

The VR logo consists of the letters 'VR' in a bold, white, sans-serif font, set against a dark blue square background.

VR BLAÐIÐ

01 2024



BLAÐSÍÐA 11

Skoðar þú
launaseðilinn þinn?

BLAÐSÍÐA 12

Heimilisfjármálin

BLAÐSÍÐA 16

Kosningar til stjórnar VR

BLAÐSÍÐA 30

Nýjar úthlutunarreglur
orlofshúsa



FÉLAGSMÁL

- 3**
Leiðari
- 4**
Fréttir
- 5**
Ungliðaráð VR
- 6**
Viðræður árangurslausar
- 7**
Rafrænir hádegisfyrirlestrar
- 10**
Ertu nokkuð að gleyma þér?
- 12**
Heimilisfjármálin á stormasömu ári
- 14**
Morgunverðarfundur um leikskólamál
- 26**
Starfsmenntamál
- 30**
Nýjar úthlutunarreglur orlofshúsa
- 34**
Af vettvangi Landssambandsins
- 35**
Námskeið fyrir félagsfólk
- 36**
Tilboð til félagsfólks

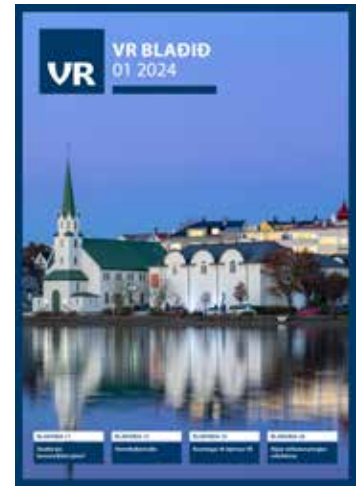
- 37**
Námskeið fyrir trúnaðarmenn VR
- 38**
Krossgátan
- 39**
Trúnaðarmaðurinn

KOSNINGAR

- 16**
Kosningar í VR 2024
- 17**
Úr lögum VR um kosningar
- 18**
Frambjóðendur kynna sig
- 24**
Listi stjórnar og trúnaðarráðs

KJARAMÁL

- 8**
Spurt og svarað – uppsagnarfrestur
- 11**
Skóðar þú launaseðilinn þinn?
- 15**
Álitaefni um bakvakt
- 32**
Könnun um áreitni og ofbeldi í starfi



Forsíðumynd: Við Tjörnina. Shutterstock.

VR BLAÐIÐ

1. tbl. 46. árgangur mars 2024

Hús verslunarinnar

Kringlan 7

103 Reykjavík

Sími 510 1700

vr@vr.is

www.vr.is

Ábyrgðarmaður

Ragnar Þór Ingólfsson

Ritstjóri

Fjóla Helgadóttir

Ritstjórn

Aðalheiður Rán Prastardóttir

Árdís Birgisdóttir

Fjóla Helgadóttir

Ragnar Þór Ingólfsson

Steinunn Böðvardsdóttir

Victor Karl Magnússon

Umbrot og útlit

Tomas Bolli Hafthorsson

Ljósmyndir

Birgir Ísleifur

Tomas Bolli Hafthorsson

Prentun

Svansprent

Upplag

15.900

Stjórn VR

Ragnar Þór Ingólfsson, formaður

Selma Björk Grétarsdóttir, varaformaður

Ólafur Reimar Gunnarsson, ritari

Bjarni Þór Sigurðsson

Halla Gunnarsdóttir

Jennifer Schröder

Jónas Yngvi Ásgrímsson

Sigríður Lovísa Jónsdóttir

Sigrún Guðmundsdóttir

Sigurður Sigfússon

Svanhildur Ólöf Þórsteinsdóttir

Vala Ólöf Kristinsdóttir

Þorvarður Bergmann Kjartansson

Þórir Hilmarsson

Ævar Þór Magnússon

Kristjana Þorbjörg Jónsdóttir

Tómas Gabríel Benjamin



VR blaðið er Svansvottaður prentgripur.



LEIÐARI FORMANNS

LÝÐRÆÐI Í FÉLAGINU OKKAR

Senn líður að kosningum í félaginu um sjö aðalsæti í stjórn félagsins og þrjú varasæti. Einhverjir gætu hugsað, enn einar kosningarnar með tilheyrandi andvörpum. Það er vert að halda því til haga að áður fyrr hafði hinn almenni VR félagi ekki kost á því að kjósa sér forystu í félaginu og að bjóða sig fram til stjórnar eða formanns var ekki álitlegur kostur eða líklegt til árangurs þar sem forystan var kosin af þröngum hópi fólks innan félagsins. Í kjölfar hallarbyltingar í félaginu árið 2009, sem undirritaður tók virkan þátt í, var knúið um allsherjaratkvæðagreiðslu, þá fyrstu í tæplega 120 ára sögu félagsins um hluta stjórnar og formann VR.

Nú eru 15 ár liðin frá þeim merka árangri sem við náðum í að lýðræðisvæða félagið þar sem allir fullgildir VR félagar geta bæði kosið og boðið sig fram. Þetta er langt frá því að vera sjálfgefið og sker VR sig úr þegar kemur að virku lýðræði um kjör á forystu. Fulltrúalýðræði, og oft flóknar og óaðgengilegar reglur um kjör stjórnar og formanns, eru enn algengasta formið hjá flestum stéttarfélögum og eru þau þannig nánast lokuð fyrir virku og sjálfsgöðu lýðræði. Við hjá VR erum með kosningar á hverju ári. Í stjórn félagsins sitja 14 aðalmenn ásamt formanni. Sjö aðalmenn í stjórn eru kjörnir til tveggja ára í senn og formaður annað hvert ár. Kjörtímabil stjórnar og formanns eru því aðeins tvö ár og getur félagsfólk með auðveldum hætti boðið fram krafta sína eða sagt skoðun sína á árangri félagsins með atkvæði sínu. Hér að neðan er stiklað á stóru yfir þær sögulegu breytingar sem áttu sér stað í aðdraganda þess að félagið var opnað öllum fullgildum VR félögum.

Á aðalfundi árið 2007 voru samþykktar tillögur um breytingar á lögum félagsins þar sem kveðið var á um að hluti stjórnar væri kosinn í listakosningu en hluti í einstaklingskosningu auk þess sem formaður skyldi kosinn í einstaklingskosningu annað hvert ár. Á árlegum nýársfundi trúnaðarráðs og trúnaðarmanna VR, í janúar árið eftir, var framboðslisti stjórnar og trúnaðarráðs kynntur samkvæmt þessum nýju lögum. Í fyrsta sinn í áratöðir var gengið til kosninga á milli einstaklinga á framboðslista félagsins.

Ári síðar, snemma árs 2009, var í fyrsta skipti í sögu félagsins allsherjaratkvæðagreiðsla meðal félagsfólks í einstaklingskosningu til formanns og hluta stjórnar. Kosið var milli þriggja frambjóðenda í einstaklingsframboði til formanns, milli sjö frambjóðenda sem buðu sig fram í einstaklingskosningu til þriggja sæta í stjórn og svo milli tveggja lista. Á listunum voru boðnir fram fjórir einstaklingar í stjórn og 82 í trúnaðarráð.

Ári síðar, í mars 2010, var sambærileg kosning, nú eingöngu til stjórnar og trúnaðarráðs. Kosið var á milli fimm frambjóðenda í einstaklingskjöri til þriggja sæta aðalmanna í stjórn og milli tveggja lista sem hvor bauð fram til fjögurra sæta aðalmanna í stjórn og 82 sæta í trúnaðarráði.

Í mars 2011 var kosið til forystu á sambærilegan hátt og nú. Þá bárust sjö framboð til formanns og 16 framboð til stjórnar. Auglýst var eftir framboðslistum til trúnaðarráðs og barst einn listi, frá félaginu sjálfu og var hann sjálfkjörinn.

Allar götur síðan hefur félagið verið opið öllum þeim sem vilja bjóða fram krafta sína til trúnaðarstarfa fyrir félagið. Lýðræði af þessu tagi er ekki sjálfgefið, sérstaklega innan verkalýðshreyfingarinnar og því afar mikilvægt að við fögnum því og virðum með góðri þátttöku sem hefur aukist jafnt og þétt síðustu ár. Þátttakan er þó minni þegar ekki er formannskjör og liggur skýringin í því að formannskjöri fylgir mun meiri umfjöllun og athygli.

Við bjóðum nú upp á lýðræðisveislu og vil ég hvetja alla VR féлага til þátttöku og leggja sitt af mörkum að festa þessa stuttu hefð enn frekar í sessi. [Luk](#)

Ragnar Þór Ingólfsson,
formaður VR

ÞARFTU AÐSTOÐ VIÐ SKATTFRAMTALIÐ?

Félagsfólki VR býðst að nýta sér einstaklingsaðstoð sérfræðings KPMG við skattframtalið. Aðstoðin verður í boði 5. og 6. mars 2024. Hver tími verður 15 mínútur. Nánari upplýsingar má finna í viðburðadagatalinu á vr.is.



SKÓLAKYNNINGAR VR

VR býður áfram upp á skólakynningar fyrir útskriftarhópa í grunn- og framhaldsskólum á félagssvæðum VR. Markmiðið er að kynna fyrir nemendum helstu réttindi og skyldur á vinnumarkaði en í kynningunni er farið yfir helstu grunnþætti sem mikilvægt er að ungt fólk þekki þegar það fer út á vinnumarkaðinn, hvaða hlutverki stéttarfélagin gegna og þjónustuna sem þau veita.

Forsvarsfólk skóla getur fengið frekari upplýsingar og bókað kynningu með því að hringja í þjónustuver VR í **síma 510 1700** eða senda tölvupóst á sandra@vr.is. 

NÝR ÁBENDINGAHNAPPUR Á VEF VR

VR hefur opnað ábendingahnapp á forsiðu vr.is þar sem félagsfólk getur sent nafnlausar ábendingar til félagsins leiki grunur á að brot séu framin á starfsfólki á vinnustað. Æskilegt er þó að skrá netfang svo hægt sé að fylgja ábendingum eftir. Vinnustaðaeftirlit VR hefur umsjón með ábendingunum. Fullum trúnaði er heitið.

Þá bendum við á að einnig er hægt að senda erindi á félagið í tölvupósti, hafa samband í vefspjalli á vr.is eða hringja í síma 510 1700. Félagsfólk er einnig velkomið að koma til okkar á skrifstofur félagsins á opnunartíma alla virka daga.



AÐALFUNDUR VR

Aðalfundur VR verður haldinn **fimmtudaginn 21. mars næstkomandi kl. 19:30** á Fosshótel Reykjavík. Á dagskrá fundarins eru hefðbundin aðalfundarstörf.



STARFSÞRÓUNARRÁÐGJÖF

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 þeirra fram á vefsíðu VR. 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 geti nýst í starfsþróunarvegferð þeirra sem stefna að og hafa áhuga á slíkri framþróun. 



UNGLIÐARÁÐ VR

Nýlega samþykkti stjórn VR stofnun Ungliðaráðs VR. Markmið ráðsins er að sjá til þess að hagsmunamál ungs fólks séu ávallt á dagskrá félagsins og veita yngra félagsfólki vettvang og leiðir til að hafa áhrif innan VR.

Helmingur félagsfólks VR er á aldrinum 16 - 35 ára. Á því æviskeiði mætast síðbernska og fullorðinsárin, fyrstu skrefin eru stigin á vinnu-markaðnum, fólk stofnar fjölskyldur og leggur grunninn að því sem koma skal. Með stofnun Ungliðaráðs stígur félagið afdráttarlaust skref til að tryggja að raddir þessa fjölmenna hóps fái að heyrast í allri um-ræðu er varðar félagið. Íslenskt samfélag hefur tekið stakkaskiptum á síðustu áratugum. Mörg þau réttindi sem forverar okkar lögðu niður störf til að knýja fram eru talin til sjálfsagðra mannréttinda í dag. Bar-áttan heldur áfram og vonir standa til þess að Ungliðaráð verði ungu fólki hvatning til þátttöku í baráttunni fyrir auknum lífsgæðum og efli baráttuþor þeirra til að hafa áhrif á samfélag sitt.

Lagt er upp með að meðlimir Ungliðaráðsins fái greitt fyrir setu á fundum, fái sjálfkrafa sæti í trúnaðarráði VR og sæti á sambandsþingi ASÍ og LÍV. Taka skal tillit til Ungliðaráðs VR við val á fulltrúum félagsins á sambandsþingum Alþýðusambands Íslands og Landssambands íslenskra verzlunarmanna sem og öðrum fundum hagsmunasamtaka launafólks.

VR hvetur öll þau sem hafa áhuga á að starfa í ráðinu að bjóða sig fram á vordögum en kosningar í ráðið verða auglýstar sérstaklega. Nánari upplýsingar um Ungliðaráð VR má finna á vr.is/ung. 

NÝTTU ATKVÆÐISRÉTT ÞINN!



Allsherjaratkvæðagreiðsla til stjórnar VR fyrir kjörtímabilið 2024 til 2026 **hefst miðvikudaginn 6. mars** og **lýkur á hádegis miðvikudaginn 13. mars**. Kosningin er rafræn á vef VR. Innskráning er með Íslykli eða rafrænum skilríkjum. Við hvetjum félagsfólk til að kynna sér frambjóðendur og nýta atkvæðisrétt sinn.

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.



Skannaðu kóðann til að fara
á Mínar síður

VR

Í sameiginlegri grundvallarnálgun þessara félaga er horft til þess að hófsamar launahækkanir verði bundnar ströngum forsendum um lækkun verðbólgu og vaxta.



BREIÐFYLKINGIN LÝSIR VIÐRÆÐUR ÁRANGURSLAUSAR

VR ásamt öðrum stéttarfélögum í breiðfylkingu stærstu aðildafélaga og sambanda innan Alþýðusambandsins lýsti föstudaginn 9. febrúar 2024 yfir árangursleysi í kjaraviðræðum við Samtök atvinnulífsins eftir margra vikna fundarlotu.

Ásteytingarsteinninn er forsenduákvæði um þróun verðbólgu og vaxta. Þegar VR blaðið fór í prentun voru fyrirhugaðar fundir í stéttarfélögunum innan Breiðfylkingarinnar þar sem næstu skref yrðu rædd og metin.

Kjarasamningar runnu út í lok janúar síðastliðnum og hafði gangur í kjaraviðræðum verið nokkuð góður framan af en viðræður hófust í desember. Stærstu stéttarfélög og landssambönd á almennum vinnumarkaði tóku höndum saman um nýja þjóðarsátt í desember síðastliðnum og gáfu bandalaginu nafnið Breiðfylkingin. Í sameiginlegri grundvallarnálgun þessara félaga er horft til þess að hófsamar launahækkanir verði bundnar ströngum forsendum um lækkun verðbólgu og vaxta. Markmiðið væri að verja og auka kaupmátt launa meirihluta alls launafólks. Samtök atvinnulífsins og Breiðfylkingin sendu

frá sér sameiginlega yfirlýsingu í lok desember þar sem samningsaðilar voru sammála um að eitt mikilvægasta verkefnið í komandi kjaraviðræðum væri að ná niður verðbólgu og háu vaxtastigi. Í yfirlýsingunni kom fram að aðilar hafi tekið höndum saman um gerð langtímakjarasamninga til að auka fyrirsjáanleika og stöðugleika í efnahagslífinu. Þá höfðu aðilar komið sér í stórum dráttum saman um launalið nýs kjarasamnings og bjartsýni ríkti um að nýr kjarasamningur yrði undirritaður og tæki strax við af eldri samningnum. Innan við mánuði frá sameiginlegu yfirlýsingunni var þó ljóst að SA hafði fjarlægst þau sameiginlegu markmið sem lagt var upp með og hafnað nálgun Breiðfylkingarinnar.

Breiðfylkingin sá sér ekki annað fært en að vísa kjaradeilunni til ríkissáttasemjara og var það gert þann 24. janúar síðastliðinn. 



Sigríður Indriðadóttir hefur á sínum ferli sem forstöðumanneskja mannauðsmála og stjórnendaráðgjafi unnið mikið með líðan, liðs- heild og hegðun fólks inni á vinnustöðum. Hún hefur stutt við bæði stjórnendur og starfsfólk á þeirri vegferð að vera meðvitaðra um sjálft sig með það að markmiði að byggja upp traust, bæta samskipti, efla liðsheild og auka bæði hamingju og árangur.

HOW DO YOU LIKE ICELAND? STAÐA INNFLYTJENDA Á ÍSLENSKUM VINNUMARKAÐI

18. apríl kl. 12:00-13:00 – **enskur texti**

Opinn á Mínun síðum VR í 30 daga

Leiðbeinandi: Kristín Heba Gísladóttir, framkvæmdarstjóri Vörðu

Á undanförunum árum hefur innflytjendum fjölgað mikið á Íslandi og þátttaka þeirra á íslenskum vinnumarkaði er mjög mikil. Þessi fjölgun hefur átt stóran þátt í hagvexti landsins og auðgað samfélagið. Rannsóknir sýna hins vegar að staða innflytjenda er frábrugðin stöðu innfæddra. Í fyrirlestrinum verður fjallað um þennan aðstöðumun út frá niðurstöðum rannsókna Vörðu - Rannsóknarstofnunar vinnumarkaðarins. Rætt verður um fjárhagsstöðu, stöðu á húsnæðismarkaði, heilsu og starfsskilyrði innflytjenda. Auk þess verður fjallað um stöðu fólks með erlendan bakgrunn sem er fætt á Íslandi en á foreldri sem er fætt erlendis en rannsóknir sýna að sá hópur stendur innfæddum heldur ekki jafnfætis á vinnumarkaði.

Kristín Heba Gísladóttir er með BA próf í sálfræði og M.Sc. gráðu í auðlindafræði. Hún hefur sinnt framkvæmdarstjórástöðu Vörðu frá stofnun stofnunarinnar en ASÍ og BSRB stofnuðu Vörðu árið 2020 með það að markmiði að efla rannsóknir á stöðu launafólks á íslenskum vinnumarkaði. Sérstök áhersla hefur verið lögð á að rannsaka stöðu mismunandi hópa, þar með talið innflytjenda. Með góðum rannsóknum er hægt að efla heildarsamtökin og aðildarfélög þeirra til að berjast fyrir betri lífsskilyrðum alls félagsfólks verkalýðshreyfingarinnar á Íslandi. 

RAFRÆNIR HÁDEGISFYRIRLESTRAR

VIÐ HÖFUM ÖLL ÁHRIF

21. mars kl. 12:00-12:45 – **enskur texti**

Opinn á Mínun síðum VR í 30 daga

Leiðbeinandi: Sigríður Indriðadóttir,
framkvæmdastjóri Saga Competence

Árangur skipulagsheilda byggir á starfsfólki sem líður vel, er sálfélagslega öruggt, upplifir traust og finnur að það er partur af öflugri liðs- heild. Líðan, hegðun og framkoma starfsfólks og stjórnenda á vinnu- stöðum hefur mikil áhrif þegar kemur að því að byggja upp þær lykil- forsendur sem liðsheild, traust og sálfélagslegt öryggi eru.

Í fyrirlestrinum leitast Sigríður við að opna huga starfsfólks og stjórn- enda enn frekar fyrir því hversu mikil áhrif hvert og eitt okkar hefur á vellíðan og árangur í raun og veru, með það fyrir augum að auka sjálfsþekkingu fólks og stuðla að enn betri vinnustaðameningu þar sem hvert og eitt fær notið sín í góðu samstarfi við aðra.

SKRÁNING

Með því að skrá þig færðu áminningu þegar nær dregur viðburði á tölvupóstfangið sem þú ert með skráð hjá VR. Þú getur séð hvaða netfang þú ert með skráð á **Mínun síðum á vr.is**. Þú getur einnig smelt á hnapp við skráningu til að setja viðburðinn í dagatalið þitt.

Fyrirlesturinn verður einungis aðgengilegur rafrænt. Honum verður streymt á auglýstum tíma, opinn út daginn á **hlekknum vr.is/streymi** en fer svo inn á Mínar síður VR og verður þar **aðgengilegur í 30 daga**.



Skannaðu kóðann með
snjallsímanum til að fá nánari
upplýsingar um viðburði VR

SPURT & SVARAÐ

Uppsagnarfrestur

Hvað er uppsagnarfrestur?

Uppsagnarfrestur er gagnkvæmur réttur atvinnurekanda og starfskrafts til að slíta vinnusambandi aðila. Báðir aðilar þurfa að tilkynna hinum með formlegum og sannanlegum hætti þegar ætlunin er að slíta vinnusambandinu. Í ákveðnum tilfellum er atvinnurekanda þó takmarkanir settar, m.a. ef tilkynnt hefur verið um töku fæðingarorlofs eða sorgarleyfis, sjá nánar á vefsíðu VR.

Uppsögnin skal vera skrifleg og á sama tungumáli og ráðningarsamningurinn. Uppsögnin skal vera skýr þ.e. með nöfnum starfskrafts og atvinnurekanda, dagsetningu, vísun í lengd uppsagnarfrests og undirritun beggja aðila.

Hvað er uppsagnarfresturinn langur?

Tímalengd uppsagnar miðast við þann rétt sem starfskraftur hefur áunnið sér á þeim degi sem uppsögnin á sér stað.

- 0-3 mánuðir í vinnu, eins vikna uppsagnarfrestur.
- 3-6 mánuðir í vinnu, eins mánaðar uppsagnarfrestur.
- unnið meira en 6 mánuði, þriggja mánaða uppsagnarfrestur.

Uppsagnarfresturinn er bundinn við mánaðamót og byrjar að telja frá og með fyrsta degi næsta mánaðar eftir að uppsögn hefur verið birt þeim sem uppsögnin beinist að.

Þegar uppsögnin er vika er miðað við 5 virka daga eða 7 almanaksdaga. Byrjar fyrsti dagurinn að telja daginn eftir að uppsögnin hefur verið birt þeim sem uppsögnin beinist að.

Uppsagnarfresturinn lengist þegar starfskraftur hefur náð 10 ára starfstíma hjá fyrirtæki og ákveðnum aldri:

- 10 ára starfstími og 55 ára aldur, uppsagnarfresturinn er 4 mánuðir.
- 10 ára starfstími og 60 ára aldur, uppsagnarfresturinn er 5 mánuðir.
- 10 ára starfstími og 63 ára aldur, uppsagnarfresturinn er 6 mánuðir.

Starfskrafturinn getur þó alltaf sagt upp starfi sínu með þriggja mánaða uppsagnarfresti.

Hve langur er uppsagnarfrestur starfsfólks í hlutastarfi (í tímavinnu)?

Lengd vinnusambands aðila er það sem skiptir máli varðandi uppsagnarfrest. Þá gildir einu hvort fólk er í hlutastarfi og fær greitt tíma kaup eða hvort það er í fullu starfi og fær greidd mánaðarlaun.

Þarf ég að vinna uppsagnarfrestinn?

Meginreglan í vinnurétti er að starfskraftur vinni á uppsagnarfresti. Á uppsagnarfresti hefur starfskrafturinn og atvinnurekandinn sömu

skyldur og áður, þ.e. óheimilt er að breyta vinnutíma, verkefnum og ábyrgð svo eitthvað sé nefnt.

Atvinnurekanda er heimilt að leysa starfskraft undan vinnuskyldu á uppsagnarfresti en hefur hann þá enn þær skyldur að greiða umsamin kjör þar til uppsagnarfresti lýkur.

Heimilt er að aðilar semji um skemmri uppsagnarfrest sem þýðir þá ekki endilega að sá tími sem eftir er verði greiddur. Ef samið er um styttri uppsagnarfrest er mikilvægt að það sé gert skriflega.

Ég er ekki með ráðningarsamning, hvaða reglur gilda þá?

Skv. kjarasamningi hefur atvinnurekandi þær skyldur að ganga frá skriflegum ráðningarsamningi við starfsfólk. Sé sá hluti kjarasamningsins ekki virtur þá hefur það engin áhrif á réttarstöðu aðila því öll ákvæði kjarasamningsins gilda og því eru báðir aðilar bundnir uppsagnarrétti skv. kjarasamningi.

Má uppsögn vera munnleg?

Uppsagnir eiga að vera skriflegar og á sama tungumáli og ráðningarsamningur starfskrafts. Dómstólar hafa viðurkennt að munnlegar uppsagnir séu gildar. Ef upp kemur ágreiningur getur verið erfitt að sanna uppsögnina og því er mikilvægt að aðilar framkvæmi uppsögn í samræmi við kjarasamning, þ.e. skriflega og hafi hana skýra.

Get ég tekið uppsafnað orlof inn í uppsagnarfrest?

Meginreglan er sú að orlof og uppsagnarfrestur geta ekki farið saman. Því er einungis hægt að fella áunnið orlof inn í uppsagnarfrest og stytta þar með uppsagnarfrestinn ef gagnkvæmt samkomulag er um það milli atvinnurekanda og starfskrafts.

Sé ekki samkomulag um slíkt fyrirkomulag lengist uppsagnarfrestur miðað við það orlof sem tekið er í uppsagnarfresti.

Má segja upp starfskrafti í veikindaleyfi?

Já, það er ekkert í kjarasamningi sem bannar það að starfskrafti sé sagt upp í veikindaleyfi. Uppsögnin getur þó aldrei skert kjarasamningsbundinn rétt starfskraftsins. Á það við bæði veikindarétt og vinnuslysarétt.

Dæmi: Starfskraftur verður veikur en á 6 mánaða veikindarétt skv. kjarasamningi. Daginn eftir að starfskrafturinn tilkynnir langtímaveikindin er honum sagt upp með 3 mánaða kjarasamningsbundnum uppsagnarfresti. Atvinnurekandi hefur þær skyldur í þessu tilfelli þar sem starfskrafturinn á ónýttan 6 mánaða veikindarétt að greiða honum hann sé starfskrafturinn óvinnufær þann tíma.



Uppsagnir eiga að vera skriflegar og á sama tungumáli og ráðningarsamningur starfskrafts. Dómstólar hafa viðurkennt að munnlegar uppsagnir séu gildar. Ef upp kemur ágreiningur getur verið erfitt að sanna uppsögnina og því er mikilvægt að aðilar framkvæmi uppsögn í samræmi við kjarasamning, þ.e. skriflega og hafi hana skýra.

Meginreglan er að sá réttur gildir sem fyrr kemur. Ef starfskraftur verður því veikur eftir að hann fær uppsögn í hendur og tilkynnir veikindi daginn eftir lengir það ekki uppsagnarfrestinn þó kjarasamningsbundinn veikindaréttur hans sé lengri en uppsagnarfresturinn. Undantekning frá þessu er í tilfelli atvinnusjúkdóma og vinnuslysa.

Á ég rétt á að vita ástæðu uppsagnar?

Meginreglan er sú að hvorugum aðilanum, þ.e. atvinnurekanda og starfskrafti, er skylt að greina frá ástæðum uppsagnar í uppsagnarbréfinu. Eina undantekningin er í tilfelli atvinnurekanda ef ætlunin er að segja starfskrafti upp störfum þar sem rökstyðja þarf uppsögn, t.d. eftir tilkynningu á töku fæðingarorlofs.

Starfskraftur á kjarasamningsbundinn rétt á að fá að vita ástæður uppsagnar ef hann kys þáð. Starfskrafturinn þarf að óska eftir viðtali um starfslok sín og ástæður uppsagnar innan fjögurra sólarhringa frá því að uppsögnin var móttækin. Viðtalið á þá að eiga sér stað innan fjögurra sólarhringa þar frá.

Að loknu viðtali eða innan fjögurra sólarhringa á hann rétt á að fá ástæður uppsagnar skýrðar skriflega og á hann að fá þær frá atvinnurekanda innan fjögurra sólarhringa þar frá.

Fallist atvinnurekandi ekki á ósk starfskraftsins um skriflegar skýringar, á starfskrafturinn rétt á öðrum fundi með atvinnurekanda innan fjögurra sólarhringa að viðstöddum trúnaðarmanni eða fulltrúa stéttarfélagsins ef starfskrafturinn óskar þess.

Er miðað við að þessir fjórir sólarhringar eigi við um almenna vinnudaga, þ.e. frá mánudegi til föstudags.

Hvað er fyrirvaralaus uppsögn?

Fyrirvaralaus uppsögn er þegar starfskrafti er sagt upp án þess að fyrirtækið ætli að virða kjarasamningsbundinn uppsagnarfrest.

Ef starfskraftur fær fyrirvaralaus uppsögn þar sem uppsagnarfrestur er ekki virtur er honum bent á að setja sig strax í samband við kjaramálasvið.

Hvernig á að standa að uppgjöri starfskrafts við starfslok?

Þegar starfskraftur hættir, hvort sem er með samkomulagi eða við lok uppsagnarfrests, þarf að gera upp laun ásamt áunnum réttindum eins og orlofsuppbót, desemberuppbót og orlofi.

Uppgjör á að eiga sér stað með síðustu launagreiðslu síðustu mánaðamóta uppsagnar. 

Flairi spurningar og svör varðandi veikindarétt, uppsagnir og orlof má finna á vr.is



ERTU NOKKUÐ AÐ GLEYMA ÞÉR?

Könnun VR á Fyrirtæki ársins 2024 er hafin.

Við hvetjum félagsfólk VR til að svara könnun félagsins á Fyrirtæki ársins 2024 en hún stendur nú sem hæst. Heppnir svarendur geta að auki dottið í lukkupottinn og unnið glæsilega vinninga, þar á meðal iPhone 15 og YAY gjafabréf. Flest í félaginu hafa nú fengið könnunina senda á tölvupósti en einnig er hægt að nálgast hana á Mínum síðum á vef VR.

EIN STÆRSTA VINNUMARKAÐSKÖNNUNIN

VR hefur kannað aðbúnað félagsfólks og viðhorf þess árlega í meira en tvo áratugi. Öll í félaginu fá senda könnun en fjöldi fyrirtækja tryggir að auki öðru starfsfólki sínu þátttökurétt í könnuninni, óháð því í hvaða stéttarfélagi það er. Í ár fær allt starfsfólk um 150 fyrirtækja tækifæri til að taka þátt óháð stéttarfélagsaðild sinni og er könnunin send til um 40 þúsund einstaklinga á almennum vinnumarkaði. Könnun VR á Fyrirtæki ársins er þannig ein víðamesta vinnumarkaðskönnun sem gerð er á Íslandi.

UM HVAD ER SPURT?

Í könnuninni er spurt um viðhorf til níu lykilþátta í starfsumhverfi svarenda. Þættirnir eru stjórnun fyrirtækisins, starfsandi á vinnustaðnum, launakjör, vinnuaðstaða, sveigjanleiki í vinnu, sjálfstæði í starfi, ímynd fyrirtækisins, jafnrétti og að síðustu ánægja og stolt af vinnustaðnum. Gefin er einkunn fyrir hvern lykilþátt og saman mynda þær heildar-einkunn fyrirtækis en hæsta einkunn er fimm. Ítarleg umfjöllun um þættina og þróun þeirra er á vef VR, vr.is. Þar má einnig finna umfjöllun um hugmyndafræðina að baki könnuninni og framkvæmdina.

EFSTU FYRIRTÆKIN VALIN FYRIRTÆKI ÁRSINS

Niðurstöður eru birtar á vef VR fyrir hvert og eitt fyrirtæki sem nær lágmarkssvörum, sem er 35% af útsendum spurningalistum. Einungis fyrirtæki þar sem allt starfsfólk hefur tækifæri til að taka þátt koma til greina í valinu á Fyrirtæki ársins eða Fyrirmyndarfyrirtæki.

Fyrirtækjum er skipt í þrjá flokka eftir stærð; minnstu fyrirtækin eru þau þar sem starfsfólk er færri en 30 talsins, meðalstór eru þau þar sem starfa 30 til 69 og þau stærstu eru með 70 eða fleiri starfandi. Efstu fyrirtækin í hverjum stærðarflokki fá titilinn Fyrirtæki ársins. Fyrir-

tækin í fimmtán efstu sætunum, þar með talin vinningsfyrirtækin sjálf, fá viðurkenninguna Fyrirmyndarfyrirtæki.

FJÖLSKYLDUVÆNUSTU FYRIRTÆKIN

Auk þess verður eitt fyrirtæki í hverjum stærðarflokki útnefnt Fjölskylduvænasta fyrirtækið 2024. VR veitti slíka viðurkenningu í fyrsta skiptið árið 2023 og verður hún fastur liður í könnuninni héðan í frá. Viðurkenningin grundvallast á svörum starfsfólks við spurningum sem snúa að sveigjanleika í vinnu og getu til þess að samræma vinnu og einkalíf. VR telur brýnt að vekja athygli á þessum mikilvæga málaflokki með því að veita sérstakar viðurkenningar til þeirra fyrirtækja sem bjóða starfsfólki sínu upp á fjölskylduvæna vinnustaði.

ÞINN VETTVANGUR TIL SAMSKIPTA

Könnunin veitir starfsfólki mikilvægan farveg til að tala við stjórnendur sinna vinnustaða, hrósa því sem vel er gert en benda jafnframt á það sem þarf að laga. Þetta er þinn vettvangur og þín leið til að láta heyrna frá þér.

Niðurstöðurnar eru mælikvarði á frammistöðu stjórnenda fyrirtækja og eru nýttar til að veita þeim fyrirtækjum sem standa sig vel í mannauðsmálum viðurkenningu fyrir vel unnin störf og hvetja önnur til aðgerða. En niðurstöður í könnun VR á Fyrirtæki ársins eru meira en bara viðurkenning til fyrirtækja. Þær gefa félagsfólki VR og starfsfólki á almenna vinnumarkaðnum upplýsingar um starfskjör í fyrirtækjum og viðhorf starfsfólks þeirra sem og þróun á vinnuaðstæðum. Þær gefa VR einnig dýrmætar upplýsingar um hvar hallar á félagsfólk og hvernig kjarabaráttan hefur skilað árangri. Niðurstöður könnunarinnar eru mikilvægt innlegg í kjaraviðræður og renna fleiri stöðum undir starfsemi og þjónustu félagsins. [VR](#)



Skannaðu kóðann með snjallsímanum til að fá nánari upplýsingar um könnunina eða farðu inn á slóðina vr.is/2024.

SKOÐAR ÞÚ LAUNASEÐILINN ÞINN?

KJARAMÁL

Það færist sífellt í aukana að launaseðlar séu sendir í heimabanka og er þá að finna undir „rafræn skjöl“ í heimabankanum. Slík afhending er viðurkennd og er í raun mjög hentug því þá eru allir launaseðlarnir á einum stað og ekki hætta á að þeir týnist. Það er aldrei of oft minnt á nauðsyn þess að fara reglulega yfir launaseðla og ganga úr skugga um að rétt laun sé greidd og öll viðeigandi gjöld dregin af launum.

Sýnishorn ehf

Kringlan 7 – 101 Reykjavík

Kt. 250899-7589

Launaseðill

Fríðbjartur Agmundarson

Blásalir 283

111 Reykjavík

Dagsetning:

Tímabil:

Seðilnúmer:

Kennitala:

Laun:

Frádráttur:

Útborguð laun:

28. 02. 2024

01.02. – 28.02.2024

2

300501-5759

147.159

19.480

127.679

Laun	Tímar/Ein.	Taxti	Upphæð	Frá áramótum	Upphæð
101 Dagvinna	30	2.478,30	74.349	45	111.524
102 Eftirvinna	35	3.427,45	119.961	56	191.937
305 Orlof 10,17% af 133.575			13.584		21.216
Samtals laun:			147.159		

Frádráttur	Tímar/Ein.	Taxti	Upphæð	Frá áramótum	Upphæð
10 Iðgjald 4%			5.886		9.193
50 Félagsgjald 0,7%			1.030		1.608
910 Staðgreiðsla skatta			0		0
305 Orlof greitt í banka			13.584		21.216
Samtals frádráttur:			19.480		

Staðgreiðsluskyld laun eru 147.159 en til lækkunar kemur iðgjald launþega í lífeyrissjóð 5.886.

Staðgreiðslustofn er því 141.273. Heildarstaðgreiðslustofn í nóvember 2019 er 141.273 og dreift á skattþrep samantef eftirfarandi sundurliðun:

Þrep 1: upphæð: 141.273

36,94% skattþreenta: reiknuð staðgreiðsla:

52.186

Þrep 2: upphæð:

46,24% skattþreenta: reiknuð staðgreiðsla:

66.447

Staðgreiðsla reiknað samtals 52.186 en persónuafsláttur til lækkunar er 56.447.

Staðgreiðsla er því 0.

Lífeyrissjóður verslunarmanna

iðgjald launþega: 5.886

Móttframlag vinnu: 16.923

VR - Stéttarfélagsgjald

Félagsgjald launþega: 1.030 – Móttframlag vinnu: 2.428

Arionbanki – Kirkjubraut 28

- Laun iðgið inn á bankareikning: 0330-26-4447 kr. 127.679

- Orlof lagt inn á orlofsreikning 0330-16-3334 kr. 13.584, frá 1. maí 2023 kr. 21.216

EFST Á SEÐLINUM EIGA AÐ VERA HAGNÝTAR UPPLÝSINGAR:

- Kennitölur og nöfn fyrirtækis og starfskrafts
- Dagsetning greiðslu
- Dagsetning tímabils

LAUN

Mánaðarlaun annað hvort skv. ráðningarsamningi eða kjara-samningi, þ.e. samið er um ákveðna upphæð fyrir unninn mánuð og reiknað starfshlutfall af þeirri upphæð. **Tímafjöldi og tíma kaup** og þá hvers kyns, þ.e. dagvinna, eftirvinna, stórhátið eða yfirvinna.

Bónus eða aðrar aukagreiðslur, s.s. dagpeningar, ökutækja-styrkur, desemberuppþót, bifreiðahlunnindi o.fl.

Orlof. Orlofsdagar, orlofstímar eða orlof er reiknað sem hlutfall af greiddum launum og greitt í banka. Hvernig sem orlofið er reiknað skal það koma fram á útgefnum launaseðli um hver mánaðamót.

Samtala launa er svo tekin saman í eina upphæð sem er þó ekki upphæð greiddra launa.

FRÁDRÁTTUR

Reiknaður skattur. Launagreiðandi ber ábyrgð á greiðslu opinberra gjalda. Launaseðillinn er því mjög mikilvæg kvittun fyrir starfskraftinn ef þessar greiðslur skila sér ekki á rétta staði.

Tekjuskattur. 31,48% fyrir tekjur upp að 446.136 kr., 37,98% fyrir tekjur á bilinu 446.137 - 1.252.501 kr. og 46,28% af tekjum umfram þá upphæð.

Persónuafsláttur. Mánaðarlegur persónuafsláttur árið 2024 er 64.926 kr. Launafólk skal gæta þess að persónuafsláttur sé einungis nýttur á einum vinnustað, eða að hámarki 100%.

Lífeyrissjóður. 4% skyldugreiðsla frá launafólki, atvinnurek-andi greiðir einnig 11,5%.

Séreignarlífeyrissjóður. Annað hvort 2% eða 4%, fer eftir þeim samningi sem starfskraftur gerir við viðeigandi sér-eignarlífeyrissjóð. Atvinnurekandi greiðir 2% á móti.

Stéttarfélagsgjöld. 0,7% til VR.

Starfsmannafélag ef við á.

Frádráttur á orlofi. Þegar orlof er reiknað sem hlutfall af launum um hver mánaðamót skal orlofið greitt í banka og upplýsingar um orlofsreikning koma fram á launaseðlinum.

NIÐURSTAÐA

Þegar allir frádráttarliðir hafa verið dregnir frá heildarlaunum stendur eftir sú upphæð sem greidd er inn á bankareikning starfskrafts.

Starfskraftur skal koma sem fyrst með ábendingu og beiðni um leiðréttingu launa telji hann þau vera röng, t.d. ef starfshlutfall er of lágt, tímar of fáir eða ef laun eru ekki í samræmi við umsamin kjör. Launaseðillinn er kvittun starfsfólks fyrir unninn tíma og greidd gjöld. Atvinnurekanda ber skylda skv. kjarasamningi til að afhenda starfs-fólki launaseðil við hverja útborgun og er því mikilvægt að ganga úr skugga um að hann berist starfsfólki örugglega, hvort sem það er í pósti, heimabanka eða við afhendingu á vinnustað.

Launaseðlar eru mismunandi á milli fyrirtækja en innihald þeirra skal vera það sama þótt framsetningin sé ólík. Starfsfólk ætti að geta leitað til síns næsta yfirmanns eða til mannauðssviðs/launafulltrúa ef það óskar eftir að fá skýringu á launaseðli sínum. Félagsfólki VR er alltaf velkomið að leita til okkar á kjaramálasviði VR ef það þarf aðstoð við lesa úr launaseðlinum sínum. [VR](#)

Á vef VR er að finna reiknivélar ásamt launaseðli sem hægt er að skoða til samanburðar: [vr.is/reiknivelar](#)



Björn Berg

Fjármálaráðgjafi og fyrirlesari

HEIMILISFJÁRMÁLIN Á STORMASÖMU ÁRI

Gluggaveður er skemmtilega íslenskt orð. Í brunagaddi og bálhvössu eru krókusarnir farnir að dauðsjá eftir þjófstartinu en við sitjum við eldhúsgluggann og njótum útsýnisins. Mikið er þetta nú fallegur dagur. Það er kostur að geta litið á íslenska veðrið með þessum hætti og án þess væri hér tæplega búandi.

Við höfum þó vit á að vaða ekki út í gluggaveðrið nema kappklædd. Við fylgjumst með veðurspánni og tökum grillið inn ef spáin er ljót. Það er vissara að ganga einn hring og sjá til þess að gluggarnir séu lokaðir og þótt stutt sé síðan við hreinsuðum frá niðurföllunum tekur enga stund að líta á þau aftur. Vissulega erum við heppin að búa hér við einhver bestu lífsgæði á byggðu bóli en þetta er samt óttalegt rokrassgat. Þótt ég hafi ekkert fyrir mér í því ætla ég að leyfa mér að fullyrða að engin þjóð nýtir góðviðrísdaða betur, vegna þess að við vitum sem er að næsta lægð nuddar saman lófunum einhvers staðar suður í höfum og býður þess að minna okkur á hvar við búum.

SLÆMI KAFLINN KEMUR

Við vitum öll af þessum sviptingum. Við kunnum að stilla væntingum í hof og vitum að eins og í handboltanum kemur slæmi kaflinn alltaf en er þó ekki eilífur. Við búum ekki við ósvipuð skilyrði í efnahagslegu tilliti. Þetta er óttalegt rokrassgat. Búandi á slíku landi verðum við því að verja okkur eins og kostur er fyrir þeim sviptingum sem sennilega eru og verða óumflýjanlegar. Það er mikilvægt að muna að núverandi ástand, hvernig svo sem árar, er ekki víst að verði varanlegt. Hér skiptast oft á skin og skúrir og með meiri látum en víða annars staðar. Hin ýmsu gögn sýna okkur, svo ekki verður um villst, að okkur hættir til að gleyma okkur í núverandi ástandi. Þetta er ekki séríslenskt vandamál hvað heimilisfjármálin varðar, en kannski öllu alvarlegra vegna þess hve sveiflurnar hér eru miklar.

GERUM RÁÐ FYRIR HINU ÓVÆNTA

Okkur hættir til að taka ákvarðanir sem byggja á þeirri forsendu að nýliðinn tími endurtaki sig eða núverandi ástand verði varanlegt. Þessi tilhneiging hefur birst okkur annað slagði undanfarin ár. Sem dæmi má nefna mikinn flóttu úr íslensku krónunni eftir að hún hafði þegar veikt mikið í kjölfar fjármálahrunsins. Almennigur tók lítinn þátt í fjárfestingum á hlutabréfamarkaði fyrr en eftir að mjög miklar verðhækkningar höfðu þegar átt sér stað í aðdraganda hrunsins og meðan á Covid stóð. Þegar litið hefur verið á tíðni viðskipta einstaklinga í verðbréfasjóðum er ljóst að almennigur vill leggja fé sitt þangað inn eftir miklar hækkningar en tekur fjármuni út eftir miklar lækkningar og sama má segja um margar aðrar fjárfestingar. Við virðumst elta sveifluna þar sem við ofmetum líkur á því að hún haldi áfram á sömu leið.

Ef bornir eru saman vextir á bankabókum og verðbólguþáttur virðast innlánskör nú vera óvenju góð en þó er enn vinsælt að tala um að ekkert sé upp úr bankareikningum að hafa þessa dagana. Aðstoðar-seðlabankastjóri var harðlega gagnrýnd þegar hún benti á, um það leyti sem vextir náðu hér lágmarki, að mikilvægt væri að tryggja fjárhagslegt svigrúm við lántöku, þar sem líklega myndu vextir hækka að nýju. Við getum að sjálfsögðu ekki séð allt hið óvænta fyrir en það borgar sig að reikna með breytingum sem gætu haft mikil áhrif á fjárhag heimilis okkar. Því er holl og góð æfing að spyrja sig af og til „hvað ef?“.

FJÁRHAGSLEG HEILSA 2024

Á nýju ári gefst tilefni til að taka til í fjármálunum. Mikilvægur þáttur í því er að huga að sambandi sínu við peninga í grundvallaratriðum. Það var með slíkt í huga sem ég var beðinn um að halda fyrirlestur á vettvangi VR sem bar heitið Fjárhagsleg heilsa 2024. Þar var ég raunar rækilega minntur á síbreytileika íslensks efnahagslífs því frá því erindið var tekið upp í upphafi desember og þar til það var birt á vefnum um fimm vikum síðar hafði gosið rétt við Grindavík, jákvæðar og aftur neikvæðar fréttir borist af kjaraviðræðum og verðbólgan hjaðnað meira en spáð hafði verið! Megininntak erindisins hélt þó vonandi verðgildi sínu en þar ræddi ég áhrif mögulegrar þróunar efnahagsmála á heimilin í landinu. Ef við viljum tryggja betur fjárhagslega heilsu okkar þetta árið legg ég til að öryggi verði í forgrunni.

NOKKRAR TÍMALAUSAR REGLUR

Almennar reglur um örugg og heilbrigð heimilisfjármál gilda alltaf, óháð aðstæðum og efnahagssveiflu. Þær hjálpa auk þess til við að takast á við óvænta og erfiða tíma. Að sjálfsögðu er svigrúm fólks til að tileinka sér þessa hegðun mjög misjafnt og víða minna en áður, einmitt vegna ástandsins. En það hlýtur að vera tilraunarinnar virði að teygja sig í það minnsta í rétta átt.

Okkur hættir til að taka ákvarðanir sem byggja á þeirri forsendu að nýliðinn tími endurtaki sig eða núverandi ástand verði varanlegt.

Ekki taka ný lán – Geymdu eins og kostur er þá neyslu sem þú getur ekki staðgreitt. Það er óþarfi að gera aðra ríka með því að leka peningum úr heimilisbókhaldinu í hverjum mánuði.

Greiddu niður það sem þú skuldar – Veldu þér leið sem hvetur þig til dáða. Byrjaðu til dæmis að greiða niður lítið og dýrt lán og bættu greiðslubyrðinni sem sparast við innborganir á næsta lán og svo koll af kolli.

Eigðu varasjóð – Með hóflegum varasjóði má bregðast við óvæntum áföllum og tækifærum með því að taka lán hjá sjálfum sér í stað þess að dreifa greiðslum eða taka önnur rándýr neyslulán á borð við yfirdrátt.

Leggðu fyrir reglulega – Eini sparnaðurinn sem skilar árangri er sá sem lagt er í reglulega og sjálfvirk. Skráðu aðskilinn sparnað í netbanka fyrir ferðalögum, jólum, fjárfestingum og fleiru. Breyttu sparnaðinum þannig í reikninga sem alltaf eru greiddir.

Hugaðu að efri árunum – Greiddu þín 4% í viðbótarlífeyrissparnað og byggðu upp góðan og sveigjanlegan eftirlaunasjóð.

Gerðu áætlun fyrir heimilið – Skammtaðu þér útgjöld mánaðarins. Hvort sem það er gert með reiðufé í umslögum eða agaðri notkun debetkorts hefur mörgum tekist að finna fjármuni í heimilisbókhaldinu með skýrri áætlun. Tilgreindu þá fjárhæð sem verja má í mat þennan mánuðinn, skemmtanir, fjölmiðla og fleira.

Með þessu sköpum við okkur aukið fjárhagslegt svigrúm og það er einmitt það sem reynist svo dýrmætt þegar á reynir vegna þess að lán

eru áhættusöm og sparnaður trygging fyrir óvæntum áföllum. Eins og maðurinn sagði er það þegar flóðið fjarar út sem sést hverjir eru ekki í sundskýlu. Það er því mikilvægur þáttur fjárhagslegrar heilsu að vinna markvisst að því að draga úr skuldum og auka sparnað eins og kostur er.

HVAÐ EF?

Vissulega lítur út fyrir að ýmislegt sem gert hefur okkar persónulegu fjármál erfiðari upp á síðkastið horfi nú til betri vegar. Verðbólga hefur meðal annars hjaðnað og það glittir vonandi í vaxtalækkunir. Vonandi fer sem horfir en aftur bendi ég á að við búum á Íslandi og þótt oft sé varinn góður er hann óviða betri en hér.

Aðstæður fólks eru mjög misjafnar en ef verðbólga hjaðnar hér hratt og vextir lækka ættu víða að skapast tækifæri til að vinna enn frekar á skuldum. Þar sem minna svigrúm er ætti þó í það minnsta að vera hægt að endurfjármagna lán á betri kjörum en áður og rekstur heimilisins að verða bærillegri.

Það er þó ekki útilokað að verðbólga verði hér þrálátari og vextir háir í lengri tíma. Við höfum áður gengið í gegnum slík tímabil og vitum hversu erfið þau geta verið. Vegna þeirrar óvissu sem nú ríkir þykir mér þetta því sérlega heppilegur tími fyrir heimili að ráðast í fjárhagslegt átak.

Setjum öryggi í fyrsta sæti og leggjum nú áherslu á að tryggja okkur sem allra best fyrir hverju því sem koma skal fjárhagslega. Svigrúmið er ekki alltaf mikið en reynum samt, allt hjálpar. Ég man ekki eftir að hafa séð eftir því að hafa lítið á niðurföllin í vondri veðurspá eða tekið grillið inn. 

Almennar reglur um örugg og heilbrigð heimilisfjármál gilda alltaf, óháð aðstæðum og efnahags-sveiflu. Þær hjálpa auk þess til við að takast á við óvænta og erfiða tíma. Að sjálfsögðu er svigrúm fólks til að tileinka sér þessa hegðun mjög misjafnt og víða minna en áður, einmitt vegna ástandsins.





MORGUNVERÐARFUNDUR UM LEIKSKÓLAMÁL

Fimmtudaginn 23. nóvember 2023 stóð VR fyrir fjölmennum morgunverðarfundum um stöðu foreldra ungra barna og samspil leikskóla og vinnumarkaðar.

Á fundinum voru þrjú erindi haldin og í kjölfarið sköpuðust líflegar umræður í pallborði sem Halla Gunnarsdóttir, stjórnarkona í VR, stýrði. Pallborðið var skipað fulltrúum mismunandi hagaðila og fyrir svörum sátu þau Arnar Þór Sævarsson, framkvæmdastjóri Sambands íslenskra sveitarfélaga; Arnaldur Grétarsson, faðir; Maj-Britt Hjördís Briem, lögmaður á vinnumarkaðssviði Samtaka atvinnulífsins og Sigurður Sigurjónsson, formaður Félags stjórnenda leikskóla.

Tekist var á um ýmis málafni, m.a. nýlegar hækkanir á gjaldskrá leikskóla í sveitarfélögum eins og Kópavogi og Hafnarfirði fyrir vistun barna umfram sex klukkustundir á dag. Stjórn VR hefur áður lýst áhyggjum af þessu nýja fyrirkomulagi, sem leggst þyngst á tekjuminni foreldra og þá sem skortir sveigjanleika í starfi til þess að hafa börnin í skemmri vistun. Í umræðunum bentu fulltrúar leikskólafólks hins vegar á að þessi skemmri vistun hafi reynst kennurum og stjórnendum vel, enda til þess fallið að minnka álag á kulnað starfsfólk og kerfi sem er á mörgum stöðum sprungið. Leikskólar eru íslensku samfélagi afar mikilvægir og á fundinum kom fram hvernig togstreita getur skapast á milli tveggja ólíkra hlutverka leikskólakerfisins: Hlutverki leikskólans sem menntastofnun annars vegar og sem vistunarúrræði fyrir foreldra á vinnumarkaði hins vegar.

Formlegu erindin á morgunverðarfundinum voru sem fyrr segir þrjú. Victor Karl Magnússon, sérfræðingur hjá VR, kynnti greiningu á tekju-skerðingu foreldra ungra barna á tímabilinu frá því að barn fæðist og þar til grunnskólaganga hefst. Í erindinu kom fram að hjón með meðallaun VR félaga gætu orðið fyrir tekju-skerðingu sem nemur milljónum króna (eftir skatt) á þessu tímabili. Hið svokallaða umönnunarbíl, sem er tímabilið frá því að fæðingarorlofi lýkur og þar til leikskólaganga hefst, vegur þar þungt en ljóst er að það reynist mörgum foreldrum erfitt að brúa það bil. Að mati flestra hagaðila er nauðsynlegt

að stjórnvöld stígi inn í og tryggi börnum leikskólapláss strax í kjölfar fæðingarorlofs og tekur VR undir það sjónarmið.

Auk Victors Karls héldu erindi Sunna Símonardóttir, nýdoktor í félagsfræði við Háskóla Íslands, og Kristín Heba Gísladóttir, framkvæmdastjóri Vörðu – rannsóknarstofnunar vinnumarkaðarins. Sunna fjallaði um rannsókn þar sem umfjöllun um leikskólamál og heimgreiðslur var greind í fjölmiðlum á árunum 2020 til 2023. Heimgreiðslur eru lágar fastar greiðslur til foreldra ætlaðar til að brúa umönnunarbilið. Umönnunarbíl á Íslandi er að mestu brúað af mæðrum sem teygja orlofið sitt og draga úr vinnu sinni að því loknu. Heimgreiðslur hafa í gegnum tíðina verið gagnrýndar fyrir að vinna gegn jafnrétti og stuðla enn frekar að hinu svokallaða fyrirvinnulíkani, þar sem mæður eru heima að sinna börnum sínum. Sunna sagði mikilvægt að vera vakandi fyrir þeirri orðræðu sem birtist í tengslum við leikskólamál.

Kristín Heba, framkvæmdastjóri Vörðu, fjallaði um niðurstöður nýrrar rannsóknar sem lýtur að því að kortleggja stöðu launafólks þegar kemur að því að samræma fjölskyldu og atvinnulíf. Í máli Kristínar Hebu kom meðal annars fram að hærra hlutfall kvenna en karla tekur börn sín með sér í vinnuna vegna frí- og starfsdaga eða 36% á móti 23% karla. Rannsóknin er hluti af stærra rannsóknarverkefni Vörðu sem er enn í gangi, en niðurstöður fyrsta hluta rannsóknarinnar voru birtar í nóvember 2023. Ljóst er að það verður mikilvægt að halda umræðum um þessi málafni á lofti. 

Umönnunarbíl á Íslandi er að mestu brúað af mæðrum sem teygja orlofið sitt og draga úr vinnu sinni að því loknu.



ÁLITAEFNI UM BAKVAKT

Þegar starfskraftur hefur lokið sínum hefðbundna vinnutíma en þarf að vera til taks í síma er talað um að hann sé á bakvakt. Bakvakt getur svo leitt af sér úrvinnslu léttari verkefna, útkalls o.fl.

BAKVAKT

Fyrir hverja klukkustund á bakvakt sem vakthafandi starfskraftur er bundinn heima fær hann greitt sem svarar 33% dagvinnustundar og 50% dagvinnustundar á almennum frídögum og stórhátíðum. Fyrir bakvakt þar sem ekki er krafist tafarlausa viðbragða af hálfu starfskraftsins en hann er tilbúinn til vinnu strax og til hans næst greiðist 16,5% af dagvinnukaupi fyrir hverja klukkustund og 25% á frídögum og stórhátíðum.

ÚTKALL

Sé starfskraftur kallaður til vinnu á starfsstöð sem er ekki í beinu framhaldi af daglegri vinnu hans skal greitt yfirvinnukaup í að minnsta kosti 4 klst., nema dagvinna hefjist innan tveggja klukkustunda. Um leið og starfskraftur er kallaður út þá hættir hann að fá bakvaktargreiðslur en fær þá greiðslu fyrir útkallið.

VIKULEGUR FRÍDAGUR OG DAGLEG HVÍLD

Þegar starfskraftur er á bakvakt er hann til taks fyrir atvinnurekandann og telst bakvakt því til vinnutíma hvað varðar vikulegan frídag. Samkvæmt reglum um vikulegan frídag á starfskraftur að fá hið minnsta einn dag í frí á hverju 7 daga tímabili. Vinni starfskraftur því t.d. frá mánudegi til föstudags og er á bakvakt um helgi þarf að bæta starfs-

kraftinum það upp með launuðum frídegi vikuna á eftir, hvort sem starfskrafturinn var kallaður út eða ekki.

Sé starfskrafturinn kallaður út þarf einnig að gæta að daglegri hvíld. Dagleg hvíld skal vera að lágmarki 11 klukkustundir á sólarhring.

Sem dæmi má taka starfskraft sem vinnur alltaf kl. 8-16 á virkum dögum. Hann er á bakvakt á mánudagskvöldi og er kallaður í verkefni kl. 20 sem lýkur kl. 23 það kvöld. Hann á því ekki að mæta til vinnu fyrr en kl. 10 á þriðjudegi til að ná 11 klst. hvíld eftir að vinnu lauk. Atvinnurekandi getur gert þá kröfu um að hann mæti kl. 8 en þá fær starfskrafturinn þann tíma sem hvíldin skerðist um bætta síðar. Í þessu tilfelli væri það þá 2 klst. sem vantar upp á hvíldina og fengi viðkomandi 3 klst. í uppsafnað frí til töku síðar á dagvinnutíma í samráði við atvinnurekanda. Ef starfskraftur mætir hins vegar kl. 10 heldur hann dagvinnulaunum frá kl. 8. Auk þess er þá greitt fyrir bakvaktartímann frá kl. 16 á mánudeginum þar til viðkomandi var kallaður út kl. 20. Þá er greidd yfirvinna í 4 tíma frá þeim tíma, þó verkinu hafi verið lokið á 3 tímum. Ef viðkomandi þarf að vera áfram á bakvakt að 4 tímum liðnum þ.e. þá kl. 24 sama kvöld hefur hann aftur bakvaktargreiðslu þar sem hann er áfram til taks fyrir atvinnurekanda þar til mætt er til vinnu. Ef viðvikin eru nokkur eftir fyrsta útkall en þau rúmast öll innan fjögurra klukkustunda er einungis greitt eitt útkall. Ef vinnan í útkalli tekur lengri tíma en 4 klst. greiðist tilsvarandi fjöldi yfirvinnustunda og ef starfskraftur er kallaður aftur út, t.d. kl. 1 eftir miðnætti í þessu sama dæmi, reiknast aftur 4 klst. yfirvinna vegna útkalls.

VINNU SINNT AÐ HEIMAN

Bakvaktarálagið er greiðsla fyrir að vera til taks þannig að hægt sé að ná í starfskraftinn. Eins og við vitum þarf starfsfólk í dag ekki allt að mæta á starfsstöð til að sinna vinnu sinni heldur má leysa ýmis verkefni að heiman. „Í slíkum tilvikum erum við eins og er bundin af dómi frá árinu 2003 þar sem ekki var talið að um útkall væri að ræða nema starfskrafturinn kæmi á starfsstöð. Í nýlegum dómi félagsdóms frá 2022 var vísað til þess dóms í svipuðu máli. Ef starfsfólk er kallað út á bakvakt en þarf ekki að mæta á starfsstöð til úrlausnar verkefna, hættir það á bakvakt þann tíma sem það þarf að leysa verkefnið og fær tilheyrandi tímakaup. Að því loknu taka bakvaktargreiðslur aftur við. Starfsfólk þarf að halda vel utan um þessa tíma og skrá hjá sér svo það fái greitt fyrir þá vinnu sem það sinnir á bakvakt. Þó er vert að hafa í huga að samkvæmt kjarasamningi er lágmarksvinnutími um helgar 4 klst. svo ef starfskraftur er kallaður í verkefni um helgi greiðast minnst 4 klst. fyrir þá vinnu, hversu lengi sem verkefnið varir. 

Sé starfskraftur kallaður til vinnu á starfsstöð sem er ekki í beinu framhaldi af daglegri vinnu hans skal greitt yfirvinnukaup í að minnsta kosti 4 klst., nema dagvinna hefjist innan tveggja klukkustunda.



ALLSHERJAR- ATKVÆÐAGREIÐSLA Í VR 2024

Allsherjaratkvæðagreiðsla meðal félagsfólks VR vegna kjörs stjórnar VR kjörtímabilið 2024-2026 hefst kl. 9:00 miðvikudaginn 6. mars 2024 og lýkur kl.12:00 á hádegi miðvikudaginn 13. mars 2024. Atkvæðagreiðslan er rafræn.

HVERJIR Hafa ATKVÆÐISRÉTT?

Atkvæðisrétt í kosningunum hafa allir fullgildir VR félagar. Á kjörskrá er einnig eldra félagsfólk (hætt atvinnuþátttöku vegna aldurs) sem greiddi félagsgjald á 67. aldursári og hafði greitt a.m.k. 50 mánuði af 60 síðustu fimm árin áður en það varð 67 ára.

UPPLÝSINGAR TIL ATKVÆÐISBÆRRA VR FÉLAGA

Allt atkvæðisbært félagsfólk með skráð netfang hjá VR fær sendar upplýsingar í tölvupósti um hvernig atkvæðagreiðslan fer fram. Upplýsingarnar verða einnig aðgengilegar á vef VR. Aðgangur að rafrænum atkvæðaseðli er á vef VR. Þau sem ekki hafa aðgang að atkvæðaseðli en telja sig eiga rétt á þátttöku í atkvæðagreiðslunni geta sent erindi til kjörstjórnar á netfangið kjorstjorn@vr.is eða í pósti til Kjörstjórnar VR, Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7, 103 Reykjavík, fyrir lok kjörfundar. Kærufrestur er til loka kjörfundar.

HVERNIG Á AÐ KJÓSA?

Til að kjósa ferðu á vef VR, www.vr.is, smellir á Kosningar í VR 2024 og skráir þig inn með Íslykli eða rafrænum skilríkjum. Þá opnast atkvæðaseðill í nýjum vafra og upplýsingar um hvernig þú átt að bera þig að við að greiða atkvæði. Ef þú ert ekki með Íslykil eða rafræn skilríki getur þú sótt um á audkenni.is eða í viðskiptabankanum þínum. Rétt er að benda á að úthlutun sæta í stjórn á grundvelli niðurstöðu kosninganna fer fram með svokallaðri fléttuaðferð, þ.e. karlar og konur raðast til skiptis í sætin. Sjá nánar á bls.17 þar sem 20. grein laga VR um kosningu til trúnaðarstarfa er birt í heild sinni.

FRAMBJÓÐENDUR

Kosið er á milli 13 frambjóðenda til sjö sæta í aðalstjórn til tveggja ára og þriggja sæta varamanna til eins árs. Kynning á frambjóðendum er hér í blaðinu og á vef félagsins, www.vr.is.

VOTING FOR THE POSITIONS OF BOARD MEMBERS

VR will hold a secret ballot to elect the board members for VR for the term 2024-2026. The voting will begin at 9.00 AM 6th March 2024 and will end at 12.00 noon on 13th March 2024.

WHO IS ENTITLED TO VOTE?

All VR members in good standing are entitled to vote. Also entitled to vote are senior members (retired) who paid some dues in their 67th year and paid dues for at least 50 of the 60 months from age 62 to 67. Access to electronic ballot papers is via the VR website. If you believe you are entitled to vote but do not have access to the ballot papers, please send a complaint to the VR election committee, VR, Kringlunni 7, 103, Reykjavík or by e-mail to VR's election committee kjorstjorn@vr.is, before the end of voting.

HOW TO VOTE?

The voting is electronic via the VR website, www.vr.is, please choose the button Elections in VR 2024 (Kosningar í VR 2024). To access the ballot papers you need either an Icekey (Íslykill) or E-Certificate (Rafræn skilríki), which you can apply for on the website audkenni.is. Once you have logged on you will be directed to the ballot.

FRAMBJÓÐENDUR TIL STJÓRNAR VR Í STAFRÓFSRÖÐ CANDIDATES FOR SEVEN SEATS ON THE EXECUTIVE BOARD ARE, IN ALPHABETIC ORDER:

Arnpór Sigurðsson
Birgitta Ragnarsdóttir
Bjarni Þór Sigurðsson
Diljá Ámundadóttir Zoega
Gabriel Benjamin
Harpa Sævarsdóttir
Jónas Yngvi Ásgrímsson
Kristjana Þorbjörg Jónsdóttir
Selma Björk Grétarsdóttir
Sigríður Lovísa Jónsdóttir
Sigrún Guðmundsdóttir
Þorvarður Bergmann Kjartansson
Ævar Þór Magnússon

Nánari upplýsingar um kosningar VR eru á vr.is
For further information please visit the VR website vr.is.

ÚR LÖGUM VR UM KOSNINGAR

KOSNINGAR
2024

20.1. UM KOSNINGU FORMANNS OG STJÓRNAR

Formaður skal kosinn í einstaklingskosningu annað hvert ár. Árlega skulu 7 stjórnarmenn kosnir til tveggja ára og 3 varamenn til eins árs í einstaklingsbundinni kosningu.

Komi fram fleiri framboð en sæti sem í boði eru skal viðhafa rafræna kosningu meðal fullgildra félagsmanna.

Berist ekki nægilega mörg framboð skal stjórn félagsins gera tillögu um stjórnarmenn sem bera skal upp í trúnaðarráði til samþykktar. Ef fleiri tillögur koma fram á fundi trúnaðarráðs skal kosið á milli þeirra á fundinum. Afl atkvæða ræður úrslitum.

20.2. UM KOSNINGU Í TRÚNAÐARRÁÐ

Árlega skal kjósa 41 fulltrúa í listakosningu til setu í trúnaðarráði til tveggja ára í senn. Missi trúnaðarráðsmaður hæfi til setu í ráðinu sbr. 3. mgr. 11. gr. á fyrsta ári kjörs hans, skal í næstu kosningu til trúnaðarráðs fjöldi fulltrúa á framboðslista vera aukinn sem nemur þeim fjölda sem misst hefur hæfi. Þeir sem bætast þannig við framboðslistann skulu þó aðeins vera í kjöri til eins árs.

Komi fram fleiri en einn listi skal viðhafa rafræna kosningu meðal fullgildra félagsmanna. Þá skal kosið á milli lista og sá listi sem fær flest atkvæði telst rétt kjörinn. Stjórn og trúnaðarráði er skylt að stilla upp lista til trúnaðarráðs. Sama einstaklingi er óheimilt að skipa sæti samtímis á lista til trúnaðarráðs og í einstaklingskosningu til formanns eða stjórnar félagsins. Auglýsa skal í dagblöðum og á vef félagsins eftir félagsmönnum sem vilja taka sæti á listanum.

Uppstillingarnefnd skipuð formanni og fjórum einstaklingum kosnum af trúnaðarráði skal skipuð fyrir 15. janúar annað hvert ár. Nefndin skal velja frambjóðendur á listann úr hópi þeirra sem gefið hafa kost á sér og kanna kjörgengi þeirra.

Berist ekki nægilega mörg framboð skal Uppstillingarnefnd gera tillögu um fulltrúa til setu á listanum sem bera skal upp í trúnaðarráði til samþykktar.

Hafi fleiri gefið kost á sér en sætin sem skipa á skal listinn borinn upp í trúnaðarráði til samþykktar. Sá sem gefið hefur kost á sér en ekki fengið sæti á listanum getur krafist þess að kosið verði um frambjóðendur á fundi trúnaðarráðs.

20.3. UM FRAMKVÆMD KOSNINGA

Kjörstjórn úrskurðar um lögmæti framboða.

Kjörstjórn sér um og tekur ákvarðanir um framkvæmd kosninga. Ákvarðanir kjörstjórnar eru endanlegar.

Kjörstjórn skal auglýsa eftir framboðum í dagblöðum og á vefsíðu félagsins. Framboðsfrestur skal vera að minnsta kosti ein vika.

Framboðum skal skila á skrifstofu félagsins og skulu fylgja þeim upplýsingar um nafn og kennitölu frambjóðenda. Skrifleg meðmæli 15 félagsmanna þarf vegna framboðs til stjórnar. Skrifleg meðmæli 50 félagsmanna þarf vegna framboðs til formanns.

Við framboð lista til trúnaðarráðs skal liggja fyrir skriflegt samþykki allra þeirra sem á listanum eru.

Til að listi sem borinn er fram gegn lista trúnaðarráðs sé löglega fram borinn þarf skrifleg meðmæli 1% félagsmanna.

Kjörstjórn er heimilt að gefa sólarhringsfrest til að lagfæra annmarka á framboðum. Kjörstjórn úrskurðar um hæfi og kjörgengi allra frambjóðenda og auglýsir að því loknu upphaf atkvæðagreiðslu sbr. reglugerð ASÍ um leynilega allsherjaratkvæðagreiðslu. Úrskurðir kjörstjórnar eru endanlegir.

Kosning skal fara fram innan 6 vikna frá því að framboðsfrestur rennur út.

Kosningum til trúnaðarstarfa í félaginu skal lokið eigi síðar en 15. mars ár hvert.

Frambjóðendur í einstaklingskosningu geta dregið framboð sitt til baka allt að viku fyrir upphaf kjördags. Frambjóðendur í listakosningu geta ekki dregið framboð sitt til baka eftir að framboðsfresti lýkur.

Skrifstofa félagsins sér um kynningu á frambjóðendum í miðlum félagsins eins og þeir eru á hverjum tíma. Þá skal haldinn kynningarfundur, einn eða fleiri, meðal félagsmanna með frambjóðendum fyrir upphaf kjördags. Um framkvæmd og undirbúning kosninga fer að öðru leyti eftir reglugerð ASÍ um leynilegar atkvæðagreiðslur.

20.4. UM KJÖRSEÐLA OG RÖÐUN Á LISTA

VIÐ KOSNINGU TIL STJÓRNAR:

Raða skal frambjóðendum á kjörseðlinn í handahófskenndri röð og kjósendur merkja við minnst 1 en mest 7. Til að viðhalda jafnri kynjaskiptingu í stjórn VR skal sá frambjóðandi sem flest atkvæði fær skipa 1. sæti í stjórn. Næsta sæti skipar sá sem flest atkvæði fékk en er af hinu kyninu o.s.frv. Þeir 7 sem flest atkvæði fá samkvæmt framansögðu teljast rétt kjörnir aðalmenn í stjórn VR til 2ja ára. Næstu 3 teljast rétt kjörnir varamenn í stjórn VR til 1 árs.

VIÐ KOSNINGU TIL TRÚNAÐARRÁÐS:

Séu fleiri listar en listi stjórnar og trúnaðarráðs skal merkja listana með bókstaf hvern fyrir sig í þeirri röð sem þeir berast. Nöfnum á hverjum lista skal raðað í stafrófsröð. Sé á fundi trúnaðarráðs kosið milli einstaklinga sem skipa skulu listann sbr. 5.mgr. 20.gr. 2, skal nöfnum raðað á kjörseðil í stafrófsröð. 



Arnþór Sigurðsson

Fæðingardagur og ár
9. apríl 1966

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
addisig@internet.is

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Forritari hjá Prógramm ehf. Ég hef unnið ýmis störf í matvælaíðnaði, bæði í kjötvinnslum og verslun. Söðlaði síðan um og hóf störf í tölvugeiranum. Hef starfað sem forritari hjá Prógramm ehf. síðastliðin þrettán ár. Tók tölvubraut lðnskólans í Reykjavík ásamt því að sitja nokkur námskeið við Háskólann í Reykjavík í tölvunarfræði. Er einnig menntaður kjötiðnaðarmaður með meistararéttindi í kjötiðn.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Pegar ég var í iðnnámi tók ég virkan þátt í kjarabaráttu iðnnema, bæði með félögum mínum í iðnnemasambandinu og jafnframt á mínum vinnustað. Eftir iðnnámið hélt ég áfram þátttöku í kjaramálum með Félagi íslenskra kjötiðnaðarmanna í nokkur ár. Einnig hef ég starfað innan íþróttahreyfingarinnar sem sjálfboðaliði og setið í stjórn frjálsíþróttadeildar Breiðabliks, verið formaður Frjálsíþróttasambands Íslands í tvö ár og hef setið í aðalstjórn Breiðabliks. Af öðrum félagsstörfum, hafa sveitarstjórnarmál tekið drjúgan tíma. Þar hef ég haft tækifæri til þess að kynnast margvíslegum nefndarstörfum á vegum Kópavogsbæjar. Lengst af hef ég setið í Félagsmálaráði Kópavogsbæjar og síðar í Velferðarráði Kópavogsbæjar ásamt því að taka sæti sem varamaður í bæjarstjórn Kópavogs og bæjarráði Kópavogs. Ég hef setið í stjórn VR sem aðalmaður frá 2018-2021 og setið sem varamaður 2021-2022. Hef jafnframt tekið þátt í ýmsu nefndarstarfi á vegum VR.

HELSTU ÁHERSLUR

Að standa vörð um réttindi og hagsmuni allra félagsmanna. Enn frekari stytting vinnuvikunnar. Að veikindaréttur vegna veikinda barna verði aukinn. Lægstu laun verði miðuð við að fólk geti lifað með reisu í samfélaginu. Sjóðakerfi VR þarf að endurskoða með það í huga að útvíkka notkun styrkja úr VR varasjóði og jafnframt að fjölga flokkum sem eru tekjuskattsfrír eins og útgjöld vegna læknabjónustu og tannlæknabjónustu.

Gerður verði samfélagssáttmáli verkalyðshreyfingarinnar um að útrýma fátækt í landinu. Að lífeyrissjóðirnir verði markvisst dregnir út úr fjárfestingum í íslensku atvinnulífi og einbeiti sér meira að uppbyggingu íbúðarhúsnæðis í samvinnu við byggingarfélög sem eru ekki hagnaðarfrifin. VR haldi áfram að vinna ötullega að húsnæðismálum með öðrum verkalyðsfélögum og skapa þannig heilbrigðan leigumarkað fyrir almenning með lágmarksávöxtun. Barist verði fyrir því að húsnæðisverð verði fjarlægð út úr vísitölum.



Birgitta Ragnarsdóttir

Fæðingardagur og ár
22. apríl 1989

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
birgittara@gmail.com

Facebook
birgittar

Instagram
birgittara

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég starfa sem tollmiðlari hjá Icetransport. Samhliða vinnu hef ég stundað nám í viðskiptafræði við Háskólann á Akureyri. Lauk Háskólabrú Keilis 2017 af viðskipta- og hagfræðibraut, einnig hef ég lokið Skrifstofuskólanum og undirbúningsnámi fyrir viðurkenndan bókara frá Promennt ásamt því að vera menntuð sem tollmiðlari.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég hef verið í trúnaðarráði VR síðan 2015, var um tíma trúnaðarmaður á vinnustað. Haustið 2023 var ég kosin inn í stjórn ASÍ-ung, einnig hef ég verið í Ungliðaráði VR síðan það var stofnað seint á síðasta ári. Ég hef reynt að vera fremur virk innan félagsins, verið þingfulltrúi á LÍV þingum og ASÍ þingum. Seinustu þrjú ár hef ég einnig verið í stjórn Foreldrafélags leikskólabarna í Hveragerði.

HELSTU ÁHERSLUR

Breytingar á VR varasjóði. Ungt fólk á vinnumarkaði. Mikilvægi menntunar hjá félagsmönnum félagsins. 30 daga orlof. Fjarvinna. Desember- og orlofsuppbótin skattfrjáls. Ég hef fylgst með störfum stjórnar VR um árabíl og verið almennt mjög sátt með þeirra störf og það sem þau eru að gera. Mér þykir þó nauðsynlegt að það sé regluleg endurnýjun í stjórninni og mikilvægt að það sé góð aldursdreifing innan hennar. Í gegnum árin hefur varasjóðurinn oft verið ræddur en engar breytingar hafa orðið á honum. Hann nýtist alveg einstaklega illa þeim sem þurfa mest á honum að halda. Ég myndi vilja koma á betra kerfi sem ég hef séð hjá öðrum stéttarfélögum. Eins og varasjóðurinn er núna þá eru það þeir sem eru tekjuhæstir sem hagnast mest á honum. Félagsmenn VR þurfa að hafa tækifæri til að mennta sig og bæta við sig þekkingu sem nýtist í starfi. Þá er mikilvægt að útlendingar í VR fái tækifæri og hvatningu til að sækja sér íslenskukennslu á vinnutíma. Ungt fólk á vinnumarkaðnum, Ungliðaráðið sem stofnað var seint á síðasta ári, er frábært og nauðsynlegt framtak sem þarf að halda vel utan um og halda virku. Nauðsynlegt er að finna leið til að nálgast yngra fólk og veita þeim þá þekkingu sem mikilvægt er að vera með á vinnumarkaðnum. Ég væri líka til í að sjá meira af ungu fólki í trúnaðarráði félagsins, meðalaldurinn í trúnaðarráðinu er fremur hár núna og væri skemmtilegt ef hægt væri að virkja yngra fólk meira í starfi félagsins. Það þarf að koma því í gegn að allir fái 30 daga orlof óháð starfsaldri eins og gildir um starfsfólk ríkisins. Á seinasta LÍV þingi var mikil umræða um að það þyrfti að ná því fram að desember- og orlofsuppbótin verði skattfrjáls, ég vil sjá þetta fara í gegn og það sem fyrst. Einnig þarf að halda betur utan um réttindi fólks í fjarvinnu.



Bjarni Þór Sigurðsson

Fæðingardagur og ár
4. september 1958

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
bjarnithor@me.com

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég starfa sem sérfræðingur í húsnæðismálum hjá ASÍ. Þessi málaflokkur húsnæðismál hefur lengi verið mér hugleikinn og ég hef komið að uppbyggingu Bjargs íbúðafélags sem og leigufélagsins Blævar sem nú byggir 36 íbúðir fyrir félagsfólk VR. Ég starfaði áður sem deildarstjóri vöruþróunar hjá miðlum Sýnar og Vodafone. Ég starfaði við fjölmiðla í 12 ár, lengst af sem sölu- og verkefnastjóri hjá vefmiðlinum Vísi en áður vann ég meðal annars fyrir RÚV. Þar áður var ég sjálfstætt starfandi í kvikmyndagerð en ég nam kvikmyndagerð í París, auk þess er ég viðskiptafræðingur frá Háskóla Íslands.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég hef verið félagi í VR á þriðja áratug. Ég var kjörinn í trúnaðarráð VR árið 2009, var trúnaðarmaður hjá 365 miðlum í nokkur ár og vara-
maður í stjórn VR á árunum 2010-2012. Ég hef setið í stjórn VR frá árinu 2012 og var varaformaður VR á árunum 2013 til 2017. Ég hef sinnt ýmsum trúnaðarstörfum fyrir VR. Ég hef setið í stjórn Bjargs íbúðarfélags frá stofnun þess árið 2016 og í stjórn Lífeyrisjóðs verslunarmanna frá 2019. Í dag sit ég í nokkrum nefndum fyrir VR. Þar má nefna jafnréttisnefnd, framtíðarnefnd og launanefnd VR auk þess hef ég verið formaður húsnæðisnefndar VR frá 2012. Ég er vara-
maður í stjórn Landssambands verslunarmanna og hef verið fulltrúi verslunarmanna í miðstjórn ASÍ. Ég hef einnig starfað að málefnum Reykjavíkurborgar, m.a. setið í stjórn ÍTR og í hverfaráði Vesturbæjar.

HELSTU ÁHERSLUR

Með frumkvæði verkalyðshreyfingarinnar, ekki síst VR, hefur grettis-taki verið lyft með stofnun Íbúðafélagsins Bjargs. Bjarg hefur nú þegar byggt um 1000 íbúðir. Með tilkomu Bjargs er hafinn nýr kafli óhagnaðardrífna leigufélaga á Íslandi og kominn vísir að öflugum almennu húsnæðisfélagi að norrænni fyrirmynd. Enn annar mikilvægur áfangi var stiginn síðatlið haust, þegar framkvæmdir við fyrstu íbúðir Blævar sem er systurfélag Bjargs, voru hafnar. Blær leigufélag hóf framkvæmdir við 36 íbúðir í Úlfársdal og verða þær afhentar til leigu um næstu áramót. Þar með er formlega hafinn nýr áfangi í sögu verka-lyðshreyfingarinnar. Ég tel að jafnvægi á húsnæðismarkaði þurfi að vera til staðar á milli leigu- og eignarhúsnæðis og huga þurfi sérstaklega að fyrstu kaupendum. Ég tel að byggja þurfi upp fjölbreyttan eigna og leigumarkað og endurvekja félagslegt eignaíbúðakerfi. Ég hef verið í forystu um þennan málaflokk innan VR og er verkefnið mitt hjartans mál. Ég er viss um að reynsla mín mun nýtast félaginu. Ég bið um stuðning til að halda þessu góða starfi áfram.



Diljá Ámunda-dóttir Zoega

Fæðingardagur og ár
6. apríl 1979

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
dilja@dilja.org

Facebook
dilja.amundadottir

Instagram
diljadilja

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Kynningarstjóri og jafnréttisfulltrúi hjá Listaháskóla Íslands. Er með Diplóma á meistarastigi í sálgaeslufræðum 2021. MBA frá Háskólanum í Reykjavík 2016. BA Verkefnastjórnun og frumkvöðlafræði frá Kaospilot-skólanum í DK 2007. Á sæti í eftirfarandi stjórnun: RÚV, Kvennaskólanum í Reykjavík, Bergið – headspace og Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Fyrir utan setu mína í ráðum og nefndum í borgarstjórn á árunum 2010-2022 hef ég unnið í verkefnum og störfum tengdum markaðsmálum og verkefnastjórnun. Ég stofnaði og rak fyrirtækið þetta reddast ehf. sem sinnti verkefnum í almannatengslum, viðburðahaldi og markaðsmálum fyrir stóran og fjölbreyttan kúnnahóp. Ég var um árabil verkefnastjóri hjá tónlistarhátíðinni Iceland Airwaves og sá um innri markaðssetningu og var framleiðandi hjá tölvuleikjafyrirtækinu CCP games í nokkur ár. Ég sá um stofnun og mótun nýrrar samfélagsmiðladeildar á auglýsingastofunni ENNEMM árið 2011. Svo var ég verkefnastjóri V-dags samtakanna og hélt utan um herferðir og viðburði sem vöktu athygli á ofbeldi gegn konum í samstarfi við Unicef og UN Women í nokkur ár.

HELSTU ÁHERSLUR

Aukin réttindi foreldra langveikra og fatlaðra barna – Sem einstæð móðir langveiks og fatlaðs barns þá þekki ég af eigin raun hversu streituvaldandi það getur verið að flétta saman atvinnu og persónulegu lífi. Þessi hópur þarf ekki einungis fleiri orlofsdaga í veikindarétt heldur þarf hann að geta reitt sig á einstaklingsmiðaðan sveigjanleika í starfi. VR á að vera leiðandi í samtali við stjórnvöld um að auka réttindi þessa hóps og móta fleiri leiðir til að styðja við foreldra í viðkvæmri stöðu.

Geðheilbrigði í atvinnulífinu – Rannsóknir benda til að 25% fólks á vinnumarkaði þjáist af geðheilsuvanda á hverjum tíma og enn fleiri eru að glíma við andlegar áskoranir hverskonar. Um 6 milljarðar falla árlega á fyrirtæki vegna fjarvista starfsfólks með geðheilsuvanda og þá er ótalinn óbeinn kostnaður. Geðheilsuvandi er algengasta ástæða fjarveru á vinnumarkaði.

VR á að fyrirbyggja það að fólk detti út af vinnumarkaði tímabundið eða til framtíðar með því að stórauка aðgengi félagsfólks að sálrænum stuðningi, ráðgjöf og úrræðum sem leiða til betri andlegrar heilsu.



Gabriel Benjamin

Fæðingardagur og ár
19. febrúar 1987

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
tgabrielbenjamin@gmail.com

Facebook
Gabriel Benjamin

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég vinn sem neyðarvörður hjá Neyðarlínunni og starfaði áður sem kjaramálafulltrúi hjá stéttarfélaginu Eflingu. Áður var ég blaðamaður hjá Stundinni og The Reykjavík Grapevine þar sem ég fjallaði ítarlega um verkalyðsmál og réttindabrot á vinnumarkaði. Ég er menntaður í heimspeki frá Háskóla Íslands og Edinborgarháskóla, með sérstaka áherslu á siðfræði og stjórnmálaheimspeki.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Siðastliðið ár hef ég verið varamaður í stjórn VR. Ég er formaður jafnréttis- og mannréttindanefndar VR og hef leitt mótun herferðar sem fer senn af stað til að auka virðingu og umburðarlyndi gagnvart erlendu félagsfólki og hinsegin fólki á vinnumarkaði. Ég sit einnig í jafnréttisnefnd ASÍ og er varamaður í nefnd um brotastarfsemi á vinnumarkaði. Ég er trúnaðarmaður hjá Neyðarlínunni og var áður trúnaðarmaður á skrifstofu Eflingar. Í starfinu hjá Eflingu hafði ég aðstoðað fjölda fólks í gegnum erfið mál og hjálpað þeim að leita réttar síns eftir ofbeldi og réttindabrot af hendi atvinnurekenda. Ég játa samt að ég skildi ekki fyllilega hvað í því felst að vera þolandi í slíkum málum fyrr en ég lifði það sjálfur þegar öllu starfsfólki Eflingar var sagt upp störfum í fordæmalausri hópuppsögn. Verkalyðshreyfingin reyndist máttlítil gagnvart brotum innan sinna eigin raða en með stuðningi skrifstofu VR fór ég með mál mitt til Félagsdóms sem dæmdi uppsögn mína ólöglega með fordæmisgefandi úrskurði.

HELSTU ÁHERSLUR

Stjórnarkosningar fara fram í ár á tíma ólgu og óvissu. Mínar helstu áherslur lúta að almennum lífsgæðum félagsfólks VR. Ég tel mikilvægt að standa vörð um og bæta kaupmátt okkar fólks en líka að beita krafti félagsins til að tryggja að kjarabætur séu ekki samstundis teknar í burtu með óstjórn í efnahagsmálum. Mér er sérstaklega umhugað um stöðu erlends félagsfólks VR en mörg þeirra standa höllum fæti. Í nýrri skýrslu ASÍ kemur fram að af launakröfum upp á 250 milljónir árið 2022 var helmingur gerður fyrir erlent félagsfólk þrátt fyrir að það sé aðeins 16,8% af mannfjölda landsins. Ég vil vinna bót á þessu meini með frekari áherslu á vinnustaðaeftirlit VR og ASÍ og með því að tryggja féviti fyrir launabjórnað þannig að skipulögð brot gegn vinnandi fólki hafi afleiðingar. Ég hef einnig unnið að því að móta tillögur um svartan lista atvinnurekenda sem verða uppvísir að skipulögðum kjarabrotum eða launabjórnaði. Þannig vil ég upplýsa félagsfólk og samfélagið um þau fyrirtæki sem fara á svig við siðferðislegar og lagalegar skyldur sínar.



Harpa Sævarsdóttir

Fæðingardagur og ár
8. maí 1971

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
harpasaev@gmail.com

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég er að vinna hjá Tæki.is og sinni þar bókhaldsstörfum ásamt reikningagerð og leigu á tækjum. Þar á undan vann ég hjá AD Travel, einnig sem bókari, ásamt öðrum tilfallandi verkefnum. Einnig vann ég hjá Íshestum í nokkur ár og þar á undan hjá Flugfélaginu Atlanta í 15 ár. Ég var í Fjölbautaskólanum í Breiðholti en einnig var ég í námi hjá Promennt og svo í Endurmenntun Háskóla Íslands.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Árin 2014 - 2016 sat ég í stjórn VR, þar á eftir sem varamaður í eitt ár og svo aftur í stjórn frá árinu 2017-2023. Ég er búin að vera varaformaður og ritari stjórnar. Ég tók mér frí í eitt ár frá stjórnarstörfum en er tilbúin að koma aftur. Ég var kosin í miðstjórn ASÍ í október 2018 og var formaður jafnréttis- og vinnumarkaðsnefndar innan ASÍ. Á þessum árum hef ég öðlast töluverða reynslu og góða innsýn í heildar starfsemi VR og um hvað félagið snýst. Ég hef setið í hinum ýmsu nefndum á vegum VR þann tíma sem ég hef verið hjá félaginu. Þar á meðal orlofsnefnd, en orlofsmál eru eitthvað sem ég hef mikinn áhuga á. Einnig hef ég setið í launanefnd, vinnudeilusjóði, laganefnd, kjaramálanefnd auk uppstillinganefndar vegna stjórnarsetu í Lífeyrissjóði verzlunarmanna.

HELSTU ÁHERSLUR

Nái ég kjöri til setu í stjórn VR, þá mun ég áfram standa vörð um grunnréttindi félagsmanna s.s. kjarasamninga, orlofsréttindi, efla sjúkra- og starfsmenntasjóð. Einnig vil ég leggja áherslu á orlofssvæði félagsmanna ásamt því að kynna betur fyrir félagsmönnum þau réttindi sem fylgja jafn sterku og öflugu félagi sem VR er. Uppbygging orlofssvæða félagsmanna hefur verið mjög góð en lengi má gott bæta. Annað sem ég hef barist fyrir síðan ég var kosin og tók sæti í orlofsnefnd er leyfi til að hafa gæludýr með sér í sumarbústaðina okkar og hefur verið bætt við fjölda húsa sem leyfa gæludýr.



Jónas Yngvi Ásgrímsson

Fæðingardagur og ár
17. febrúar 1963

Félagssvæði
Suðurland

Netfang
jonasy@simnet.is

Facebook
jyasgrimsson
jonas.y.asgrimsson

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Abbey Road ehf., ráðgafi, bókarí og viðskiptafræðingur.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Sem stjórnarmaður VR hef ég unnið í ýmsum nefndum; starfsmennta-nefnd, kjaramálanefnd og húsnæðisnefnd. Á vegum þessara nefnda hafa mörg stór mál verið leidd til lykta. Starfsmenntamál eru mál mál-anna hjá mér en ég vil sjá möguleika fólks til áframhaldandi menntunar verða að veruleika. Þarna skiptir máli að fá í kjarasamninga aukna heimild starfsfólks til að geta sótt sér viðbótarmenntun í vinnutíma. Húsnæðisnefnd VR hefur hafið byggingu á hagkvæmu leiguhúsnæði fyrir félagsfólk. Áætlanir gera ráð fyrir allt að 23% lægri leigu en á almennum markaði. Ekki er að efa að þarna er um að ræða umtalsverða kjarabót fyrir þá sem þarna koma til með að leigja. Að auki er ég virkur í Lions og hef verið umdæmisstjóri og starfa í landsstjórn félagsins. Einnig er ég félagi í Oddfellow stúkunni.

HELSTU ÁHERSLUR

Meðal þeirra mála sem ég legg áherslu á eru bætt kjör þeirra sem eru lægst launaðir. Lenging orlofs í 30 daga fyrir alla og stytting vinnuvikunnar eru kjaramál sem þarf að halda áfram að vinna í. Áframhaldandi þróun starfsnáms er líka nauðsynlegur hluti af kjaramálum framtíðarinnar, sérstaklega ef tekið er tillit til fjórðu iðnbyltingarinnar. Mesta kjarabótin er þó að ná niður verðbólgu og vöxtum og með skynsömum kjarasamningum þar sem allir aðilar leggja sitt af mörkum er hægt að ná þeirri kjarabót. Ekki er lengur hægt að leggja vinnuna einungis á starfsfólk heldur verða SA að vinna með líka.

Undanfarin ár hafa verið lærdómsrík. Að starfa í stjórn stéttarfélags er mikil vinna og gefandi. Ákvarðanir sem teknar eru í stjórninni koma til með að hafa áhrif á líf margra. Því þurfum við sem þar störfum að vinna af ábyrgð og vanda verk okkar. Ég óska eftir því að þú, VR félagi góður, greiðir mér atkvæði þitt og leyfir mér þannig að vinna áfram fyrir þig.



Kristjana Þorbjörg Jónsdóttir

Fæðingardagur og ár
19. maí 1974

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
kristjana74@gmail.com

Facebook
VRstjorn

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég vinn hjá VSÓ Ráðgjöf og sinni þar sérverkefnum á skrifstofu. Ég hef komið víða við á vinnumarkaðnum í gegnum tíðina. Er svo heppin að vera orðin það gömul að ég mátti vinna sem unglingur. Fór út á land og vann á bensinstöð og sjoppu. Vann líka í frystihúsinu í bænum og að pakka skreið sem mér fannst sérstaklega skemmtilegt. Ég fór sem au-pair til Bandaríkjanna sem var einstök reynsla. Var 20 ár í sölustörfum en tók u-beygju og byrjaði á alveg nýjum vettvangi árið 2022. Vinn í dag á verkfræðistofu. Hef einnig lokið sveinsprófi í hárið og skrifstofubraut I og II frá MK.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég fór fyrst að taka þátt í starfi innan VR árið 2006 sem trúnaðarmaður. Sat ég í trúnaðarráði félagsins 2007-2009 og aftur 2010-2011. Þá bauð ég mig fram í stjórn félagsins og sat sem aðalmaður og varamaður á árunum 2011-2018. Ég saknaði þess mikið og bauð mig aftur fram til stjórnar 2021. Á þessum árum hef ég tekið virkan þátt í nefndarstörfum innan VR og líka innan ASÍ. Sat í umhverfisnefnd ASÍ og var varamaður í miðstjórn. Sit í starfsmenntanefnd, framtíðarnefnd, sjúkrasjóði, sinni formennsku í laganefnd og styrkjanefnd.

HELSTU ÁHERSLUR

Starfsmenntamál, jafnrétti og stytting vinnuvikunnar eru efst á lista hjá mér. Sem miðaldra kona sem ekki hefur lokið háskólanámi finn ég að möguleikar mínir á vinnumarkaðnum eru ekki eins og hjá þeim með lengri menntun. Þess vegna finnst mér skipta mjög miklu máli að starfsmenntun sé í boði fyrir alla og að hún sé sem fjölbreyttust. Að geta sótt námskeið og styttra nám með vinnu getur opnað margar dyr svo ég tali ekki um að efla sjálfstraust hjá fólki til að þora að taka skrefið og sækja um draumadjobb. Stytting vinnuvikunnar skiptir okkur líka svo miklu máli. Að geta átt meiri tíma fyrir lífið. Ungt fólk í dag horfir allt öðruvísi á lífið en við gerðum fyrir ekki svo mörgum árum síðan. Í dag er vinna ekki í fyrsta sæti heldur lífið og allt það sem það hefur upp á að bjóða. Auðvitað gera allir sér grein fyrir að það þurfi að vinna en það þarf líka að lifa og njóta og það er bara komið ofar á forgangslistann. Ég trúir því að við skilum af okkur betri vinnu þegar jafnvægið er meira.



Selma Björk Grétarsdóttir

Fæðingardagur og ár
28. apríl 1971

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
selmabg@internet.is

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég hef verið ferðaráðgjafi hjá Air Atlanta í 14 ár. Ég var áður hjá Ferðaskrifstofu Íslands og þar áður hjá Icelandair. Ég var í Menntaskólanum við Hamrahlíð, lönskólanum í Reykjavík og nam svo ferðaráðgjöf hjá Ferðamálastólaskóla Íslands en hef einnig setið ýmis námskeið í gegnum tíðina hjá NTV, Amadeus ofl.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég hef verið félagsmaður hjá VR alla tíð, verið trúnaðarmaður hjá Air Atlanta síðan 2012 og svo í trúnaðarráði VR síðan 2014. Ég hef einnig setið nokkur ASÍ þing og landssambandsþing verslunarmanna fyrir hönd VR. Hef alla tíð haft mikinn áhuga á félagsmálum. Ég hef verið í stjórn VR síðan 2020 og varaformaður VR síðan 2023.

HELSTU ÁHERSLUR

Ég tel mikilvægt að félagsfólk VR viti um réttindi sín og þá þjónustu sem VR hefur upp á að bjóða. Bæta hagsmuni félagsfólks ásamt því að bæta kjör þeirra. Ég vil sjá að ráðstöfunartekjur félagsfólks verði það góðar að fólk geti náð endum saman og lifað vel af sínum ráðstöfunartekjum ásamt því að geta sinnt sínum áhugamálum og notið þess að vera til. Ég hef lengi haft mikinn áhuga á kjaramálum og vil því taka þátt í að bæta kjör félagsfólks og auka kaupmátt okkar allra ásamt því að finna lausn á húsnæðisvanda margra VR félaga.



Sigríður Lovísa Jónsdóttir

Fæðingardagur og ár
27. febrúar 1968

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
lovisa@brimborg.is

Facebook
Sigríður Lovísa í stjórn VR

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég hef starfað hjá Brimborg í 33 ár, fyrst sem tollskýrslufulltrúi, síðan gjaldkeri, aðstoðarmaður forstjóra, söluráðgjafi nýrra bíla, ráðningar- og þjálfunarstjóri ásamt því að sinna launavinnslu og er í dag gæðastjóri launa og jafnlaunavottunar. Ég lauk stúdentsprófi frá Fjölbrotaskólanum í Breiðholti 1989. Lauk diplómagráðu í mannauðsstjórnun frá Endurmenntun Háskóla Íslands árið 2010 ásamt diplómagráðu í viðskiptafræði við Háskóla Íslands.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég hef alltaf verið mjög virk í félagsstörfum, hef m.a. verið í bekkjarráði í Borgarskóla frá 2006-2009 og í stjórn foreldrafélags Árbæjarskóla frá 2009-2013, fyrst sem meðstjórnandi og síðar formaður. Síðastliðin átta ár hef ég setið sem aðalmaður í stjórn VR og sl. tvö ár hef ég verið í eftirfarandi nefndum á vegum VR: launanevnd, jafnréttisnevnd, framkvæmdastjórn vinnudeilusjóðs, framkvæmdastjórn Sjúkrasjóðs, uppstillingarnevnd um val á stjórnarfólki í LIVE og varamaður í laganevnd. Var varamaður í miðstjórn ASÍ 2018-2020. Ég hef mikla reynslu af kjaramálum, vegna samskipta minna við kjaramálafulltrúa VR og fleiri stéttarfélög, í tengslum við starf mitt sl. 18 ár. Ég tel mjög mikilvægt að hafa aðila í stjórn VR með mikla reynslu af mannauðs-, launa- og kjaramálum, eins og ég tel mig hafa. Ég hef mikinn áhuga á að nýta þessa reynslu mína áfram í stjórn VR, ásamt átta ára reynslu af stjórnarsetu í VR.

HELSTU ÁHERSLUR

Aukinn kaupmáttur, standa þarf vörð um að launahækkunarir fari ekki beint út í verðlagið. Jafnræði í launahækkunum, með því að gæta þess að enginn hópur sitji eftir, VR er með breiðan hóp félagsfólks. Vinna þarf jafnt fyrir allt félagsfólk VR óháð launum, aldri, kyni og þjóðerni. Að VR bjóði upp á orlofshús erlendis. Halda áfram baráttunni í húsnæðismálum, auðvelda fyrstu kaup og gera leigumarkaðinn aðgengilegri. Aukin tækifæri til endurmenntunar, t.d. að á ákveðnu tímabili ávinnist tiltekinn réttur til námsleyfis, á reglubundnum launum. Sveigjanleg starfslok, með því að gefa félagsfólki sem komið er á aldur svigrúm til að minnka starfshlutfall sitt, áður en það lýkur störfum. VR sem landsfélag, vegna þess að það veitir meira jafnræði og er ákveðin hagræðing. Að lokum er mikilvægt að hlusta á óskir félagsfólks til að gera gott félag betra. Takk fyrir lesturinn, þitt atkvæði skiptir máli.



Sigrún Guðmundsdóttir

Fæðingardagur og ár
13. september 1959

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
sigrun.gudmundsdottir@ikea.is

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Ég hef starfað hjá Ikea síðan 2007, eða í að verða 17 ár. Á þessum tíma hef ég sinnt starfi svæðisstjóra innréttingadeildar, sem felur í sér mikil samskipti við bæði samstarfsfólk og viðskiptavini. Starfið krefst meðal annars lausnamiðaðrar hugsunar, og hana hef ég lagt sérlega áherslu á að tileinka mér. Núna starfa ég sem sérfræðingur í innréttingum. Áður en ég færði mig yfir til IKEA starfaði ég í mörg ár við filmu-framköllun í Bókabúðinni Úlfarsfelli, annars er ég ekki mikið fyrir að breyta um starf. Ég fór í Bændaskólann á Hólum í Hjaltadal.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Kosin í stjórn VR 2019. Þetta er reynsla sem hefur gefið mér góða inn-sýn í þá vinnu sem unnin er hjá VR. Félagisstörf eru mér hugleikin, hef verið virkur þátttakandi á ASÍ þingum, LÍV þingum. Er í uppstillingar-nefnd VR og fulltrúaráði lífeyrissjóðsins. Ég hef jafnframt tekið virkan þátt í meirihluta námskeiða sem VR hefur boðið upp á.

HELSTU ÁHERSLUR

Mestu máli skiptir að félagsmenn geti treyst því að félagið beri hag þeirra fyrir brjósti og vinni af einuð að velferð þeirra í starfi og lífeyrismálum. Starfsfólk verslana er mér mjög hugleikið.



Þorvarður Bergmann Kjartansson

Fæðingardagur og ár
2. mars 1992

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
thoddi@outlook.com

Facebook
ThorvardurVR

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Tölvunarfræðingur hjá Advania.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

Ég var fyrst kjörinn í stjórn VR 2019 sem varamaður og svo aðalmaður ári seinna. Þar inni hef ég starfað í allskonar nefndum en er einstaklega ánægður með starf mitt í framtíðarnefnd, þar sem ég hef setið í formennsku í nokkur ár. Þar fer fram mikilvæg vinna í að sjá fyrir breytingar vegna tækninýjunga og vinna lausnir á hvernig við verjum hagsmuni okkar félaga í þessu mikla breytingaferli: t.d. með atvinnulýðræði og réttlátum umskiptum í viðum skilningi. Árið 2020 var ég kjörinn í stjórn ASÍ-UNG og í fyrra tók ég þátt í mótun Ungliðaráðs VR og síðan formlegri stofnun þess í gegnum stjórn. Í Ungliðaráði VR tek ég þátt í hagsmunagæslu félaga VR sem eru 35 ára eða yngri, en það er um helmingur félagsfólks VR.

HELSTU ÁHERSLUR

Af mörgum mögulegum málefnum; húsnæðismál, stytting vinnuvikunnar, réttlát umskipti og hvernig VR skipuleggur sig sem félag til að sinna þörfum síns félagsfólks; vil ég veita atvinnulýðræði sérstaka athygli. Í flestum ESB löndum og öllum Norðurlöndunum, nema Íslandi, er til réttur til atvinnulýðræðis: Þar sem starfsfólk stærri fyrirtækja á þann rétt að skipa sér ákveðinn fjölda fulltrúa í stjórnir þeirra fyrirtækja sem það starfar hjá. Evrópsk stéttarfélag líta raunar á atvinnulýðræði sem eina af grunnstoðum "codetermination", ásamt kjarasamningsrétti. Þegar líður á 4. iðnbyltinguna mun þetta verða nauðsynlegt tól í hagsmunagæslu vinnandi fólks í heimi hraðra tæknibreytinga. Auk þess þurfum við að þrýsta á breytt lagaumhverfi sem gerir vinnandi fólki kleift að stofna samvinnufélög starfsmanna, fyrirtæki sem eru alfarið í eigu starfsfólks og er lýðræðislega stjórnað.



Avar Þór
Magnússon

Fæðingardagur og ár
28. október 1986

Félagssvæði
Reykjavík og nágrenni

Netfang
scorpion482@gmail.com

Facebook
scorpion4821

VINNUSTAÐUR, STARF OG MENNTUN

Starfa sem verkstjóri hjá Húsasmiðjunni ehf. og hef gegnt því starfi í þrjú ár. Ég er með stúdentspróf og smá reynslu af háskólanámi. Ég byrjaði starfsferil minn sem ungur drengur í sveit, þegar ég náði aldri fór ég í sumarvinnu hjá Akraneskaupstað. Ég fékk síðan starf hjá Norðurál og var þar í nokkur ár. Ég flutti til Reykjavíkur 2011 og fékk vinnu hjá Bönnunum ehf. Vann hjá Eimskip á lyftara. 2018 færi ég mig síðan yfir til Húsasmiðjunnar þar sem ég hef unnið mig upp frá því að vera á gólfinu yfir í verkstjórn.

REYNSLA AF FÉLAGSSTÖRFUM

2019 tók ég ákvörðun um að ganga til liðs við Sósíalistaflokk Íslands og hef þrisvar verið á lista hjá þeim bæði í alþingiskosningum og bæjarstjórn. 2023 tók ég síðan ákvörðunina um að bjóða mig fram í stjórn VR í fyrsta skipti og náði ég þar inn sem varamaður og hef því setið langflesta fundi sem haldnir hafa verið. Frá því ég gekk inn í stjórn VR að fullu hef ég komið að stofnun Ungliðaráðs VR, verið í ýmsum nefndum og einnig tók ég sæti í húsnaðisnefnd ASÍ.

HELSTU ÁHERSLUR

Í dag eru kjarasamningar lausir og er aðalfókusinn hjá mér á að gera eins vel fyrir félagsfólk VR og hugsast getur í nýjum samningum. Ég er sannfærður um að þær leiðir sem við erum að fara í þessum samningum, þar sem pressa er ekki bara sett á atvinnulífið heldur stjórn-sýsluna í heild sinni, sé töluvert farsælli fyrir almenning heldur en flatar launahækkanir sem étnar hafa verið upp áður en skrifað er undir. Sem verkamaður í verslunarstarfi tel ég mig vera með ágæta tengingu við hvernig okkar fólk hefur það og hef ég fullan áhuga á að halda áfram að starfa fyrir okkar fólk og koma að breytingum sem hafa þýðingu ekki bara fyrir okkur, heldur samfélagið í heild sinni.

Samkvæmt lögum VR gerir uppstillingarnefnd félagsins tillögu um skipan í trúnaðarráð. Trúnaðarráðsfundur VR, sem var haldinn fimmtudaginn 25. janúar 2024, samþykkti listann einróma. Framboðsfrestur til að skila inn framboðslistum til trúnaðarráðs fyrir kjörtímabilið 2024–2026 rann út á hádegi mánudaginn 22. janúar 2024. Einn listi barst, listi stjórnar og trúnaðarráðs VR. Þar sem ekki bárust fleiri framboðslistar telst þessi listi réttkjörinn í trúnaðarráð VR. Listinn er birtur í heild sinni hér að neðan:

NAFN

Ágústa Harðardóttir
Anna Bryndís Hendriksdóttir
Arman Ahmadizad
Ásdís Hreinsdóttir
Áskell Viðar Bjarnason
Auður Jacobsen
Bára Jóhannsdóttir
Benedikt Ragnarsson
Birna Aronsdóttir
Björgvin Björgvinsson
Christopher John Eva
Clara Claire Marie Salducci
Edda Svandís Einarsdóttir
Edda Þöll Kentish
Elín Sigríður Hallgrímsdóttir
Guðmundur Bergmann Pálsson
Gunnar Steinn Þórsson
Hafðís Erla Kristinsdóttir
Helen Renée Rasanen
Helga Bryndís Jónsdóttir
Ingibjörg H Hjartardóttir
Jóhann Bjarni Knútsson
Jón Guðnason
Jón Ingi Kristjánsson
Jón Ólafur Valdimarsson
Kristín Valdimarsdóttir
Kristján Gísli Stefánsson
Magnús Þorsteinsson
Pálmey Helga Gísladóttir
Sæmundur Karl Jóhannesson
Signý Sigurðardóttir
Stefán Sveinbjörnsson
Steinunn Böðvarsdóttir
Stephan Ahrens
Þóra Skúladóttir Öfjörð
Þórður Mar Sigurðsson
Þorsteinn Þórólfsson
Þórunn Davíðsdóttir
Tómas Elí Guðmundsson
Unnur Elva Arnardóttir
Victor Karl Magnússon

VINNUSTAÐUR

Fastland ehf.
Rauði krossinn á Íslandi
Samkaup hf.
Sendiráð Bandaríkjanna
Byko ehf.
Dagar hf.
Iceland Travel
Kemi ehf.
Fagkaup ehf.
Vélfang ehf.
Alvotech hf.
Ferðakompaníið ehf.
Flugfélagið Atlanta ehf.
Hvíta húsið ehf.
Colas Ísland ehf.
Húsasmiðjan ehf.
Hagkaup
Icelandair ehf.
Samkaup hf.
ILVA ehf.
Sjóvá-Almennar tryggingar hf.
Guðmundur Arason ehf.
Fjallakofinn ehf.
BL ehf.
Eimskip Ísland ehf.
Garri ehf.
Olís ehf.
Íslandsspil sf.
Húsasmiðjan ehf.
N1 ehf.
Atvinnuleysisstryggingasjóður VR
VR
Íslandshótel hf.
Vörubílastöðin Þróttur hf.
Samskipti ehf.
Húsasmiðjan ehf.
Mjólkursamsalan ehf.
Dohop ehf.
Skeljungur ehf.
VR

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 mínum síðum á vr.is. Félagsfólk annarra aðildarfélaga 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 tómstundanámskeiði er 50% að hámarki 40.000 kr. sem dregst frá árlegum hámarksstyrk.

Tómstundastyrkur 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-stéttarfélagsaðild).

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 mínum síðum 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 starfsþróunarætlun 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.



SAMSTARFSSAMNINGUR UM AUKNA HÆFNI OG ÞEKKINGU STARFSFÓLKS Í VERSLUN OG ÞJÓNUSTU

VR, Landssamband íslenskra verzlunarmanna (LÍV) og Samtök verslunar og þjónustu (SVÞ) gerðu með sér samning um að vinna markvisst að hæfniaukningu starfsfólks í verslun og þjónustu til ársins 2030.

Markmið samningsins eru þrjú. Í fyrsta lagi er stefnt að því að fram til ársins 2030 muni 80% af starfsfólki fyrirtækja í verslun og þjónustu sækja nám sem hefur það að markmiði að auka hæfni og þekkingu þeirra. Hér er átt við reglulega sí- og endurmenntun í samræmi við hæfni- og þarfagreiningu greinarinnar hverju sinni. Stefnt er að því að starfsfólk stundi sí- og endurmenntun að jafnaði 40 klukkustundir á ári.

Í öðru lagi er sérstök áhersla lögð á að auka þekkingu og hæfni þess stóra hóps starfsfólks í verslunum og þjónustufyrirtækjum sem hefur íslensku sem annað tungumál. Markmiðið er að 80% þessa hóps búi árið 2030 yfir hæfni B1 í íslensku samkvæmt viðmiðum Evrópska tungumálarammans (e. European Language Portfolio). Unnið verður í viðtæku samstarfi við fyrirtæki á íslenskum markaði sem eru nú þegar að bjóða upp á fjölbreytt úrval af vef- og staðnámi í íslensku.

Í þriðja lagi er stefnt að því að verslunar- og þjónustugreinin þrói og skilgreini aðferð sem leiði af sér viðurkenningu/vottun á gefnum markmiðum samningsins.

Til að mæla árangur af samstarfssamningi þessum munu VR/LÍV og SVP framkvæma árlega könnun sem nær til starfsfólks í verslun og þjónustu og einnig til stjórnenda fyrirtækja innan SVP til þess að mæla virkni þeirra á sí- og endurmenntun.

Fyrsta stöðukönnun samstarfssamningsins var framkvæmd af Maskínu á haustdögum 2023 og náði til 430 stjórnenda fyrirtækja SVP og 7763 félaga VR/LÍV. Svarhlutfall var á bilinu 26-30%.

Niðurstöður þessarar fyrstu könnunar leiddu í ljós að 52% starfsfólks hefur sótt sí- eða endurmenntun á síðustu 12 mánuðum í 18 klukkustundir að meðaltali. Þá hafði rúmlega 40% starfsfólks náð B1 færni í íslensku, af þeim sem hafa ekki íslensku sem móðurmál. Hjá þeim sem hafa búið lengur en fimm ár á Íslandi var hlutfallið 61%.

Starfshópur VR/LÍV og SVP lítur á þessar niðurstöður sem ágætis byrjunarreit en eins er ljóst að halda þurfi vel á spöðunum til þess að uppfylla markmið samningsins fyrir 2030. Reglulegar kannanir munu sýna þróunina yfir tímabilið og upplýsingarnar sem þar koma fram nýtast vel við mótun aðgerða til þess að efla sí- og endurmenntun starfsfólks í verslun og þjónustu.

Í þessari fyrstu stöðukönnun má merkja mun á sí- og endurmenntun eftir starfsheiti og atvinnugrein. Sérfræðingar og stjórnendur sinna þessum málum best en um 70% þeirra hafa sótt sí- eða endurmenntun á síðustu 12 mánuðum. Eins kemur fram í svörum forsvarsfólks fyrirtækja innan SVP að 89% fyrirtækja bjóða hluta starfsfólks upp á sí- eða endurmenntun á hverju ári. Ein leið til að efla hæfni og þekkingu starfsfólks í verslun og þjónustu og uppfylla markmið samningsins væri þannig að útvíkka þann hóp sem fær svigrúm til þess að sinna sí- og endurmenntun samhliða störfum sínum.

Niðurstöður þessarar fyrstu könnunar leiddu í ljós að 52% starfsfólks hefur sótt sí- eða endurmenntun á síðustu 12 mánuðum í 18 klukkustundir að meðaltali.

¹Evrópski tungumálaramminn; www.coe.int/en/web/portfolio/self-assessment-grid

Önnur eftirtektarverð niðurstaða í þessari fyrstu könnun er að það virðist skipta miklu máli hvort fyrirtæki hafa sett fram skilgreinda stefnu um sí- og endurmenntunarmál. Starfsfólk fyrirtækja sem hafa slíka stefnu er margfalt líklegra til þess að hafa sótt sí- eða endurmenntun á síðustu 12 mánuðum en þau sem gera það ekki, eða 72% á móti 38%.

Hvað varðar seinna markmið samningsins, um íslenskufærni starfsfólks sem hefur íslensku sem annað tungumál, er afar ánægjulegt að sjá að það er mikill áhugi og vilji meðal starfsfólks að læra íslensku. Niðurstöðurnar leiða í ljós að 70% þess hóps hefur mikinn áhuga á að læra íslensku og 84% telja að það sé mikilvægt að tileinka sér íslensku í starfi. [VR](#)



KYNNING Á NIÐURSTÖÐUM KÖNNUNARINNAR

Ítarlegri niðurstöður Maskínukönnunarinnar á stöðu sí- og endurmenntunar frá sjónarhóli stjórnenda og starfsfólks í verslunar- og þjónustugreinum verða kynntar á sameiginlegri opinni málstofu VR og SVP, *Dönsum við í takt?*

Málstofan verður haldin á 9. hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7, þriðjudaginn 6. mars klukkan 9:00 – 10:00 og fer skráning fram á vefsíðu SVP.

Victor Karl Magnússon, sérfræðingur VR, kynnrir niðurstöður könnunarinnar sem gerð var af Maskínu. Að lokinni kynningu verða pallsborðsumræður þar sem **Jón Ólafur Halldórsson**, formaður stjórnar Samtaka verslunar og þjónustu, **Ragnar Þór Ingólfsson**, formaður VR og Landsambands ísl. verslunarmanna, **Gunnur Líf Gunnarsdóttir**, framkvæmdastjóri mannaúðs hjá Samkaupum, og **Kristín Erla Þráinsdóttir**, fagstjóri ráðgjafar og raunfærnimats hjá Mími ræða stöðuna, framtíðaráskoranir og mögulegar leiðir til árangurs.

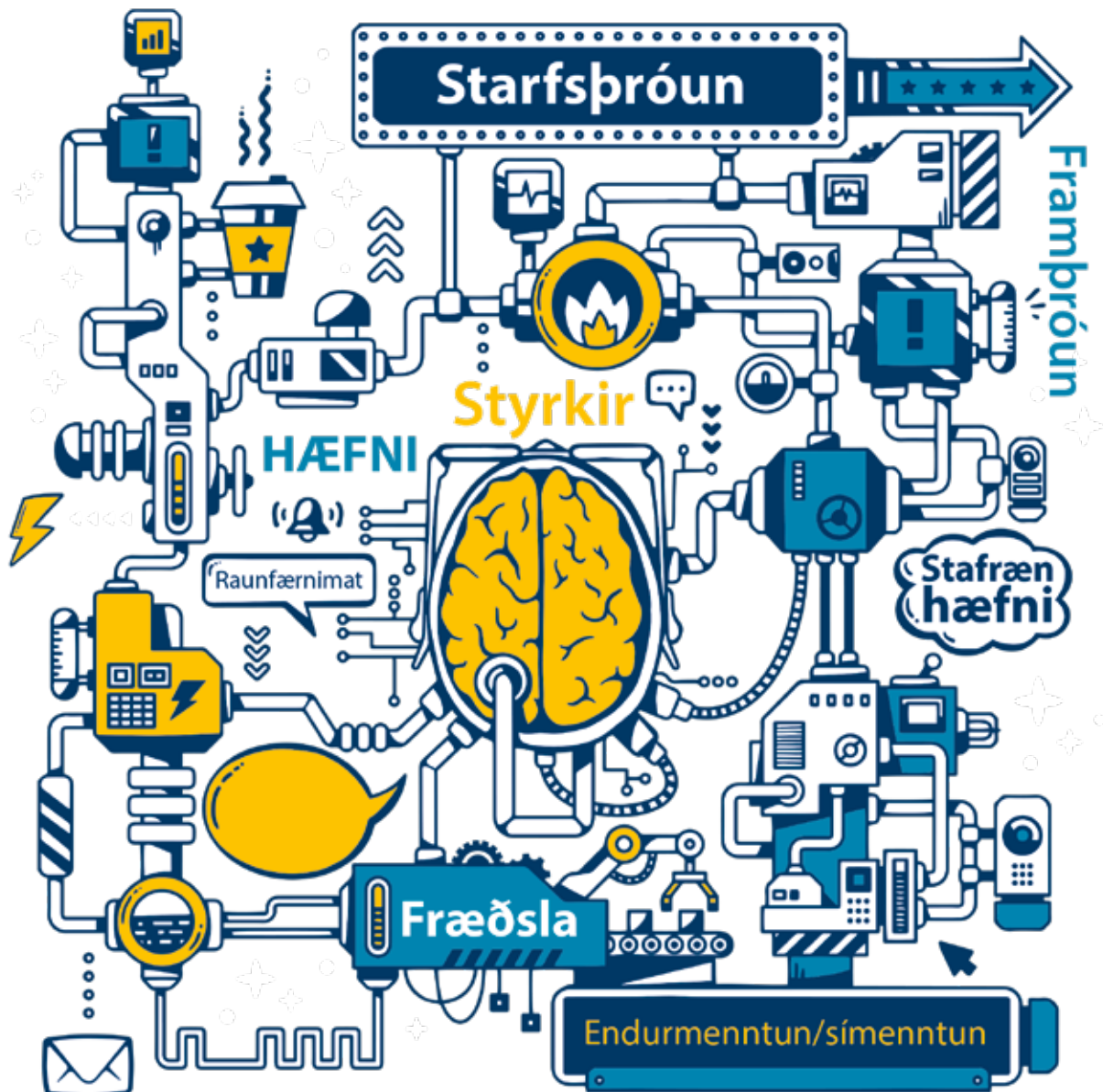
Fundarstjóri verður **Guðrún Ragnarsdóttir**, einn eigenda Strategíu.

Við hlökkum til að sjá ykkur og eiga saman gagnlegar og upplýsandi umræður.

STARFSÞRÓUN

Á vefsíðu VR er að finna sérstaka undirsíðu helgaða starfsþróun þar sem félagsfólk VR getur aflað sér upplýsinga um hvernig má þróast í starfi, sem og nýta sér hin ýmsu verkfæri sem standa þar til boða til að huga að hæfniaukningu sinni.

Þegar talað er um starfsþróun þá er ekki eingöngu verið að tala um að einstaklingar skipti um starfsvettvang, þó að það geti vissulega átt við í einhverjum tilvikum. Hér er meira verið að vísa í það ferli þegar einstaklingar sjá tækifæri í því að vaxa og þróast í störfum sínum með því að móta og/eða tileinka sér nýjar aðferðir til að sinna starfi sínu.



Taktu næsta skref!

Veldu það sem við á...

Ég er að leita mér að hvatningu til starfsþróunar

Ég þarf aðstoð við að koma mér af stað

Ég vil gjarnan mennta mig - en þarf góð ráð

Ég þarf að þróa nýja hæfni til þess að fylgjast með

Ég hef áhuga á að taka að mér meiri ábyrgð

Ég vil verða betri í því sem ég er að gera

Starfsþróunarráðgjöf:

- ✓ Félagsfólki að kostnaðarlausu
- ✓ Ráðgjöf hjá náms- og starfsráðgjafa Mímis-símenntunar
- ✓ Skráning fer fram í gegnum Mínar síður á www.vr.is
- ✓ Viðtöl fara fram á Teams og taka um 30 mínútur
- ✓ Ráðgjöfin getur farið fram á ensku, sé þess óskað
- ✓ Markmiðið er að veita upplýsingar um mögulegar leiðir til frekari starfsþróunar, stuðning við ákvarðanatöku um nám eða stöðu á vinnumarkaði

vr.is/starfsthroun

NÝJAR ÚTHLUTUNARREGLUR ORLOFSHÚSA VR



SUMARTÍMABIL 2024

Leigutími orlofshúsa og -íbúða í sumarleigu
er frá 5. júní til 30. ágúst 2024.

Sumarleiga er ein vika í senn, í Miðhúsaskógi er sumarleiga vika frá kl. 17:00 á miðvikudegi til kl. 12:00 á hádegi á miðvikudegi. Á öðrum stöðum er leigan ýmist frá fimmtudegi til fimmtudags, eða frá föstudegi til föstudags.

Hámarksleiga er ein vika á sumri fyrir hvern félaga.

Árið 2024 er sumarleiga orlofshúsa samkvæmt nýjum reglum sem hér segir:

Umsóknartímabilið var frá 15. janúar til og með 29. febrúar.

Allt félagsfólk sem sótti um hafði sömu möguleika á að fá úthlutað, óháð því hvenær sótt var um á umsóknartímabilinu.

Einungis félagsfólk sem ekki hafði fengið úthlutað orlofshúsi einhvern tímann síðustu þrjú sumur gat sótt um í sumarleigu.

Sótt er um orlofshús á Mínum síðum á vef VR. Hægt var að sækja um að hámarki þrjú hús og umsóknum raðað í forgangsráð. Á meðan umsóknarferlið var opið var hægt að sjá hve margar umsóknir höfðu borist um hvert hús á hverjum tíma.

Þegar blaðið fór í prentun var sumarúthlutun ekki lokið.

ALMENNAR REGLUR

Hafi orlofshúsið ekki verið nýtt á leigutímanum er ekki hægt að fá leigugjaldið endurgreitt eftir á.

Orlofshús eru ekki leigð til VR félaga yngri en 20 ára og er miðað við árið sem þeir verða 21 árs.

Ef inneign í VR varasjóði er notuð til að greiða fyrir leigu á orlofshúsi er hún undanþegin staðgreiðsluskyldu skatta, að því hámarki sem er í gildi hverju sinni samkvæmt skattmáti hvers árs.

Framleiga á orlofseignum VR er með öllu óheimil. Félagi sem skráður er leigjandi ber fulla ábyrgð á húsnæðinu meðan það er í leigu á hans nafni.

REGLUR UM TJALDSVÆÐI Í MIÐHÚSASKÓGI

Athugið að einungis eitt tjald/einn ferðavagn má fara í hvert stæði á svæðinu.

Hámarksleiga eru 10 nætur.

Aldurstakmark til að bóka tjaldstæði er 20 ár, miðað er við árið sem VR félagi verður 21 árs.

Ganga þarf frá greiðslu um leið og bókað er. Ekki er hægt að fá endurgreitt eftir að leigan hefur verið greidd.

VETRARTÍMABIL 2024 - 2025

Óbreytt fyrirkomulag (fyrst koma, fyrst fá).

Vetrarúthlutun orlofshúsa fyrir vetur 2024/2025 hófst 5. febrúar 2024 kl. 12:00. Við úthlutun orlofshúsa hjá VR að vetri til er notast við fyrirkomulagið fyrst koma, fyrst fá og er sótt um á Mínum síðum.

Hægt er að bóka að lágmarki tvær nætur í vetrarútleigu.

Hámarksleiga að vetri er 18 dagar.

Helgar eru leigðar í heilu lagi, frá föstudegi og fram á mánudag.

Ganga þarf frá greiðslu þegar bókað er. 





KÖNNUN UM ÁREITNI OG OFBELDI Í STARFI

Yfir helmingur allra VR félaga hefur orðið fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi á ferlinum, eða 54%. Hlutfallið er hærra hjá erlendu félagsfólki eða 60% og hæst meðal kvenna á aldrinum 25 til 34 ára, eða 67%. Þetta kemur fram í könnun sem VR lét gera meðal 30.000 félaga í september 2023. Niðurstöður könnunarinnar eru sláandi og benda til þess að áreitni og ofbeldi í starfi sé útbreitt og alvarlegt vandamál á Íslandi.

Alþjóðavinnumálastofnunin (ILO) skilgreinir áreitni eða ofbeldi sem hvers kyns hegðun sem er í óþökk þess sem fyrir henni verður og hefur þann tilgang eða þau áhrif að valda sálrænum, líkamlegum, fjárhagslegum eða kynferðislegum skaða. Áreitni eða ofbeldi í starfi getur átt sér stað á vinnustað, í vinnuferðum eða starfstengdum viðburðum, í gegnum fjarskiptatækni vegna vinnu eða á leið í og úr vinnu. Samkvæmt skilgreiningu ILO nær ofbeldi og áreitni í starfi yfir breitt svið og getur falist í öllu frá dónalegri framkomu eða særandi orðanotkun og yfir í alvarlegt líkamlegt og kynferðislegt ofbeldi.

Könnun VR leiðir í ljós að það er talsvert stór hópur sem verður fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi oft og reglulega. Um 18% VR félaga hafa orðið fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi á síðastliðnum tólf mánuðum og helmingur þess hóps hefur orðið fyrir áreitni eða ofbeldi fjórum sinnum eða oftar á sama tímabili. Félagsfólk VR er 40.000 talsins og því má lýkta að um 3.600 VR félagar hafi itrekað (fjórum sinnum eða oftar) lent í áreitni eða ofbeldi í starfi á síðustu tólf mánuðum.

HVERS KONAR ÁREITNI EÐA OFBELDI?

Algengasta birtingarmynd áreitni í starfi meðal VR félaga er af sálrænum toga. Fjórði hver VR félagi hefur fengið ósanngjarna gagnrýni á störf sín á síðastliðnum tólf mánuðum. Ósanngjörn gagnrýni getur til dæmis falist í heiftarlegri framkomu viðskiptavina eða stjórnenda gagnvart starfsfólki í tengslum við mál sem starfsfólkið ber alls ekki ábyrgð á. Á sama tímabili hafa 18% VR félaga orðið fyrir særandi eða niðurlægjandi hegðun fyrir framan aðra. Eineltismál tilheyra þessum flokki, svo dæmi sé tekið.

Niðurstöður könnunar VR sýna jafnframt að 8% VR félaga hafa orðið fyrir ógnandi hegðun eða hótunum í starfi á síðastliðnum 12 mánuðum, 6% hafa orðið fyrir kynferðislegri áreitni og tæplega 1% hafa orðið fyrir líkamlegu ofbeldi. Þessar tölur eru ískyggilegar en mikilvægt er að hafa í huga þann fjölda sem stendur þeim að baki. Það að 1% VR félaga hafi orðið fyrir líkamlegu ofbeldi í starfi samsvarar til dæmis hundruðum atvika á ári.

Algengasta birtingarmynd áreitni í starfi meðal VR félaga er af sálrænum toga. Fjórði hver VR félagi hefur fengið ósanngjarna gagnrýni á störf sín á síðastliðnum tólf mánuðum. Ósanngjörn gagnrýni getur til dæmis falist í heiftarlegri framkomu viðskiptavina eða stjórnenda gagnvart starfsfólki í tengslum við mál sem starfsfólkið ber alls ekki ábyrgð á.

FORVARNARSTARF GRÍÐARLEGA MIKILVÆGT TÓL

Samkvæmt lögum ber fyrirtækjum að framkvæma svokallað sál-félagslegt áhættumat sem snýr meðal annars að því að greina áhættuþætti í vinnuumhverfinu sem tengjast skipulagi, stjórnun og samskiptum, stuðla að jákvæðri og uppbyggilegri vinnustaðamenningu og vera með viðbragðsáætlanir í tengslum við einelti, áreitni og ofbeldi á vinnustað.

Í könnun VR var starfsfólk beðið um að svara þremur spurningum sem tengjast forvarnarmálum af þessu tagi. Spurt var hvort vinnustaður viðkomandi hefði skilgreinda áætlun um viðbrögð við áreitni eða ofbeldi í starfi, hvort áhættumat í tengslum við áreitni eða ofbeldi í starfi væri til staðar, og loks hvort starfsfólk myndi vita hvert það ætti að leita innan vinnustaðarins, yrði það fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi. Í ljós kom að misvel er staðið að forvarnarmálum á vinnustöðum landsins. Fjórðungur svarenda sögðu að það væri ekki til áhættumat á sínum vinnustað og 21% að ekki væri til áætlun um viðbrögð við áreitni eða ofbeldi. Þá var stór hópur sem vissi ekki hvort slíkar áætlanir væru til staðar. Stór meirihluti svarenda vissi hvert ætti að leita í tilfelli áreitni eða ofbeldis í starfi, eða 80%.

Niðurstöður könnunar VR leiða jafnframt í ljós að forvarnarstarf af þessu tagi virðist skipta gríðarlegu máli. Starfsfólk á vinnustöðum þar sem forvarnarmálin eru í ólagi (s.s. þar sem vantar áhættumat og viðbragsáætlun) er miklu líklegra til þess að verða fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi, miklu líklegra til þess að verða vitni að áreitni eða ofbeldi gagnvart samstarfsfélaga og miklu líklegra til þess að vera óánægt með viðbrögð vinnustaðarins, tilkynni það atvikið á annað borð.

Taflan að neðan sýnir hvernig forvarnarstarf hefur áhrif á svörun fólks, þegar spurt er hvort það hafi orðið fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi einhvern tímann á starfsferlinum:

Hefur þú einhvern tímann á starfsferli þínum orðið fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi?

	Já	Nei
VR félagar - allir	54%	46%
Áhættumat til staðar	44%	56%
Áhættumat ekki til staðar	67%	33%
Viðbragðsáætlun til staðar	48%	52%
Viðbragðsáætlun ekki til staðar	64%	36%
Vita hvert skal leita	49%	51%
Vita ekki hvert skal leita	70%	30%

HVAÐ GETUM VIÐ GERT?
FJÓRAR FRAMKVÆMANLEGAR AÐGERÐIR

Alþjóðlegur samanburður sýnir að staðan á Íslandi í málefnum áreitni og ofbeldis í starfi er skárrí en í mörgum nágrannaríkjum okkar. Í nýlegri könnun frá Bretlandi kemur til dæmis hrikaleg staða verslunarfólks þar í landi í ljós, en 90% þess hóps varð fyrir dónalegri, niðurlægjandi eða særandi orðanotkun (e. verbal abuse) árið 2020 og 11% varð fyrir líkamlegu ofbeldi. Þá kemur líka fram í könnun frá Finnlandi að 56% verslunarfólks þar í landi varð fyrir kynferðislegri áreitni í starfi.

Slíkur samanburður breytir því hins vegar ekki að staðan á Íslandi er grafalvarleg og óásættanleg. Eitt atvik er einu of mikið. En hvað er hægt að gera? Nauðsynlegt er að samfélagið leggist á eitt og að atvinnurekendur, stjórnvöld, stéttarfélög og almenningur geri allt sem í valdi þeirra stendur til þess að útrýma áreitni og ofbeldi á vinnustöðum landsins. VR skorar á viðeigandi aðila að ráðast í eftirfarandi aðgerðir sem geta dregið úr þessari samfélagsvá með skilvirkum hætti:

1) **Alþingi** getur fullgilt ILO-190 samþykkt Alþjóðavinnumálastofnunar (ILO) gegn ofbeldi og áreitni í starfi. ILO-190 var samþykkt á afmælisþingi ILO í júní 2019 og greiddi Ísland atkvæði með tillöggunni. Samþykktin kveður á um lagasetningu hjá þeim ríkjum sem fullgilda hana og stefnumótun sem tryggir eftirlit og eftirfylgni með málaflokknum, rannsóknum á brotum á vettvangi vinnueftirlits, stuðning og úrræði fyrir þolendur, o.s.frv. Þá nær samþykktin sérstaklega til þolenda heimilisofbeldis en samkvæmt ILO-190 skal tryggja launafólki sem verður fyrir heimilisofbeldi leyfi frá störfum, sveigjanlegan vinnutíma, og tímabundna ráðningarvernd. ILO-190 bíður afgreiðslu Alþingis og VR skorar á stjórnvöld að fullgilda samþykktina eins og fljótt og hægt er.

2) **Atvinnurekendur** geta séð til þess að forvarnarmál séu í lagi á sínum vinnustað með því að gangast við lögbundnum skyldum sínum og framkvæma sálfélagslegt áhættumat. Niðurstöður könnunar VR sýna að hægt sé að draga úr áhættu á áreitni og ofbeldi í starfi með slíkum aðgerðum og með því að skilgreina viðbragðsáætlanir og tryggja gott upplýsingaflæði um málaflokkinn til starfsfólks.

3) **Stéttarfélög** eins og VR geta þrýst á stjórnvöld að fullgilda ILO-190, aðstoðað atvinnurekendur við að koma forvarnarmálum í lag og verið til staðar fyrir félagsfólk sem lendir í áreitni eða ofbeldi í starfi. VR ítrekar að félagsfólk getur alltaf leitað til félagsins og hvetur félagsfólk sem hefur orðið fyrir áreitni eða ofbeldi í starfi til þess að hafa samband við VR í síma 5101700 eða í tölvupósti á vr@vr.is.

4) **Almenningur** getur tekið það til sín að sýna starfsfólki virðingu, hvort sem það er á eigin vinnustað eða annars staðar. Kurteisi kostar ekki neitt. [VR](#)



Sigmundur Halldórsson
Starfskraftur LÍV

AF VETTVANGI LÍV

33. þing Landssambands íslenskra verzlunarmanna var haldið 19.-20. október 2023 þar sem mikil og góð umræða fór fram varðandi áherslur verslunarfólks. Góðir gestir ávörpuðu þingið og kosning fór fram til formanns og stjórnar LÍV.

Ragnar Þór Ingólfsson var endurkjörinn forseti LÍV en í stjórn voru kosin þau Anna Halldórsdóttir, frá stéttarfélagi Vesturlands, Eiður Stefánsson, frá FVSA, Hjörtur Geirmundsson, frá Verslunarmannafélagi Skagafjarðar, og Kolbrún Júlía Erlendsdóttir, Kristín María Björnsdóttir og Ólafur Reimar Gunnarsson frá VR. Ekki kom til kosninga hjá varumönnum í stjórn LÍV en varamenn eru Hulda Björnsdóttir, frá FVSA, Elva Héðinsdóttir, frá Framsýn stéttarfélagi, Margrét J. Birkisdóttir, frá Verkalyðsfélagi Vestfjarða og Bjarni Þór Sigurðsson, Jónas Yngvi Ásgrímsson, Kristjana Þorbjörg Jónsdóttir og Jac Norðquist frá VR.

Auður Alfa Ólafsdóttir, sérfræðingur hjá ASÍ, hélt erindi á þinginu þar sem hún gerði grein fyrir því hvernig loftslagsaðgerðir stjórnvalda hafa komið mun harðar niður á launafólki en atvinnurekendum. Victor Karl Magnússon, sérfræðingur hjá VR, kynnti möguleg áhrif gervigreindar á störf verslunarfólks. Af báðum þessum kynningum mátti ráða að gríðarlega mikilvægt er að tryggja réttlát umskipti og samþykkti þingið ályktun þar að lútandi.

Í ályktuninni kemur fram að þingið telur að stjórnvöld hafi brugðist launafólki og almenningi öllum í að stuðla að réttlátum umskiptum. Þrátt fyrir að íslensk heimili beri einungis ábyrgð á 10% útlosunar gróðurhúsalofttegunda og atvinnulíf 90% er almenningur látinn bera byrðarnar af loftslagsaðgerðum á meðan fyrirtækjum er hlífð. Áherslur íslenskra stjórnvalda í loftslagsmálum felast í ríkulegum styrkjum og fjárhagslegum ívilnunum úr opinberum sjóðum til fyrirtækja sem skila hagnaði upp á milljarða og greiða sum hver fleiri milljarða út í arð. Á meðan leggja stjórnvöld auknar álögur á almenning sem leggjast þyngst á þau sem minnst hafa, ofan á þá verðbólgu sem er til staðar í samfélaginu, sem stjórnvöld ná engum tökum á. Í stað þess að láta stórfyrirtæki og fjármagnseigendur barga sanngjarna skatta og eðlilegt gjald fyrir nýtingu á auðlindum í þjóðareign og gera þeim sem bera mesta ábyrgð á vandanum að standa straum af þeim kostnaði sem fylgir loftslagsaðgerðum er almenningur skyldaður til að greiða reikninginn. Stjórnvöld ýta því ekki einungis undir ójöfnuð með loftslagsaðgerðum sínum heldur hefur þeim mistekist að draga úr mengun, sem heldur áfram að aukast.

Þing Landssambands íslenskra verzlunarmanna krafðist þess að launafólk og almenningur nyti góðs af aukinni framleiðni sem hefur hlottist af tæknibreytingum og sjálfvirknivæðingu en ábatinn hefur safnast á hendur fárra. Þrátt fyrir að landsframleiðsla á mann hafi margfaldast á síðustu áratugum og Íslendingar séu meðal ríkustu þjóða heims, búa þúsundir enn við fátækt og sífellt fleiri heimili ná ekki endum saman.

Þá er vinnuvika Íslendinga mun lengri en í nágrannalöndunum og starfsævi Íslendinga sú lengsta í Evrópu.

Réttlát umskipti fela í sér að tækifærum og byrðum sem felast í loftslags- og tæknibreytingum sé dreift með réttlátum og sanngjörnum hætti. Loftslagsbreytingum fylgja miklar áskoranir en aðgerðir til að stemma stigu við þeim geta einnig falið í sér tækifæri til að vinna gegn félagslegu og efnahagslegu misrétti og auka jöfnuð og velferð. Aukin framleiðni vegna tækniframfara getur einnig skilað gríðarlegum ávinningi fyrir samfélagið allt. Auk efnahagslegs ábata geta tæknibreytingar aukið lífsgæði, með styttri vinnutíma og auknum sveigjanleika, sem getur fjölgað samverustundum með vinum og fjölskyldu og gert fólki kleift að sinna áhugamálum sínum í meiri mæli.

Ekkert af þessu gerist þó sjálfkrafa og til að allir njóti ábatans af aukinni framleiðni vegna tækniframfara og til að loftslags- og tæknibreytingar leiði ekki til aukins ójöfnuðar þurfa stjórnvöld að marka stefnuna. Núverandi stefna stjórnvalda ýtir undir ójöfnuð og grefur undan samfélagslegri sátt og framförum.

Þá krafðist Landssamband íslenskra verzlunarmanna að stjórnvöld tækjust á við áskoranir samtímans með réttlát umskipti og hag almennings að leiðarljósi, rétt eins og ríkisstjórnarsáttmáli núverandi ríkisstjórnar kveður á um.

Formaður Handels, samtaka verslunarfólks í Svíþjóð, Linda Palmethofer, hélt erindi á þinginu þar sem hún skýrði frá stöðu mála í Svíþjóð, Norðurlöndunum og Evrópu og kom skýrt fram í máli hennar að sótt er að réttindum launafólks og afar mikilvægt að viðhalda öflugum stéttarfélögum. Raunar mátti heyra sama tón á fundi UNI Europe Commerce sem fram fór í Amsterdam í byrjun nóvember þar sem komu saman fulltrúar verslunarfólks frá Evrópu. Það virðist sérstakt markmið sumra af öflugustu fyrirtækjum heims að grafa undan mannréttindum launafólks og er sérstakt átak í gangi gagnvart Amazon en fjölmörg samtök launafólks víðsvegar um heim hafa tekið höndum saman til að fá Amazon til þess að gera kjarasamninga við starfsfólk sitt. LÍV styður að sjálfögðu þessa baráttu. 



Fréttir af vettvangi LÍV er að finna á landssamband.is

NÁMSKEIÐ FYRIR FÉLAGSFÓLK

SKATTFRAMTALSADSTOÐ

5. og 6. mars kl. 8:30-16:00

Leiðbeinandi: Guðrún Björg Bragadóttir, sérfræðingur hjá KPMG

Félagsfólki VR býðst að nýta sér einstaklingsaðstoð sérfræðings KPMG við skattframtalið. Aðstoðin verður í boði 5. og 6. mars frá kl. 8:30 og til 16:00. Hver tími verður 15 mínútur. Nauðsynlegt er að vera búin/n að skrá sig fyrir kl. 15:00 þann 4. mars en þá lokar fyrir skráningu.

5. mars – aðstoð hjá VR, 9. hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7.

6.mars – aðstoð í gegnum Teams eða síma.

Nánari upplýsingar verða sendar á skráð félagsfólk degi fyrir aðstoðina. Veldu hvort þú vilt mæta á staðinn eða taka þátt rafrænt með því að velja viðeigandi hnapp í viðburðadagatalinu á vr.is.

Þú færð áminningu um námskeiðið þegar nær dregur aðstoðinni á tölvupóstfangið sem þú ert með skráð hjá VR. Þú getur séð hvaða netfang þú ert með skráð á Mínun síðum á vr.is. Þú getur einnig smellt á hnapp við skráningu til að setja viðburðinn í dagatalið þitt.

LAUNAFULLTRÚANÁMSKEIÐ

13. og 14. mars kl. 8:30-16:00

Leiðbeinandi: Viktoría Jensdóttir, sérfræðingur hjá VR

Megináhersla námskeiðanna er að fara ítarlega yfir ákvæði kjarasamnings er varða launaútreikning og réttarstöðu starfsfólks sem starfar eftir kjarasamningum VR. Sérstök áhersla á uppbyggingu launaseðla, tímaskráningu, útreikning launa (föst mánaðarlaun eða tímakaup) og ráðningarsamninga. Mismunandi námskeið eru í boði fyrir starfsstéttir.

13. mars kl. 9:00-12:00

Gestamóttaka á hótélum, gistihúsum og blönduð störf í ferðaþjónustu.

14. mars kl. 9:00-12:00

Skrifstofa og sölustörf.

14. mars kl. 13:00-16:00

Verslunar- og afgreiðslustörf ásamt lagerstarfsfólki. 

SKRÁNING

Námskeiðin verða haldin í sal VR á 9.hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7. Léttar veitingar í boði fyrir þau sem mæta á staðinn. Einnig er hægt að taka þátt í gegnum Teams. Veldu þann möguleika sem hentar þér í viðburðardagatali á vr.is.

Með því að skrá þig færðu áminningu þegar nær dregur viðburði á tölvupóstfangið sem þú ert með skráð hjá VR. Þú getur séð hvaða netfang þú ert með skráð á **Mínun síðum á vr.is**. Þú getur einnig smellt á hnapp við skráningu til að setja viðburðinn í dagatalið þitt.



**Þúsundir
VR félaga
hafa tekið
sjálfspróf VR
í stafrænni
hæfni!**

**Ert þú búin/n/ð
að taka prófið?**

**Kynntu þér málið
nánar á
stafrænhæfni.is**



TILBOÐ TIL VR FÉLAGA GEGNUM SPARA APPIÐ

Spara appið er þjónustuvettvangur sem geymir mörg hundruð tilboð á fjölbreyttum vörum og þjónustu frá samstarfsaðilum fyrir neytendur. Afsláttarkjör eru allt að 30% og auðvelt að nýta þau með einum smelli. VR og Spara appið eru í samstarfi og sameina öll þín vildarkjör á einum stað.

Spara appið er einfalt í notkun. Neytendur sækja appið í símann og skrá sig inn með rafrænum skilríkjum. Kerfið sér þá strax hvaða hópum viðkomandi tilheyrir og notandinn sér samstundis í appinu hvaða afsláttarkjör standa honum til boða. Við nýskráningu velur einstaklingur þá vöruflokka sem eru í mestu uppáhaldi og auðveldar þannig aðgang að þeim tilboðum gætu helst nýst viðkomandi.

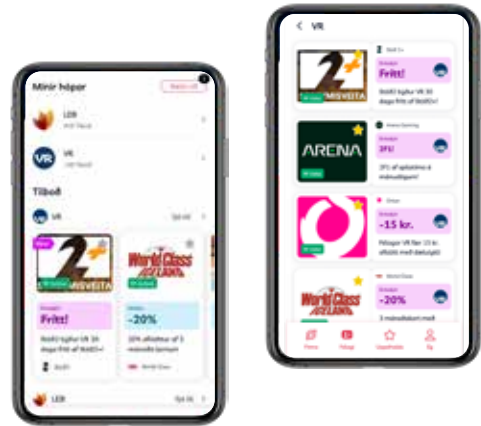
VR er með um 150 tilboð í Spara appinu og þá eru ótalin þau tilboð sem bjóðast viðkomandi í öðrum hópum sem hann tilheyrir svo sem starfsmannafélagi á sínum vinnustað, íþróttafélagi og fleiri hópum en fjölmargir hópar eru þegar skráðir í Spara appið og fjölgar stöðugt. Spara appið sparar tíma sem annars færi í að leita uppi afsláttarkjör inni á vefsíðum eða starfsmannasíðum fyrirtækja. Spara appið er byggt á grunni 1819 Torgsins. Þeim VR félögum sem eru með það app er bent á að uppfæra þarf appið yfir í Spara.

HVERNIG FINN ÉG TILBOÐ?

Þegar þú hefur skráð þig inn með rafrænum skilríkjum birtast öll tilboð sem standa þér til boða í appinu.

Til að virkja ákveðið tilboð smellirðu einfaldlega á það og getur nýtt það strax við greiðslu.

Það borgar sig einnig að prófa að fletta nafni verslunar upp þegar þú ert að kaupa eitthvað. Ef viðkomandi þjónustuaðili er með tilboð fyrir þinn hóp kemur það strax fram og þú getur virkjað afsláttinn. [VR](#)



Hér má sjá brot af þeim tilboðum sem standa VR félögum til boða:

Bílvogur

Hvað: 10% afsláttur af efni, smurvinnu, bremsuviðgerðum, nýjum sumar- og vetrardekkjum

Hvar: Auðbrekku 17, 200 Kópavogi

Hvenær: Mán.-fim. kl. 8:00-17:00 og fös. kl. 8:00-16:00

BK kjúklingur

Hvað: 15% afsláttur af matseðli, gildir ekki með öðrum tilboðum

Hvar: Grensásvegi 5, 108 Reykjavík

Hvenær: Mán.-fim og sun. kl. 11:00-22:00, fös og lau kl. 11:00-21:00

Bónstöðin hjá Jobba

Hvað: 10% staðgreiðsluafsláttur

Hvar: Skeifunni 17, 108 Reykjavík

Hvenær: Mán.-fös. kl. 9:00-17:00

Burger-inn

Hvað: 15% afsláttur af matseðli

Hvar: Flatahrauni 5a, 220 Hafnarfirði

Hvenær: Mán.-sun. kl. 11:00-22:00

Culiacan

Hvað: 15% afsláttur, gildir ekki með öðrum tilboðum

Hvar: Suðurlandsbraut 4a, 108 Reykjavík

Hvenær: Mán.-sun. kl. 11:30-21:00



**Náðu
í appið hér**

TRÚNAÐARMANNANÁMSKEIÐ

TRÚNAÐAR-
MENN

HVAÐ GETUR ÞÚ GERT?

20. mars kl. 9:00-12:00

Námskeiðið er aðeins ætlað trúnaðarmönnum VR

Leiðbeinandi: Þorsteinn Sveinsson, sérfræðingur á kjaramálasviði VR

Hlutverk trúnaðarmanna getur verið margslungið og ýmiss konar mál sem detta inn á borð þeirra. VR leggur mikið upp úr því að fræða trúnaðarmenn sína um mál og málefni sem styrkja þau í trúnaðarstarfi sínu fyrir félagið. Á þessu námskeiði verður farið yfir allt sem nær til reglugerðar nr. 1009/2015, um aðgerðir gegn einelti, kynferðislegri áreitni, kynbundinni áreitni og ofbeldi á vinnustöðum. Sérfræðingar á kjaramálasviði VR fara yfir fyrstu viðbrögð, hlutverk trúnaðarmanna, hlutverk atvinnurekanda, skyldur starfsfólks, áætlanir á vinnustöðum, dóma og mál sem tengjast þessum málaflokki. Þetta námskeið er í boði á hverju ári og við mælum með að hver trúnaðarmaður mæti a.m.k. einu sinni.

Námskeiðið verður einungis í boði í sal VR, 9. hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7. Það verður einungis aðgengilegt á rauntíma.

RÆKTAÐU VINNUSTAÐ ÁN FORDÓMA

24. apríl kl. 9:00-12:00

Námskeiðið er aðeins ætlað trúnaðarmönnum VR

Leiðbeinandi: Jasmina Vajzovic, stjórn málafræðingur og eigandi IZO ráðgjöf

Menningarnæmi snýst ekki bara um að læra og skilja að eitthvað sé öðruvísi eða frábrugðið. Það snýst einnig um að huga að, taka vel utan um og lyfta fjölbreytileikanum upp. Þannig aukum við líkurnar á því að búa til vinnustaði þar sem öll finna fyrir því að vera metin að verðleikum, að tilheyra og að vera sýnd virðing. Á þessu námskeiði fer Jasmina yfir hvað menningarnæmi er og þátttakendur fá að staðsetja sig á þeim ási til að átta sig betur á stöðu sinni. Hún veitir ráð og kennir á margskonar verkfæri sem aðstoða við að auka næmni og skilning. Námskeiðið er gagnvirk, með léttum æfingum til að auka skilning á efninu og góður tími tekinn í að fræða og ræða efnið.

Það að skapa öruggt vinnuumhverfi, lágmarka fordóma, meta menningarlegan fjölbreytileika og fjölbreytta hæfileika fólks hefur margvíslegan ávinning fyrir vinnustaði. Efni þessa námskeiðs miðar að því að vera leiðarvísir varðandi það hvernig hægt er að skapa inn-gildandi og samtengdan vinnustað með menningarlegri næmni og því að fagna fjölbreytileikanum í starfsfólki. Hvort sem hann er menningarlegur, sköpunargáfa, skipulagshæfileikar eða annað.

Jasmina kom til Íslands fyrir tuttugu árum, sem barn á flótta frá Bosnía og Hersegóvínu, ásamt foreldrum sínum og hefur sérhæft sig í mál-efnum flóttafólks og innflytjenda. Hún er stjórn málafræðingur, með diplómu í opinberri stjórnsýslu og stundar nú MBA nám. Hún rekur einnig ráðgjafafyrirtækið IZO ráðgjöf í þeim tilgangi að vera hvati að jákvæðum breytingum, sem talskona inngildingar og fjölbreytileika, í þeim tilgangi að byggja bjartari framtíð saman. Hún er hokin af reynslu og tengir efnið við raunveruleg dæmi úr eigin starfi og lífi.

MÓTTAKA FYRIR NÝJA TRÚNAÐARMENN

6. mars kl. 12:00-13:00

10. apríl kl. 12:00-13:00

8. maí kl. 12:00-13:00

Námskeiðið er aðeins ætlað trúnaðarmönnum VR

Leiðbeinandi: Hreiðar Ævar Jakobsson, tengiliður trúnaðarmanna hjá VR

Trúnaðarmaður er tengiliður starfsfólks á sínum vinnustað við VR og atvinnurekandann. Starfsfólk á hverjum vinnustað kys sér trúnaðarmann til tveggja ára í senn og allir vinnustaðir með fimm eða fleiri VR félaga mega kjósa trúnaðarmann en ef starfsfólk er fleira en 50 má kjósa tvo. VR leggur ríka áherslu á að taka vel á móti öllum sem sinna trúnaðarstörfum fyrir félagið og býður annan miðvikudag í hverjum mánuði í sérstaka móttöku fyrir nýja trúnaðarmenn.

Boðið verður upp á léttan hádegisverð, stutta fræðslu um ýmislegt sem gott er að vita varðandi starfsemi VR og mikilvæg gögn fyrir trúnaðarmenn eru afhent. Kjörið tækifæri til að hitta á tengilið trúnaðarmanna í eigin persónu og byggja upp tengslanet við aðra nýja trúnaðarmenn. Ef áhugi er fyrir hendi eftir móttökuna verður tekið rölt um þau svið innan VR sem trúnaðarmenn hafa áhuga á að vita meira um. [VR](#)

SKRÁNING

Námskeiðin verða haldin í nýjum og glæsilegum sal VR á 9. hæð í Húsi verslunarinnar, Kringlunni 7. Morgunmatur verður í boði fyrir þau sem mæta á staðinn. Einnig er í sumum tilfellum hægt að taka þátt í gegnum Teams en salurinn er vel búinn tækjabúnaði fyrir blandað námskeiðahald. Veldu þann möguleika sem hentar þér í viðburðadagatalinu á [vr.is](#).

Við skráningu færðu áminningu á netfangið sem þú ert með skráð hjá VR. Ef þú skráir þig sem þátttakanda rafrænt færðu sendan hlekk í tölvupóstinum. Þú getur séð hvaða netfang þú ert með skráð á Mínum síðum á [www.vr.is](#).

Einnig er hægt að setja viðburðinn í dagatalið sitt með því að smella á hnapp sem birtist við skráningu.



Skannaðu kóðann með snjallsímanum til að fá nánari upplýsingar um viðburði VR

KROSSGÁTAN

						Frí- stundar krossgátur VR-blaðið	FRÁ KABÚL	SJÁVAR- HLJÓÐ	POLAN- LEGRI	KORNA		AFREK	LOKID	KÁT	AFSÖK- UNAR	SMÁ- KORN	FÁRAST
						HLJÓM- SVEIT					BREYTNÍ			1			
						VÍÐKUNN					RYSKINGA NAFN KONU						
						ÞRÁÐ- URINN HIRSLNA							NAFNI KONU BÚANDI EINN				
												UPPLAGS KIND- ANNA		2			
GLER- KRUKKUR						MANNS- NAFN				ÞURRKÍ ÚT DÝRKA				GEISLA- BAUGUR ELDSTÓ			
FLOKKA						TAUG TÁL- DREGUR				SALT AF SYRU SÁTUM FÖST						TENGSLA- TÆKIS	REIÐIN
ÞJÁL- UMST							RÍFI UPP MJÖLL				LENGST Í NORDRI ÁLIT- LEGRA						3
LAND- KÖNN- UÐAR								MANNS- NAFNI SNÆÐA							HANDBOR LEÐJA		
								6					SMÁ- VEISLA TRÚUÐ				
OFTAKAN						SKYLD- MENNI BRJÓTA								SVEI LÚTUR			
KYRRÐ						4	ÖRLÖG- UM AFRIKU- BORG						FJÖL ÞÉTTAN REYK				
RÖSK						VOT PRÝÐI- LEGASTA			LENDI ÓKVÍÐINN						PRÓF- TITILL BÖRN		
FLAT- ORMUR						FRJÁLSA KATTAR- DÝR					DUG- LEGAN DJÚP						
										ÓSIÐIR REIST					7	GEFA HÖGG	SÁRIR
HVORT						5	KLETTUR GROBB		8		UPP- GEFINN NAFN KONU				FLÝTI ÁLFU		
KÆRASTI JULIU							VAN- HEIMILD Í HÚS						KEYRÐU KLAKA				
RAKNI							ÖSKUR FOR- FÖÐUR				NIRFILS- LEGUM BÓKSTAF						
MÖGU- LEGT							SAM- BORGARA					HREINS- AÐI					
AULA							ÞEFAÐI			9			SMÁMYNT				



VERÐLAUN FYRIR RÉTTA LAUSN KR. 15.000

Lausnin á síðustu krossgátu er: **Plötuspilari**

Vinningshafi krossgátunnar í síðasta VR blaði var **Oliver Thor Hreiðarsson**. Oliver Thor er 18 ára gamall og er á þriðja ári í Verzlunarskóla Íslands. Hann vinnur í Garra og byrjaði þar sem sumarstarfsmaður í maí árið 2023 og hefur síðan unnið þar með skóla. Oliver Thor býr í Mosfellsbæ og hefur verið þar allt sitt líf. Hann hefur gríðarlega mikinn áhuga á golfi og æfir og spilar með Golfklúbbi Mosfellsbæjar. Oliver Thor byrjaði ungur í golfinu en hætti svo og fór að æfa fótbolta. En sumarið 2019 byrjaði hann aftur í golfi með 36 í forgjöf og er núna með 2,3 í forgjöf!

Í lausn krossgátunnar hér að ofan er orð. Vinsamlegast látið kennitölu fylgja og skrifðu „krossgáta“ utan á umslagið. Skilafrestur er til **15. ágúst 2024**. Utanaskriftin er: VR-blaðið, Kringlunni 7, 103 Reykjavík. Einnig er hægt að senda lausnina á krossgata@vr.is.

TRÚNAÐARMAÐURINN

KRISTJÁN GÍSLI STEFÁNSSON

Aldur: Er að detta í 40.

Vinnustaður: Olís ehf.

Hversu lengi hefurðu verið trúnaðarmaður?

Þurfti að grafa það upp en það er víst síðan 2017 hjá VR, var að vísu trúnaðarmaður hjá Eflingu áður í kringum 2003-2004.

Hvernig fræðslu hefurðu sótt þér sem trúnaðarmaður?

Þó nokkur, um lífeyrismál, hlutverk trúnaðarmannsins á óvissutímum, áskoranir trúnaðamanna á vinnustað og um streitu og álag til þess að nefna nokkur.

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

Já, heilmikið um kjaramálin, réttindi, skyldur og sögu kjaramála þó að síðasti liðurinn komi frekar til vegna áhuga míns á sögu almennt. Ég hef verið í trúnaðarráði síðustu ár og tekið virkan þátt þar með því að fara á ASÍ þing og þing Landssambands íslenskra verzlunarmanna. Það hefur verið lærdómsríkt.

Hvað gerirðu í frítíma þínum?

Ég er faðir tveggja barna undir 5 ára svo að orðið frítími hefur ekki verið mikið notað í fjölskyldunni. En ég næ að taka smá tíma til hliðar fyrir Kiwanis sem ég er virkur í. Það er flottur félagsskapur sem tengir kynslóðirnar saman og mæli ég með að fólk íhugi að fara þar inn eða í svipuð félög. Að vinna með öðru fólki til þess að láta gott af sér leiða gefur manni heilmikið. Sem kannski útskýrir mína veru sem trúnaðarmaður. 



Taktu þátt í könnun VR og þú gætir unnið gjafakort eða iPhone 15

Nýttu tækifærið til að hafa áhrif

Þátttaka þín í könnun VR um **Fyrirtæki ársins** er mikilvæg, bæði fyrir þig og annað starfsfólk. Það er þitt að segja stjórnendum hvað er vel gert og hvað má betur fara.



Þú getur tekið þátt á Mínum síðum á vr.is