst kvenna í aðalstjórn. Þar með var ísinn brotinn og frá þeim tíma hafa konur alltaf átt sæti í aðalstjórn félagsins.

1975 – hlutfall kvenna

Í stjórn VR á kvennaárinu 1975 var ein kona í aðalstjórn VR og ein í varastjórn. Ári síðar voru þær orðnar fjórar í aðalstjórn. Nú er jafnt hlutfall kynjanna í aðal- og varastjórn en kosið er í einstaklingskosningu og sætum úthlutað á grunni kynjafléttu. Árið 1975 voru konur 59% félagsfólks en eru nú um 53%.

1983 – fyrsta konan sem varaformaður

Ingibjörg R. Guðmundsdóttir var fyrsta konan sem var kosin varaformaður stjórnar VR. Hún var jafnframt fyrsta konan til að gegna formennsku í Landssambandi ísl. verzlunarmanna.

2007 – jafnréttissjónarmið í kosningum

Árið 2007 voru samþykktar umfangsmiklar breytingar á lögum VR um kosningu forystunnar. Hluti stjórnar skyldi nú kosinn í einstaklingskosningu sem og formaður en áður var stjórnin öll kosin í listakosningu. Þá var í fyrsta skipti kveðið á um það í lögum félagsins að taka skyldi tillit til jafnréttissjónarmiða þegar skipað væri í stjórn.

2011 – kynjaflétta í stjórnarkosningum

Í kosningum árið 2011 var öll stjórnin kosin í einstaklingskosningu í fyrsta sinni sem og formaður. Þá var samþykkt kynjaflétta í stjórn þannig að gætt yrði jafnræðis þegar kæmi að kynjaskiptingu stjórnarfólks í kjölfar kosninga.

2013 – fyrsta konan í formennsku

Ólafía B. Rafnsdóttir var fyrsta konan sem var kosin formaður VR. Það var árið 2013, rúmlega 120 árum eftir að félagið var stofnað.

Halla Gunnarsdóttir, núverandi formaður, er þannig aðeins önnur konan sem veitir VR formennsku. Hún tók við undir lokárs 2024 og var síðan kosin til fjögurra ára á þessu ári, 134 árum eftir að félagið var stofnað. Alls hafa 35 einstaklingar gegnt formennsku í VR frá stofnun félagsins eða átta frá því VR varð stéttarfélag launafólks eingöngu árið 1955.

Helstu áfangar í jafnréttisbaráttunni

1966 – launajöfnun kynjanna

Árið 1961 tóku gildi lög sem kváðu á um að laun kvenna hækkuðu til jafns við laun karla, í áföngum frá 1962 til 1967. Launataxtar kynjanna á skrifstofu voru jafnir innan VR á þessum tíma en töluverður munur var á launatöxtum karla og kvenna við afgreiðslu. VR og atvinnurekendur sömdu um launajöfnun kynjanna í afgreiðslustörfum árið 1967 en sú ákvörðun gildi frá miðju ári 1966 eða nokkru fyrir en lögin sögðu til um.

1999 – VR greiðir 80% launa í fæðingarorlofi

Aðalfundur VR 1999 samþykkti að tryggja öllu félagsfólki 80% launa í fæðingarorlofi. Þessar greiðslur voru inntar af hendi til loka árs 2000 en í byrjun árs 2001 tóku gildi ný lög um fæðingar- og foreldraorlof. Um 800 VR-félagar fengu greiðslu í fæðingarorlofi frá félaginu á tímabilinu og nam upphæðin á þeim tíma 200 m.kr.

1999 – fyrsta jafnréttisauglýsingin

Árið 1999 birtí VR áhrifaríkasjónvarpsauglýsingu þar sem bent var á viðvarandi launamunkvenna og karla. Skilaboðin til kvenna voru þessi: „Hækkaðu launakröfurnar um 30%, þá ertu komin í sömu laun og karlmaður fengi fyrir sama starf.“

Frá þessum tíma hefur VR farið í fjölda herferða fyrir jafnrétti kynjanna sem margar hafa opnað augu almennings fyrir því ójafnrétti sem konur verða enn fyrir á vinnumarkaði. VR hefur beitt sér fyrir kynjajafnrétti í samfélaginu öllu enda er jafnrétti mál okkar allra sem hér búum.

2000 – fyrsta launakönnunin

VR gerði launakannanir meðal VR-félaga í tæpa tvo áratugi, frá 2000 til 2018. Laun kynjanna voru skoðuð sérstaklega og fjallað um niðurstöðurnar opinberlega. Launamunurinn samkvæmt þessari könnun fyrstu árin jafngilti því að konur ynnu launalaugar rúman mánuð á ári hverju, sé tekið mið af launum karlanna.

2000 – jafnréttisstefna VR

Árið 2000 leit jafnréttisstefna VR dagsins ljós og var hún birt á vefsíðu félagsins. Stefnan hefur síðan verið uppfærð og aðlöguð reglulega og tekur jafnt til jafnréttis og mannréttinda.

2001 – horft til ungra kvenna á vinnumarkaði

VR hefur nokkrum sinnum tekið þátt í samstarfsverkefnum sem miða að auknu jafnrétti kynjanna, meðal annars árið 2001 þegar gefinn var út bæklingur ætlaður ungum konum sem voru að stíga sín fyrstu skref á vinnumarkaði. Bæklingurinn var unninn í samstarfi við Háskóla Íslands, Jafnréttisstofu og fleiri aðila.

2001 – VR hlýtur jafnréttisviðurkenningu

Árið 2001 fékk VR jafnréttisviðurkenningu Jafnréttisráðs fyrir „sérstakt og eftirbreytnivert framtak í jafnréttismálum“. Þessi viðurkenning var til marks um þá áherslu sem félagið hafði lagt á jafnrétti kynjanna á vinnumarkaði árum saman og var félaginu dýrmæt.

2005 – jafnréttisár VR

Árið 2005 var helgað jafnréttisbaráttunni og var af því tilefni efnt til viðamikillar herferðar undir heitinu Ekki láta útlitið blekkja þig. Herferðin vakti athygli og mikið umtal í þjóðfélaginu.

2013 – jafnlaunavottun VR

Árið 2013 hleypti félagið af stokkunum Jafnlaunavottun VR sem var markvisst tækifyrir atvinnurekendurað uppfylla nýsamþykktan jafnlaunastaðal. Á þeim tíma var ekki í sjónmáli að nokkur annar aðili gæti brugðist skjótt við staðlinum en félagið taldi mikilvægt að fylgja eftir útgáfu hans með vottunarferli. VR afhenti síðustu fyrirtækjunum jafnlaunavottun árið 2017 en í upphafi árs 2018 tóku gildi lög sem kváðu á um jafnlaunavottun.

2021 – þriðja vaktin

Að tilstuðlan jafnréttisnefndar VR hratt félagið af stað herferðinni Þriðja vaktin á árinu 2021 sem vakti þjóðarathygli. Um fjöllumarefnið var ábyrgð og álag sem fylgir því sem kallað er þriðja vaktin og felur í sér n.k. framkvæmdastjórn heimilis. Konur standa þriðju vaktina að mestu leyti sem hefur áhrif á frama þeirra og starfsval. Þriðja vaktin var valið orð ársins meðal hlustenda Rásar tvö. Með þessari herferð hóf VR vitundarvakningu um verkaskiptingu á heimilum en þeirri umræðu er langt í frá lokið.

2023 – leikskólamálin í brennidepli

VR efndi til umræðu um leikskólamálin síðla árs 2023 í kjölfar viðamikilla breytinga á leikskólagjöldum sem Kópavogsbær innleiddi fyrstsveitarfélaga. Leikskólamáleru jafnréttismálaðmati VR. Kannanir sýna að konur axlamun meiri á byrgð en karlar þegar breytingar eru gerðar á skólakerfinu sem hafa áhrif á fjölskylduna, ekki síst í skólum yngstu barnanna.

2025 - jafnrétti fyrir öll

VR hefur á undanförnum árum margt stigið inn í stærri samfélagsmál með það í huga að vekja umræðu og koma af stað breytingum. Barátta VR fyrir auknu jafnrétti kynjanna á sér langa og kröftuga sögu innan félagsins. Hana má ekki síst rekja til jafnréttisnefnda VR í árunna rás. Nefndin hefur víkkað út áhrifasvið sitt og er nú jafnréttis- og mannréttindanefnd. Það er því ekki úr vegi að ljúka þessari samantekt með því að ítreka áherslu nefndarinnar á jafnrétti fyrir öll á vinnumarkaði óháð aldri, kyni, kynhneigð, kynvitund, kyneinkennum, þjóðerni, uppruna, litarafti, trú, fötun, stjórnmálaskoðunum eða annarri stöðu.

Heimildir:

Afmælisrit VR. Saga Verzlunarmannafélags Reykjavíkur frá 1891 - 1991. Lýður Björnsson, 1992.
Áfangar í kjarabaráttu Verzlunarmannafélags Reykjavíkur 1955 - 2003, Magnús L. Sveinsson, 2004.
Af moldargólfi í ólgusjó verkalyðsmála, endurminningar Magnúsar L. Sveinssonar, 2020.
Aðrar skriflegar heimildir VR, m.a. um skipan stjórnar frá 1955 til 2025 og skýrslur stjórnar félagsins.



ANDREA RUT PÁLSDÓTTIR, 26 ÁRA

HVAÐ DETTUR ÞÉR Í HUG ÞEGAR ÞÚ HEYRIR ORÐIÐ KVENNAFRÍDAGUR?

Fyrsta sem mér dettur í hug er samstaða. Tilhugsunin um það sem átti sér stað 24. október 1975 þegar þúsundir kvenna tóku sig saman og lögðu niður vinnu til að sýna fram á mikilvægi hlutverks síns í samfélaginu erótrúlega óflug og hvetjandi. Hér erum við, 50 árum síðar, tilbúin að standa áfram saman hvað varðar málefnið sem snertir okkur öll. Ég fyllist stolti af baráttuandanum sem hefur legið yfir samfélaginu okkar í öll þessi ár og mun aldrei deyta út.

HELDUR ÞÚ AÐ STRÁKAR OG STELPUREIGISÖMUM MÖGULEIKA/TÆKIFÆRI TIL MENNTUNAR OG STARFA Í FRAMTÍÐinni?

Ég trú því að einn daginn verðum við öll jöfn og kyn muni ekki skipta máli þegar kemur að menntun eða starfi, eða réttindum yfir höfuð. Við búum enn í samfélagi þar sem rótgrónar hugmyndir og staðalímyndir lifa. Þess vegna skiptir svogriðarlegum miklum málum við höldum áfram og berjumst fyrir réttindum. Við munum ná þeim fram. Mér finnst jákvætt að horfa á hversu langt við höfum náð á stuttum tíma og þess vegna er ég vongóð um að við náum enn lengra og alla leið. Einn daginn verða öll kyn jöfn og það mun gerast með samstöðu.

FINNST ÞÉR VERA MUNUR Á JAFNRÉTTISUMRÆÐUNNI HÉR Á ÍSLANDI OG ANNARS STAÐAR?

Já, mér finnst Ísland lengi hafa verið framarlega í jafnréttismálum og það er eitthvað sem við megum vera stolt af. Jafnréttisumræðan hér heima er orðin dýpri og nátengdari daglegu lífi. Við erum ekki bara að ræða launamun heldur ósýnilega álagið og margt fleira sem þarf að bæta. Umræðan hér er ekki bara í huga fólks heldur er hún sett fram í kröfum. Við ætlum að ná fram breytingum og okkur mun takast það.

HEFUR ÞÚ TEKID ÞÁTT Í KVENNAFRÍDEGINUM?

Já, en ég hef bara einu sinni gert það, held það hafi verið 2016 þegar ég var í Kvennó. Kvenkyns kennararnir mínir gengu út klukkan 14:38 og við fórum með á Austurvöll til að sýna samstöðu. Þetta var mögnuð upplifun. Ég er spennt að mæta aftur í ár og hvet öll þau sem geta að mæta! Stöndum saman!

HVAÐA ÞÝÐINGU TELUR ÞÚ AÐ KVENNAFRÍDAGURINN HAFI?

Kvennafrídagurinn er áminning um baráttuna sem við höfum staðið fyrir í mörg ár. Hann minnir okkur á hversu langt við erum komin en á sama tíma hversu langt er í land. Þrátt fyrir að við búum í landi þar sem ríkir formlegt kynjajafnrétti þá er vitað, og því miður oft álitit sjálfsagt, að laun kvenna og tækifæri séu ekki samkeppnishæf við karla. Á sama skapi standa konur oft þriðju vaktina sem er ólaunað andlegt álag sem heldur heimilinu og fjölskyldunnigangandi. Þriðjavaktin er mikilvægur þáttur í baráttunni. Kvennafrídagurinn minnir okkur á að jafnréttikrefst meira en laga. Það krefst raunverulegra breytinga, bæði heima og á vinnumarkaði.

HVAÐ VONAST ÞÚ TIL AÐ GERIST Á NÆSTU 50 ÁRUM?

Einfalt, á næstu 50 árum vil ég að jafnrétti sé sjálfsagt. Eftir 50 ár vil ég að kvennafrídagurinn sé sögulegur atburður, en ekki baráttumál, sem við höldum í heiðri til að fagna því að hafa náð markmiði okkar. [VR](#)



ERLA HALLDÓRSDÓTTIR, 69 ÁRA

HVAÐ DETTUR ÞÉR Í HUG ÞEGAR ÞÚ HEYRIR ORÐIÐ KVENNAFRÍDAGUR?

Fyrsta kvennafrídaginn fór ég aðeins niður á Lækjartorg og það er skemmtileg minning. Ég var 19 ára og þetta var fyrst og fremst frídagur! Þessi barátta fyrir jafnræði í vinnu/launum var eitthvað sem ég var ekki farin að átta mig á. Ég var bara ráðin á ákveðnum launum og samþykkti það. En þetta kom boltanum af stað.

HELDUR ÞÚ AÐ STRÁKAR OG STELPUR EIGIS ÖMUM MÖGULEIKA/TÆKIFÆRI TIL MENNTUNAR OG STARFA Í FRAMTÍÐINI?

Ég vona það. Þetta mjakast í rétta átt. Sérstaklega finnst mér gaman að sjá stelpur sem hafa sótt í „karlastörf“ sanna að þær geti þetta alveg. Dyr hafa opnast og stelpur orðið ákveðnari að sækja í það sem þær vilja.

FINNST ÞÉR VERA MUNUR Á JAFNRÉTTISUMRÆÐUNNI HÉR Á ÍSLANDI OG ANNARS STAÐAR?

Já, konur hér eru sjálfstæðari.

HEFUR ÞÚ TEKIÐ ÞÁTT Í KVENNAFRÍDEGINUM?

Já.

HVAÐA ÞÝÐINGU TELUR ÞÚ AÐ KVENNAFRÍDAGURINN HAFI?

Ég held hann ýti við þjóðfélaginu og þeim sem ráða. Margt hefur breyst á þessum 50 árum en ekki nóg. Við eigum sterkar konur, t.d. í opinberum störfum, sem hafa vakið eftirtekt erlendis fyrir sjálfstæði sitt. Við er tekið eftir því hversu margar konur eru í stjórnunarstörfum hérlandis. Svo þetta er allt að koma og ég held það sé hluti af þeim áhrifum sem kvennafrídagurinn hafði.

HVAÐ VONAST ÞÚ TIL AÐ GERIST Á NÆSTU 50 ÁRUM?

Að við höldum áfram. Þetta er ekki alveg komið.

HVERNIG VAR VIÐHORFIÐ TIL KVENNA Á VINNUMARKAÐI ÞEGAR ÞÚ BYRJAÐIR AÐ VINNA?

Ég bara hreinlega hugsaði ekki út í það á þeim tíma. Þetta var bara ekki tungumál sem maður þekkti. Ég byrjaði ung að vinna. Ég bara vann. Laun voru aldrei rædd, jafnvel eftir kvennafrídaginn. Það breyttist ekkert við það þá en þetta ýtti við manni. Sjálfstæðið kom með proska og reynslu og þá fór ég að hugsa meira um þetta viðhorf. Ég varð ákveðnari í að biðja um það sem mér fannst vera rétt fyrir mína vinnu. Viðhorfið hefur breyst og er það vel. Það má þakka þeim konum sem hafa rutt veginn.

HVAÐ FINNST ÞÉR HAFU BREYST Á SÍÐASTLIÐNUM 50 ÁRUM?

Að konur í dag þora meiru. Konum finnst bara sjálfstæði að sækja um þá vinnu sem þær vilja og hafa menntun/reynslu í. Það er frábært. Ég hef stundum rífað upp hvernig hitt og þetta var þegar ég byrjaði að vinna og fæ þá gjarna: „Var þetta áður en rafmagn var fundið upp?“ Svo já, það hefur margt breyst. 



JENNIFER SCHRÖDER, 35 ÁRA

HVAÐ DETTUR ÞÉR Í HUG ÞEGAR ÞÚ HEYRIR ORÐIÐ KVENNAFRÍDAGUR?

Dagur sem minnir samfélagið á hvað við konur gerum og stöndum fyrir. Dagur sem minnir okkur á að við erum enn ekki komin þangað sem við eigum að vera.

Dagur sem sameinar okkur í baráttunni fyrir jafnrétti.

HELDUR ÞÚ AÐ STRÁKAR OG STELPUR EIGI SÖMU MÖGULEIKA/TÆKIFÆRI TIL MENNTUNAR OG STARFA Í FRAMTÍÐinni?

Mér finnst við hafa sömu tækifæri þegar kemur að menntun hér á landi. Það sama á því miður ekki við á vinnumarkaði.

Flestarkonurtakasérfrírástörfum vegna meðgöngu og fæðingarorlofi sem aftur skilur eftir sig eyðu á ferilskránni sem atvinnurekendur geta notað sem afsökun fyrir því að borga minna vegna „minni reynslu“.

Við erum þó á réttri leið. Karlar taka oftar fæðingarorlof en flestar konur taka samt lengra orlof vegna meðgöngu, brjóstagjafar og þess háttar.

Mér finnst fæðingarorlofskerfið mjög gott þar sem það hvetur báða foreldra til að verja tíma með barninu sínu. Það hjálpar líka mæðrum á vinnumarkaði þar sem það eru ekki lengur bara þær sem fara í orlof heldur líka feðurnir. Það dregur úr ástæðum atvinnurekenda til að vilja frekar ráða karlmenn þar sem þeir fara líka í fæðingarorlof.

FINNST ÞÉR VERA MUNUR Á JAFNRÉTTISUMRÆÐUNNI HÉR Á ÍSLANDI OG ANNARS STAÐAR?

Já, mér finnst mikill munur. Ég ólst upp í Þýskalandi þar sem jafnrétti er enn langt á eftir Íslandi.

Mér finnst Ísland hafa náð langt, sérstaklega miðað við önnur Evrópulönd. Það þýðir þó ekki að við getum ekki gert betur.

HEFUR ÞÚ TEKID ÞÁTT Í KVENNAFRÍDEGINUM?

Já, ég heftekið þátt í honum. Í október 2023 fór ég með mömmu minni og dóttur minni sem þá var 5 ára. Kvöldið áður bjuggum við til stór spjöld og ég ræddi mikilvægi dagsins við báðar stúlkurnar mínar. Ég man þegar við komum niður í bæ að ég trúði því varla hve margir voru mættir. Það var ótrúlegtaðsjá okkur öll, fagnaokkursjálfum, börnunum okkar og framtíðinni.

HVAÐA ÞÝÐINGU TELUR ÞÚ AÐ KVENNAFRÍDAGURINN HAFI?

Ég held að þessi dagur skipti gríðarlega miklu máli fyrir samfélagið. Hann hefur vakið athygli í gegnum árin og er ein af ástæðunum fyrir því hvar við stöndum.

Fólk talar enn um það sem gerðist árið 1975 og myndirnar frá þeim degi bera enn í dag mjög sterkan boðskap.

HVAÐ VONAST ÞÚ TIL AÐ GERIST Á NÆSTU 50 ÁRUM?

Í fullkomnum heimi myndi ég óska þess að við þyrftum ekki lengur að fara í kröfugöngur og krefjast jafnréttis.

Á Íslandi erum við á réttri leið og ég vona svo innilega að dætur okkar og barnabörn horfi á okkur hissa þegar við segjum þeim að við höfum þurft að berjast fyrir því að fá sömu virðingu og karlar. Ég vona að þær upplifi ekki óréttlæti vegna þess að þær eru konur.

Og það mikilvægasta: Ég vona að við getum miðlað þessum boðskap út um allan heim svo konur þurfi ekki að þjást fyrir það eitt að vera konur. 



KRISTÍN GUNNARSDÓTTIR, 65 ÁRA

HVAÐ DETTUR ÞÉR Í HUG ÞEGAR ÞÚ HEYRIR ORÐIÐ KVENNAFRÍDAGUR?

Mérdetturfyrstíhugsamstaðakvennaoghversusterkurfrafturliggur í því þegar konur sameinast í að krefjast jafnréttis. Það er dagur sem minnir okkur á að jafnrétti kemur ekki sjálfkrafa heldur með samstilltu átaki og því að við látum rödd okkar heyrast.

HELDURÞÚAÐSTRÁKAROGSTELPUREIGISÖMU MÖGULEIKA/ TÆKIFÆRI TIL MENNTUNAR OG STARFA Í FRAMTÍÐinni?

Já, ég ætla að treysta því og trúa að við séum á þeirri braut. Það þarf samt stöðugt að passa að dyrnar standi jafnt opnar fyrir alla, óháð kyni.

FINNST ÞÉR VERA MUNUR Á JAFNRÉTTISUMRÆÐUNNI HÉR Á ÍSLANDI OG ANNARS STAÐAR?

Já, mér finnst við á Íslandi oft vera komin lengra en mörg önnur lönd. Við höfum haft sterkar fyrirmyndir eins og Vigdís Finnbogadóttur og margar konur í forystu.

HEFUR ÞÚ TEKIÐ ÞÁTT Í KVENNAFRÍDEGINUM?

Ég ætlaði mér að mæta á fyrsta kvennafrídaginn 24. október 1975 en því miður var ég veik og komst ekki. Síðan hef ég tekið þátt í honum nokkrum sinnum. Það hefur alltaf verið sérstökupplifun að standa með öðrum konum í þessum málstað og finna kraftinn í hópnum.

HVAÐA ÞÝÐINGU TELUR ÞÚ AÐ KVENNAFRÍDAGURINN HAFI?

Hann hefur mikla þýðingu sem áminning um að jafnrétti er ekki sjálfgefið heldur eitthvað sem við verðum stöðugt að standa vörð um. Dagurinn minnir okkur á að baráttan heldur áfram og að við megum aldrei sofna á verðinum þegar kemur að réttindum kvenna.

HVAÐ VONAST ÞÚ TIL AÐ GERIST Á NÆSTU 50 ÁRUM?

Ég vona að konur þurfi ekki lengur að „berjast“ fyrir jafnrétti heldur njóti þess sjálfsgæða réttar að vera jafnar körlum í öllu. Ég vona að jafnrétti verði orðið svo sjálfsgætt að það þurfi ekki lengur sérstaka daga til að minna á það heldur verði það einfaldlega hluti af daglegu lífi okkar allra.

HVERNIG VAR VIÐHORFIÐ TIL KVENNA Á VINNUMARKAÐI ÞEGAR ÞÚ BYRJAÐIR AÐ VINNA?

Þegar ég hóf störf fyrir næstum 50 árum hugsaði ég ekki mikið um jafnréttismál í daglegu lífi. Sjálf hef ég verið svo heppin að hafa ekki orðið vör við neitt neikvætt í starfi mínu.

HVAÐ FINNST ÞÉR HAFI BREYST Á SÍÐASTLIÐNUM 50 ÁRUM?

Kvenfólk hefur miklu meiri möguleika nú en fyrir 50 árum. Þá var gert ráð fyrir því að konan sæi um börnin og heimilið og mjög margar unnu þá hálfandaginn eða voru jafnvekkir á vinnumarkaði. Það ergamanað sjá hvað margar konur eru nú komnar í stjórnunarstöðu, t.d. ráðherrar, biskup, landlæknir og fleiri. Auk þess hversu mikið meira jafnræði er orðið á heimilum. ^{VR}



Halla Gunnarsdóttir, formaður VR, Stefanía Magnúsdóttir, fyrrum varaformaður VR, Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir, stjórnarkona í VR og Ólafía B. Rafnsdóttir, fyrrum formaður VR.

RADDIR KVENNA Á VINNUMARKAÐI

VR byrjaði með hlaðvarp á árinu. Fyrsta hlaðvarpsserían er tileinkuð konum í VR í tilefni kvennaársins 2025 en þá eru 50 ár frá sögulegu kvennaverkfalli sem lagði Ísland á hliðina þann 24. október 1975. Í hlaðvarpinu ræðir Halla Gunnarsdóttir, formaður VR, við konur innan félagsins sem starfa á ólíkum sviðum atvinnulífsins. Markmiðið er að auka sýnileika kvenna innan VR og gefa þeim vettvang til að raddir þeirra heyrist í umræðu um jafnrétti og stöðu kvenna á vinnumarkaði. Þó að margt hafi breyst frá 1975 er enn verkað vinna. Þetta hlaðvarp er hluti af viðleitni VR til að auka sýnileika kvenna á vinnumarkaði, varpa ljósi á fjölbreyttareynslu þeirra og áskoranir ogermikilvægur þáttur í að halda jafnréttisumræðunni gangandi á þessu merkilega ári.

Fyrsti þáttur hlaðvarpsins kom út rétt fyrir verslunarmannahelgi enda þar rætt við konur sem starfa í verslun. Þátturinn fékk heitið „21 þúsund skref á dag!“ og í honum deila Alexandría Petrína Arnarsdóttir, trúnaðarmaður VR hjá IKEA, Guðrún María Jóhannsdóttir, rekstrarstjóri í Húsasmiðjunni á Selfossi, og Guðný S. Bjarnadóttir, verslunarstjóri í Vero Moda, upplifun sinni af starfi í framlínu verslunar, krefjandi starfsumhverfi, jafnrétti, kvennabaráttunni og síðast en ekki síst ræða þær B-in þrjú: blæðingar, barneignir og breytingaskeiðið.

Annar þátturinn kom út í lok ágúst en þar var rætt við reynslumiklar konur í atvinnulífinu sem starfa við skrifstofustörf. Það voru þær Kristín Sævarsdóttir, vörustjóri hjá Húsasmiðjunni, Arndís Arnarsdóttir, mannauðsstjóri hjá Hagkaup, og Júlíana Einarsdóttir, mannauðsstjóri hjá Aðföngum, sem komu í spjall. Þriðji þáttur kom út í september og

var þar rætt við konur sem vinna við lagerstörf. Þar má finna áhugaverða umræðu um plöstin varvél og mikilvægi þessa að raðarétt á vörubretti. Í þættinum errætt við Sunnevu Blöndal hjá BYKO, Ágústu Ýri Írisardóttur hjá Bauhaus og Rebekku S. Hannibalsdóttur hjá Halldóri Jónssyni.

Í fjórða þætti skyggnumst við inn í fjölbreytt störf kvenna sem starfa við ferðaþjónustu, einastærstu atvinnugrein landsins. Í fjórða þætti errætt við Eyrúnu Gunnarsdóttur hjá Fosshótel Reykjavík, Jennifer Schröder hjá 360 Wanderlust og Eriku Martens Carneiro hjá Góu Travel.

Fimmti og síðasti þáttur kemur út rétt fyrir kvennafrídaginn þann 24. október. Í honum ræðir Halla við konur sem hafa sinnt trúnaðarstörfum fyrir félagið. Þeirra á meðal verður fyrsta konan til að gegna embætti formanns VR, Ólafía B. Rafnsdóttir. Auk Ólafíu koma fram í þættinum Halla Gunnarsdóttir, formaður VR, Stefanía Magnúsdóttir, fyrrum varaformaður VR, og Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir, stjórnarkona í VR. Myndin hér að ofan er einmitt tekin við þetta tilefni.

Í öllum þáttum er rætt um margvíslega þætti sem móta starfsumhverfi kvenna. Hvort sem umræðisamfélagslegar væntingar, fjölskylduábyrgð, líkamlegar breytingar eða viðhorf til kvenna. Fjölbreytt reynsla er dregin fram en með hlaðvarpsforminu er hægt að tryggja að rödd allra fái að heyrast. Hægt er að hlusta á þættina á öllum helstu hlaðvarpsveitum.

Frekari upplýsingar um hlaðvarpið má einnig finna á [vr.is](#)



KOSIÐ UM FYRIRKOMULAG STYRKJA

VR varasjóður eða hefðbundið styrkjakerfi

NústandayfirkosningarumframtiðarskipanstyrkveitingafráVRtilfélagsfólkssemsíðustututtuguárhafurveriðígegnumVRvarasjóð.Kosningarnar hófust þann 29. september og þeim lýkur á hádegi þann 20. október. Á kjörskrá er allt fullgilt félagsfólk auk félaga sem greiddu til félagsins yfir sumarmánuðina 2025.

Kosið er á milli tveggja valkosta: Hvort halda eigi áfram með VR varasjóð eða taka upp hefðbundið styrkjakerfi í takt við það sem tíðkast í öðrum stéttarfélögum. Niðurstöður kosninganna eru bindandi fyrir félagið. Ef félagsfólk kys að breyta fyrirkomulaginu og taka upp hefðbundið styrkjakerfi kæmi það til framkvæmda frá og með aðalfundi 2026. Félagsfólk sem þá á inneign í varasjóði hefði tvö ár frá þeim tíma til að taka út inneign sína. Inneign sem eftir stendur fynnist að fullu frá og með 26. mars 2028.

Hér í blaðinu stiklum við á stóru um hvort tveggja en á vef VR, vr.is, er ítarlega fjallað um kosningarnar og valkostina. Þar er einnig að finna helstu spurningar um styrkina og svör.

KYNNTU ÞÉR VALKOSTINA

VR varasjóður hefur verið við lýði í VR frá árinu 2006. Hann er inneignarsjóður þar sem hægt er að safna upp inneigninni á milli ára. Lagt er í sjóðinn í lokmars á hverju ári og er miðað við greidd félagsgjöld árið á undan. Innlögn nemur um 4% af meðalmánaðarlaunum ársins á undan á ársgrundvelli. Allt félagsfólk sem greitt hefur félagsgjöld fær greitt í VR varasjóð.

Hefðbundið styrkjakerfi stéttarfélaga er frábrugðið VR varasjóði en í því öðlast þú rétt til styrkja að uppfylltum ákveðnum skilyrðum um félagsaðild. Hámark styrkja á ári getur aldrei orðið hærra en 120.000 kr. Hægt er að sækja um styrk í alls sjö mismunandi flokkum og er árlegt hámark í hverjum flokki. Þú getur ekki safnað upp réttinum til styrks eða fært hann á milli ára.

	VR VARASJÓÐUR	HEFÐBUNDIÐ STYRKJAKERFI
HVERNIG FÆRÐU STYRK?	Þinn persónulegi sjóður, tekjutengdur	Umsókn um styrki, árlegt hámark
HÆGT AÐ SAFNA Á MILLI ÁRA?	Já	Nei
FJÖLDI MÖGULEIKA Á STYRK?	Mikill sveigjanleiki, um 40 möguleikar	Sjö flokkar með um 12 styrkmöguleikum
HÁMARKSUPPHÆÐ Í STYRK?	Ekkert hámark – greitt svo fremi að inneign sé til staðar	120.000 kr. á ári, samtals (auk fæðingarstyrks)
SVEIGJANLEIKI?	Mikill	Takmarkaður við flokka
FÆÐINGARSTYRKUR	Nei, hægt að sækja um launatapifæðingarorlofi	Já, 100 þúsund krónur, greiddar einu sinni fyrir hvert barn
GJAFABRÉF ICELANDAIR?	Já	Nei, hægt að sækja um orlofsstyrk
STYRKUR FYRIR LEIGU ORLOFSHÚSA VR?	Já	Nei

VR VARASJÓÐUR

VR varasjóður er byggður á uppsöfnun. Ef ekki er tekið út úr sjóðnum í einhvern tíma, hvort sem er öll fjárhæðin eða hluti hennar, er hún áfram í sjóðnumognæstuinnngreiðslurbætastviðþaðsemfyrirvar.Þanniggeturfélagsfólksafnaðuppvarasjóði.Inneignbyrjaraðfyrnasttveimurárumeftir að viðkomandi hættir í félaginu og fýrnist að fullu á fimm árum.

HÉR Á EFTIR MÁ SJÁ LISTA YFIR Í HVAÐ MEGI NÝTA INNEIGN Í SJÓÐNUM TIL AÐ GREIÐA EN ÞESSI LISTI ER EKKI TÆMANDI.

Atvinnuleysi	Hjartavernd	Nám, skólagjöld starfsnám
Börn, námsgögn	HL-stöðin	Nudd
Börn, tómstundir	Kirópraktor	Orlofshús VR, leiga
Ferðakostnaður, almennur	Krabbameinsskoðun	Samtalsmeðferð
Ferðakostnaður, flug	Leysiaðgerð	Sálfræðikostnaður
Ferðakostnaður, gisting	Líkamsrækt	Sjúkraþjálfun
Fæðingarorlof, tekjutap	Líkamsræktarvörur	Starfslok/60+
Gleraugu	Lyfjakostnaður	Tannlæknakostnaður
Heilsunámskeið	Lækniskostnaður	Tryggingar, líftrygging
Heilsustofnun	Nálarstungur	Tryggingar, sjúkdómar
Heyrnartæki	Nám, bókakaup	Veikindi/örorka

SKILYRÐI FYRIR STYRK

Til að fá styrk þarf viðkomandi félagi að eiga inneign í sjóðnum. Ekkert hámark er á greiðslum úr sjóðnum svo fremi að inneign sé til staðar.

AÐRIR STYRKIR OG STUÐNINGUR

Ef VR varasjóður verður fyrir valinu í kosningunum verða styrkir Sjúkrasjóðs VR óbreyttir sem og framboð af gjafabréfum Icelandair (háðsamkomulagiviðsamstarfsaðila).Efhefðbundistyrkjakerfiverður fyrir valinu falla styrkir Sjúkrasjóðs niður og sölu gjafabréfa Icelandair verður hætt en hægt verður að sækja um styrki vegna glasafríðvgunar og orlofsmála.

STYRKIR SJÚKRASJÓÐS VR ERU SEM HÉR SEGIR:

- Styrkurvegna glasafríðvgunareralls**250.000kr.**fyrirhvernféлага í VR, greitt einu sinni.
- Styrkurfyrirferðakostnaði til að sækja sérfræðipjónustu læknis er **150.000 kr.** á hverju almanaksári fyrir hvern féлага í VR.

GJAFABRÉF ICELANDAIR ERU SEM HÉR SEGIR:

- Hverfélagi í VR getur keypt fjögur gjafabréf á ári. Hvert gjafabréf er niðurgreitt um 6.100 kr. en verðmæti þess er **30.000 kr.**

HEFÐBUNDIÐ STYRKJAKERFI

Tillaga VR að hefðbundnu styrkjakerfi gerir ráð fyrir að veittir verði styrkir í sjö flokkum með árlegu hámarki í hverjum flokki fyrir sig. Innan nokkurra flokka er í boði styrkur fyrir fleiri en einn þátt. Flokkaskiptingin er frábrugðin hefðbundnu styrkjakerfi stéttarfélaga að því leyti að VR býður styrki fyrir orlofsþjónustu.

Hámark verður á heildargreiðslum til hvers og eins félaga, 120.000 kr. á ári samtals úr öllum flokkum, fyrir utan fæðingarstyrk sem ekki er talinn með í hámarkinu.

FLOKKARNIR ERU SEM HÉR SEGIR:

MEÐFERÐ Á LÍKAMA OG SÁL Sálfræðipjónusta, sjúkraþjálfun, sjúkrannudd, hnykkklækningar, nudd utan TR og dvöl á heilsustofnun	Hámark 80.000 kr. / 60% af reikningi
LÍKAMSRÆKT	Hámark 25.000 kr. / 50% af reikningi
HEYRNARTÆKI OG GLERAUGU (á þriggja ára fresti)	Hámark 70.000 kr. / 50% af reikningi
GLASA- OG TÆKNIFRÍÐVGUN	Hámark 70.000 kr. / 100% af reikningi
ÁHÆTTUMAT Rannsóknir vegna krabbameins og hjartarannsókn	Hámark 20.000 kr. / 85% af reikningi
ORLOFSÞJÓNUSTA Niðurgreiðsla á flugi eða endurgreiðsla orlofsgistingar	Hámark 25.000 kr. / 70% af reikningi
FÆÐINGARSTYRKUR Er ekki með í 120.000 kr. hámarki heildarstyrkja á ári	Alls 100.000 kr., greitt einu sinni fyrir hvert barn

SKILYRÐI FYRIR STYRK

Til að fá styrk þarf að hafa greitt félagsgjald til VR í sex af síðustu tólf mánuðum, þar af einn mánuð af síðustu þremur. Til að fá fæðingarstyrk þarf að hafa greitt félagsgjald í tólf mánuði. Félagsfólk með laun undir lágmarkslaunum samkvæmt kjarasamningi VR og SA fengi hlutfallslegan styrk og er miðað við hlutfall launa viðkomandi af lágmarkslaunum eins og þau eru skilgreind hverju sinni.

Réttur til styrkja er 12 mánuðir og er miðað við almanaksárið. Hafi ekki verið sótt um styrkinn almanaksársins, eða eingöngu hluta af hámarksstyrk, fellur rétturinn niður en færist ekki yfir á næsta ár. Í upphafi næsta árs hefst þannig nýtt umsóknartímabil.

Félagsfólk í sumarstarfi eða í tímabundnu starfi sem ekki uppfyllir þessi skilyrði hefur ekki rétt til styrks.

BREYTINGAR Á ÖÐRUM STYRKJUM OG NIÐURGREIÐSLU

Ef niðurstaða kosninga verður sú að taka upp hefðbundið styrkjakerfi verða gerðar breytingar á öðrum styrkjum og niðurgreiðslu félagsins.

- Sölu gjafabréfa ícelandair verður hætt en hægt verður að sækja um niðurgreiðslu á kostnaði við flug og orlofsgistingu.
- Ekkir verður hægt að sækja um styrki í hefðbundnu styrkjakerfi til að greiða fyrir leigu á orlofshúsum VR eins og hægt er með inn eign í VR varasjóði.
- Styrkur úr Sjúkrasjóði VR vegna glasa- og tæknifrjónvagnar verður færður undir hefðbundna styrkjakerfið en styrkur fyrir ferðakostnaði vegna sérfræðilækna fellur niður.

SKATTSKYLDA STYRKJA - MIKILVÆGT AÐ HAFI HUGA

Ekki er greiddur tekjuskattur af styrkjum fyrir orlofsgistingu eða líkamsrækt (tekur einnig til endurhæfingar sem er sambærileg og íþróttaiðkun) upp að ákveðnu hámarki. Þá eru styrkir vegna starfstengds náms undanþegnir staðgreiðslu skatta en færa þarf kostnað til frádráttar á móti styrk á skattframtali. Aðrir styrkir eru skattlagðir með sambærilegum hætti og laun, tekjuskattur í þrepi 1, eða 31,49%, er dreginn af upphæð heildarstyrks og skilar VR þeirri upphæð til skattsins.



VERÐBÓLGAN OG STÝRIVEXTIR

Vísitala neysluverðs er mæling á hversu mikið verð á vöru og þjónustu breytist yfir tíma. Vísitalan samanstendur af tólf undirflokkum, t.d. Matur og drykkjarvörur eða Húsnæði, hiti og rafmagn.¹ Verðbólga er mæling á því hversu mikið vísitalan breytist yfir tólf mánaða tímabil.² Í ágúst 2025 var verðbólgan 3,8%. Ef húsnæðislið vísitölunnar er sleppt er hækkun síðastliðinna 12 mánaða 2,8%. Athygli skal vakin á því að markmið Seðlabanka Íslands er að halda verðbólgu sem næst 2,5%.

Verðbólga mælist hæsta á Íslandi á Norðurlöndum. Til að samanburðurinn sé sem nákvæmastur milli landa reiknar hagstofa Evrópusambandsins samræmda vísitölu fyrir verðlag. Þessi samræmda mælikvarði undanskilur nokkra undirflokk og munar þar mest um eigið húsnæði.³

Á samræmda mælikvarðanum er verðbólga líkt og tafla 1 sýnir:

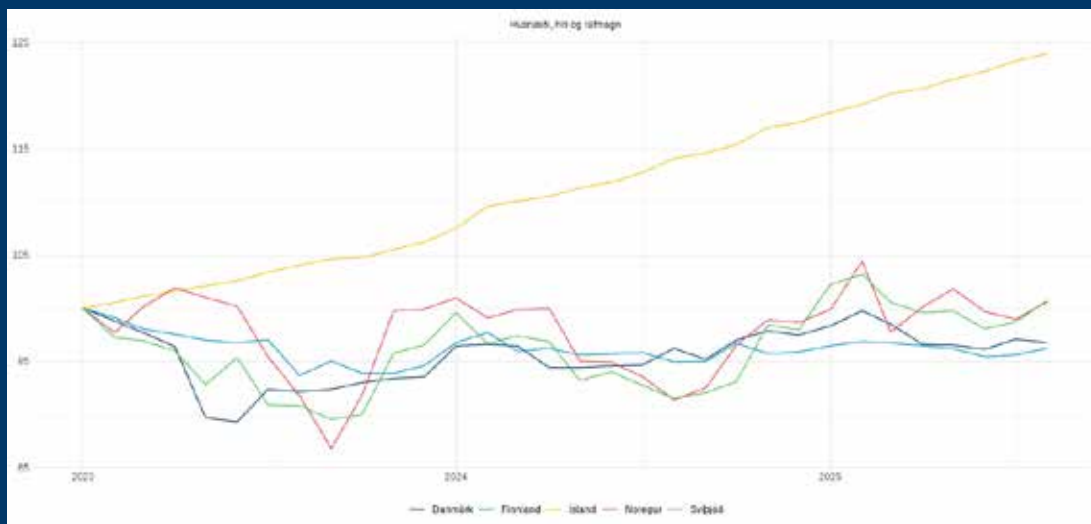
Land	Verðbólga
Ísland	3,7%
Danmörk	2,2%
Noregur	3,1%
Svíþjóð	3,1%
Finnland	1,9%

Á þessum mælikvarða hefur verðbólga verið á bilinu 3,4-3,9% frá því í september 2024 á Íslandi, nokkuð hærra en í samanburðarlöndunum. Aftur á móti virðist verðbólga vera á uppleið í Noregi, Danmörku og Svíþjóð.

Ólíkar ástæður eru fyrir verðbólgunni í löndunum fimm. Frá upphafi árs 2023 til dagsins í dag hafa tveir flokkar hækkað áberandi meira á Íslandi en samanburðarlöndunum. Annars vegar Hótel og veitingarekstur og hins vegar Húsnæði, hiti og rafmagn en þar mælist hækkunin 23% en lækkun hefur verið í flokknum í hinum löndunum yfir sama tímabil.⁴ Þá hefur flokkurinn Föt og skór hækkað mest hér þó munurinn t.d. við Svíþjóð sé lítill. Aðrir flokkar hafa hækkað nokkurn vegin í takt við samanburðarlöndin.

Hærra verðbólgu á Íslandi virðist þó að mestu mega rekja til Húsnæðis, hita og rafmagns. Þann flokk má brjóta enn frekar niður. Þar spilar stærsta þátt Greidd húsaleiga sem hefur hækkað umtalsvert meira á Íslandi en annars staðar eða yfir 25% en 5-15% hjá öðrum löndum. Rafmagn og hiti hefur einungis hækkað á Íslandi, um 20%, en lækkað í öllum öðrum löndum.

1 Hverjum flokki er svo skipt enn frekar niður í undirflokk. 2 Stundum er einnig talað um verðbólgu milli mánaða en þá er vísað í hversu mikið vísitala neysluverðs hækkar miðað við mánuðinn á undan í stað tólf mánaða tímabils. 3 Eigið húsnæði er ekki með í samræmdu vísitölunni þar sem kostnaður við að búa í eigin húsnæði er ekki reiknaður með sama hætti í öllum löndum. 4 Athugið að flokkurinn Húsnæði, hiti og rafmagn inniheldur ekki eigið húsnæði líkt og vísitala neysluverðs á Íslandi.



Ef bakkað er til ársins 2018 í stað 2023 er þróunin áþekk. Varðandi verðhækkun sker Ísland sig úr bæði fyrir Húsnæði, hita og rafmagn og fyrir Mat og drykkjarvörur. Aftur á móti hefur Póstur og sími lækkað umtalsvert á Íslandi frá ársbyrjun 2018, líkt og í Svíþjóð, en þessi liður hefur hækkað nokkuð í Noregi og Finnlandi.

Verðbólguvandinn á Íslandi virðist að mestu liggja í húsnæðismarkaðinum, bæði eigin húsnæði og leiguhúsnæði.

AF HVERJU HÆKKAR LEIGUVERÐ MEIRA HÉR EN ANNARS STAÐAR

Þaðervinsælskoðun meðal hagfræðinga að skýr muninn á verðbólgu á Íslandi við samanburðarlöndin með vísan í kjarasamninga og launahækkanir almennt. Hins vegar hljóttum við að spyrja okkur hversu stóran hluta verðbólgunnar megir rekja til launahækkana þegar ljóst er að margir undirflokkar vísitöluneysluverðshækka í takt við hinn norrænu ríkin. Húsnæðisliðurinn virðist verasá þáttur sem veitir Íslandis sérstöðu.

EFTIRSPURNARÞRÝSTINGURINN MIKILL EN FRAMBOÐIÐ TREGBREYTNILEGT

Helsta ástæða þess að leiga hefur hækkað meira á Íslandi er vegna aukinnar eftirspurnar sem kom úr tveimur áttum samtímis. Annars vegar var það mikil fjölgun ferðamanna sem myndaði þrýsting á leigumarkaðinn með því að beina fjölda íbúða inn á skammtímaleigu í gegnum vettvang á borð við Airbnb. Þetta dró beint úr framboði á langtímaleigu. Hins vegar skapaði ferðamannaíðnaðurinn þörf fyrir mikinn fjölda erlends vinnuafis sem þurfti sjálft að finna sér húsnæði. Þessi mikli eftirspurnarþrýstingur mætir tiltölulega föstu framboði. Að mati Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar (HMS) hefur minna verið byggt en sem nemur íbúða þörfundanfarin ár. Matstofnunarinnar er að byggja þurfi um 5.000 nýjar íbúðir á hverju ári fram til 2050 til að halda í við þörf.

UMGJÖRÐ LEIGUMARKAÐARINS

Á Íslandi er hlutur félagslegs eða óhagnaðardrífins leiguhúsnæðis lítill. Meginþorri leigjenda leigir á almennum markaði þar sem leiguverð er ákvarðað að geðþótta. Þetta þýðir að breyting í eftirspurn, til dæmis vegna fólksfjölgunar eða aukins fjölda ferðamanna, skilar sér fljótt í hærri leiguverði. Ísland býður því upp á minni vernd fyrir leigjendur en mörg önnur norræn ríki. Í Finnlandi er til staðar félagslegt kerfi fyrir tekjulægri heimili, þ.e. aðgangur að kerfinu er tekjutengdur. Kerfið er stórt eða um 15% af húsnæðismarkaðinum. Í Svíþjóð er leiguverð í stórum dráttum ákveðið í samningum milli leigjendasamtaka og húsaleigufélaga sem kemur í veg fyrir óhefta hækkun leiguverðs. Í

Danmörku er stórhluði leiguhúsnæðis óhagnaðardrífinn almennt sem stuðlar að langvarandi stöðugleika og hagkvæmum kostnaði fyrir leigjendur. Markaðslögmálin ráða því meira á Íslandi en annars staðar sem kemur fram í meiri hækkun leigu en í samanburðarlöndunum.

VERÐTRYGGÐIR LEIGUSAMNINGAR OG VAXTASTEFNA SEÐLABANKANS

Stór hluti leigusamninga á Íslandi er verðtryggður. Ef verðbólga eykst, sama hver uppruninn er, mun það sjálfkrafa valda hækkun leigu þeirra samninga sem eru verðtryggðir. Sú hækkun leiðir svo til enn frekari hækkunar verðlags þar sem húsaleiga er hluti af vísitölu neysluverðs.

Þannig getur myndast vítahringur verðbólgu sem Seðlabankinn mætir með hækkun stýrivaxta. Sú hækkun vaxta eykur fjármagnskostnað þeirra sem leigja út íbúðir, hvort sem um ræðir einstaklinga eða fyrirtæki. Á markaði þar sem framboð leiguhúsnæðis er takmarkað en eftirspurnin mikil verður hærri fjármagnskostnaði velt úr í herra leiguverð sem síðan leiðir aftur til verðbólgu. Háir stýrivextir eru því hluti af þeim verðbólguvanda sem við glímum við.

Háir stýrivextir kynda þó ekki aðeins undir herra leiguverð heldur einnig fasteignaverð. Háir vextir hafa bein áhrif á verð fasteigna. Byggingaverktakar hafa um tvennt að velja í hávaxtaumhverfi: 1) Byggja minna sem mun draga úr framboði og auka verðþrýsting á fasteignamarkaði. 2) Að velja háum fjármagnskostnaði út í verðlag.

Í eðlilegu umhverfi myndu háir stýrivextir slá á eftirspurn eftir húsnæði. Hér á landi geta neytendur þó leitað skjóls í verðtryggingunni. Óverðtryggt lán upp á 50 milljónir til 30 ára hefur greiðslubyrði sem slagar í 400 þúsund krónur á mánuði. Verðtryggt lán upp á sömu fjárhæð og til 30 ára hefur greiðslubyrði upp á 250 þúsund krónur.

Þannig er veiting verðtryggðra húsnæðislána einnig hluti af vandamálinu. Stýrivextir Seðlabankans hafa takmörkuð áhrif á verðtryggða vexti. Háir vextir Seðlabankans ýta því undir herra leiguverð, hækka verð á nýjum íbúðum og neyða almenning yfir í verðtryggð lán.

Há verðbólga á Íslandi er ekki lögmál. Til að ná henni niður og halda henni stöðugri er ljóst að fyrsta skrefið ætti að vera að ráðast í miklar endurbætur á húsnæðis- og leigumarkaðnum ásamt því að endurskoða veitingu verðtryggðra lána.



NÁMSKEIÐ OG FYRIRLESTRAR

TRÚNAÐARMANNANÁMSKEIÐ

MÓTTAKA FYRIR NÝJA TRÚNAÐARMENN

Sérstök móttaka fyrir nýja trúnaðarmenn er haldin í hverjum mánuði. Þar er boðið upp á léttan hádegisverð, stutta fræðslu um starfsemi VR og mikilvæg gögn afhent. Í viðburðadagatali VR má finna hvenær næstu móttökur eru.

ALLT UM VR

15. október kl. 8:30-16:00

Leiðbeinendur: Kjaramálasvið VR og sérfræðingar hjá sjóðum VR

Allt sem farið er yfir á námskeiðinu er gagnlegt fyrir trúnaðarmenn og því vill VR að allir trúnaðarmenn félagsins fari í gegnum þennan námskeiðsdag. Farið er yfir helstu atriði kjarasamninga svo sem veikindarétt, uppsagnir, orlof, vinnutíma og áunnin réttindi. Einnig er farið yfir þjónustuliði eins og VR varasjóð, Sjúkrasjóð, Orlofssjóð, Starfsmenntasjóð og VIRK.

NÁMSKEIÐ FYRIR FÉLAGSFÓLK

JAFNRÉTTI OG MISMUNUN Á VINNUMARKAÐI

26. nóvember kl. 10:00-11:30

Leiðbeinendur: Anna Lilja Björnsdóttir og Bryndís Elfa Valdemarsdóttir, sérfræðingar hjá Jafnréttisstofu

Á námskeiðinu er fjallað um jafnrétti og mismunun á vinnumarkaði og vel farið yfir skyldur atvinnurekenda og réttindi starfsfólks samkvæmt jafnréttislögum. Tilgangur fræðslunnar er að fólkið öðlist frekari þekkingu á jafnréttislögum, banni við mismunun og verði meðvitað um mikilvægi þess að átta sig á eigin viðhorfum, ómeðvitaðri hlutdrægni og áhrifum mismununar.

RAFRÆNIR FYRIRLESTRAR Á MÍNUM SÍÐUM

AÐ TAKAST Á VIÐ LÍFIÐ – HVERNIG HÖNDLUM VIÐ STREITU OG AUKUM SEIGLU?

Fyrirlesari: Lilja Magnúsdóttir

Krefjandi tímabíleru óumflýjanlegur hluti af lífinu. Hvernigeru viðbrögð okkar þegar streitan er mikil og hvernig getum við þróað heilbrigð

bjargráð sem nýtast til lengri tíma? Í þessum fyrirlestri kynnir Lilja Magnúsdóttir, sálfræðingur og eigandi Seiglu sálfræðistofu, leiðir til að auka þrautseigju. Þá kynnir hún aðferðir sem miða að því að bregðast meðvitað við streitu. Lilja hefur starfað í tólf árs sem sálfræðingur og hefur tekið að sér ýmis verkefni í tengslum við seiglu og markmiðssetningu. Samhliða því hefur Lilja sinnt viðtalsmeðferð og unnið m.a. með tilfinningavanda og samskiptavanda ásamt því að veita handleiðslu til fagaðila.

HVERNIG VEIT ÉG HVAÐ ER SATT?

Fyrirlesari: Elsa Haraldsdóttir, doktorsnemi í heimspeki og heimspekikennari

Í þessum áhugaverða fyrirlestri fer Elsa yfir nokkur góð atriði sem geta nýst öllum við að leggja mat á upplýsingar og efni sem miðlað er til okkar. Markmið fyrirlestursins er að veita hagnýtar upplýsingar um gagnrýna hugsun og notkun hennar ásamt því hvernig er hægt að tileinka sér hana eða þá kynna sér málið frekar. Elsa Haraldsdóttir er doktorsnemi í heimspeki og heimspekikennari við Háskóla Íslands. Sérsvið hennar eru gagnrýnin og heimspekileg hugsun, hagnýt rökfræði, hagnýt siðfræði og heimspeki menntunar.

GERUM LÍFIÐ LÉTTARA MEÐ GERVIGREIND OG SKAPANDI HUGSUN

Fyrirlesari: Birna Dröfn Birgisdóttir, sköpunargleðifræðingur og eigandi Bulby

Skemmtilegur og lifandi fyrirlestur um hvernig við getum öll notað skapandi hugsun og gervigreind til þess að gera lífið auðveldara og skemmtilegra. Birna skoðar hvernig nýjustu tæknilausnir geta hjálpað okkur að hugsa út fyrir rammann, leysa vandamál með nýjum hætti og þannig einfaldað og bætt okkar daglega líf.

Birna Dröfn Birgisdóttir er stofnandi Bulby sem þróað til að auðvelda hugarflugsfundi. Hún hefur rannsakað hvernig efla má sköpunargleði á meðal starfsfólks í doktorsnámisinu við Háskólann í Reykjavík og einnig talað um það í TEDx erindi sínu. Birna er alþjóðlegur fyrirlesari og hefur þjálfað hundruð einstaklinga og fyrirtæki í skapandi og lausnamiðaðri hugsun víða um heim [um](#).



UNGLIÐARÁÐ VR

Ungliðaráð VR hefur nú verið starfandi í rúmlega ár og kemur inn í starf VRafkrafti. Ráðið lagði nýlega könnun fyrir félagsfólk VR á aldrinum 16-35 ára. Í henni var unga fólk spurt að því hvaða mállefnum Ungliðaráð ætti helst að beita sér fyrir í þágu þess. Niðurstöðurnar voru nýttar til að móta áhersluatriði sem Ungliðaráðið telur mikilvægt að halda á lofti og tryggja þannig að sjónarmið yngri kynslóða verði fastur liður í stefnumótun VR.

Hér verður stiklað á helstu verkefnum sem Ungliðaráðið mun beita sér fyrir á næstu misserum.

HEILDARENDURSKOÐUN Á STYRKJAFYRIRKOMULAGI

Eitt fyrsta áhersluatriði ráðsins varaðendurskoðað þyrfti VR varasjóð með þeim sjónarmiðum að jafna rétt félagsfólks til styrkja. Lögð var áhersla á það á fundi með stjórn VR í janúar 2025. Fyrirkomulag styrkja hefur reglulega verið rætt innan stjórnar sem samþykkti í vor að leggja það í hendur félagsfólks að ákveða hvernig fyrirkomulag það vildi. Á síðasta aðalfundi félagsins í mars sl. var svo samþykkt að VR færi í þá vegferð. Dagana 29. september til 20. október stendur félagið fyrir kosningu meðal félagsfólks þar sem kosið verður á milli tveggja valkosta, VR varasjóðs eða hefðbundins styrkjakerfis. Ungliðaráðið hvetur félaga eindregið til að kynna sér valkostina á vef VR, taka þátt í umræðum og nýta kosningarétt sinn.

JAFNVÆGI VINNU OG EINKALÍFS MEÐ STYTTINGU VINNUVIKUNNAR

Stytting vinnuvikunnar hefur verið stórt mál í íslensku atvinnulífi á síðustu árum. Ungliðaráð VR vill að áhersla verði lögð á frekari styttingu vinnuvikunnar því styttri vinnuvika stuðlið auknu jafnvægi milli vinnu og einkalífs, bæti lífsgæði og hafi jákvæð áhrif á heilsu og vellíðan. Þetta er mállefni sem Ungliðaráð VR kemur til með að halda áfram á lofti og þrýsta á að verði til dæmis tekið fyrir við gerð næstu kjarasamninga.

FRÆÐSLA OG STYRKIR FYRIR SÁLFRÆÐIÞJÓNUSTU

Ungliðaráð hefur einnig óskað eftir því við stjórn að VR leggi sérstaka áherslu á geðheilbrigðismál. Þörfin er brýn enda sýndi könnun Ungliðaráðs fram á að ungt fólk glími við kvíða, álag og andleg vanlíðan. Stjórn VR hefur talað fyrir því að styrkir fyrir sálfræðiþjónustu verði gerðir skattfrjálsir en þeir geta list til forvarna og endurhæfingar líkt og styrkir fyrir sjúkrahjálfun og líkamsrækt. Halla Gunnarsdóttir, formaður VR, átti

fund með fjármála- og efnahagsráðherra, Daða Má Kristóferssyni, fyrr á árinu þar sem ræddar voru kröfur félagsins um breytingar á skattalegri meðferð styrkja vegna sálfræðiþjónustu.

Þá hefur félagið boðið reglulega upp á ýmis áhugaverð námskeið og fyrirlestra sem tengjast geðheilbrigði og er til dæmis hægt að horfa á fyrirlestur á Mínum síðum VR sem ber heitið „Að takast á við lífið“. Hann fjallar um hvernig er hægt að auka seiglu en hún er eiginleiki sem hægt er að þjálf.

ÓSTÖÐUGLEIKI SEM KREFST AÐGERÐA

Óstöðugleiki í efnahagsmálum hefur veruleg áhrif á ungt fólk. Húsnæðiskostnaður, hátt vaxtastig og verðbólga bitnar sérstaklega á þeim sem eru að stíga sín fyrstu skref á vinnumarkaði og koma sér upp heimili. Ungliðaráð telur mikilvægt að VR beiti sér fyrir því að félagsfólk VR og Íslendingar allir búi við fjárhagslegan stöðugleika en í svörum þátttakenda í könnun Ungliðaráðs var auðséð ákall eftir stöðugleika í efnahagsmálum. Mikilvægt er að þrýsta á stjórnvöld til þess að finna leiðir til að auka stöðugleika, finna jafnvægi á húsnæðismarkaði og auðvelda ungu fólk að eignast þak yfir höfuðið.

FREKARI ÁHERSLUATRIÐI OG ÁKALL TIL AÐGERÐA

Áherslur Ungliðaráðs VR sýna að ungt fólk vill framtíð þar sem öryggi, jafnvægi og geðheilbrigði er í forgrunn vinnumarkaðarins. Verkefni ráðsins eru einnig hluti af auknu samstarfi innan verkalýðshreyfingarinnar og í október taka fulltrúar ráðsins þátt á þingi ASÍ-UNG, samtökum ungs fólks innan verkalýðshreyfingarinnar. Þar fer fram vinna um mállefni sem varða ungt fólk sérstaklega. Má þar nefna fjölskyldumál, samgöngur, húsnæðismarkaðinn og fleira.

Með breiðu samstarfi og skýrum áherslum vill Ungliðaráð stuðla að raunverulegum breytingum sem efla réttindi, öryggi og lífsgæði félagsfólks VR og þá sérstaklega ungs fólks. Ráðið hvetur alla félaga VR til að taka virkan þátt í umræðu og ákvarðanatöku. Því fleiri sem láta rödd sína heyrast því sterkara verður félagið.



ELDRI VR FÉLAGAR BOÐNIR Í HÖRPU

Rúmlega 600 eldri VR félagar nutu kaffiveitinga í Hörpu í vor en hefð hefur skapast fyrir því að VR bjóði eldra félagsfólki sínu til kaffisamsætis að vori. Örn Árnason skemmti gestum og engin önnur en sjálf Diddú söng nokkur lög við undirleik Jónasar Þóris píanóleikara.





Þrjár leiðir til að sækja um styrk í starfsmenntasjóði VR/LÍV

Veldu eina leið



Einstaklingar

Fyrirtæki

Sameiginlegur styrkur

Einstaklingur sækir um styrk

Fyrirtæki sækir um styrk

Sameiginlegur styrkur einstaklings og fyrirtækis

1. Umsókn

Sótt er um á Mínun síðum á vr.is. Félagsfólk annarra aðildarféлага LÍV sækir um hjá sínu stéttarfélagi.

2. Reikningur

Greiddur reikningur verður að vera á nafni þess sem sækir um og staðfesting á að reikningur sé greiddur þarf að fylgja.

3. Upplýsingar

Lýsing á námi skal fylgja með umsókn ef óljóst er hvers konar nám/námskeið sótt er um.

4. Greiðsla

Styrkur greiddur inn á reikning félaga að uppfylltum skilyrðum sjóðsins.

Athugið

Veittur styrkur er 90% af reikningi vegna náms, af starfstengdu námskeiðsgjaldi eða af ráðstefnugjaldi.

Hámarksstyrkur er **180.000 kr.** og **540.000 kr.** þegar félagi á rétt á uppsöfnun. Veittur styrkur af tómsundanámskeiði er 50% að hámarki 40.000 kr. sem dregst frá árlegum hámarksstyrk.

Tómsundastyrkur hefur ekki áhrif á uppsöfnun.

Veittur ferðastyrkur vegna náms/starfstengdra námskeiða er 50%, að hámarki 50.000 kr. sem dregst frá árlegum hámarksstyrk.

1. Umsókn

Sótt er um á attin.is

2. Reikningur

Greiddur reikningur verður að vera á nafni fyrirtækis og staðfesting á að reikningur sé greiddur þarf að fylgja.

3. Upplýsingar

Lýsing á námi skal fylgja með umsókn og listi starfsfólks sem sóttu námið/námskeiðið (nafn-kennitala-stéttarfélagasáðild).

4. Greiðsla

Styrkur greiddur inn á reikning fyrirtækis að uppfylltum skilyrðum sjóðsins.

Athugið

Veittur styrkur er 90% af reikningi vegna náms, af starfstengdu námskeiðsgjaldi eða af ráðstefnugjaldi.

Hámarksstyrkur er **390.000 kr.** fyrir hvern einstakling.

Hámarksstyrkur til fyrirtækja er **4 milljónir kr.** á ári.



1. Kostnaður

Nám verður að kosta að lágmarki 200.000 kr.

2. Reikningur

Það skiptir ekki máli á hvoru nafni greiddur reikningur er, nafni fyrirtækis eða félaga.

3. Umsókn

Félagi sækir um styrkinn á mínun síðun á vr.is eða hjá sínu LÍV-félagi og gildir sú umsókn einnig vegna styrks fyrirtækisins. Því þarf ekki að senda inn sér umsókn fyrir fyrirtækið.

Yfirlýsing frá fyrirtækinu verður að fylgja með umsókninni þar sem fram kemur að um sé að ræða sameiginlega umsókn og að námið sé hluti af starfsþróunaráætlun starfskraftsins.

4. Afgreiðsla

Við samþykkt umsóknar dregst styrk-upphæðin af rétti beggja. Miðað er við 50/50 en ef félagi á rétt á uppsöfnun þá er uppsöfnunin nýtt fyrst og svo réttur fyrirtækis.

5. Útborgun

Styrkupphæð greiðist inn á reikning beggja.

6. Upphæð styrks

Samanlagður styrkur er 90% af námsgjaldi – **hámark 570.000 kr.** (180.000 kr. réttur félaga + 390.000 kr. réttur fyrirtækis) eða að hámarki **800.000 kr.** þegar félagi á rétt á uppsöfnun.



Tók gildi 1. janúar 2024.



Fagnám verslunar og þjónustu

- upplýsingar um námið

Hvað er fagnám?

- 90 eininga nám sem er bæði bóklegt og vinnustaðanám.
- Raunfærnimat á móti kenndum fögum.
- Skilyrði fyrir inngöngu í námið er að vinnustaður viðkomandi gerist aðili að verkefninu með því að skilgreina 15 eininga vinnustaðanám sem er sérhæft viðkomandi vinnustað. Einnig þarf vinnustaðurinn að leggja til matsaðila sem þjálfaður verður til að framkvæma raunfærnimat og fylgja eftir vinnustaðanámi.
- Lengd námsins miðast við þrjár annir en er þó hægt að taka það á lengri tíma.
- Upplýsingar um námið má finna á vefsíðu Verzlunarskólans, verslo.is eða með því að senda tölvupóst á verslo@verslo.is.
- Innritun fer fram hjá Verzlunarskólanum í samstarfi við vinnustað viðkomandi.
- Þjónustufærni, samskiptafærni og lokaverkefni eru áfangar sem allir nemendur taka og því fer ekki fram raunfærnimat í þeim.
- Upplýsingar um raunfærnimat og fyrirkomulag þess er hægt að nálgast hjá Mímir Símenntun, mimir.is eða með því að senda tölvupóst á radgjof@mimir.is.

Kynntu þér málið á **verslo.is**



HVERNIG ER ÞÍN STAFRÆNA HÆFNI?

stafrænhæfni.is

VR

Hvað fellur undir viðmið um námskeið hjá starfsmenntasjóði VR/LÍV?

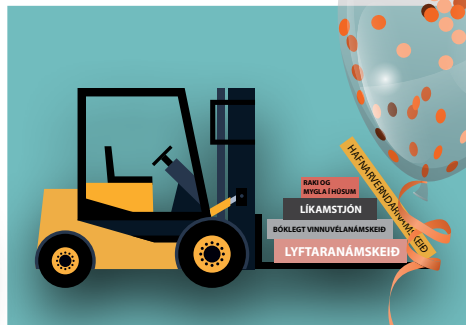
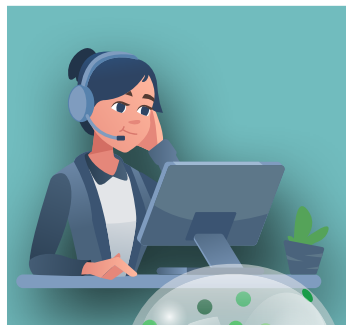


Hvað er þá styrkhæft?

Styrkhæft nám	✓ Nám til eininga ✓ Aukin réttindi ✓ Tungumálanám einkakennsla í tungumáli er styrkhæf	Styrkhæf sjálfstyrking	✓ Fellur að viðmiðum um námskeið ✓ Verður að vera forvörn, ekki meðferð ✓ Eingöngu sjálfstyrkingarnámskeið innanlands ✓ Starfstengd markþjálfun 12 tímar á ári, tímaföldi sýnilegur á reikningi
Styrkhæft námskeið	✓ Fellur að viðmiðum um námskeið ✓ Starfstengt námskeið ef það er óljóst, þá þurfa rök að fylgja með ✓ Ráðgjöf, handleiðsla og meðferðarúrræði eru ekki styrkhæf	Styrkhæf ráðstefna	✓ Ráðstefna með skipulagðri dagskrá sem inniheldur starfstengd fræðsluerindi ✓ Eingöngu ráðstefnugjald ✓ Hlekkur á vefsíðu og dagskrá þarf að fylgja umsókn
Styrkhæft netnámskeið	✓ Fellur að viðmiðum um námskeið ✓ Starfstengt námskeið ef það er óljóst, þá þurfa rök að fylgja með ✓ Áskrift með mörgum starfstengdum námskeiðum er heimil	Styrkhæft tómstunda-námskeið	✓ Fellur að viðmiðum um námskeið ✓ Byrjendanámskeið en ekki iðkun í sama fagi ✓ Greiddur reikningur verður að vera á nafni félaga ✓ Eingöngu innanlands
Ferðastyrkir	✓ Ferð tengist starfstengdu námi, ráðstefnu eða námskeiði Vegalengdin milli dvalarstaðs og fræðslustofnunar er meiri en 50km	✓ Skila þarf inn sérumsókn um ferðastyrk	✓ Greiddur reikningur verður að vera á nafni félaga

Áttin hefur tekið á móti umsóknum fyrirtækja í **10 ár**

Er fyrirtækið þitt búið að sækja um
styrk á Áttinni vegna fræðslu?



Nánari upplýsingar er að finna á attin.is



FRÁ BRÝNNI ÞÖRF AÐ FARSÆLU FERLI

Á haustdögum var afmælisviðburður Áttarinnar haldinn á Grand hóteli þar sem haldið var upp á 10 ára afmæli Áttarinnar. Margt var um manninn þar sem fulltrúar nokkurra fyrirtækja sögðu meðal annars frá reynslu sinni af notkun vefgáttarinnar og þeim áskorunum sem fylgja því að stuðla að aukinni hæfni innan fyrirtækja.

Áttin varð til á grundvelli kjarasamnings ASÍ og SA frá 2013, með það að markmiði að einfalda umsóknarferli fyrirtækja að styrkjum í starfsmenntasjóði og efla starfsmenntun og fræðslu innan íslensks atvinnulífs.

Í kjölfar kjarasamningsins var skipaður stýrihópur með fulltrúum frá báðum aðilum. Hann hafði það hlutverk að koma á laggirnar

sameiginlegri vefgátt starfsmenntasjóðanna og hefja kynningarátak því tengdu. Á haustmánuðum 2015 fór vefgáttin attin.is í loftið. Þar gátu fyrirtæki sótt um starfsmenntastyrki með einföldu rafrænu ferli og fylgst með stöðu umsókna sinna á einum stað. Nafnið vísar til þess að gáttin veitir fyrirtækjum stefnu og vegvísi að fræðslu og styrkjum. Kynningarátak með slagorðinu „Vegvísir að færni“ fylgdi svo í kjölfarið.

Árangursíðastliðinna 10 ára sést á þeim þúsundum umsókna sem hafa borist gegnum gáttina frá fyrirtækjum um land allt. Um mitt árið 2025 hafa rúmlega 15 þúsund umsóknir borist sjóðunum frá upphafi, frá yfir 1700 fyrirtækjum.

Áttin er gott dæmi um farsælt samstarf aðila vinnumarkaðarins. Markvisst samstarf starfsmenntasjóðanna átta sem standa að Áttinni hefur stuðlað að auknu og einfaldara aðgengi fyrirtækja að þjónustu sjóðanna. Áttin er grunnur að miðlægri upplýsingagjöf sjóðanna sem geta þannig veitt fyrirtækjum aukinn stuðning í fræðslumálum sem leiðir jafnframt afsérfrækari hvatatilsi- og endurmenntunar starfsfólks.

RÆKTUM VITIÐ



RÆKTUM VITIÐ HELDUR ÁFRAM

Samstarfsverkefninu Ræktum vitið sem ýtt var úr vör af VR/LÍV og SVP árið 2023 er enn í markvissri vinnslu meðal félaganna. Vefsíða verkefnisins www.raektumvitid.is var formlega opnuð í upphafi árs 2025 og er ánægjulegt að segja frá því að umferð á síðuna fyrstu mánuði hennar er afar góð.

Verkefnið Ræktum vitið gengur út á upplýsingagjöf og stuðning með áherslu á sí- og endurmenntun til starfsfólks og forsvarsmanna fyrirtækja. Markmiðið er skýrt: að sí- og endurmenntun verði hluti af daglegum rekstri fyrirtækja í verslun og þjónustu – til hagsbóta fyrir starfsfólk og fyrirtæki.

Markmið til 2030

- 80% starfsfólks taki reglulega þátt í fræðslu
- 80% þeirra sem hafa íslensku sem annað tungumál nái B1-stigi samkvæmt Evrópska tungumálarammanum
- Viðurkennd vottun fyrir starfsfólk og fyrirtæki

Hvers vegna?

- Aukin hæfni og meiri starfsánægja
- Stuðningur við íslenskunám
- Jöfn tækifæri á vinnumarkaði
- Betri þjónusta og gæði

Kynntu þér vefsíðuna Ræktum vitið – þar finnur þú upplýsingar um fræðslu, leiðbeiningar og styrkjamöguleika fyrir bæði einstaklinga og fyrirtæki.



FYRIRTÆKI ÁRSINS 2025

Niðurstöður í könnun VR á Fyrirtæki ársins 2025 voru kynntar í móttöku í Hörpu í maí síðastliðnum. Verðlaun voru veitt í þremur stærðarflokkum, til lítilla, meðalstórra og stórra fyrirtækja. Að þessu sinni hlutu fjögur fyrirtæki í flokki stórra fyrirtækja nafnbótina Fyrirtæki ársins og þrjú fyrirtæki í flokki lítilla og flokki meðalstórra fyrirtækja.

Þá voru tvenn aukaverðlaun veitt. Þrjú fyrirtæki, eitt í hverjum stærðarflokki, fengu nafnbótina Fjölskylduvænustu fyrirtækin 2025 og þrjú fyrirtæki hlutu Fræðsluviðurkenningu VR 2025.

FJÖLSKYLDUVÆNUSTU FYRIRTÆKIN

NetApp
Hringdu
Alda Solutions

FRÆÐSLUVIÐURKENNING VR

TM
Orkan
Mjúk Iceland

Könnun VR á Fyrirtæki ársins er stærstavinnumarkaðsrannsókn á Íslandi og á sér yfir aldarfjórðungssögu. Gallup lagði könnunina fyrir og sá um úrvinnslu niðurstaðna.

Þau fyrirtæki sem uppfylltu skilyrði um lágmarkssvörun og tryggðu öllu starfsfólki sínu þátttökurétt (ekki aðeins VR félaga) komu til greina í vali á Fyrirtæki ársins og voru um 160 talsins. Auk fyrirtækja ársins voru viðurkenningar veittar til fimmtán efstu fyrirtækjanna í hverjum stærðarflokki og voru þau útnefnd Fyrirmyndarfyrirtæki 2025.

Nánar má lesa um niðurstöður í könnun VR á Fyrirtæki ársins 2025 á vef VR, vr.is.

FYRIRTÆKI ÁRSINS Í FLOKKI STÓRRA FYRIRTÆKJA, ÞAR SEM STARFA 70 EÐA FLEIRI:

APRÓ
Límtré Vírnet
NetApp
Sjóvá

FYRIRTÆKI ÁRSINS Í FLOKKI MEÐALSTÓRRA FYRIRTÆKJA, ÞAR SEM STARFA 30-69:

Hringdu
Orkan
Reykjafell

FYRIRTÆKI ÁRSINS Í FLOKKI LÍTILLA FYRIRTÆKJA, ÞAR SEM STARFA FÆRRI EN 30:

Arango
Mjúk Iceland
Hótel Vellir



AF VETTVANGI LÍV

Markmið Landssambands íslenzkra verzlunarmanna er að vera sameiginlegur vettvangur aðildarfélaganna til að við vinna að bættum kjörum og öðrum hagsmunamálum félagsfólks.

VR er stærst innan vébanda LÍV en LÍV er stærst þeirra sambanda launafólks sem eiga aðild að ASÍ. Samstarf LÍV og VR er margvíslegt og þannig sér VR um daglegan rekstur LÍV í samræmi við samning sem aðildarfélag LÍV gerðu með sér. Jafnframt hafa LÍV og VR átt í samstarfi við kjarasamningsgerð og veitir VR öðrum félögum innan LÍV stuðning við túlkun kjarasamninga. Þannig hefur LÍV staðið fyrir reglulegum upplýsingafundum til starfsfólks þeirra félaga sem eiga aðild þar sem farið er yfir það helsta sem er að gerast í þróun vinnumarkaðarinnar og kjaramála.

Annað mikilvægt samstarf er á sviði starfsmenntamála þar sem LÍV, VR og Samtök atvinnulífsins standa sameiginlega að Starfsmenntasjóði verslunar- og skrifstofufólks. Það er óhætt að segja að það samstarf hafi skilað eftirtektarverðum árangri og lagt grunninn að samstarfi LÍV og VR við SVP í verkefninu Ræktum vitið þar sem sjónum er sérstaklega beint að því að auka hæfni starfsfólks í verslun og þjónustu. Það er þó ekki eina samstarfsverkefni LÍV, VR og SVP því í júní var undirritað minnisblað sem leggur grunninn að samstarfi til þess að sporna við vaxandi ofbeldi og áreitni á hendur verslunarfólki. Vinnuhópur tók til starfaundirsumarlöskkipaður fulltrúumatvinnurekenda og launafólks og er verkefni hópsins að leggja drög að aðgerðum til að sporna gegn ofbeldi og áreitni. Tillögur hópsins eru væntanlegar síðar á þessu ári. Alþjóðasamstarf er líka mikilvægur hluti starfsemi LÍV en LÍV á nú aðild að NHK sem er samstarf samtaka verslunarfólks á Norðurlöndunum, UNI Global Union sem eru samtök stéttarféлага í þjónustugreinum á almennum vinnumarkaði og ETF sem eru samtök stéttarféлага í flutningum í Evrópu.

Halla Gunnarsdóttir, formaður VR, var kjörin fulltrúi Landssambands ísl. verzlunarmanna í framkvæmdaræð UNI Europa, alþjóðasamtaka starfsfólks í þjónustugreinum í Evrópu, á ráðstefnu í Belfast dagana 24. til 27. mars. Þar komu saman yfir 600 leiðtogarsamtaka launafólks í Evrópu í tilefni 25 ára afmælis UNI Europa. Á ráðstefnunni í Belfast var samþykkt stefna samtakanna og aðgerðir stéttarféлага í þjónustugreinum til næstu fjögurra ára í Evrópu. Þessara aðgerðirendurspeglamikilvæg þess að stéttarfélag standi öflugan vörð um hagsmuni launafólks. Áhersla verður lögð á réttlát umskipti, löggjöf til verndar mannréttindum,

tæknibreytingar, baráttu við gul stéttarfélag, vaxandi áhyggjur af uppgangi öfga hægri afla í Evrópu og ákall um frið.

Ársfundur NHK fór að þessu sinni fram í Bergen í Noregi og sóttu fundinn þau Eiður Stefánsson, formaður LÍV, Anna Á. Halldórsdóttir, í stjórn LÍV, og Sigmundur Halldórsson, alþjóðafulltrúi LÍV. Samstarf aðildarsambanda NHK hefur alla tíð gengið vel og stendur á traustum grunni. Raunar svo traustum fjárhagsgrunni að tekin var ákvörðun um að fella niður félagsgjöld næstu tvö starfsár. Auk þess að efla tengsl forystu verslunarfélaga á Norðurlöndunum heldur NHK úti samstarfi vegna starfsmenntamála, evrópskra samstarfsráða launafólks (EWC), stendur fyrir fundum fyrir ungt fólk í verslunarfélögum, auk þess að taka þátt í starfi alþjóðastofnana á borð við UNI Europa og í þríliða viðræðum ESB, UNI Europa og EuroCommerce. Með þessu samstarfi hafa verslunarfélög á Norðurlöndunum tryggt sér öfluga rödd á alþjóðavettvangi og eiga samstarf um sameiginleg hagsmunamál. Hér á landi höfum við dýpkað þekkingu okkar á vinnumarkaðinum annarsstaðar á Norðurlöndum og m.a. aflað okkur upplýsinga varðandi verkbönn. Þá hafa verið haldnir fundir lögmanna vegna svokallaðs „Lufthansa dóms“ og unnið þétt með systursamtökum okkar þegar kemur að ótryggu ráðningarsamningum, sjálfvirknivæðingu og gervigreind.

Við hér á Íslandi stöndum augljóslega frammi fyrir áskorunum. Aukin samkeppni frá Kína, viðskiptastríð og stríðsátök í Úkraínu og Palestínu hafa bein áhrif á launafólk á Íslandi. Samstaða og samstarf launafólks er því mikilvægara en nokkru sinni fyrr. Í ágúst skoruðu öll helstu samtök launafólks í Evrópu, ETUC, UNI Europa, EPSU, industriAll Europe, ETF, EUROCOM, EFFAT, EFBWW, ETUCE-CSEE og EFJ, á Evrópusambandið að grípa þegar til aðgerða vegna ástandsins á Gaza. Af því tilefni sendi Christy Hoffman, framkvæmdastjóri UNI Global Union, frásýr firlýsingu þar sem kom fram að UNI hefði samþykkt á þingum sínum árin 2014, 2018 og 2023 og krafist þess að hætt væri að fjárfesta í fyrirtækjum sem starfa í ólöglegum landtökubýgðum á Vesturbakkanum. Jafnframt minnti hún á að árið 2024 sendi UNI, ásamt öðrum stéttarfélögum innan Council of Global Unions, frásér sameiginlegar firlýsingar þar sem Ísrael er hvatt til að grípa til aðgerða til að koma í veg fyrir þjóðarmorð, í samræmi við ákvörðun Alþjóðadómstólsins (ICJ). Sáttmáli Sameinuðu þjóðanna um varnir gegn þjóðarmorði og refsingu fyrir það var samþykktur í kjölfar helfararinnar með það að markmiði að koma í veg fyrir framtíðar þjóðarmorð, ekki eingöngu til að refsa – mörgum árum síðar – þeim sem dæmd eru af dómstólum [UN](#).



STYRKUR TIL FRAMTÍÐAR – ÞING LÍV

34. þing Landssambands íslenskra verzlunarmanna fer fram 30.-31. október í Reykjavík. Þing LÍV fer fram annað hvert ár í samræmi við lög LÍV og var síðast haldið á Selfossi 2023. VR á 89 fulltrúa á þinginu.

Á þinginu verða þrjú mál til umfjöllunar auk þess sem hefðbundin þingstörf verða tekin fyrir, efnahagsmál og kjarasamningar, niðurskurðarstefna og gervigreind. Yfirskrift þingsins, Styrkur til framtíðar, endurspeglar áherslustjórnar LÍV á að efla samtakamáttokkar og félaga innan LÍV til þess að takast á við þær áskoranir sem launafólk stendur frammi fyrir.

Andstaða við niðurskurðarstefnu stjórnvalda fer vaxandi og krafan um breytingar verður sífellt háværari. Á þinginu er ætlunin að skerpa á hlutverki stéttarfélaganna við að skapa félagsfólki sínu góð lífskjör og bregðast við því niðurbroti sem átt hefur sér stað á velferðarkerfunum. Hvernig stöndum við vörð um áunnin réttindi okkar og eflum áhrif okkar til að tryggja öfluga hreyfingu og góð lífskjör launafólks?

Á þinginu verður fjallað um tækifæri og ógnanir gervigreindar þegar kemur að stéttarfélögum og launafólki en umræða um gervigreind og áhrif hennar á samfélagið er mikil um þessar mundir. Áhrifa tæknibreytinga hefur nú þegar orðið vart á vinnumarkaðnum og er ætlunin að ræða hvernig við tryggjum að nýting á þessari tækni verði til þess að bæta kjör launafólks og hvaða áherslur aðildarfélög LÍV ættu að leggja til grundvallar þegar kemur að leikreglum á vinnumarkaði. Nýta

þarftækifærin sem skapast í kjölfar hagræðingarméðsjálfvirknivæðingu, nýtingu gervigreindar og öðrum tækniframförum til að stytta vinnutíma, án launaskerðinga. Notkun gervigreindar vekur umræðu um persónuvernd og hver tækifæri launafólks séu til að bregðast við mistökum og misnotkun. Hvernig mótum við áherslur okkar til þess að tryggja að tæknibreytingar séu jákvæðar fyrir launafólk?

Á þinginu er auk þess ætlunin að leggja fram tillögu að lagabreytingum en stjórn var falið á síðasta þingi að huga að endurskoðun á lögum sambandsins. Í áttunda kafla laga LÍV er fjallað um lagabreytingar og þar kemur fram að tillögur til lagabreytinga skulu berast til stjórnar eigi síðar en sex vikum fyrir sambandsþing og skal stjórn senda þær til félaganna þannig að þau hafi fengið þær í hendura.m.k. tveimur vikum áður en þing hefst. Endanleg tillaga að lagabreytingum var samþykkt af stjórn LÍV á vordögum. Þær hafa auk þess verið birtar á vef þingsins. Tvær umferðir umræðna skulu vera um lagabreytingar og til þess að lagabreyting hljóti samþykki þarf 2/3 hluta atkvæða á þingfundum.

Þing LÍV endurspeglar hlutverk LÍV sem er að vera sameiginlegur vettvangur aðildarfélaganna til að vinna að bættum kjörum og öðrum hagsmunamálum félagsfólks 

TRÚNAÐARMAÐURINN

ODDNÝ HELGA ÓÐINSDÓTTIR

Aldur: 42 ára

Vinnustaður: Icelandair

Hvað hefurðu unnið lengi hjá þínu fyrirtæki?

Ég hef starfað hjá Icelandair síðan 1. júní 2022.

Hversu lengi hefurðu verið trúnaðarmaður?

Ég hef verið trúnaðarmaður síðan maí 2024.

Hvernig fræðslu hefurðu sótt þér sem trúnaðarmaður?

Ég hef farið á námskeið sem voru bæði skemmtileg og fróðleg og fjölluðu um kjaramál, þjónustu VR og hvernig best er að nálgast erfið mál. Þá tók ég einnig þátt í ASÍ þinginu, sem var bæði fróðlegt og gaf mér tækifæri til að kynnst mörgu nýju og áhugaverðu fólki.

Finnst þér þú hafa lært eitthvað af því að vera trúnaðarmaður?

Já, ég hef lært heilmikið um réttindi, kjaramál og skyldur með því að sækja námskeið og fá fróðleik frá frábæra fólkinu hjá VR, sem alltaf stendur þétt við bakið á okkur.

Hvað gerirðu í frítíma þínum?

Frítíminn minn fer að mestu í samveru við fjölskyldu og vini. Ég fer oft íbústaðinn til að njóta friðsældarinnar í sveitinni. Ég hefeinnig mikinn áhuga á bókum og ferðalögum þar sem ég fæ tækifæri til að kynnst nýjum stöðum og menningu.





DEILD LEIÐSÖGUFÓLKS Í VR

Deild leiðsögufólks í VR var stofnuð vorið 2025 í kjölfar sameiningar VR og Leiðsagnar – félags leiðsögumanna. Hlutverk deildarinnar er m.a. að eiga frumkvæði að og sinna faglegri þróun leiðsögustarfsins og efla fagmennsku, gæða- og öryggismál. Deildinni ber einnig að standa vörð um faglega menntun leiðsögufólks og styðja við þekkingarþróun.

Leiðsögufólk sem var í Leiðsögn öðlaðist aðild að deildinni við sameiningu félaganna. Allt fullgilt leiðsögufólk í VR sem ekki er þegar í deildinni sem og nýir félagar sem vinna við leiðsögn geta sótt um aðild að deildinni á Mínum síðum.

Félagsfólk VR sem vinnur við leiðsögn getur nú sótt alla þjónustu félagsins svo sem styrki vegna fræðslu, útleigu orlofshúsa, greiðslu sjúkradagpeninga og aðstoð hjá sérfræðingum á kjaramálasviði.

Á vef VR er að finna undirsíðu fyrir deild leiðsögufólks. Þar má sjá ýmislegt um deildina, s.s. réttindi félagsfólks hjá félaginu, starfsreglur deildarinnar og fundargerðir stjórnarfunda. Einnig eru þar kjarasamningar, útreikningar m.a. á dags- og langferðum, ýmis kjarasamningsbundin ákvæði o.fl. [VR](#)

Formaður deildarinnar

- Halldór Kolbeins

Aðalstjórn

- Hildur Þöll Ágústsdóttir
- Jens Ruminy
- Pétur Gauti Valgeirsson
- Þór Bínó Friðriksson
- Jón Páll Baldvinsson
- Haraldur Þorvaldsson



KROSSGÁTAN

				Frí- stundar krossgátur © VR-blaðið	SKÁL FYRIR SJÚKL- ING	GUÐS	GÖTU- SLOÐANS	PRÁÐA	NAFN KONU	Frí- stundar krossgátur © VR-blaðið	HUNDS- HEITI	LOKID	YFIRLÆTI	MILLISTIG MÁLMS	YFIRGRIP	LEKI
				HANANÚ						EIN- DRÆGNI	1					
				HNOÐ- AÐAN						RÁÐGERI ARGA Í REIÐI						
				FJÁR- RETT- UNUM								SKÓLA- GÖNGU KÆRASTA				
				LITLAR TUNNUR			3				TALA KEYRÐIR					
Frí- stundar krossgátur © VR-blaðið		ÞAKH/ÆÐ	ÁHRIF FYRRI TÍMA	GENGUR HRATT	NAFN KONU HELLUM				ILMANDI BLÖM HROKAÐ				LÉTTUM MÁLMI SNJÓ- LAUSA			
DETT- ANDI						4			KÆKIR HERMI				2		LAMBA- BLÖÐKU	FOR- LÁTIÐ
MÁLS- METANDI					FLJÓTUR KREISTA				HLIFÐAR- FLIK HÁ BYGGING							5
FRYSTA SJÁVAR- AFURÐ							HÁÐIÐ PJATLAN							BRODD VEL BÚIN		
RÖM- VERSK TALA		MARGAR	VIND- SVALA GÆTA				STRAUM- KASTI LIFRAR- PYLS- URNAR				HEITIS HRÆÐIST					
TAUGA- BOD- EFNIS							LINA BEIN Í HORNI			6			ÞEKJAST KLAKA ROGGIN			
MJÖG					KJÖT- DEIGIÐ Í BRAUÐINU AF- MARKAÐ							FJALLS- TIND SNÆDD- UM				
FAR- VEGUR				FISKUR FLUTN- INGA- SKIPUM						ÞVER- SLAR SLAG- BRAND- INUM				SÓLGUÐ JARMADI		
HIRSLA	8				SÆTI SJÁVAR- DYRA						GRIPUÐ KJASSAÐ					
FRÁ BORGinni TEHERAN						7		DRÓGU GRENBÚA							LÁTIN	SLITUR
RÖM- VERSK TALA		KATTAR- DYR	ÆRIR AF DRYKKJU BRUGGA						NÆÐUM Á STADINN GAPTI							
REIÐRAR						KRYDD MJÓ PÍPA						BLAND- LITUÐU SVEI				
ÁSS FRJÓ- SEMI				10			GAF MERKI RÖM- VERSK TALA						KVEN- RÖDD GERJADAN DRYKK	9		
TÍL HLÍTAR					GIMBLANA						REIÐVER					
Frí- stundar krossgátur © VR-blaðið	LÆRÐI				FATA- MERKI					11	OFREYNA					

VERÐLAUN FYRIR RÉTTA LAUSN KR. 15.000

Lausnin á síðustu krossgátu er: **Dagsbirta**
Vinningshafi krossgátunnar í síðasta blaði var **Jón Eyberg Helgason** sem starfar hjá Krambúðinni í Keflavík.
VR óskar Jóni til hamingju.

Í lausn krossgátunnar hér að ofan er orð. Vinsamlegast látið kennitölu fylgja og skrifið „krossgáta“ utan á umslagið.
Skilafrestur er til 2. apríl 2026. Utánaskriftin er: VR-blaðið, Kringlunni 7, 103 Reykjavík.
Einnig er hægt að senda lausnina á **krossgata@vr.is**.

SUDOKU ÞRAUT

Sudoku byggist á því að klára að fylla út 9x9 ytri grind með tölum frá 1 upp í 9 þannig að hver tala komi aðeins fyrir einu sinni í hverri röð, hverjum dálki og hverri 3x3 innri grind.

2			4					
	6	7			8		9	
		4		5	6		3	
7	3						8	
			2		3		4	5
			7			8		
5	1	8				2		9
							5	

		4	9		5	1		
						3	8	
1							2	9
6				2	8			
							5	
4			6					
8		5			4		1	
					2		7	
			3	1	9			

5					2		4	
						9		
			6		3	8		5
			5	1		3		
		4			7	5		
					6			
6			7		1			
		8		4		1		2
	2						9	

7			6					
							2	
				5		1	3	
		1	3					
		6	9			5		
		9		2	7			3
	4							
		7	8		9			1
		3	2			6		9



ERT ÞÚ EKKI ÖRUGGLEGA MEÐ RÉTTAR UPPLÝSINGAR SKRÁÐAR HJÁ OKKUR?

Mikilvægt er að félagsfólk skrái réttar upplýsingar um starfsheiti og vinnutíma á **Mínum síðum** á vr.is

Upplýsingarnar eru nýttar í launarannsókn félagsins sem gefur félagsfólki mikilvæga innsýn í stöðu sína samanborið við aðra í sömu atvinnugrein.

VR**VR****VR****VR****VR****VR**

Þinn styrkur KJÓSTU NÚNA!

**VR****VR****VR****VR****VR****VR**

Nú kjósum við um fyrirkomulag styrkja í VR - félagsfólk á síðasta orðið!

Hvernig viltu fá stuðning fyrir líkamsrækt,
ferðalögum, gleraugum og mörgu fleiru? Kosið er
á milli VR varasjóðs og hefðbundins styrkjakerfis.



Kynntu þér valkostina
og taktu afstöðu

VR