



Bls. 8

**Út úr völuðar-
húsinu**



Bls. 10

**Ræstingarfólk
skapar verðmæti**



Bls. 21

Sama sukkið

Umsóknareyðublað vegna
páskaúthlutana fylgir
með þessu blaði

NÆSTUM ANNAR HVER HLÝTUR VINNING

- ▶ Um **36.000** manns fá vinning á hverju ári – frá 5.000 kr. upp í 75 milljónir
- ▶ **70%** tekna fara til miðaeigenda sem vinningar – 700 kr. af hverjum 1.000 kr.
- ▶ Um **800 milljónir** voru greiddar út í vinninga á síðasta ári
- ▶ Trompmiði **fimmfaldar** vinningsupphæðina – 5 milljónir kr. verða að 25 milljónum
- ▶ Yfir **20 háskólabyggingar** hafa verið byggðar fyrir happdrættisfé
- ▶ Dregið er **tvisvar í mánuði** þú getur því átt von á milljónum hálfsmánaðarlega



Tryggðu þér miða á www.hhi.is, í síma 800 6611 eða hjá næsta umboðsmanni.



Þóra Ásgeirsdóttir

Rýnikönnun meðal Eflingarfélaga

Athyglisverðar niðurstöður

- segir Þóra Ásgeirsdóttir

Það er margt áhugavert í niðurstöðum rýnihópa meðal Eflingarfélaga, segir Þóra Ásgeirsdóttir, ráðgjafi hjá Kná í viðtali við Fréttablað Eflingar um niðurstöður rýnirannsóknar sem Efling-stéttarfélag lét gera meðal nokkurra hópa atvinnuleitandi félagsmanna í haust. Það virðist sem unga fólkið sé síður að leita sér leiða út úr ástandinu meðan fólk á miðjum aldri hefur almennt gert allt sem það getur til að afla sér nýrrar atvinnu. Það sem beinlínis hrópar á mann er að upplýsingar um menntun og ýmis úrræði bæði félagsins og Vinnuálastofnunar virðast ekki ná í gegn til þessa hóps, segir Þóra. Þá er athyglisvert að í rýnihópi meðal Pólverja kom fram hversu lítið þeir fylgjast með íslensku samfélagi. Margir tala ekki tungumálið þrátt fyrir að hafi dvalið hér um margra ára skeið, það veldur þeim talsverðum erfiðleikum. En sameiginlegt öllum hópum er að það eru allir að draga saman útgjöld í krepplunni, segir hún.

Markmiðið með könnuninni var að leitast við að fá nánari upplýsingar um hópa atvinnuleitandi fólks og kanna hvernig hægt væri að nálgast þessa félagsmenn betur með viðbótarupplýsingum. Þeir hópar sem könnunin byggir á voru karlmenn í byggingarvinnu, starfsfólk í veitingahúsum, umönnunarhópur og þeir sem starfa við ræstingar, Pólverjar og félagsmenn með stutta sögu hjá Eflingu.

Barna- og fjölskyldufólk reynir að halda sér í uppbyggilegri rútínu með líf sitt

Í umræðunum kom fram að margir vilja fá símtal eða heimsókn þar sem þessum upplýsingum er komið á framfæri og spurning um hvort reyna ætti þá aðferð betur

meðan barnlausa og yngra fólkið snýr sólarhringnum oft við og miðaldra karlar sem misst hafa vinnuna eru margir illa staddir. En sameiginlegt með öllum hópum er að það eru allir að draga saman í útgjöldum, segir Þóra og bætir því við að ljóst sé að sparað sé t.d. í tannlæknakostnaði en börnin séu látin ganga fyrir svo og lyf og læknskostnaður.

Fjárhagsstaða hópsins er mjög mismunandi en þeir standa illa sem skulda mikið. En svo virðist sem fólk sem þátt tók í rýnihópunum sé ekki almennt mjög illa stætt fjárhagslega, þó margir séu að draga úr útgjöldum. Sumir hafa grip-ið til séreignarsparnaðarins til að létta fjárhaginn. En fyrir ýmsa er framtíðin óljós, margir eru einnig til í að skipta um starfsvettvang. Það virðist vera að í þessum hópi hafi fáir verið að hugsa um það fyrir alvöru að flytja til útlanda, frekar að fólk slái því fram sem kosti í stöðunni, segir Þóra.

Þá er einnig athyglisvert að heyra að atvinnurekendur svara næstum undantekningarlaust ekki atvinnuumsóknum. Í mörgum tilvikum hafa atvinnuleitendur lagt mikla vinnu í umsóknir og mikið á sig til að ná sér í nýtt starf en fáum boðist vinna. Þá eru þau störf sem í boði eru oft þannig að þau henta ekki fjölskyldufólki með of löngum vinnudegi eða launin er of lág miðað við atvinnuleysisbætur. Það er jákvætt að margir hafa reynt að ná sér í ýmiss konar starfsréttindi, meira prófið, leigubílaréttindi og vinnuveilaréttindi.

Það er athyglisvert þegar rætt var við pólska hópinn að svo virðist sem þeir hafi ekki náð að aðlagast þjóðfélaginu og það kemur fram að margir Pólverjar hér á landi fylgist lítt með þjóðmálum hér og vita lítið hvað er að gerast á landinu. Þeir halda mikið hópinn og eiga í litlum samskiptum við Íslendinga. Þeir sem tóku þátt í umræðunni tala flestir ekki íslensku og hafa lítinn áhuga á að læra hana.

Það virðist vera að sú viðleitni, bæði hjá stéttarfélögum og öðrum sem vilja koma upplýsingum á framfæri við atvinnuleitendur, sé ekki að skila sér. Í umræðunum kom fram að margir vilja fá símtal eða heimsókn þar sem þessum upplýsingum er komið á framfæri og spurning um hvort reyna ætti þá aðferð betur. Það má svo auðvitað spyrja sig hvort það sé í takt við nútímann, segir Þóra Ásgeirsdóttir að lokum.

NÁM ALLA ÆVI

Nám fyrir fullorðna einstaklinga á vinnumarkaði

Grunnmenntaskólinn

Er fyrir þá sem hafa stutta skólagöngu að baki og vilja styrkja stöðu sína í almennum greinum.

Félagsliðabréu og Leikskólabréu

Námsleiðir fyrir þá sem starfa við umönnun aldraðra, sjúklinga eða vinna á barnaheimilum.

Aftur í nám

Er fyrir fólk sem á við lestrarörðugleika eða lesblindu að stríða.

Þjónustuliðanám

Er ætlað starfsfólki sem vinnur við ræstingar eða í bytibúrum.

Öryggisvarðanám

Öryggisvarðanám er fyrir starfandi öryggisverði.

Fagnámskeið

Eru annars vegar fyrir starfsmenn á leikskólum og hins vegar fyrir starfsmenn sem vinna við umönnun og aðhlyningu.

Landnemaskólinn

Er fyrir fólk af erlendum uppruna sem hefur náð nokkru valdi á íslensku.

Vöruflutningaskólinn

Er fyrir starfsmenn sem annast flutninga og geymslu varnings.

Jarðlagnatækni

Er ætluð þeim sem vinna við nýlagnir, endurbætur, viðhald og viðgerðir rafstrengja, vatnslagna, hitalagna, fjarskiptalagna og fráveitna í jörð.

Færni í ferðapjónustu

Er fyrir þá sem starfa við ferðapjónustu eða stefna að starfi í atvinnugreininni. Námið er ætlað 20 ára og eldri.

Framhaldsnám leikskólaliða

Er ætlað þeim sem lokið hafa leikskólaliðanámi og vilja fræðast meira um börn með sérþarfir.

Almennar námsgreinar á framhaldsskólastigi

Stærðfræði, íslenska, enska og danska. Námskrá er á framhaldsskólastigi en kennsluaðferðir og námskrá miðast við þarfir og þroska fullorðinna einstaklinga.

Mímir-símenntun leggur áherslu á:

- að námið sé sniðið að þörfum og getu fullorðinna einstaklinga
- að hægt sé að stunda námið með vinnu
- að námið sé hagnýtt og í takt við þarfir atvinnulífs og nemenda

Nánari upplýsingar um þessar námsleiðir og fleiri eru veittar í síma 580-1800 og á heimasíðu Mímis-símenntunar, www.mimir.is

Kennt er eftir námskrám Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins og námið má meta til eininga á framhaldsskólastigi.





Efling

Hvetur ræstingafólk til að hafa samband

Efling hefur haft áhyggjur af því að sá niðurskurður sem við blasir í opinbera umhverfinu, bitni harkalega á störfum ræstingafólks. Sífelld meiri samkeppni í opinberum útbodum hefur leitt til þess að starfsfólk við ræstingar er að bera minna úr bytum. Þá hefur þessi

hópur ekki notið jafn mikils launaskriðs í góðærinu og aðrir hópar. Þannig hækkuðu heildarlaun ræstingafólks að meðaltali um 19% frá 2004 til 2007 á meðan heildarlaun almennt hækkuðu að meðaltali um 41% fyrir sama tímabil.

Það er mjög mikilvægt að þeir sem starfa við tímamælda ákvæðisvinnu í ræstingu hafi samband við félagið, ef þeir telja að eitthvað sé ábótavant við verklýsingar og þann tímaramma sem þeim er ætlað til að klára verkið.

Dagbók Eflingar 2010 til félagsmanna

Dagbók Eflingar-stéttarfélags fyrir árið 2010 er komin út og er um þessar mundir á leið til félagsmanna. Í bókinni er nú að finna öll helstu málefni sem snerta félagsmenn Eflingar. Dagbókin liggur frammi í afgreiðslu félagsins og er jöfn eftirspurn eftir henni allt árið. Að þessu sinni hefur broti hennar verið lítillega breytt og almanaki gefið aukið rými sem eykur notagildi bókarinnar.

Í dagbókinni er fjallað um öll helstu mál sem snerta félagsmenn, réttindi og skyldur launafólks þannig að reynt er að miða við að bókin geti nýst launafólki á vinnustöðum til að gefa fyrstu upplýsingar. Hér er því að finna helstu upplýsingar um Eflingu, sjóði félagsins og annað gagnlegt.

Greinargóðar upplýsingar eru um réttindi í orlofs- og sjúkrasjóði og helstu atriði varðandi réttindi atvinnulauss fólks. Þessi kafli dagbókarinnar er verulega aukinn vegna atvinnuástandsins sem búast má við að verði ríkjandi hér á landi árið 2010.

Mikilvægt er að félagsmenn hafi samband við skrifstofu Eflingar ef þeir fá ekki heimsenda dagbók. Þá verður bætt úr því eins fljótt og kostur er.





**form -
rými -
hönnun**

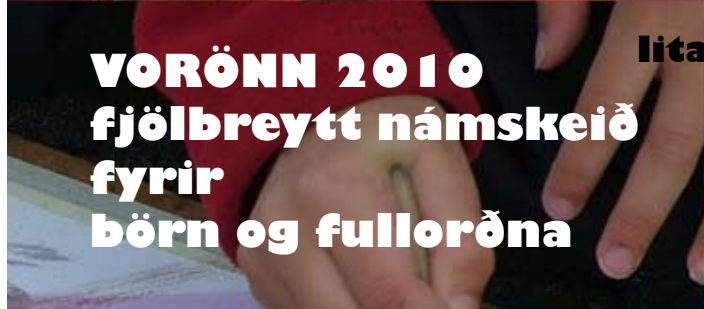
olíumálun



teikning



vatnslitamálun



**VORÖNN 2010
fjölbreytt námskeið
fyrir
börn og fulloröna**

litaskynjun



leirmótun



almenn námskeið

teikning

mánud.	17.30-20.15	Myndasögur/ frá 16 ára Bjarni Hinriksson og Búi Kristjánsson
mánud.	09.00-11.45	Teikning 1 morguntímar Eygló Harðardóttir
mánud.	17.30-21.30	Teikning 1 Eygló Harðardóttir
miðvikud.	17.30-21.30	Teikning 1 Kristín Reynisdóttir
fimmtud.	09.00-11.45	Teikning 2 morguntímar Katrín Briem
þriðjud.	17.30-21.30	Teikning 2 Sólveig Aðalsteinsdóttir
miðvikud.	09.00 - 11.45	Teikning 3 morguntímar Katrín Briem
mánud.	17.45-21.30	Módelteikning Þorbjörg Þorvaldsdóttir
miðvikud.	17.45-20.30	Módelteikning framhald Katrín Briem

málun - vatnslitun

föstud.	13.00-15.45	Frjáls málun Sigtryggur B. Baldvinsson
föstud.	09.00-11.45 fullbók.	Málun 1 morguntímar Þorri Hringsson
þriðjud.	17.30-20.15 fullbók.	Málun 1 Þorri Hringsson
föstud.	09.00-11.45	Málun 2 morguntímar Sigtryggur Baldvinsson
mánud.	17.30-20.15	Málun 2 Sigtryggur B. Baldvinsson
miðvikud.	17.30-20.15	Málun 3 - Möguleik. Formsins JBK Ransú
laugard.	10.00-12.45	Málun 4 Módel- og Portrettmálun. Karl Jóhann Jónss. og Birgir Snæbj. Birgiss.
miðvikud.	09.00-11.45	Vatnslitun -Teikning morgunt. Hlíf Ásgrímsd.
þriðjud.	17.30-20.15	Vatnslitun framhald Hlíf Ásgrímsdóttir
þriðud.	17.30-21.40	Litaskynjun Eygló Harðardóttir

keramik

þriðjud.	17.30-20.25	Leirmótun og rennsla Guðný Magnúsdóttir
mánud.	17.30-20.15	Leirkerarennsla Guðbjörg Káradóttir
miðvikud.	18.00-22.00	Grundvallaratriði í keramík - KEV173 Guðný Magnúsdóttir, Sigríður Helga Hauksdóttir, Anna Hallin
fimmtud.	18.00-22.00	Grundvallaratr. keramik frh. - KEV273 Guðný Magnúsd. Guðbjörg Kárad. Kolbrún Sigurðard.

ljósmyndun

lau og mán	tími sjá lýs.	Ljósmyndun stafræn Brooks Walker
lau og mán	tími sjá lýs.	Ljós.m.stafræn framh. Brooks Walker
lau og mán	tími sjá lýs.	Ljósmyndun sv/hv Erla Stefánsdóttir
lau og mán	tími sjá lýs. fullbók.	Ljós.m. sv/hv framh. Erla Stefánsdóttir og Vigfús Birgisson.

myndlýsingar - bókagerð

þriðjud.	18.00-20.45	Myndlýsingar - bókagerð Anja Kislich, Þorvaldur Þorsteins. Brian Pilkinton, Tómas Ponzi, Kristín Ragna Gunnarsd.
----------	-------------	--

form - rými - hönnun

miðvikud.	17.30-20.40	Form, rými og hönnun Sólveig Aðalsteinsd. Brynhildur Pálsd. og Guja Dögg Hauksdóttir
-----------	-------------	--

indesign - photoshop

Þr-Mi-Fö-La	sjá lýs.	InDesign-Photoshop Magnús Valur Pálsson
-------------	----------	---

MYNDLISTASKÓLINN
Í REYKJAVÍK

www.myndlistaskolinn.is

sími 551-1990

HRINGBRAUT 121, 107 RVK

barna- og unglinganámskeið

3 - 5 ára

laugard.	10.15-12.00	3 - 5 ára	Sigríður Helga Hauksdóttir
laugard.	12.30-14.15	3 - 5 ára	Sigríður Helga Hauksdóttir
miðvikud.	15.15-17.00 fullbók.	3 - 5 ára	Hildigunnur Birgisdóttir
miðvikud.	15.15-17.00	3 - 5 ára	Sigríður Helga Hauksdóttir

6 - 12 ára

mánud.	15:15-17:00	6 - 9 ára	Ína Salóme Hallgrímsdóttir
þriðjud.	15:15-17:00 fullbók.	6 - 9 ára	Ína Salóme Hallgrímsdóttir
þriðjud.	15:15-17:00	6 - 9 ára	Arkitektúr Hildigunnur Birgisdóttir
miðvikud.	15:15-17:00 fullbók.	6 - 9 ára	Anna Hallin
fimmtud.	15:15-17:00	6 - 9 ára	Björk Guðnadóttir
laugard.	10:15-12:00	6 - 9 ára	Björk Guðnadóttir, Ólöf Björnsdóttir
laugard.	10:15-12:00	6 - 12	Myndlist f. sjónskert börn Brynhildur Þorgeirsd. Elsa Dórothea Gíslad.
fimmtud.	15:00-17:15 fullbók.	8 - 11 ára	Leirrennsla/mót. Guðbjörg Kárad.
mánud.	15:00-17:15	10-12 ára	Arkitektúr NN
þriðjud.	15:00-17:15 fullbók.	10-12 ára	Myndasögur og hreyfimyndir. Þórey Mjallhvít og Lóa Hlín Hjalmtýsdóttir
miðvikud.	15:00-17:15	10-12 ára	Myndlist, handverk og hönnun Kristín Reynisd., Bjarni Kristjánss. Þorbjörg Þorvaldsd.
fimmtud.	15:00-17:15 fullbók.	10-12 ára	Teikning / Málun Katrín Briem
laugard.	10:00-12:15 fullbók.	10-12 ára	Leirrennsla og mótun Guðbjörg Káradóttir og Anna Hallin

KORPÚLFSSTAÐIR

6 - 12 ára

þriðjud.	15.15-17.00 fullbók.	6 - 9 ára	Korpúlfsst. Brynhildur Þorgeirsd. fim-
mtud.	15.15-17.00	6 - 9 ára	Korpúlfsst. Brynhildur Þorgeirsd.
miðvikud.	15.00-17.15 fullbók.	10-12 ára	Korpúlfsst. Brynhildur Þorgeirsd.

ungt fólk

föstud.	16.00-19.00 fullbók.	13-16 ára	Teikn-málun Þorbjörg Þorvaldsdóttir og JBK Ransú
föstud.	16.00-19.00	13-16 ára	Leirmótun Guðný Magnúsdóttir



Heldur mér í vinnu um ókomin ár

Ég rataði ekki ein út úr völunderhúsinu

- segir Guðrún sem naut aðstoðar Endurhæfingarsjóðs til að koma lífi sínu á réttan kjöl

Starfsendurhæfingarsjóðurinn er frábært framtak stéttarfélaganna. Ráðgjafarnir eru alltaf reidubúnir að leita lausna og hafa hjálpað mér að hjálpa mér sjálf. Ég rataði ekki ein út úr því völunderhúsi sem ég var í. Ef ég hefði ekki fengið þessa aðstoð hefði ég líklega neyðst til að draga verulega úr vinnu og þurft að treysta á verkjalyf til að þrúka af dagana. Ég er sannfærð um að þessi aðstoð heldur mér í vinnu

Það eru svo margar lausnir til, en þá verður fólk líka að vita af þeim.

um ókomin ár, segir Guðrún sem hér kemur ekki fram undir réttu nafni en saga hennar er í stuttu máli þessi.

Guðrún var í fullu starfi, en snemma árs 2009 rak hún sig enn einu sinni á hversu erfitt var að kljást við bakverkina, sem höfðu fylgt henni í 20 ár, eða frá því að hún var 25 ára. Hún fékk brjóslos æ ofan í æ og af því leiddu alls konar aukavillar. Ég var alltaf hjá sjúkrahjálfa og fékk hluta kostnaðar endurgreiddan hjá stéttarfélaginu mínu. Í átta ár starfaði ég á rannsóknarstofu, en mér reyndist of erfitt að standa allan daginn og gafst upp. En í nýja starfinu sat ég allan daginn og ekki var það betra fyrir bakið. Ég sneri því aftur á gamla vinnustaðinn, sem bauð

mér vinnu þar sem ég er meira á ferðinni, ég hvorki stend né sit allan daginn.

Ánægð með breytinguna

Guðrún var ánægð með umbreytinguna, en þegar álagið jókst í starfinu fyrri hluta árs 2009 fann hún að allt leitaði í sama farið. Hún fór á sjúkrahúsið í Stykkishólmi þar sem Jósef Blöndal læknir tók vel á móti henni. Ég upplifði mig í raun hrausta, en veiki hlekkurinn var þessi hryggjarliður, sem alltaf var til ama. Jósef sagðist ekki geta veitt mér neina töfralausn, en hann gæti sýnt mér hvað ég gæti sjálf gert. Hann var fyrsti maðurinn sem ég hittir sem gerði sér algjörlega grein fyrir hversu mikil áhrif langvarandi bakveiki getur haft fyrir fólk. Sá skilning-

ur hans hjálpaði mér mikið.

Þegar dvölinni í Stykkishólmi lauk var ljóst að Guðrún þurfti hjálp, ef henni ætti að takast að sinna starfi sínu áfram. Þá frétti ég af Starfsendurhæfingarsjóði. Ég var ákveðin í að reyna að rjúfa þennan hring sem ég var í, þar sem ég gekk fram af mér með vinnu með reglulegu millibili og var svo jafnvel rúmföst dögum saman vegna verkja. Eitt árið var ég svo slæm að ég var nánast búin að lesa allar bækurnar, sem taldar voru upp í Bókatiðindum, því ég lá alltaf fyrir og las. Það telst kannski eini kosturinn við bakverkina; ég hef lesið margar, góðar bækur!“

Góðar móttökur hjá Starfsendurhæfingu

Soffía ráðgjafi tók á móti Guðrúnu þegar hún leitaði til Starfsendurhæfingarsjóðs. „Hún hefur leitað allra leiða til að hjálpa mér. Hún sendi iðjupjálfa til mín í vinnuna, til að meta hvort ég gæti borið mig betur að við störfin og þannig reynt minna á bakið. Hann stillti meðal annars skjáinn á tölvunni og benti mér á að sitja aldrei lengur í einu en 40-60 mínútur. Iðjupjálfinn kom líka heim til mín og gaf margar gagnlegar ábendingar, fór yfir staðsetningu á heimilistækjum og bannaði mér að fara út í búð nema með sérstakan aðstoðarmann til að bera alla pokana. Hann bannaði mér líka að stunda heimilisstörf lengur en í 40 mínútur á dag, en ég hef átt dálítið erfitt með að fylgja þeirri stífu reglu. Svo fór ég til endurhæfingarlæknis og sjúkraþjálfara, allt saman að ráði Soffíu. Ég fékk ákveðnar ábendingar frá þeim, en annars studdist ég að mestu áfram við ráðleggingar Jósefs. En Soffía hefur líka bent mér á ýmislegt, sem getur létt mér lífið. Iðjupjálfarar selja til dæmis ýmis verkfæri, sem létta heimilisstörfin og grindur fyrir blöð og tölvur og fleira í þeim dúr. Það eru svo margar lausnir til, en þá verður fólk líka að vita af þeim.“

Guðrún hefur einnig stundað sérstaka bakleikfimi hjá Hörpu Helgadóttur sjúkraþjálfara. Þessi bakleikfimi, sem kallast Breiðu bökin, skiptir miklu máli. Soffía ráðgjafi hefur sótt um styrki fyrir mig, svo ég geti nýtt mér þessi úrræði, því þau kosta auðvitað sitt.

Hún segist óttast um geðheilsu sína, ef hún neyddist til að hætta að vinna. Mér finnst mjög mikilvægt að geta stundað vinnu. Með þeirri aðstoð, sem ég fæ hjá Starfsendurhæfingarsjóði, get ég haldið starfinu mínu. Mér kom á óvart að þetta

úrræði væri til. Sjóðurinn er frábært framtak og þótt starfið kosti áreiðanlega eitthvað hlýtur sá kostnaður að vera svo miklu minni en sá sem hlýst af því að missa fólk út af vinnumarkaðnum. Sumt af því, sem sjóðurinn hefur gert fyrir mig, er kannski smátt út af fyrir sig, en þegar allt er lagt saman er ljóst að stuðningurinn hefur skipt sköpum. Ég hef tekið miklum framförum og núna veit ég hvar mörkin liggja og að ég verð að virða þau. Ég hef jafnvel getað verið án verkjalyfja

Sjóðurinn er frábært framtak og þótt starfið kosti áreiðanlega eitthvað hlýtur sá kostnaður að vera svo miklu minni en sá sem hlýst af því að missa fólk út af vinnumarkaðnum.



dögum saman, sem hafði ekki gerst um árabíl. Pillurnar slökkva bara á sársaukanum, en laga ekkert. Nú er kominn tími til að reyna að laga.

Ætla að ná markmiðinu

Guðrún á sér það takmark að bakverkirnir hverfi alveg. Ég veit að það takmark er enn langt í burtu, en ég ætla mér að komast þangað. Sá skilningur, sem ég hef mætt, hefur aukið mér sjálfstraust og styrk. Ég fann oft fyrir því áður fyrir

að fólk áleit bakverki ekki „raunverulegt“ heilsufarsvandamál og þá brást ég gjarnan við með því að ætla mér um of. Til allrar hamingju sýnir atvinnurekandinn minn mér hins vegar mikinn skilning.

Einu sinni heyrði ég gamla konu segja, að fyrst mér væri sendur þessi heilsuþrestur væri mér ætlað að ráða við hann. Og það ætla ég mér að gera – með ráðgjöf og aðstoð.

HÁRSNYRTISTOFAN DALBRAUT

Við opnum kl. 8:00
Sími 568 6312

Verið velkomin

Starfsfólk Hársnyrtistofunnar Dalbraut 1 • 104 Reykjavík





Ný rannsókn sýnir að

Ræstingarfólk á sjúkrahúsum skapar meiri verðmæti

en bankastjórar

Ný rannsókn New Economics Foundation sýnir að ræstingarfólk á sjúkrahúsum skapar meiri verðmæti en bankastjórar. Samkvæmt nýrri aðferðafræði sem NEF hefur þróað til að meta félagslegt gildi ýmissa starfa kemur í ljós að ræstingarfólk sjúkrahúsa býr til verðmæti sem nemur meira en 10 sterlingspundum fyrir hvert pund sem það fær í laun. En bankastjórar í fjármálahverfi Lundúna, sem eru með 500 þúsund pund í laun, farga 7 pundum fyrir hvert eitt sem þeir búa til í tekjum. Þetta er merkileg niðurstaða ekki síst með tilliti til þróunar síðustu ára hér á landi þar sem stöðugt hefur verið þrengt að ræstingarfólki með útboðum og meiri vinnu fyrir sömu eða jafnvel lægri laun.

Samkvæmt rannsókn NEF kemur fram að endurskoðendur í skattamálum fá

mun verri útreið en bankastjórnarnir. Þeir eyðileggja 47 pund fyrir hvert pund sem verður til í höndum þeirra. Auglýsingastjórar fá heldur skárri útreið, en þeir farga 11 sterlingspundum fyrir hvert eitt sem þeir afla.

NEF segjast komast að þessum niðurstöðum með því að skoða hvað fjárfesting gefur af sér og þá sérstaklega með hliðsjón af breiðari sýn á hagtakið virði.

Þegar metið var framlag til samfélagsins, þá tók NEF með í reikninginn, árlegt meðalframlag bankanna í fjármálahverfi London til efnahagslífsins, skatta til ríkisins og störf sem urðu til í fjármálagæiranum. Á móti þessu kemur kostnaður af fjármálakreppunni, sem varð til vegna ákvarðana sem teknar voru í fjármálahverfinu en afleiðing þessara röngu ákvarðana leiddu til mikilla áfalla fyrir innanlandsmarkaðinn og efnahagslífið allt. Í kjölfarið fylgdu mikil vandræði

í fjármálum sveitarfélaga og ríkisins. Þau verðmæti sem þannig fóru forgörðum voru sett upp í líkaninu á móti þeim verðmætum sem höfðu orðið til á 20 árum sem notuð voru sem viðmiðunartímabil.

Aðrar starfsgreinar koma einnig vel út fyrir starfshópa innan Eflingar – stéttarfélags. Þar má nefna þá sem starfa með börnum t.d. á leikskólum en þeir framleiða 7 pund fyrir hvert eitt sem þeir fá laun fyrir og starfsmenn í endurvinnslu sem búa til 12 pund fyrir hvert pund sem þeir fá í laun.

Ef þú vilt lesa þér til meira um þessa rannsókn, þá er hana að finna á www.neweconomics.org

Þetta er merkileg niðurstaða ekki síst með tilliti til þróunar síðustu ára hér á landi þar sem stöðugt hefur verið þrengt að ræstingarfólki með útboðum og meiri vinnu fyrir sömu eða jafnvel lægri laun

Skráðu þig í tölvunám Menntun sem gefur þér forskot

Vertu betri með því að sækja nám í Tölvuskóla Tölvu- og verkfræðiþjónustunnar við Grensásveg sem er viðurkenndur af menntamálaráðuneytinu sem einkaskóli á framhaldsskólastigi. Skólinn er elsti tölvuskólinn á Íslandi og um 40.000 nemendur hafa sótt tölvumenntun sína til skólans á 24 árum. Nýttu þér tækifærin og skráðu þig strax í skólann sem flestir sækja.

Tölvuskóli TV er viðurkenndur af menntamálaráðuneyti og erlendum aðilum til að tryggja hagsmuni nemenda.



Veldu nám sem hentar þér og skráðu þig strax hjá Tölvuskóla TV:



Tölvunám fyrir 50+ Dag-, síðdegis- eða kvöldnám

Skemmtilegt nám, miðað við þarfir atvinnulífsins fyrir almenna tölvuþekkingu, sem hentar jafnt þeim sem hafa stigið sín fyrstu skref og hinum sem ekki hafa komið nálægt tölvu. Námsgreinar: Windows, Word, Excel, Internetið, tölvupóstur og stafræn ljósmyndun

Verð: 64.900 Stundir/einingar: 72/3



Tölvuþekking fyrir konur Kvöld- eða síðdegisnám

Einstakt nám til að ná færni í notkun tölvu í leik og starfi. Stigðu rétta skrefið og lærðu á Windows, ritvinnslu í Word, töflureikninn Excel, Internetið og tölvupóst á skemmtilegu námskeiði í notalegu umhverfi. Nám sem kemur þér skemmtilega á óvart.

Verð: 54.900 Stundir/einingar: 60/3



Almennt tölvunám Morgun-, síðdegis- eða kvöldnám

Frábært nám fyrir þá sem hafa litla reynslu af tölvunotkun en vilja fá gott og ítarlegt nám um allt það helsta sem gert er með tölvum. Námsgreinar: Windows, Word, Excel, PowerPoint, tölvupóstur og Internetið. Gagnleg verkefni leyst sem nýtast heima og í vinnu.

Verð: 74.900 Stundir/einingar: 90/4



Stafræn ljósmyndun Dag-, síðdegis eða kvöldnám

Einstakt námskeið þar sem þú lærir að nota stafrænu myndavélina, stilla hana og taka betri myndir. Þú lærir líka að flytja myndir inn í tölvuna, laga þær til, prenta, búa til slideshow, færa á geisladisk til eignar eða gjafa og senda með tölvupósti, allt með Picasa.

Verð: 16.900 Stundir: 13



Hagnýtt bókhaldsnám Morgun- eða kvöldnám

Mjög gagnlegt bókhaldsnám sem setlað er öllum þeim, sem vilja ná góðum tökum á bókhaldsvinnu, t.d. sjálfstæðum atvinnurekendum og þeim sem ætla að vinna við bókhald. Hefubundið bókhald og tölvubókhald kennt af frábærum kennurum.

Verð: 99.900 Stundir/einingar: 94/4



Hagnýtt bókhaldsnám II Morgun- eða kvöldnám

Framhaldsnámskeiði í bókhaldi fyrir þá sem vilja ná dýpri skilningi á flóknari færslum fjárhagsbókhalds og nýta sér betur sérkerfi til að vinna upplýsingar úr þeim og geta gengið frá sundurliðunum til skattauppgjors og ársreikningagerðar endurskoðanda.

Verð: 79.900 Stundir/einingar: 60/3



Tölvu- og bókhaldsnám Morgun- eða kvöldnám

Einstakt nám þar sem þú færð góðan undirbúning fyrir starf á skrifstofu eða í eigin rekstri. Námsgreinar: Upplýsingatekni, fingrasetning, Word, Excel, PowerPoint, Outlook, Internetið, bókhald, tölvubókhald og verslunarreikningur. Viðurkennt evrópsk próf, ECCL, innifalið.

Verð: 189.900 Stundir/einingar: 260/13



Photoshop Elements Morgun- eða kvöldnám

Frábært nám fyrir þá sem vilja gera góðar ljósmyndir ennþá betri með Photoshop Elements. Lagfærðu og breyttu myndum, flokkaðu þær, prentaðu og settu þær á vefinn. Frábært framhald fyrir þá sem kunna á Picasa.

Verð: 18.900 Stundir: 13



Vefhönnun og margmiðlun Síðdegisnám

Spennandi og skemmtilegt nám sem gefur þér það sem þú þarft til að starfa við vefhönnun, vefstjórnun og grafík. Námsgreinar: Hönnun, vefja, HTML, DreamWeaver, Photoshop I og II, Flash og Action Script í Flash. Námið er 5 áfangar og er hægt að taka einstaka áfanga.

Verð: 129.900 Stundir/einingar: 108/5



Vefsíðugerð - grunnur Dag- eða síðdegisnám

Bókaðu þig núna á skemmtilegt nám um vefsíðugerð og lærðu grunnatriði vefsíðugerðar með DreamWeaver og Photoshop. Námið er tveir áfangar og er hægt að taka hvorn áfanga sér og bæta við sig öðrum áfögum til að dýpka þekkinguna á vefsíðugerð.

Verð: 54.900 Stundir/einingar: 54/2



Hagnýt verkefnastjórnun Morgunnám

Nám fyrir þá sem vilja ná góðum tökum á nútíma verkefnastjórnun og ná hámarksárangri. Námsgreinar: Undirstaða nútíma-verkefnastjórnunar, aðferðarfræði við undirbúning, áætlun og stjórnun. Notkun hugarkorta, Excel, Project og Outlook við verkefnastjórnun.

Verð: 99.900 Stundir/einingar: 50/2

**Þetta er aðeins
brot af þeim
námskeiðum
sem eru í boði
hjá okkur!**

**Skoðaðu nánar
á www.tv.is**

Gott að vita!

- VR, Efling og flest önnur stéttarfélag styðja félagsmenn sína til náms hjá okkur
- Afsláttur er veittur atvinnulausum og til félaga í VR, Eflingu, SFR og mörgum öðrum félögum
- 30 daga ókeypis **símabjónusta** að loknu námi
- Ókeypis **forfallatrygging** felur í sér að þú getur bætt þér upp veikindi og forföll, innan árs
- Vinnuálastofnun** styður atvinnulausa til náms hjá okkur skv. reglum stofnunarinnar.
- Mjög hagstæðir **greiðsluskilmálar**.

Tölvunám TV til betri verka
— hringdu núna í síma 520 9000
— eða fáðu nánari upplýsingar á www.tv.is

**Afsláttur veittur
til félaga í Eflingu**

Einka- og hópkenndsla

Fáðu einkakennslu til að ná betri tökum á tölvunni og þeim forritum sem þú notar. Hagstætt verð fyrir hóp á sérnámskeiði.



TÖLVU- OG VERKFRÆÐIÞJÓNUSTAN
Tölvu- og viðskiptaskóli • Ráðgjafarstofa

www.tv.is



Hópurinn sem útskrifaðist 3. desember sl.

Öryggisverðir læra að taka ógnunum

Gagnsemi námsins kom fljótlega í ljós

- segir Laufey Sigurbjörnsdóttir hjá Securitas

Gagnsemi þessa náms kom fljótt í ljós eftir að við höfum það, segir Laufey Sigurbjörnsdóttir, öryggisfulltrúi gæslusviðs hjá Securitas en hópur öryggisvarða frá Securitas og Öryggismiðstöðinni útskrifuðust úr árangursríku námi hjá Mími Símenntun þann 3. desember sl. og var létt yfir hópnun við útskriftina. Hópurinn hefur stundað námið í heilt ár og sótt 300 kennslustundir á tveimur önnum og námið er metið til 24 eininga á framhaldsskólastigi. Mikil ánægja hefur komið fram með námið, skipulag og námsefni er bæði fjölbreytt og skemmtilegt. Þetta er annar hópurinn

sem útskrifast úr öryggisvarðanámínu og að þessu sinni voru tvær konur meðal nemenda.

Laufey Sigurbjörnsdóttir hóf störf hjá Securitas fyrir fimm árum í staðbundinni gæslu sem Öryggisvörður í Kringlunni. Hún gegnir núna starfi öryggisfulltrúi gæslusviðs og starfar m.a. við vopnaleit á Reykjavíkurlugvelli og ýmis önnur sérverkefni.

Námið var mjög skemmtilegt, segir hún og gagnsemi þess hefði komið í ljós fljótlega eftir að öryggisvarðanámið hófst. Við lærðum skyndihjálpi, brunavarnir, umgengni á glæpavettvangi og lærðum ýmislegt um sönnunargögn. Námstækni var líka á meðal námsgreina og siðfræði, sjálfsstyrking og mannleg samskipti. Þá heimsóttum við vinnustaði og skoðuðum öryggiskerfi og unnum verkefni í hópvinu, segir hún.

Hún sagðist vona að í framtíðinni verði boðið uppá framhaldsnám sem verður styttra og sérhæfðara og ef af því verð-

ur skal ég verða fyrsti nemandinn að sækja um, segir hún. Aðspurð hvort að hún hafi lent í erfiðum aðstæðum segir Laufey að henni hafi verið ógnað með sprautunál stuttu eftir að hún hóf störf og margir öryggisverðir hafi lent í svipuðum aðstæðum.



Við lærðum um skyndihjálpi, brunavarnir, umgengni á glæpavettvangi og ýmislegt um sönnunargögn



Útskriftarhópurinn ásamt Irmu Matchavariani frá Mími símenntun og Sigurrós Kristinsdóttur frá Eflingu

Ráku upp stór augu í fyrsta tímanum

Þegar kennarar sáu karlmann

-segir Viðar Vilhjálmsson, nýútskrifaður félagsliði

Þann 17. desember voru átta félagsliðar útskrifaðir af félagsliðabréu hjá Mími símenntun og voru nánustu ættingjar þeirra í hópi útskriftargesta. Nemendur fengu afhent viðurkenningsgjöf og boðið var uppá veiting-

ar þegar útskriftinni lauk. Í ávarpi nemenda kom m.a. fram mikil ánægja með námið og jafnframt áhugi meðal nýútskrifaðra félagsliða að ljúka þessum áfanga á sérhæfðu námskeiði.

Viðar Vilhjálmsson var eini karlinn í útskriftarhópnum. Hann þrífur heimili eldra fólks og hefur unnið hjá heimaþjónustunni í Bólstaðahlíð í átta ár. Viðar segir að samstarfið við konurnar hafi gengið mjög vel og hann hafi ekkert undan þeim að kvarta. En ég verð samt að viðurkenna að þær gerðu stundum grín að mér, segir hann. Sumir kennaranna hafi rekið upp stór augu þegar þeir mættu í fyrsta sinn í tíma og sáu karlmann sitja meðal nemenda í kennslustofunni.

Aðspurður segir Viðar að skipulag námsins hafi verið til fyrirmyndar og næringarfræði, lyfjafræði, félagsleg virkni, öldrunarfræði, samfélagsfræði aldraðra og skyndihjálpar hafi verið meðal skemmtilegra námsgreina. Eftir að hafa stundað þetta nám telji hann sig vera mun hæfari í starfi og það komi honum, vinnuveitanda hans og fólkinu sem hann þrífur hjá, til góða.

Hann segist ekki hafa hugleitt frekara nám. En boðið hefur verið uppá framhaldsnám um heilabilun og til stendur að bjóða uppá framhaldsnám um gedðröskun og það getur allt eins verið að ég leggi inn umsókn þegar nær dregur hausti, sagði Viðar að lokum.





Ánægður útskriftarhópur ásamt leiðbeinendum

Fróðlegt og skemmtilegt

- segir Regieline Paran Sellope

Hópur félagsliða sem tóku þátt í framhaldsnámi um heilabilun hjá Mími símenntun útskrifaðist í desember og sagði Regieline Paran Sellope í samtali við Eflingarblaðið að námið hefði allt verið til fyrirmyndar og sérstaklega gat hún um frábæra leiðsögn Hönnu Láru Steinsson sem bar hitann og þungann af náminu.

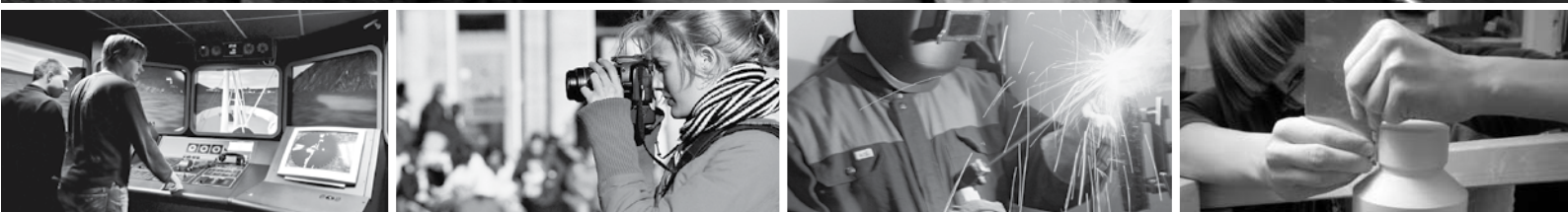
Regieline Paran Sellope hóf störf við umönnun á Hrafnistu í Reykjavík fyrir níu árum og útskrifaðist úr félagsliðanáminu síðastliðið vor. Hún sagði að félagsliðar sem vinna með henni á Hrafnistu hafi hvatt sig til þess að koma með þeim á námskeiðið. Eg sló til og sé ekki eftir því vegna þess að við vorum allar að útskrifast, segir hún. Námið stóð yfir í fjórtán vikur og var bæði fróðlegt og skemmtilegt og skipulagið væri til fyrirmyndar, segir hún.

Það hafi orðið til þess að hún hafi stórbætt sig í að tala íslensku

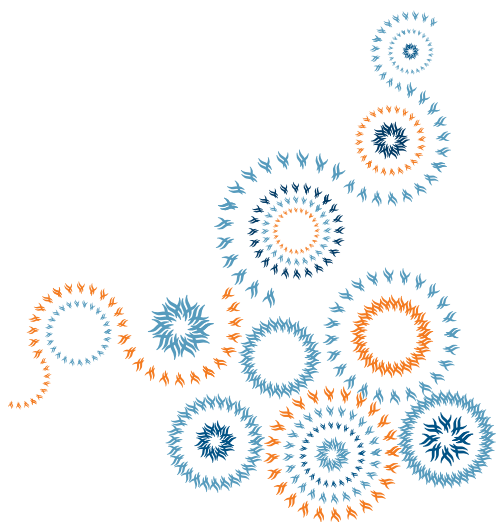
Hanna Lára Steinsson sem sá um kennsluna var frábær, segir hún og nemendur

hafi verið mjög duglegir að rétta henni hjálparhönd við námið. Það hafi orðið til þess að hún hafi stórbætt sig í að tala íslensku. Það kom fram við útskriftina að til stæði að bjóða uppá framhaldsnám um geðröskun næsta haust og aðspurð sagði Regieline að það kæmi vel til greina að fara í slíkt nám.





Byrjum árið á uppbyggjandi hátt!



Við bjóðum upp á spennandi námskeið :

- Hönnun og handverk
- Málmur og tré
- Rekstur og stjórnun
- Skipstjónarnám – vélstjórn
- Tölvur og upplýsingatækni
- Tungumál
- Umhverfi og útvist
- Undirbúningur fyrir sveinspróf

Tækniskólinn 
skóli atvinnulífsins

Kynntu þér fjölbreytt námskeið Tækniskólans á www.tskoli.is

www.tskoli.is



Hópurinn sem útskrifaðist úr framhaldsnáminu um sérþarfir barna

Framhaldsnám um sérþarfir barna

Betur undirbúin að vinna með fötluðum börnum

-segir Margrét Halldórsdóttir, leikskólaliði

Við erum mun betur hæf til að vinna með fötluðum börnum eftir þetta nám, segir Margrét Halldórsdóttir, sem útskrifaðist með hópi Leikskólaliða úr framhaldsnámi hjá Mími símenntun um sérþarfir barna í desember sl. Ellefu nemendur luku náminu og var mikil ánægja með þetta gagnlega nám, segir Margrét.

Margréti Halldórsdóttur er leikskólaliði á Leikskólanum Bakkaborg. Hún sagði að námsefnið væri mjög fjölbreytt og fjallaði m.a. um helstu tegundir fötlunar og þroskafrávik hjá börnum og hvaða einkenni þau hafa og hvaða þjálfunar- og kennsluaðferðir eru notaðar. Einnig var fræðsla um ýmskonar verkfæri sem notuð eru í starfi með börnum með fötlun, tákni með orðum og félagshæfnisögur. Þá var farið

í vettvangsferðir á Greiningar- og rágjafastöð ríkisins, Sjónstöð Íslands, Blindrafélagið var heimsótt og Samskiptastöðin, Tölvumiðstöð fatlaðra og Æfingastöð SLF. Auk þess fóru nemendur í vettvangsferðir á valda leikskóla þar sem unnið er með börn með sérþarfir. Síðan er gerð samantekt um hverja heimsókn og henni miðlað til nemenda og leikskól-

ans sem þeir vinna á.

Ég hef unnið á leikskóla í sautján ár og hef verið með börnum með ólíkar fatlanir og tel að ég sé mun betur undirbúin að vinna með fötluðum börnum eftir að hafa verið í þessu námi, sagði Margrét og brosti.

Ég er mun betur undirbúin að vinna með fötluðum börnum eftir að hafa verið í þessu námi





Útskriftarnemar þann 2. desember á fagnámskeiði I í félagsþjónustu

Til hamingju með árangurinn

Ánægðir útskriftanemar

Á undanförunum vikum hafa fjölmennir hópar félagsmanna Eflingar útskrifast úr margvíslegu námi hjá Mími- símenntun. Fjöldi manns sótti útskriftirnar og tóku

þátt í þeirri ánægjulegu stund sem fylgir því að fá viðurkenningu fyrir nýja áfanga og árangur í námi. Efling óskar félagsmönnum sínum til

hamingju með góðan árangur og birtum við nokkrar hópmyndir sem teknar voru við útskriftirnar.



Grunnmenntaskólinn útskrifaði nemendur þann 27. nóvember sl.



Nemendur á Fagnámskeið II útskrifuðust þann 2. desember sl.



Trúnaðarmannanámskeið 16.–20. nóvember sl.



Nemendur á fagnámskeiði í félagsþjónustu útskrifuðust 26. nóvember sl.

Vorönn 2010

Fjölbreytt námskeið í boði:

- Tungumál
- Tölvunámskeið
- Íslenska fyrir útlendinga
- Kurs języka islandzkiego dla obcokrajowcow
- Icelandic for foreigners
- Garðyrkjunámskeið
- Verklegar greinar
- Saumanámskeið
- Matreiðslunámskeið
- Köku og konfektnámskeið
- Förðunarnámskeið
- Þrjóna og heklnámskeið

kvoldskoli@kopavogur.is

Þekking Menntun Fræðsla

**Auktu við þekkingu þína á
skjótan og skemmtilegan hátt**

Innritun og upplýsingar
í síma 564 1507,
á vef skólans og á skrifstofu
Kvöldskólans í Snælandsskóla
við Furugrund.

Verið velkomin!



<http://kvoldskoli.kopavogur.is>



Hrafnista býður uppá þjónustunámskeið

Fjölbreytt og skemmtilegt nám

- segir Gina Burasca, ræstítæknir á Hrafnistu í Hafnarfirði

Það voru stoltir starfsmenn á Hrafnistu í Hafnarfirði sem útskrifuðust úr þjónustuliðanámi í desember síðastliðnum. Flestir útskriftarnemanna starfa við ræstingu en nokkrir í hópnum vinna í býti-búri. Námskeiðið hófst í nóvember og

var 60 kennslustundir og stóðu Efling, Mímir símenntun og Hrafnista að náminu. Nemendur fengu afhend viðurkenningarskjöl og að því loknu áttu kennarar, nemendur og aðstandendur námsins nota-lega stund saman.

Hrafnista á heiður skilið fyrir að gera starfsmönnum sínum kleift að stunda nám í vinnutíma



Gina Burasca var í hópi útskriftarnema og sagðist hafa unnið á Hrafnistu í þrjú ár og heimilið væri góður vinnustaður. Ég vinn líka með frábæru fólki og hef eignast marga góða vini meðal starfsmanna og heimilisfólksins, segir hún. Námskeiðið stóð í fimm vikur og var mjög gagnlegt og skemmtilegt. Það var m.a. góðu skipulagi, skemmtilegu námsefni og frábærum kennurum að þakka, segir hún.

Gina segir að efnafræði, hreinlæti, skyndihjálp og líkamsbeiting við ræstingar hafi verið meðal námsgreina og nemendur sem mættu á námskeiðið í vinnutíma héldu fullum launum. Hrafnista á heiður skilið fyrir að gera starfsmönnum sínum kleift að stunda nám í vinnutíma og bæta við þekkingu sína í mikilvægum störfum sínum, segir Gina að lokum.

Áætlað er að annar hópur fari af stað í þjónustuliðanám hjá Hrafnistu í Reykjavík í febrúar.



Fékk uppsagnabréf og hélt í víking til Noregs

Sama sukkið og var fyrir hrun hér á landi

- segir Jóhann Pálmason, fyrrum trúnaðarmaður hjá BM Vallá

Ég vann á steypubíl um árabíl hjá BM Vallá og var á trúnaðarmannanám-skeiði hjá Eflingu þegar ég fékk afhent uppsagnabréf í september 2008. Í bréfinu stóð að uppsögnin væri til komin vegna samdráttar hjá fyrirtækinu og fyrstu viðbrögð mín voru að leita ráða hjá Eflingu vegna stöðu minnar sem trúnaðarmanns. Starfsmenn á skrifstofu félagsins fjölluðu um málið og leituðu eftir skýringum hjá fyrirtækinu og lauk málarekstrinum á þá leið að uppsagnafresturinn var lengdur um tvo mánuði, segir Jóhann Pálmason sem fluttist til Noregs og fékk vinnu á steypubíl.

Jóhann segist hafa ákveðið í samráði við fjölskyldu sína að snúa vörn í sókn og halda til Noregs. Ég þekkti Íslending sem býr í smábæ sem heitir Dröbeck og er stutt frá Osló og ákvað að leita ráða hjá honum. Hann sagði að best væri að ég kæmi strax út og hann ætlaði að tala við kunningja sinn sem á steypubíla og er í verktakavinnu. Ég gæti hugsanlega fengið vinnu hjá honum. Ég keypti flug-

Það er skammast og
rifist en ekkert gerist hér
á landi

far með næstu vél og fékk vinnuna og er nýkomin heim til þess að eyða jólum og áramótum með fjölskyldu minni og fer svo aftur út í byrjun janúar, segir hann.

Aðspurður um hvort að ekki hafi verið erfitt að kom steypunni á rétta staði þegar maður er allsóknugur á nýjum stað, segist Jóhann ekki hreyfa bílinn án þess að vera með kveikt á GPS tæki. Honum hafi gengið mjög vel að fá húsnæði og leigi lítið hús í Dröbeck. Þar búa sextán þúsund manns. Jóhann er giftur og eiga þau hjónin þrjú börn á skólaskyldualdri. Fjölskyldan flytji til sín þegar börnin hafa lokið prófum næsta vor. Það verður mitt fyrsta verk að finna stærra húsnæði þegar ég fer aftur til Noregs, segir hann. Við gerum ráð fyrir að búa í Noregi um óákveðinn tíma og börnin ganga í skóla

þar, segir hann.

Um launin segir Jóhann að ef þau séu reiknuð í íslenskum krónum fái hann greiddar sexhundruð þúsund krónur á mánuði fyrir dagvinnu. Svo vinn ég auka-vinnu í steypunni flesta daga og það er mikið af framkvæmdum í gangi á svæðinu, segir hann.

Þegar Jóhann er spurður hvort ekki standi til að flytja aftur heim segist hann engan áhuga hafa á því eins og staðan er núna. Enda er enga vinnu að hafa hér og eftir að ég kom heim varð ég var við að það er ennþá verið að tala um Icesave, skuldir heimilanna og allskonar leiðindi sem eru í gangi. Ástandið hér virkar á mig eins og ekkert hafi breyst eftir að ég fór út í haust. Það er skammast og rifist en ekkert gerist hér á landi, segir hann. Meira að segja ríkið er komið í kennitö-luflakk með fyrirtæki sem það hefur tekið yfir. Þannig að mér sýnist að sama sukkið og var fyrir hrunið blómstri ennþá hér á landi, sagði Jóhann að lokum.



Bergþór Pálsson

Kanntu að taka á móti gestum???

Skemmtileg kvöldstund með Bergþóri

- Í boði Eflingar

Bergþór Pálsson stórsöngvari tekur á móti þátttakendum frá Eflingu eftir áramótin á sérstöku námskeiði og fer í eitt og annað sem gestur og gestgjafi þurfa að hafa í huga þegar veislur eru annars vegar. Kynningar, samræður, gjafir, veislustjórn, tækifærisræður og borðsíðir eru þættir sem hann ræðir við gestina en þetta námskeið hefur verið mjög vinsælt undanfarin misseri.

Bergþór hefur skrifað bók um þetta efni

og er reyndur námskeiðahaldari og fyrirlesari á þessu sviði og er óhætt að fullyrða að fáir hafa meiri reynslu af því að miðla af þekkingu sinni á þessu sviði en Bergþór.

Þetta er skemmtileg kvöldstund sem Bergþór setur saman fyrir gesti sína. Þarna læra allir eitthvað nýtt um hvernig þeir geta látið gestum sínum líða betur.

Hægt er að skrá sig hjá Eflingu stétta-

félagi í síma 510 7500.

Námskeiðið er frítt fyrir Eflingarfélagi og munið að fyrstir koma fyrstir fá.

Þarna læra allir eitthvað nýtt um hvernig þeir geta látið gestum sínum líða betur



Efling-stéttarfélag
sendir félagsmönnum og landsmönnum öllum
hugheilar nýárskveðjur
með ósk um farsæld á nýja árinu

Viltu ná tökum á heimilisbókhaldinu?

Fjármálin í brennidepli



Efling mun í samstarfi við Ráðgjafarstofu um fjármál heimilanna bjóða félagsmönnum upp á námskeið um fjármál nú í vor. Um er að ræða stutt hagnýtt

Ókeypis heimilisbókhald
á heimasíðu
Ráðgjafarstofunnar

námskeið þar sem meðal annars verður rætt um heimilisbókhald, hvernig má ná góðri yfirsýn yfir útgjöld og innkomu og margt fleira hagnýtt sem flestir ættu að geta nýtt sér. Kynnt verður hvernig má nýta sér heimilisbókhald sem Ráðgjafastofan býður öllum að nýta sér ókeypis á heimasíðu sinni.

Námkeiðið er hugsað sem fyrsta skrefið í að ná betri tökum á fjármálum einstak-

inga og/eða fjölskyldna og ættu allir að fara heim með góð ráð og hugmyndir um hvernig má halda betur utan um fjármálin á sínum heimilum.

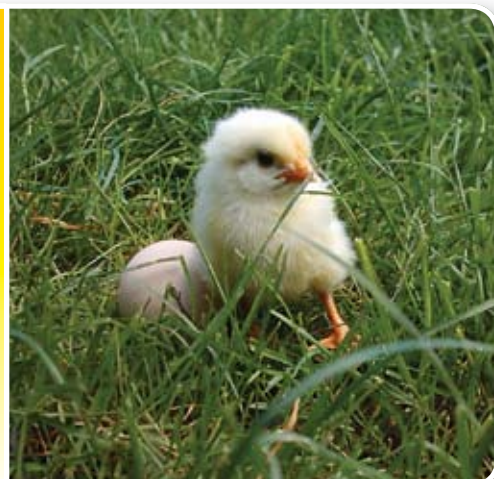
Námkeiðið er ókeypis fyrir félagsmenn Eflingar.

Allar nánari upplýsingar og skráning hjá Eflingu stéttafélagi í síma 510-7500

Páskar - Páskar - Páskar!

Munið að skila umsóknum um páskaðvöl
í sumarhúsum á réttum tíma!

Umsóknareyðublað fylgir þessu blaði.



Námskeið Eflingar vor 2010

	Byrjar	Endar
Stytttri námskeið		
Sjálfstyrkingarnámskeið	27. janúar	03. febrúar
Reykbindindisnámskeið	11. janúar	08. febrúar
Starfslokanámskeið	23., 25. og 27. febrúar	
Vinamót Bergþór Pálsson	04. mars	04. mars
Fjármál heimilisins - Ráðgjafarstofa heimilanna	15. apríl	15. apríl
Almenn námskeið		
Grunnmenntaskóli 18	18. janúar	13. apríl
Grunnmenntaskóli 19 fókus á yngri en 25 ára	15. febrúar	14. maí
Grunnmenntaskóli 20	15. mars	14. júní
Hákólastoðir 1	01. febrúar	lok júní
Sterkari starfsmaður 3	12. apríl	
Aftur í nám 27	12. janúar	11. apríl
Aftur í nám 28	26. janúar	25. mars
Aftur í nám 29	15. febrúar	21. apríl
Aftur í nám 30	01. mars	28. apríl
Aftur í nám 31	12. apríl	09. júní
Nám og þjálfun í almennum bóklegum greinum 2	25. janúar	20. apríl
Landnemaskólinn	15. febrúar	29. apríl
Nám og þjálfun í almennum bóklegum greinum 3	22. febrúar	05. maí
Starfsmenntanámskeið		
Félagsliðabré 9, 4. önn	07. janúar	29. apríl
Félagsliðabré 10 (félagsliði í nýju landi), 4. önn	11. janúar	17. maí
Félagsliðabré 11, 2. önn	12. janúar	04. maí
Félagsliðabré 12 (erlendir) 2. önn	06. janúar	05. maí
Félagsliðabré 13, 1. önn	12. janúar	11. maí
Fagnámskeið I, umönnun, hópur 1	febrúar/apríl	mars/apríl
Fagnámskeið II, umönnun, hópur 1	febrúar/apríl	mars/apríl
Fagnámskeið II, umönnun, hópur 2	febrúar/apríl	mars/apríl
Fagnámskeið leikskólar 1	maí	júní
Fagnámskeið leikskólar 2	maí	júní
Leikskólalabré 8, 4. önn	5. janúar	11. maí
Leikskólalabré 9, 2. önn	13. janúar	26. maí
Leikskólalabré 10, 1. önn	11. janúar	31. maí
Eldhús og mótuneyti fagnámskeið II	26. janúar	23. mars
Umhverfis og framkvæmdasvið	apríl	apríl
Jarðlagntækni	11. janúar	19. mars.
Þjónustuliðar - grunnnám	febrúar	
Nám fyrir trúnaðarmenn		
Trúnaðarmannanámskeið II	8. febrúar	12. febrúar
Trúnaðarmannanámskeið III	15. mars	19. mars
Trúnaðarmannanámskeið I	12. apríl	16. apríl
Vinnustaðurinn eftir uppsögn	21. janúar	21. janúar
Að stjórna eigin hugarfari og vellíðan	18. febrúar	18. febrúar
Styrkleikar í starfi-jákvæð sálfræði	9. mars	9. mars

	Hvenær	Klukkan	Hvar	Skráning
	Miðvikud. mánud. og miðvikud.	17:00-20:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Mánud. og einn miðvikud.	11:00-12:00	Krabbameinsfélag Reykjavíkur	Krabbameinsfélag Rvk.
	Þriðjud. fimmtud.og laugard.	19-22/10-15 laugard.	Efling, Sætúni 1	Efling
	Fimmtud.	20:00-22:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Fimmtud.	20:00-22:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Alla virka daga	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Alla virka daga	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Alla virka daga	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Alla virka daga		Mímir símenntun	Mímir
	Nánnar auglýst síðar	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Mánud. og föstud.	13:00-16:00	Mímir símenntun	Mímir
	Þriðjud. og fimmtud.	17:00-20:00	Mímir símenntun	Mímir
	Mánud. og miðvikud.	13:00-16:00	Mímir símenntun	Mímir
	Mánud. og miðvikud.	17:00-20:00	Mímir símenntun	Mímir
	Mánud. og miðvikud.	13:00-16:00	Mímir símenntun	Mímir
	Alla virka daga	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Mánud. og fimmtud.	09:00-11:10	Mímir símenntun	Mímir
	Alla virka daga	08:45-12:30	Mímir símenntun	Mímir
	Fimmtud. tvo laugard. og ein helgi	16:30-20:15	Mímir símenntun	Efling
	Mánud. og fjóra laugard.	16:20-20:00	Mímir símenntun	Efling
	Þriðjud. og einn laugard.	16:30-20:15	Mímir símenntun	Efling
	Miðvikud. og einn laugard.	16:20-20:00	Mímir símenntun	Efling
	Þriðjud.	16:30-20:15	Mímir símenntun	Efling
	Mánud. þriðjud. og miðvikud.	13:20-16:15	Mímir símenntun	Efling
	Þriðjud. miðvikud. og fimmtud.	13:20-16:15	Mímir símenntun	Efling
	Mánud. þriðjud. og miðvikud.	13.20-16:15	Mímir símenntun	Efling
	Nánnar auglýst síðar		Mímir símenntun	Efling
	Nánnar auglýst síðar		Mímir símenntun	Efling
	Þriðjud.	17:00-20:45	Mímir símenntun	Efling
	Miðvikud.	17:00-20:45	Mímir símenntun	Efling
	Mánud.	17:00-20:45	Mímir símenntun	Efling
	Þriðjud. og fimmtud.	15:15-18:10	MK	Efling
	Þriðjud. og fimmtud.		Mímir símenntun	Efling
	Alla virka daga	08:30-17:00	Mímir símenntun	Mímir
			Hrafnista	
	Mánud. til föstud.	09:00-16:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Mánud. til föstud.	09:00-15:30	Efling, Sætúni 1	Efling
	Mánud. til föstud.	09:00-15:30	Efling, Sætúni 1	Efling
	Fimmtud.	13:00-16:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Þriðjud.	09:00-12:00	Efling, Sætúni 1	Efling
	Þriðjud.	09:00-12:00	Efling, Sætúni 1	Efling

Nýttu þér stuðning til náms frá Eflingu

Hvað fæst mikið endurgreitt?



Eflingarfélagar geta sótt um endurgreiðslu kostnaðar hjá fræðslusjóðum Eflingar á námi og námskeiðum sem þeir sækja. Reglur starfsmenntasjóða Eflingar gera ráð fyrir að umsækjandi hafi verið í félaginu samfellt í 6 mánuði þegar sótt er um styrk en greitt er hlutfallslega ef um hlutastörf er að ræða.

Styrkir til einstakra félagsmanna vegna starfsnáms geta numið allt að 60.000,- kr. á ári. Almennt er þó ekki greitt meira en sem nemur 75% af kostnaði við viðkomandi námskeið. Starfsnám getur til dæmis verið nám í öldungadeildum framhaldsskóla, tölvuskólum og tungumálaskólum. Tórstundánám er styrkt að hámarki 18.000,- eða 50% af verði námskeiða. Tórstundánám getur til dæmis verið matreiðsla, fluguhnýtingar og postulínsmálun.

Til þess að sækja um styrk þarf að fylla út umsóknareyðublað sem hægt er að nálgast á skrifstofu Eflingar og á heimasíðunni www.efling.is, skila inn frumriti reiknings fyrir greiðslu á námskeiði og staðfestingu á að hafa lokið námskeiðinu. Styrkir eru greiddir út mánaðarlega.

Efling pays part of your education

What support do I have from the union?

Members of Efling Union can apply for educational grants. The main rules of the educational funds of Efling state that those applying for a refund must have been members of the union at least for a 6 months period before applying. Grants to those in part-time employment are proportional. The amount of any grant offered to an individual for vocational education they choose themselves is up to 60.000,- kr. a year. The main rule is that the total amount paid by Efling covers maximum 75% of the cost of the course. In case of hobby courses the amount paid by Efling is 18.000,- kr. or maximum 50% of the cost.

In order to apply for a refund from the union applicants must fill out a special form, available at the union office and on the union website www.efling.is. Applicants must also present receipt(s) for payment for the course together with a certificate that states that the course or semester is finished. Grants are paid every month.





Páskaúthlutun orlofshúsa Eflingar 2010

Tekið við umsóknum til 8. febrúar

Tekið verður við umsóknum um orlofshús til 8. febrúar n.k. Umsóknir og upplýsingar um húsin liggja frammi á skrifstofu Eflingar - stéttarfélags, Sætúni 1, 105 Reykjavík og á heimasíðu

félagsins www.efling.is. Hægt er að fá eyðublað sent á faxi eða í pósti.

Umsóknareyðublað fylgir þessu tölublaði.

Landssvæði	Fjöldi húsa	Verð	Punktafrádrag
Úthlíð - stórt með potti	3	18.000 kr.	60
Úthlíð - lítið með potti	1	16.000 kr.	48
Efri Reykir - lítið með potti	1	16.000 kr.	48
Flúðir - með potti	1	18.000 kr.	60
Ölfusborgir - með potti	10	18.000 kr.	60
Kirkjubæjarklaustur	3	16.000 kr.	48
Svignaskarð - stærra m/potti	2	21.000 kr.	60
Svignaskarð - stór m/potti	6	18.000 kr.	60
Svignaskarð - lítil m/potti	2	16.000 kr.	48
Svignaskarð – SKARÐ	1	26.000 kr.	60
Hvammur Skorradal	1	26.000 kr.	60
Húsafell - með potti	3	18.000 kr.	60
Akureyri	6	18.000 kr.	48

Úthlutun mun liggja fyrir 12. febrúar og greiðslufrestur er til 19. febrúar n.k. Frá og með 4. mars er hægt að athuga hvort eitthvað hafi fallið út. Húsin verða leigð í viku frá 31. mars. – 7. apríl n.k. Úthlutað er eftir punktakerfi sem byggist á iðgjaldasögu

félagsmanna síðustu 12 ár. Hægt er að senda okkur tölvupóst á netfangið efling@efling.is og þarf þá að koma fram nafn, kennitala og hvaða hús er sótt um sem fyrsta valkost, annan valkost og allt að sex valmöguleika.

Ekki verður tekið á móti umsóknum um páskaúthlutun símleiðis



Auglýst eftir nýjum orlofsíbúðum og húsum

Mikil og skemmtileg viðbrögð

-segir Sveinn Ingvason

Það voru mikil og skemmtileg viðbrögð við þessari auglýsingu Eflingar, segir Sveinn Ingvason sem stýrir orlofsmálunum hjá félaginu í viðtali við Eflingarblaðið. Margir hafa eflaust tekið eftir auglýsingum Eflingar í prent- og ljósvakamiðlum þar sem óskað var eftir nýjum húsum og íbúðum til leigu næsta sumar. Það er gríðarleg aukning á eftirspurn hjá okkur og auglýsingin var til að mæta þessari auknu þörf félagsmanna, segir Sveinn. Ég held ég megi fullyrða að við munum sjá nýja kosti í framboði okkar næsta sumar sem er afskaplega kærkomin

Fyrst og fremst var leitað eftir svæðum sem ekki hafa verið í boði áður hjá okkur

viðbót við það mikla framboð sem við erum með í dag.

Það hefur verið mikill metnaður okkar hjá félaginu að geta orðið við óskum sem flestra varðandi orlofshús á sumrin. Það

má geta þess að síðustu sumar hefur reyndin verið sú að mjög margir þeirra sem leitað hafa eftir orlofshúsum hafa fengið úrlausn um orlofsdvöl hjá okkur. Að því leyti hefur Efling verið í mjög góðri stöðu.

En fljótt skipast veður í lofti og nú verður Kaupmannahöfn ekki lengur í boði frá áramótum en þar voru fjórar íbúðir þegar mest var. Auk þess verða svo tvö til þrjú hús í Svignaskarði ekki með í úthlutun fyrir næsta sumar þar sem þau verða flutt í burt og ný byggð í þeirra stað. Vegna alls þessa fækkar vikum til úthlutunar um allt að 90 og við þær aðstæður þarf að bregðast við með fjölgun leiguhúsa, segir Sveinn.

Hverskonar kosta er verið að leita?

Fyrst og fremst var leitað eftir svæðum sem ekki hafa verið í boði áður hjá okkur. Má þar nefna íbúðir í smærri og stærri byggðarlögum vítt um landið, hefðbundin sumarhús á nýjum stöðum og einnig óhefðbundnari kostir. Það geta verið gönguferðir, samningar um afsláttarkjör á ýmskonar afþreyingu og þar fram eftir götum. Fyrst og fremst verður skoðað vel hvað í boði er og síðan valið úr því.

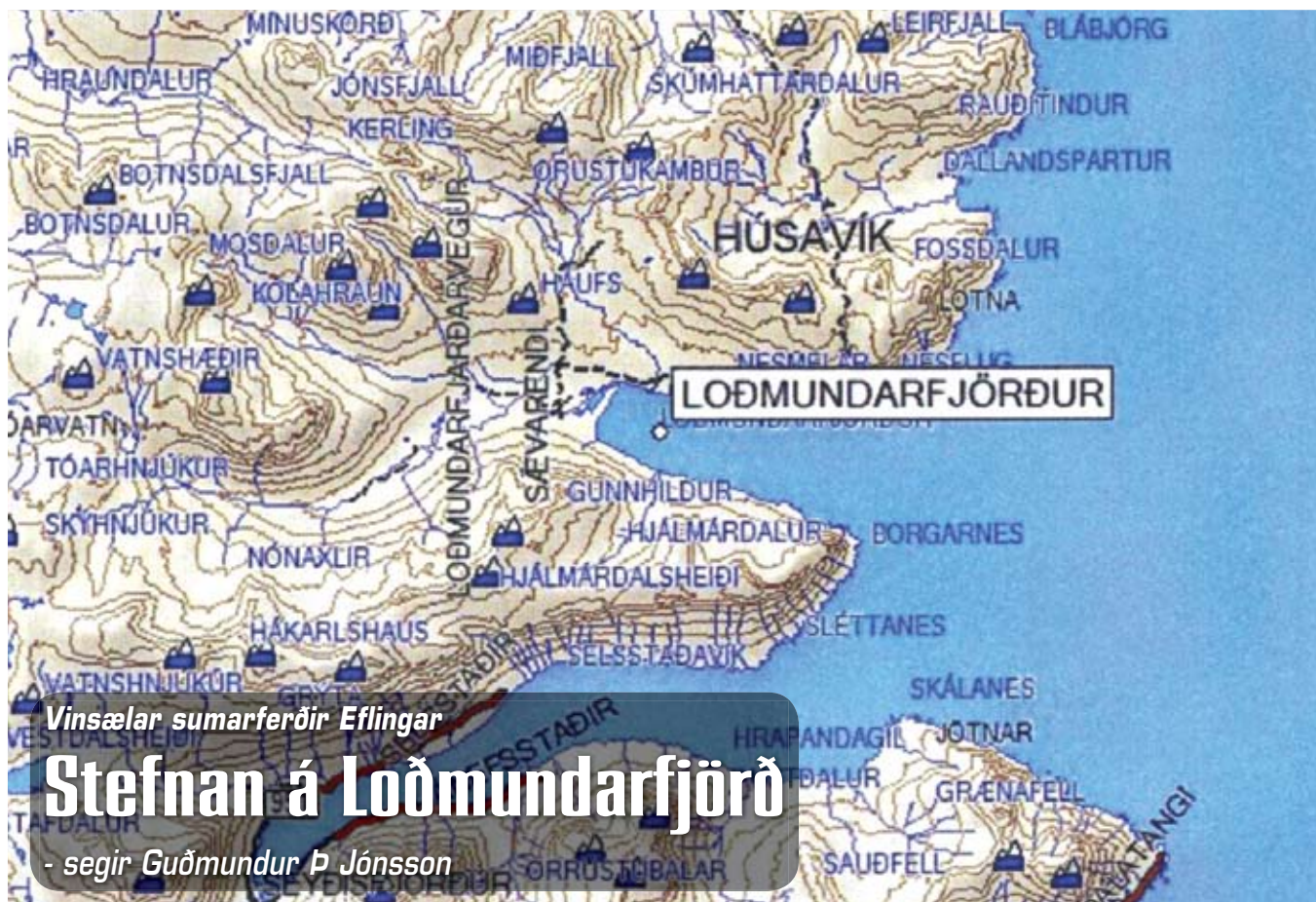
Mikil og skemmtileg viðbrögð

Alls hafa hátt í fimmtíu aðilar haft samband og boðið fram þjónustu og við erum að vinna úr þessum viðbrögðum, segir hann. Flestir eru að bjóða hefðbundna kosti en einnig er um að ræða nýbreytni en ég vil fullyrða að félagsmenn muni sjá eitthvað nýtt og spennandi fyrir næsta sumar. Fljótt á litinu virðist allavega sem auðvelt verði að mæta þeirri fækkun sem fyrir séð er og vonandi bæta heldur við.

Aukinn kostnaður?

Fram kom hjá Sveini að Kaupmannahöfn var orðin mjög dýr vegna gengis íslensku krónunnar þannig að það sparast háar fjárhæðir við að loka þeim kosti. En almennt sagði hann ekki vera um kostnaðaraukningu að ræða við þessa aðferð. Efling hefur jafnan lagt áherslu á hóflegt verð og mikil gæði orlofshúsa og íbúða enda standa iðgjöld félagsmanna undir þessari öfluglu starfsemi orlofsjóðsins.

Að lokum sagði Sveinn að auk þessa sem hér hefur komið fram verður einnig boðið upp á nýja möguleika eins og Útilegukortið og Veidikortið svo eitthvað sé nefnt.



Við höfum í mörg ár valið okkur fremur fáfarnari slóðir og kannski þess vegna hafa þessar ferðir verið svo vinsælar, segir Guðmundur Þ Jónsson og ferðin næsta sumar verður ekki síður spennandi en ferðir undanfarin ár. Farið verður austur á land og er áfangastaðurinn Loðmundarfjörður. Ferðirnar verða tvær

Efling hefur leitast við að ferðast utan alfaraleiðar með ferðahópa sína undanfarin ár

vegna mikillar eftirspurnar í fyrri ferðir félagsins, segir hann.

Loðmundarfjörður er 6-7 km langur fjörður fyrir norðan Seyðisfjörð. Áður fyrr var allmikil byggð í firðinum en nú er hann í eyði. Gist verður á Eiðum í tvær nætur og á Laugum í Reykjadal eina nótt á leiðinni heim.

Efling hefur leitast við að ferðast utan alfaraleiðar með ferðahópa sína undanfarin ár. Oft liggur leiðin um landssvæði sem fólk fer síður á eigin vegum. Má sem dæmi nefna Strandaferðirnar, ferð um árið í Papey og í Jökulfirði á síðasta

ári. Trúlega er það þetta sem gerir ferðir Eflingar svo vinsælar, enda er nær undantekningalaust uppselt í þær, segir Guðmundur Þ Jónsson sem hefur borið hitann og þungann af ferðunum með ferðanefnd Eflingar.

Fyrri ferðin verður farin 8.–11. júlí og seinni ferðin 15.–18. júlí.

Selt verður í ferðirnar frá 19. mars n.k. frá kl. 8:15 á skrifstofunni, Sætúni 1.

Verð og nánari upplýsingar verða birtar í orlofsblaði félagsins sem kemur út í lok febrúar.

**ÖLL VINNUVÉLARÉTTINDI
ÖLL ÖKURÉTTINDI**

Ný námskeið vikulega
www.et.is

**NÝ
ÖKUSKÓLINN**

SÍMI: 822 4502



Við undirritun samnings, frá vinstri Guðmundur Þ. Jónsson, Eiríkur J. Ingólfsson, Sigurður Bessason og Sveinn Ingvason

Þrjú ný hús byggð í Svignaskarði

Í vikunni var skrifað undir samning um byggingu þriggja nýrra sumarhúsa í Svignaskarði í Borgarfirði. Verkið var boðið út í síðasta mánuði og í framhaldi var samið við Eirík J. Ingólfsson byggingameistara í Borgarnesi um smíðina en fyrirtæki hans átti lægsta tilboðið í verkið. Samningurinn er að allra mati mjög hagstæður. Fyrsta húsið verður til úthlutunar í næstu sumarúthlutun 2010.

Sama fyrirtæki hefur áður endurbyggt orlofshús í Svignaskarði bæði fyrir Eflingu og önnur stéttarfélög sem þar eiga hús. Reynslan af þeim samskiptum hefur verið góð og öll vinnubrögð til fyrirmyndar eins og þeir sem hafa dvalið í húsunum geta borið vott um.

Fyrsta húsið í þessum áfanga verður

afhent Eflingu 1. júní 2010 og verður þar af leiðandi til úthlutunar fyrir næsta sumar.

Þegar þessum áfanga verður lokið 1. maí 2011 með afhendingu þriðja hússins verða aðeins tvö hús, í eigu Eflingar, eftir af elstu húsagerðinni í Svignaskarði.



Nýju húsinn verður í sama stíl og þetta sumarhús

Fyrsta húsið í þessum áfanga verður afhent Eflingu 1. júní 2010



Gunnhildur Arnardóttir, framkvæmdastjóri hjá Securitas tekur við starfsmenntaverðlaunum sem forseti Íslands, Ólafur Ragnar Grímsson, veitti fyrir hönd Starfsmenntaráðs og það eru nokkrir glæsilegir gæslusviðsmenn frá fyrirtækinu sem einnig voru við afhendinguna.

Securitas hlaut Starfsmenntaverðlaun Starfsmenntaráðs 2009

Securitas hlaut Starfsmenntaverðlaunin 2009 í flokki fyrirtækja fyrir framúrskarandi árangur í menntunarmálum starfsfólks en verðlaunin voru veitt þann 27. nóvember síðastliðinn. Starfsmenntaverðlaunin eru mikil viðurkenning fyrir mannauðs- og fræðslustefnu Securitas en undanfarin ár hefur fræðsla og þróun verið ein af lykiláherslum Securitas. Mánaðarlega mælir Securitas stöðu sína í starfsmannamálum þ.e. upplifun allra starfsmanna af fræðslu, þjálfun, þróun, starfsánægju sem og fleiru. Á öllum sviðum fyrirtækisins er skýr stefna í þjálfun, menntun og símenntun og hvetur Securitas starfsmenn sína til náms með vinnu. Securitas er með samninga við kennslustofnanir um fjarnám tengt upplýsingatækni fyrir allt sitt starfsfólk. Securitas átti þátt í að stofna sérhæft

Námið er viðurkennt af menntamálaráðuneytinu til allt að 24 eininga á framhaldsskólastigi

Öryggisvarðanám sem byggir á námskrá Fræðslumiðstöðvar atvinnulífsins og er kennt í Mími-símenntun. Námið er viðurkennt af menntamálaráðuneytinu til allt að 24 eininga á framhaldsskólastigi en aðalmarkmið námsins er að stuðla að jákvæðu viðhorfi námsmanna til starfs síns og bæta við þekkingu þeirra og hæfni í starfi öryggisvarða. Með þessu námi hefur starf öryggisvarða farið á enn hærri stig. Öllum stjórnendum Securitas býðst framhaldsmenntun á háskólastigi

sem er fyrirfram skilgreind og valin af fyrirtækinu. Í haust fóru stjórnendur Securitas í Háskólann í Reykjavík, í janúar í Háskóla Íslands og verið er að teikna upp næsta haust með Háskólunum á Bifröst.

Veist þú að?

- Félagsmenn sem hættir eru störfum vegna aldurs eða örorku halda nú réttindum til styrkja úr sjúkrasjóði Eflingar í 24 mánuði frá starfslokum í stað 12 mánaða áður



Trúnaðarmenn Eflingar

Ný námskeið 2010

Trúnaðarmenn Eflingar eru einn mikilvægasti hlekkurinn í starfi Eflingar. Það reynir oft á trúnaðarmenn í starfi og þess vegna hefur félagið ávallt kappkostað að bjóða þeim uppá fyrsta flokks fræðslu. Trúnaðarmenn eiga samningsbundinn rétt til að sækja þessi námskeið án launaskerðingar en þurfa að sjálfsögðu að sækja námskeiðin í samráði við yfirmann sinn.

Trúnaðarmannanámskeið I

Trúnaðarmannanámskeið I verður haldið 12. – 16. apríl. Á þessu námskeiði er farið í starf og hlutverk trúnaðarmannsins samkvæmt lögum og samningum ásamt því sem farið er í starfsemi stéttarfélaga, hlutverk þeirra og viðfangsefni.

Trúnaðarmannanámskeið II

Trúnaðarmannanámskeið II verður haldið 8. – 12. febrúar. Á þessu námskeiði er farið dýpra í starf verkalýðshreyfingarinnar ásamt því sem hagfræðihugtök eru skýrð og farið nánar í almennan vinnurétt og samskipti á vinnustað.

Trúnaðarmannanámskeið III

Trúnaðarmannanámskeið III verður haldið 15. – 19. mars og er ætlað þeim sem hafa lokið námskeiðum I og II og hafa verið í trúnaðarmannastarfinu í nokkurn tíma. Hér er farið í framkomu,

það að koma fyrir sig orði, úrlausn erfiðra mála og fleira sem tengist starfi þeirra.

Drjú styttri námskeið verða í boði nú í vor og eru trúnaðarmenn hvatt-

ir sérstaklega til að kynna sér þau og skrá sig því öll þessi námskeið eru mjög hagnýt og nýtast beint inn í starf trúnaðarmannsins.

NÝ NÁMSKEIÐ

2010

Trúnaðarmenn Eflingar

Vinnustaðurinn eftir uppsagnir

Á þessu námskeiði verður farið yfir hvernig hægt er að liðsinna samstarfsfólki og hjálpa því að bregðast við uppsögnum og kvíða vegna hugsanlegra uppsagna og fjárhagsvanda, upplifun, viðhorf og tilfinningar þeirra sem eftir verða í starfi hjá fyrirtækinu. Undanfarið hafa mörg fyrirtæki þurft að bregða á það ráð að segja upp fólki til að mæta þeim

gífurlega samdrætti sem átt hefur sér stað í efnahagslífi þjóðarinnar. Uppsögn er eins og gefur að skilja átakanlegur atburður sem kallar fram sterkar tilfinningar. Íslensk fyrirtæki hafa oftast hugað vel að þeim sem missa vinnuna með því að bjóða upp á áfallahjálp, sálfræðilegan stuðning og ráðgjöf varðandi atvinnuleit. Einnig hafa stéttarfélög veitt félagsmönnum sínum ráðgjöf og aðstoð. Hins vegar gleymist oft að huga að þeim sem eftir verða í fyrirtækinu. Þeir fá allajafna enga hjálpi en fara í gegnum langt og erfitt tímabil þar sem reiði, tortryggni, kvíði, samviskubit og ótti eru ráðandi tilfinningar þeirra sem eftir sitja og hafa mikil áhrif á mórál og frammistöðu starfsmanna. Þetta getur haft alvarlegar afleiðingar fyrir skilvirkni og framtíðarmöguleika vinnustaðarins.

Nánari upplýsingar eru í miðopnu blaðsins og alltaf er hægt að hringja á skrifstofu félagsins í síma 5107500 og fá frekari upplýsingar.

NÝ NÁMSKEIÐ

2010

Trúnaðarmenn Eflingar

Að stjórna eigin hugarfari og vellíðan

Það eru nokkur atriði sem við öll getum lært af farsælum einstaklingum. Það mikilvægasta er hvernig þeir hugsa og hvernig þeir vinna úr þeim atburðum sem gerast í kringum þá. Á fræðimáli kallast þessi eiginleiki „seigla“. Við þurfum öll á seiglu að halda til að ná okkur eftir bakslög og takast á við daglegar hindranir. Einstaklingar sem búa yfir seiglu halda ró sinni undir pressu og stjórna hvötum sínum. Þeir „lesa“ annað fólk og skilja hvernig því líður. Þeir trúa að þeir hafi áhrif á það hvert þeir stefna og að þeir geti tekist á við mótlæti. Mat þeirra á aðstæðum og orsökum vandamála er raunhæft og þeir takast á við nýjar áskoranir og



stækka þannig stöðugt öryggissvæðið sitt. Rannsóknir sýna að við getum breytt því hvernig okkur líður með því að breyta hugsunum okkar því að það sem stjórna hegðun okkar er ekki það sem gerist í kringum okkur heldur hvernig við túlkum það sem gerist. Lykillinn að seiglu er því rökréttar hugsanir. Á námskeiðinu verður farið yfir sjö þætti seiglu, hvernig þeir birtast

og hvernig við getum aukið seigluna. Hér er á ferðinni efni sem er nauðsynlegt öllum þeim sem vilja öðlast meiri persónulegan styrk.

Nánari upplýsingar eru í miðopnu blaðsins og alltaf er hægt að hringja á skrifstofu félagsins í síma 5107500 og fá frekari upplýsingar.



Trúnaðarmenn Eflingar

NÝ NÁMSKEIÐ

2010

Styrkleikar í starfi jákvæð sálfræði

Á þessu námskeiði verður lögð áhersla á styrkleika einstaklinga, jákvæðar tilfinningar og heilbrigð samskipti. Í fyrirlestrinum er farið í flokkunarkerfi um styrkleika, gildi, endurgjöf, markmiðasetningu og tilgang. Markmiðið er að þátttakendur öðlist nýja sýn á eigin styrkleika. Þá verður farið yfir gildi hamingju og mikilvægi vináttu og gleði í starfi fyrir afköst og vinnugleði. Að lokum verður bent á aðferðir til að nota styrkleika sína á markvissari hátt í samskiptum. Jákvæð sálfræði stuðlar að bættum vinnuanda, minni starfsmannaveltu og betri árangri. Jákvæð sálfræði er ný grein innan sálfræðinnar sem rannsakar á vísindalegan hátt hvað stuðlar að því að einstaklingar og samfélög blómstri.

Nánari upplýsingar eru í miðopnu blaðsins og alltaf er hægt að hringja á skrifstofu félagsins í síma 5107500 og fá frekari upplýsingar.



Í boði hjá Eflingu

Náms- og starfsráðgjöf á fimmtudögum

Margir þurfa á ýmiss konar ráðgjöf að halda í núverandi atvinnuástandi og nú er lag að nýta tímann til að efla sig í ýmiss konar starfs- og námsráðgjöf. Að þessu tilefni hefur Efling-stéttarfélag ákveðið í samvinnu við náms- og starfsráðgjafa frá Mími-símenntun að bjóða upp á náms- og starfsráðgjöf á skrifstofu Eflingar alla fimmtudaga samkvæmt nánari auglýsingu á heimasíðu félagsins.

Náms- og starfsráðgjafi getur t.d. veitt:

- Upplýsingar um fjölbreytt nám og

Fjölbreytt nám og námsleiðir
Kanna áhugasvið og meta styrkleika
Útbúa ferilskrá
Útvíkka hugmyndir

námsleiðir sem eru í boði fyrir fólk á vinnumarkaði og í atvinnuleit

- Aðstoð við að kanna áhugasvið og meta hvar styrkleikar liggja í námi eða starfi

- Aðstoð við að útbúa ferilskrá sem er mikilvægt tæki í atvinnuleit
- Aðstoð við að útvíkka hugmyndir í starfsleit
- Upplýsingar um möguleika á styrkjum úr fræðslusjóðum

Félagsmenn eru hvattir til að nýta sér þetta tækifæri til að fá upplýsingar og aðstoð í náms- eða starfsleit.

Ekki hika við að bóka tíma, það verður tekið vel á móti þér!

Bókið viðtal í síma 510-7500



Að leggja lagnir í jörð

Hvað felst í jarðlagnatækninámi?

Nám hefst 11. janúar

Jarðlagnatæknánám hefst 11. janúar en um tvö hundruð manns hafa síðan 1998 lokið þessu námi. Eins og orðið gefur til kynna felst námið í því að læra að leggja lagnir í jörð og þetta

nám er ekki að finna í iðnskólum hér á landi. Mikilvægi námsins má sjá í því að vaxandi eftirspurn hefur á síðustu árum verið eftir mönnum með þessa menntun og það ástand sem ríkir nú á vinnumarkaðnum ætti að hvetja bæði fyrirtæki og þá sem hafa tíma aflögu

Margir fá eftir jarðlagnatækninámið aukna ábyrgð – verða verkstjórar, eftirlitsmenn eða taka við í öðru stjórnunarstarfi

og hafa unnið við jarðvegsframkvæmdir að bæta þessu námi við reynslubankann.

Meta má jarðlagnatækninámið til allt að tuttugu og fjórum einingum sem er meira en ein önn í framhaldsskóla. Þarna er bæði metið sjálft námskeiðið og sú færni og þekking sem námsmaðurinn hefur aflað sér í gegnum nám og starf á ævinni eða svokölluð raunfærni hans. Nokkrir þeirra sem lokið hafa náminu hafa haldið áfram, t.d. í rafvirkjun við Fjölbrautaskólann í Breiðholti sem hefur tekið vel á móti nemendum sem koma í námið eftir þessari óvenjulegu leið.

Jarðlagnanámið er 300 stundir og kemur ekki í staðinn fyrir heilt iðnnám. Hins vegar fá nemendurnir innsýn í vinnubrögð, prufa að sjóða, að setja saman rafmagnsstrengi og læra samsetningu röra. Nemendurnir læra efnis-, tæringar- og rafmagnsfræði, plastsuðu og áhersla er lögð á öryggismál. Farið er í samskipti og samstarf á vinnustað, kenndar almennar greinar eins og íslenska, stærðfræði og tölvur og nemendur læra verk- og verkefnastjórn, verkbókhald og gæðastjórnun. Í jarðlagnaþættinum er svo fjallað um flestar gerðir jarðlagna, efni, lagna- aðferðir, lagnastaðla og fleira.

Hvað verður um nemendurna að námi loknu?

Flestir halda áfram á sama vinnustað. Fyrirtæki þeirra eða atvinnurekendur greiða enda í flestum tilvikum nemendum laun á meðan á náminu stendur. Margir fá eftir jarðlagnatækninámið aukna ábyrgð – verða verkstjórar, eftirlitsmenn eða taka við öðru stjórnunarstarfi. Aðrir hafa fengið aðra vinnu eða stunda nám með vinnu. Að loknu jarðlagnatæknináminu hafa nemendurnir meiri möguleika og fleiri tækifæri bæði hvað varðar nám og starf enda hefur vinnumarkaðurinn viðurkennt jarðlagnatækna sem fagmenn sem verktakar þurfi að hafa í sínum röðum þegar unnið er við jarðlagnir.



Nýtt mentoraverkefni fyrir atvinnuleitendur

Mentor – hvað er það?

- eftir Fjólu Einarsdóttir, verkefnisstjóra

Mentora-samband er samband tveggja einstaklinga þar sem annar er mentor en hinn mentee, mentor er sá sem leiðir sambandið en mentee sá sem þiggur leiðsögn. Sambandið hefur m.a. það markmið að leita eftir úrræðum sem geta gagnast viðkomandi í atvinnuleit. Til þess að ná markmiðum sínum munu þátttakendur búa til vinnuáætlun með tímaramma sem stuðst er við á meðan sambandið varir. Með þessum hætti tryggja aðilar hvetjandi og virkt samband.

Þátttakendur

Það verkefni sem nú er að fara af stað stendur frá 15. febrúar til 15. maí. Ungt fólk sem búið er að vera atvinnulaust í sex mánuði eða lengur og hefur vilja til þess að styrkja atvinnumöguleika sína eru heppilegir mentee, þ.e. þeir sem þiggja leiðsögn. Heppilegir mentorar eru einstaklingar sem hafa verið virkir í atvinnuleit og sjálfbodaðaliðastarfi ásamt því að hafa getu og vilja til þess

Helstu hlutverk mentora er að; hlusta, spyrja, veita leiðsögn og sýna virðingu ásamt því að opna dyr og vísa leiðina

að leiðbeina öðrum. Verkefnið hefst með námskeiði í janúar fyrir mentora sem ætlað er að undirbúa þá fyrir sambandið ásamt því að vera hagnýtt fyrir þá sjálfa. Þar verður m.a. fjallað um réttindi og skyldur, tengslanet, raunfærnimat, kynning á námsráðgjöf Mímis, jákvæð sálfræði, sjálfstyrking, viðtalstækni og ábyrgðarhlutverk mentora. Menteeir fá síðan stutt námskeið í febrúar þar sem farið er yfir markmiðssetningar, hugmyndafræði verkefnisins, sjálfstyrkingu og samskiptatækni.

Hlutverk þátttakenda

Helstu hlutverk mentora er að; hlusta, spyrja, veita leiðsögn og sýna virðingu ásamt því að opna dyr og vísa leiðina að úrræðum fyrir atvinnuleitendur. Þeir þurfa að vera góðir og þolinmóðir hlustendur, sýna stuðning og vera hvetjandi leiðbeinandi, hafa sýn fyrir möguleikum mentees til sjálfstyrkingar og draga fram ný sjónarhorn á hugsanleg tækifæri. Allar samræður fara fram í trúnaði, þeir njóta þess að deila þekkingu, hæfni og reynslu, veita uppbyggjandi gagnrýni, vera heiðarlegir, tala um annað fólk af virðingu og taka ábyrgð á að sambandið verði farsælt.

Helstu hlutverk mentee er að skoða þarfir sínar og ræða þær, vera heiðarlegur, sýna virðingu, spyrja, hlusta og vera opin fyrir tillögum. Þeir þurfa að hafa vilja til þess að taka ábyrgð og stjórn á eigin lífi og aðstæðum, vera opnir fyrir nýjum möguleikum og tækifærum, sýna áhuga, hafa vilja til þess að hlusta á leiðbeiningar og tileinka sér opin samskipti.

Ávinningur af sambandinu

Ávinningur mentors er að hann/hún; fær nýja sýn á eigin aðstæður og lífnáðarhætti, deilir hæfileikum sínum og þekkingu, sér aðra manneskju styrkjast,

fær aðgang að tengslaneti við aðila sem bjóða úrræði til styrkingar atvinnuleitenda, öðlast hæfileika til þess að leiðbeina öðrum, gefur til samfélagsins, öðlast dýpri þekkingu á eigin getu og styrkir leiðtogaþæfileika sína.

Ávinningur mentees af sambandinu er að hann/hún; fær ferska sýn á aðstæður sínar, fær aðstoð við að uppfæra ferilskrá sína óski hann/hún eftir því, á í trúnaðarsambandi við einhvern utan fjölskyldunnar, fær leiðbeiningar frá aðila í sömu sporum sem hefur kynnt sér vel hvaða úrræði eru í boði fyrir atvinnuleitendur, fær ný tækifæri, dyr sem virst hafa lokaðar gætu opnast og fær aukið sjálfstraust og hvatningu til þess að hugsa út fyrir rammann.

Hægt er að fá nánari upplýsingar um verkefnið hjá verkefnisstjóra með því að senda fyrirspurn á netfangið fjola@redcross.is.



Efling hafði frumkvæði að umsókn um styrk hjá Starfmenntaráði fyrir fræðsluverkefni til handa atvinnuleitendum sem unnið yrði í samstarfi við Rauða kross Íslands, Iðuna, Fræðslumiðstöð atvinnulífsins, Fræðsluskrifstofu rafiðnaðarins, Mími símenntun og Þjónustuskrifstofu Vinnumálastofnunar á höfuðborgarsvæðinu. Starfmenntaráð styrkti verkefnið sem snýst um að koma á fót mentorakerfi fyrir atvinnuleitendur. Ákveðið var að Rauði kross Íslands yrði framkvæmdaraðili verkefnisins og ráðinn yrði verkefnisstjóri til að halda utan um það. Markmið verkefnisins er að atvinnuleitendur fái fræðslu og þjálfun til þess að styðja aðra atvinnuleitendur og vinna saman í leit sinni að framtíðarstarfi.



www.efling.is



Fjölbrautaskólinn
í Breiðholti

Kvöldskóli FB

Félagsgreinar - Íslenska - Sagnfræði - Listir - Handíðir - Snyrtifræði
Rafiðnir - Raungreinar - Stærðfræði - Sjúkraliðagreinar - Tréiðnir
Tungumál - Tölvugreinar - Viðskiptafræði

www.fb.is



Fjölmenningarvika á Sóltúni

Bæði fróðleg og skemmtileg

-segir Þórlaug Steingrimsdóttir

Það er samdóma álit starfsfólks og heimilisfólksins sem fylgdist með dagskránni að fjölmenningarvikan hjá okkur hafi bæði verið fróðleg og skemmtileg, segir Þórlaug Steingrimsdóttir á Hjúkrunarheimilinu Sóltúni en í haust efndi heimilið til fjölmenningarviku þar sem erlendir starfsmenn sáu um fjölbreytta dagskrá á öllum hæðum og sýndu m.a. vídeómynd í innanhúss sjónvarpskerfi frá brúðkaupi starfsmanns á Sóltúni sem var haldið í Póllandi sl. sumar. Starfsfólkið notaði tækifærið og lærði að bjóða góðan daginn á tungumálum erlendu vinnufélaganna. Þetta var mjög skemmtilegt og við vonumst til að geta endurtekið þetta á næsta ári, segir hún.

Á Hjúkrunarheimilinu Sóltúni starfa um 210 starfsmenn og eru innlendir og erlendir Eflingarfélagar fjölmennir í þeim hópi. Þeir starfa við umönnun, ræstingu, í eldhúsi og þvottahúsi og stóð heimilið fyrir fjölmenningarviku í haust og Þórlaug Steingrimsdóttir, flokksstjóri í ræstingu var í hópi þeirra sem sáu um að skipuleggja vikuna. Hún sagði að dagskráin hefði byrjað á fyrirlestri

Starfsfólkið notaði tækifærið og lærði að bjóða góðan daginn á tungumálum erlendu vinnufélaganna

Guðbjartar Guðjónsdóttur, meistara-nema í mannfræði sem hafði yfirskriftina „Að starfa í alþjóðasamfélagi“.

Vikan endaði á hátíðardagskrá með þátt-

töku starfsfólks og heimilisfólks þar sem boðið var uppá kaffi og meðlæti sem erlenda starfsfólkið kom með að heiman. Irma Sjöfn Óskarsdóttir flutti fyrirlestur sem fjallaði um fjölbreytileika, menningu og trú. Þá sýndu konur frá Filippseyjum og Afríku dansa frá heimalöndum sínum og íslenskar konur mættu í upphlut. Það er samdóma álit starfsfólks og heimilisfólksins sem fylgdist með dagskránni að fjölmenningarvikan hafi verið fróðleg og skemmtileg og vonandi verður hún endurtekin á næsta ári, sagði Þórlaug að lokum.



Starfsfólkið sá um skemmtiatriði



Gamla myndin er frá 1953

Þekkir einhver mömmu eða pabba?

Söngfélag verkalýðsfélaganna var stofnað í mars 1950 en myndin er frá árhátíð Verkamannafélagsins Dagsbrúnar 1953. Stjórnandi kórsins, Sigursveinn D. Kristinsson situr í hjólastólnum sínum fyrir miðju en lengst til vinstri stendur Sigurð-

ur Guðnason formaður Dagsbrúnar.

Sigursveinn var mikill félagsmálamaður og var nátengdur verkalýðshreyfingunni áratugum saman í kraftmiklu starfi að tónlistar- og félagsmálum. Hann var

fæddur að Syðsta Mói í Fljótum 24. apríl 1911. Hann stofnaði með Gunnari H. Jónssyni tónlistarkennara Tónskóla Sigursveins 30. mars 1964 og var skóla-stjóri óslitið til 1985

Námskeið

Prjón, hekl, þjóðbúningasaumur
og margt fleira

Verslun

Plötulopi - einband - léttlopi
- kambgarn - prjónauppskriftir



Verið
velkomin



HEIMILISÍÐNAÐARFÉLAG ÍSLANDS
Nethyl 2E, 110 Reykjavík
s. 551 7800 - 551 5500 - 895 0780
hfi@heimilisidnadur.is • www.heimilisidnadur.is



Sigurrós Kristinsdóttir

Velferðarvaktin

Mikilvægt að verja viðkvæma hópa í kreppunni

- segir Sigurrós Kristinsdóttir, varaformaður

Velferðarvaktin hefur starfað með stjórnvöldum allt síðasta ár og er ætlað að fylgjast með félagslegum jafnt sem fjárhagslegum afleiðingum bankahrunsins fyrir fjölskyldur og einstaklinga í landinu með markvissum hætti og koma með tillögum um aðgerðir, segir Sigurrós Kristinsdóttir, varaformaður Eflingar sem hefur

unnið með vaktinni frá upphafi. Allan þennan tíma hefur Velferðarvaktin verið vakandi yfir margvíslegum afleiðingum hruns efnahagslífsins og segir Sigurrós að reynt hafi verið að fylgjast sérstaklega með viðkvæmum hópum samfélagsins, safna mikilvægum upplýsingum og koma tillögum um aðgerðir til stjórnvalda og annarra sem fást við afleiðingar hrunsins. Það er mjög mikilvægt að læra af öðrum þjóðum og nýta það sem t.d. Finnar lærðu af sinni kreppu.

Í rauninni renndum við blint í sjóinn með Velferðarvaktina því engin reynsla var af svona efnahagshruni og afleiðingum þess hér á landi, segir Sigurrós. Margir aðilar hafa unnið saman að margvíslegum viðfangsefnum á þessum tíma. Samhliða stýrihóp velferðarvaktarinnar starfa vinnuhópar sem fjalla um tiltekna hópa einstaklinga og aðstæður í samfé-

laginu í ljósi efnahagshrunsins. Hóparnir eru nú orðnir átta og hátt í hundrad manns leggja Velferðarvaktinni reglubundið lið með þátttöku í vinnuhópum og öðru samstarfi. Skýrslur aðgerðahópsins hafa síðan verið grunnur að tillögum sem lagðar hafa verið fyrir stjórnvöld.

Viðreisn atvinnulífsins er forsenda þess að hjól samfélagsins fari að snúast af fullum krafti. Meðan að svo er ekki verður að gæta þess eins vel og kostur er að sparnaðaraðgerðir bitni sem minnst á og að rík áhersla sé lögð á vinnumarkaðsaðgerðir.

Hugað að börnum, ungu fólki og barnafjölskyldum

Sigurrós segir að huga verði sérstaklega að þeim sem eru langtímaatvinnulausir og að ungu atvinnulausu fólki. Í þessum hópum er hátt hlutfall fólks sem einungis hefur lokið grunnskólanámi eða sambærilegri menntun. Langtímaatvinnuleysi hefur aukist jafnt og þétt og fór úr 36% í júní í 47% allra á atvinnuleysisskrá í júlí á síðasta ári. Af þeim voru 57% með grunnskólapróf. Ungt fólk á aldrinum 16-24 ára var um 19% af heildarhópnum og þar af voru 2.312 á aldrinum 20-24 ára og voru þau um 17% allra atvinnulausra.

Af langtímaatvinnulausum voru 57% með grunnskólapróf. Ungt fólk á aldrinum 16-24 ára var um 19% af heildarhópnum og þar af voru 2.312 á aldrinum 20-24 ára og voru þau um 17% allra atvinnulausra

Sérstaklega hugað að börnum

Vinnuhópur velferðarvaktarinnar um stöðu barna hefur meðal annars aflað veigamikilla upplýsinga frá starfsmönnum barnaverndarnefnda, þjónustumiðstöðva, félagsþjónustu, fagteymi barnaverndarstofu, Stuðla, SÁÁ og barna og unglingageðdeildar. Barnaverndarstofa telur að staða barnaverndarmála sé ásættanleg víðast hvar á landinu. Barnahópurinn telur mikilvægt að nýta þá þekkingu sem fyrir er. Rannsóknir eru til um afleiðingar kreppu og þær þarf að taka fram og læra af þeim. Vitað er að sá hópur sem fór verst í kreppunni í Finnlandi voru skjólstæðingar barnaverndar, barnafólk á atvinnuleysisbótum og ungt fólk án atvinnu. Fylgst er með því í öllum sveitarfélögum að öll börn fái hádegisverð.

Fylgst er með því í
öllum sveitarfélögum að
öll börn fái hádegisverð

Næstu vikur tileinkaðar ungu fólki

Næstu vikur hjá velferðarvaktinni verða tileinkaðar unga fólkinu sem er án atvinnu.

Grípa til ráðstafana þegar ástæða er til með tilboðum um menntun og ýmiss konar verkefni og reyna að virkja ungmenni sem ekki hafa verið virk í námi eða atvinnuleit. Tryggja þarf aðgengi að upplýsingum um velferðarmál og efla gæðaeftirlit með velferðarmálum. Þá segir Sigurrós mikilvægt að efla rannsóknir og samstarf við skólasamfélagið en ekki síður er brýnt að efla samstarf milli aðila sem vinna að velferðarmálum.

Sigurrós segir að lokum að Velferðarvaktin hafi á síðasta ári lagt fram tillögur sem hafa skilað sér. Að lokum nefnir hún þau úrræði sem Vinnumálastofnun er nú með á sinni könnu varðandi ungt fólk og menntun, sem vonandi skili sér í árangri í námi og verkefnum meðan atvinnuástandið er svo dapurt.



www.efling.is



Félagsmálaráðherra skipaði 16 manna stýrihóp velferðarvaktarinnar í febrúar 2009 en í þeim mánuði var vaktin sett á laggirnar. Þeir sem sitja í stýrihópnum koma úr öllum ráðuneytum, frá ASÍ, Hjalparstofnun kirkjunnar, Rauða krossinum, SA, opinberu félögunum og síðan hafa bæst við fulltrúar frá landlæknisembættinu og Vinnumálastofnun, þeir Matthías Halldórsson landlæknir og Gissur Pétursson forstjóri Vinnumálastofnunar.

Hvaða rétt átt þú úr Sjúkrasjóði Eflingar?

- Tekjutengdir dagpeningar í allt að 180 daga sértu launalaus vegna veikinda eða slyss.
- Dagpeningar vegna alvarlegra veikinda barns í allt að 180 daga sértu launalaus vegna veikinda barnsins.
- Dagpeningar vegna alvarlegra veikinda maka í allt að 90 daga sértu launalaus vegna veikinda makans.
- Dagpeningar vegna áfengis- eða vímuefnamedferðar í allt að 42 daga sértu launalaus á meðan á meðferðinni stendur.

Lágmarks skilyrði dagpeningagreiðslna er a.m.k. 3 mánaða samfelld aðild að sjúkrasjóði áður en sjóðfélagi verður launlaus.

Styrkir vegna krabbameinsskoðunar, heilsueflingar (líkamsrækt og fleira), endurhæfingar, gleraugnakaupa, viðtalsmedferða, glasa/tækniþrýggunar, ættleiðingar, heyrnartækjakaupa, Laser/Lasik augnaðgerða, greiningar á lesblindu, göngugreiningar og dánarbætur.

Hver styrktegund er sjálfstæð þannig á sá sem hefur t.d. fullnýtt rétt sinn til heilsueflingarstyrks á rétt á öllum öðrum styrktegundunum á sömu 12 mánuðunum.

Lágmarks skilyrði styrkveitinga er a.m.k. 6 mánaða samfelld aðild að sjúkrasjóði áður en til styrkveitingar kemur.

Sjá nánari upplýsingar um dagpeninga og styrki Sjúkrasjóðs á heimasíðu Eflingar, www.efling.is eða á skrifstofu félagsins í síma 510-7500.

Góðar hefðir bæta og styrkja samfélagið



Jólaball Eflingar var haldið í Valsheimilinu að Hlíðarenda þann 29. desember sl. Aðsókn var mjög góð eins og undanfarin ár og börnin og þeir sem eldri eru skemmtu sér konunglega. Jólaballið hófst á söng og dansi í kringum jólatré

og boðið var uppá veitingar. Hápunktur skemmtunarinnar var þegar tveir jólasveinar komu í heimsókn og brugðu sér á dansgólfið með börnunum. Yngstu börnin voru dálítið smeyk í fyrstu en það lagaðist þegar þeir fóru að útdeila pokum

með góðgæti. Helga Möller og hljómsveit léku fyrir dansi og stjórnuðu söngnum og ekki var annað að sjá að allir færu ánægðir heim.

Notaðu tímann og lærðu á áhrifaríkan hátt

Lærið þar sem þekking og reynsla er í fyrirrúmi. Yfir 40 ár í fagmennsku.

B-réttindi:

- Námskeið alla virka daga kl. 18–22
- Dagnámskeið kl. 16–18
- Helgarnámskeið
- B-réttindi á pólsku, ensku og tælensku
- Námskeið vegna akstursbanns
- Námskeið til B-réttinda fyrir þá sem þurfa að læra á sínum hraða í samvinnu við Fjölmenn

Önnur námskeið:

- Aukin ökuréttindi (meirapróf)
- Vistakstur
- Bifhjólánámskeið
- Atvinnuleyfifishafanámskeið í samvinnu við Vegagerðina
- Flutningur hættulegra efna ADR



Upplýsingar og innritun í síma 567 0300. Opíð 10–17 alla daga.

www.bilprof.is

Ævintýralegar lausnir...

skrifstofubúnaður fyrir öll fyrirtæki!



BILLCON

Seðlatalningavélar



SCAN COIN

Mynttalninga-og flokkunavélar



ROSENGRENS

Öryggis-og peningaskápar



BISLEY

Skjala-og skrifstofuskápar



nashuatec

Prentarar, skannar og ljósrítunavélar

Hafðu samband við sölumenn okkar og sjáðu hvað við getum gert fyrir þitt fyrirtæki.



Benedikt Davíðsson látinn

Benedikt Davíðsson, fyrrverandi forseti ASÍ, lést föstudaginn 13. nóvember 2009. Benedikt var fæddur á Patreksfirði 1927. Hann lauk námi í húsasmíði 1949. Benedikt var mikill félagsmálamaður og gegndi trúnaðarstörfum í verkalyðshreyfingunni í áratugi. Hann var formaður Sambands byggingamanna frá 1966 til 1990 og tók virkan þátt í uppbyggingu lífeyrissjóðanna og sat í framkvæmdastjórn almennra lífeyrissjóða í 12 ár. Hann var forseti Alþýðusambands Íslands 1992 til 1996.

Við kveðjum látinn félaga með virðingu og birtum hér mynd af honum eins og við

munum hann best í starfi með félögum sínum. Benedikt situr innst hægra megin við borðið og skrifar í blokkina sína. Við hliðina á honum er Snorri Jónsson, sem síðar varð forseti ASÍ og fremst situr Ólafur Hannibalsson, skrifstofustjóri sambandsins. Vinstra megin sitja Eðvarð Sigurðsson, formaður Dagsbrúnar lengst af, Karl Steinar Guðnason, formaður Verkalyðs- og sjómannafélags Keflavíkur og nágrennis og Skúli Þórðarson, formaður félagsins á Akranesi. Ekki voru borin kennsl á tvo menn við borðið en fyrir borðsenda situr Svanur Jóhannesson, bókbindari.



Fyrirvaralaus uppsögn

Hafið samband samdægurs!

Mikilvægt er að starfsmaður sem er rekinn úr starfi eða sagt upp að hann geri þegar í stað kröfu um að fá afhent uppsagnarbréf.

Þeir starfsmenn sem er sagt upp eiga að hafa samband við félagið strax sama dag annars eru þeir sennilega að tapa launum í uppsagnarfresti.

Skrifstofa Eflingar

Viðtalstímar lögmannna



Anna Lilja Sigurðardóttir



Karl Ó. Karlsson

Lögmenn Eflingar-stéttarfélags eru til viðtals á skrifstofu félagsins á þriðjudögum milli kl. 13.00 og 16.00. Það eru lögmennirnir Karl Ó. Karlsson og Anna Lilja Sigurðardóttir frá lögmannsstofunni LAG lögmenn sem eru til aðstoðar. Ekki þarf að panta tíma fyrirfram. Það nægir að mæta á skrifstofuna á þessum tíma.

ERT ÞÚ GÓÐ FYRIRMYND?



Börn sem alast upp við reykingar á heimilinu eru þrisvar sinnum líklegri til að byrja sjálf að reykja



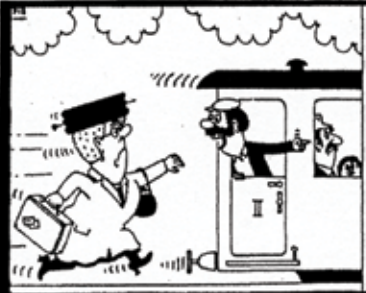
RÁÐGJÖF
Í REYKBINDINDI

800 6030

Skráðu þig á gagnvirku heimasíðuna **reyklaus.is**



LÝÐHEILSUSTÖÐ



☺	SKELF- ING	GROD- UR	STAFUR	ETJA FUGL EPI	ELLA	KRYDD BALL EINKAST	DEKA VID GATA MER	LEIDA LAS- LEIPI
Gjöf							5	
MÖCK- LÆT GUFU		6						
ÖBBRE- UR			GARGA SUGU- PERUNA					
EFF	INN SVARO FÉLL	GÖL ÁNÁLDA BRAUD	DAD- LAUS BETIR	KONA FÉLAGS- HEIMILI		HAR EINS		
AFLAGA EITIL TUVIL								
DORRA DLAD				TÚKI KASSI REYKJA				
EYJA				HLÓMA BRIK LUNDIN		SALLI BAR BORGA		
SVARA RÉTT ARA			1					
RÖND EDA HAG								FLOKK- RA AF TÁNI
HANERD TIL			SAMST. ÁTTIR	3	KINKAR KOLLI SLA			7
VID- AREYND- UR	↕				PHIR- TAKI LITU			
SEEMNT IR SER HÆD						VALDI TÖLUR		
HITA			ÁHURD- UR	HQS EINS	SAND 'ATT		TÖNN HRIN	
RÖND VIK- DAGUR								
'ATT		KÚGUN GÆLTU HVIDA			KAPP- NÓGA FLENN	SÖNN- TÖNN ACA		
KONA LEPP- SARITTA SAGD							TÖNN HRAÐA	
RUGGA FÖÐRI KANDR								
☺	↪				→	2	STÖRV- SAMMI	
LÍF- FARI				AFLOD LÉT FARA				4

Lausnarorð:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Lausnarorð:

Nafn: _____ Vinnustaður: _____ Sími: _____

Heimili: _____ Kennitala: _____

Verðlaunakrossgáta

Veitt verða verðlaun fyrir lausn á krossgátunni. Verðlaunin nema **15.000,- krónum**.
 Lausnir sendist til: Efling-stéttarfélag / Krossgátan, Sæturn 1, 105 Reykjavík.
 Svar þarf að berast fyrir 15. febrúar.

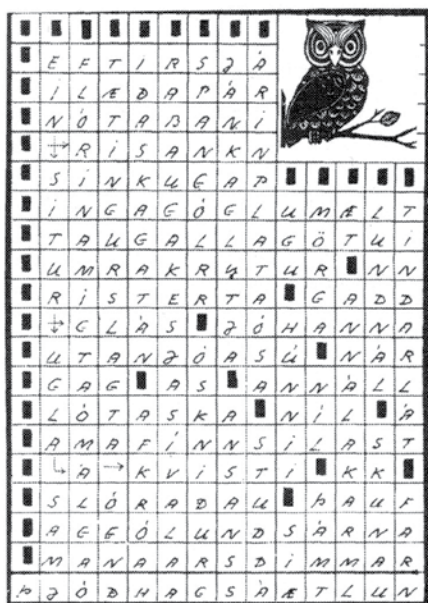


Inga K. Gunnarsdóttir

Vinningurinn fer í afmælisgjöf

Inga K. Gunnarsdóttir starfsmaður á Hjúkrunarheimilinu Eir hlaut vinning að upphæð 15.000 krónur fyrir rétta lausn í krossgátu síðasta Eflingarblaðs. Hún var að leggja af stað að Geysi í Haukadal í 5 ára afmæli hjá barnabarni sínu, Sölku Kristínu þegar henni var tilkynnt um vinninginn. Aðspurð um hvort að hún væri búin að ráðstafa vinningnum sagði Inga að Salka Kristín fengi hann í afmælisgjöf.

Lausn síðustu krossgátu



LAUSNARORÐ:
ÞJÓÐHAGSÁÆTLUN



Námskeið á vorönn 2010 Hefjast frá 25. janúar!

- TUNGUMÁL
 - ENSKUSKÓLINN
 - ÍSLENSKA FYRIR ÚTLENDINGA
 - Islandski dla audzoziemców
 - Icelandic as a second language
 - HANDVERK OG LISTIR
 - TEXTÍLSKÓLINN - Hannyrðir
 - HEILSA – ÚTLIT OG ÚTLIT
 - TÖLVUR OG REKSTUR
 - TÓNLIST
 - SÖNGNÁM OG LEIKLIST
 - NÁMSAÐSTÖÐ
 - MATUR OG NÆRING
 - FIARNÁM VIÐ HÁSKÓLANN Á AKUREYRI
 - DAGFORELDNÁMSKEIÐ - Réttindanámskeið
- Nánari upplýsingar og innritun í síma 585-5860.
Ný námskrá kemur út um miðjan janúar og verður aðgengileg á netinu: www.nhms.is

Lægra verð á Fruitmint og Spicemint

Nú hefur verðið verið lækkað á öllum pakkningum af Nicorette Fruitmint og Spicemint



Nicorette er stuðningsaðili Krafts, stuðningsfélags ungs fólks sem greinst hefur með krabbamein.



Nicorette® nikótínlyf eru fánleg án lyfseðils og eru notuð til að draga úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum þegar reykingum er hætt eða þegar dregið er úr þeim. Skammtar eru einstaklingsbundnir eftir því hve mikið er reykt en hámarksdagskammtur nikótínlyfjatyggigúmmis er 24 stk. Til að ná sem bestum árangri skal fylgja leiðbeiningum í fylgiseðli. Leitið til læknis eða lyfjafræðings ef þörf er á frekari upplýsingum um lyfin. Þeir sem fengið hafa ofnæmi fyrir nikótíni eða öðrum innihaldsefnum lyfsins, nýlegt hjartaáfall, óstöðuga versnandi hjartaöng, alvarlegar hjartsláttartruflanir, ómeðhöndlaðan háþrýsting eða nýlegt heilablóðfall eiga ekki að nota Nicorette. Börn yngri en 15 ára mega ekki nota Nicorette. Pungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu eingöngu nota Nicorette í samráði við heilbrigðisstarfsfólk. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., Hörgatún 2, 210 Garðabæ.