

Konur í atvinnulífinu

FIMMTUDAGUR 31. JANÚAR 2019



Ingunn Agnes Kro við vetnisstöðina á Vesturlandsvegi. Hún leiðir Skeljung inn í nýja tíma, þar sem endurnýjanlegir orkugjafar gegna æ stærra hlutverki. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Náum ekki fram orkuskiptum í samgöngum án vetnis

Ingunn Agnes Kro, framkvæmdastjóri skrifstofu- og samskiptasviðs Skeljungs, hefur verið lengi í olíugeiranum. Nú leiðir hún fyrirtækið inn í nýja tíma, þar sem endurnýjanlegir orkugjafar gegna æ stærra hlutverki, og segir hún vetnið eiga eftir að leika þar algjört lykilhlutverk. ➔2



Ingunn Agnes Kro á skrifstofu sinni í Borgartúni. Skeljungur, með hana í broddi fylkingar, er þess fullviss að vetnið muni á fáeinum árum festa sig í sessi sem orkugjafi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Framhald af forsiðu →

**Benedikt Bóas
Hinriksson**
benediktboas@frettabladid.is



Ef við ætlum okkur að ná fram orkuskiptum í samgöngum, þá þurfum við að nýta vetnið. Það eru ekki einungis mín orð heldur hafa bæði forstjóri ON sem leitt hefur rafbilavæðinguna og stjórnarformaður N1 einnig sagt það opinberlega,“ segir Ingunn Agnes Kro, framkvæmdastjóri skrifstofu- og samskiptasviðs Skeljungar, en hún leiðir vetnisvæðingu fyrirtækisins hér á landi.

Orkan, sem er í eigu Skeljungar, hefur tekið fyrsta skrefið í átt til framtíðar og er nú eina fjölorkufélagið á Íslandi sem býður upp á fjölbreytt og nútímalegt úrval orkugjafa; vetni, rafmagn, metan og olíu. Skeljungur, með Ingunni í broddi fylkingar, er þess fullviss að vetnið muni á fáeinum árum festa sig í sessi sem orkugjafi fyrir farartæki.

Lengri vegalengd á vetninu án hleðslu

„Það eru nokkrir þættir sem gera vetnið að spennandi kosti. Út frá neytandanum þá er upplifunin eins og að vera á venjulegum bíl. Til að mynda kemstu mun lengra en á venjulegum rafmagnsbíl. Þeir vetnisbílar sem nú eru í notkun á Íslandi hafa ekið ríflega 500 km á einum tanki, ekki samkvæmt einhverri uppgefningu drægni heldur í raunverulegum íslenskum kringumstæðum. Nýjasti bíllinn frá Hyundai, sem einnig er kominn

til landsins, fer um 700 kílómetra á tankinum. Allir þessir kílómetrar á hreinni orku. Eini útblásturinn frá vetnisbílunum er vatn og það er svo hreint að það má drekka það beint úr píströrinu,“ segir hún. „Þá tekur ekki nema 3-5 mínútur að fylla vetnistankinn á einni af vetnisstöðvum Orkunnar. Neytandinn þarf þannig ekki að breyta neysluhegðun sinni en getur þrátt fyrir það verið á 100% vistvænum bíl. Það eru nefnilega ekki til staðar rafmagnsinnviðir í landinu til þess að við getum öll verið á rafmagnsbílum. Það geta ekki allir hlaðið rafmagnsbíla heima hjá sér og á meðan hraðhleðslustöð annar kannski 2 bílum á klukkustund getur ein vetnisdæla þjónustað allt að 20 bíla. Svo eru ákveðnar bifreiðar sem þarf að vera hægt að aka í lengri tíma eða þurfa að vera ávallt til taks, svo sem lög-reglubílar, sjúkrabílar, leigubílar og fyrirtækjabílar. Vetnisbíll er sérlega góð lausn fyrir fyrirtæki sem vilja vera umhverfisvæn en þurfa að hafa bifreiðarnar sínar í fullri notkun. Í raun held ég að flest fyrirtæki myndu vilja nýta bifreiðarnar sínar á þann hátt.“

Ingunn segir þó jafnframt að hún sé ekki að taka slaginn um það hvort í framtíðinni munum við öll aka um á rafbílum eða á vetnisbílum. Hún telji að flotinn muni samanstanda af báðum valkostum. Rafmagn sé afar ódýrt á Íslandi. Hafi fólk tók á því að hlaða bílana sína heima og þurfi ekki að ferðast á þeim lengri vegalengdir, þá geti rafmagnsbíll verið besti kosturinn. Sé það hins vegar ekki staðan og ef bíllinn þarf að vera í meiri notkun eða komast lengri vegalengdir

“Það kemur frekar fyrir að utanhússaðilar geti verið með einhvern snúð. Þá hef ég samt lúmskt gaman af því að mæta vanmetin til leiks.

telur hún vetnisbíl vera besta kostinn. Vetnið sé kjörið á stærri bifreiðar, svo sem rútur og flutningabíla. Strætó muni vera kominn með 5 vetnisvagna á árinu 2020 og verið sé að vinna að því að útvega vetnisflutningabíla fyrir Ölgærdina og Eimskip. Ekki þurfi að verja plássi í stór og þung batterí, heldur sé í vetnisbílum lítið batterí en einnig vetnistankur sem hægt sé að hafa stóran eða lítinn eftir þörfum. „Vetni er léttasta frumefnið svo það liggur engin þyngd í því. Bilarnir komast um 500 km á 5 kg. Það er vissulega líka batterí í vetnisbílum, en mun minna en í rafmagnsbíl,“ segir Ingunn.

Ingunn segir að hún og Skeljungur séu ekki að synda á móti straumnum í rafvæðingu bilafloans. Þau séu miklu frekar að synda með. „Vetnið bætir upp kostina sem rafmagnsbíla vantar, bæði hvað varðar drægnina og hleðslutímann en ekki síður hvernig við nýtum betur núverandi innviði.“

Betri nýting náttúruauðlindanna

Síaukin áhersla er lögð á nýtingu endurnýjanlegra orkugjafa í heiminum, svo sem vind-, vatns- og sólarorku. Ingunn kemur inn á það að ekki sé hægt að stjórna slíkri framleiðslu til hlítar þar sem þessum orkugjöfum sé ekki stjórnað af manningum. Í ofanálag þurfi ekki að fara saman sá tími sem framleiðsla á sér stað og sá tími sem þörf er fyrir notkun orkunnar. Einfalt dæmi sé ef vindurinn blæs einungis að nóttu til. Vegna þessa skapist í heiminum gifurleg þörf fyrir geymslu þeirrar raforku sem verður til á meðan við þurfum hana ekki, t.d. þegar við sofum. Sérfræðingar hafi komist að raun um að heppilegt sé að geyma raforkuna í formi vetnis en ekki t.d. á batterium. Vetni megi síðan nota beint til þess að knýja bifreiðar og nýta þar með endurnýjanlega orku sem annars hefði farið til spillis.

„Samfélagið nýtir rafmagnnið á daginn en á nóttunni rennur vatnið úr fallvatnsvirkjunum til sjávar og ekkert er gert með það. En það er hægt að nýta það. Nota nóttina til að framleiða vetni. Þannig nýtum við náttúruauðlindirnar okkar best, sem leiðir til þess að það þarf ekki að virkja eins mikið til að mæta orkuþörf framtíðarinnar.“

Vetnið nú þegar fáanlegt

Tvær vetnisstöðvar eru komnar upp og sú þriðja á leiðinni. Ein er á Fitjum í Reykjanesbæ og önnur við Vesturlandsveg. Um staðsetningarnar segir Ingunn að stöðin við Vesturlandsveg sé við hlið Strætó

og staðsetningin í Reykjanesbæ hafi verið valin með flugvallarumferðina í huga; bílaleigubíla, leigubíla og rútur. Borgaryfirvöld og bæjaryfirvöld í Reykjanesbæ hafi jafnframt sýnt þessum málum mikinn stuðning og áhuga. Valið á þriðju stöðinni hafi ekki verið eins augljóst en Miklabraut hafi svo orðið fyrir valinu, þar sem sú stöð sé í hjarta höfuðborgarinnar, sem sé án efa fjölmennasti landshlutinn. Þar muni Orkan bjóða upp á vetni, metan, rafmagn og olíu. Augljóslega þurfi svo að koma upp stöðvum hringinn í kringum landið og verið sé að skoða næstu skref.

Ingunn hefur senn starfað í 10 ár hjá Skeljungu. Aðspurð hvort oliubransinn sé ekki karllægur segir hún svo vera. „Hjá Skeljungu eru konur minni hluti starfsmanna. En þó fyrirtækið sé kannski karllægt er nú lítið um karlrembu. Starfsbræður mínir hjá Skeljungu hafa tekið mér vel strax frá upphafi, hvort sem um ræðir aðra framkvæmdastjóra, bílstjóra eða sölumenn. Það kemur frekar fyrir að utanhússaðilar geti verið með einhvern snúð. Þá hef ég samt lúmskt gaman af því að mæta vanmetin til leiks.“

Ad lokum segir Ingunn orkuskiptin okkur öllum hugleikin, „Ég á þrjár yndislegur stelpur og auðvitað skiptir það mig en ekki síður okkur öll gríðarlegu máli að búa þannig um hnútana að komandi kynslóðir geti notið góðs af jörðinni. Ég held að allt starfsfólk Skeljungar sé sammála um það. Mikilvægt er að við stígum réttu skrefin og við trúum því að vetnið sé þar í lykilhutverki.“



„Við höfum komist að raun um að til að ná árangri í jafnréttismálum verðum við að horfa á fyrirtækjameninguna, en oft er erfitt að breyta henni. Við höfum sett fram mælanleg markmið sem unnið er að og höfum átt gott samtal innan fyrirtækisins þar sem jafnréttismálin eru í brennidepli. Þetta er mál sem er nauðsynlegt fyrir okkur að ná sem bestum árangri í til að við getum dafnað og náð árangri,“ segir Ragna.

MYND/EYÞÓR

Hræðist ekki erfið verkefni

Viðfangsefni Rögnu Árnadóttur, aðstoðarforstjóra Landsvirkjunar, eru mörg og krefjandi. Meðal annars að setja sjónarmið orkuvinnslu og náttúruverndar. Loftslagsmálin eru henni hugleikin svo og jafnréttismálin.

Sólveig Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



Landsvirkjun er fyrirtæki í eigu þjóðarinnar og hlutverk þess er að hámarka afkastur af þeim orkulindum sem okkur er trúað fyrir. Við leggjum áherslu á að skapa verðmæti fyrir samfélagið og fara vel með auðlindir landsins. Að mínu mati er bæði hægt að fara vel með auðlindir með því að vernda þær og nýta þær með sjálfbærum hætti. Annað þarf ekki að útiloka hitt. Þarna á milli er viðkvæmt jafnvægi og oft er þessu stillt upp sem andstæðum pólum. Ég hef hins vegar haldið því fram að fólk geti verið virkjunarsinnaðir náttúruverndarsinnar og náttúruverndarsinnar. Annað útilokar ekki hitt,“ segir Ragna.

Innt eftir því hvort ekki sé erfitt að stjórna í fyrirtæki sem fái á sig gagnrýni úr ýmsum áttum, meðal annars vegna umhverfismála, svarar hún: „Mér finnst ekki gaman að fást við auðveld verkefni. Ég vil erfið verkefni og vera þar sem hasarinn er,“ segir hún og brosir. „Sjónarmiðin eru mörg og ólík og margt sem þarf að veita og meta. Það skiptir þjóðina miklu hvernig er haldið á þessum málum og ekki síst þess vegna hvet ég fleiri konur til að koma í orku-geirann og láta sig þessi mál varða. Það vantar sárlega fleiri konur í þessa umræðu.“

Aðstæður að skapast til arðgreiðslna

Þegar Ragna hóf störf hjá Landsvirkjun árið 2010 hafði hún aðeins óljósa hugmynd um starfsemi hennar. Það kom henni á óvart hversu spennandi henni þóttu viðfangsefni og hversu víðfeðm starfsemi fer fram í fyrirtækinu.

„Landsvirkjun rekur átján aflstöðvar um allt land. Starfsmenn eru í kringum 270 og starfa í höfuðborginni, á Suðurlandi, Austurlandi, Norðausturlandi og Norðvesturlandi. Við höfum verið að auka jafnt og þétt við þá orku sem við vinnum. Saga fyrirtækisins hefur einmitt snúist um það, að byggja virkjanir og auka framleiðsluna. Við höfum samið sérstaklega við álverin, kísilmálmverksmiðjur og gagnaver og seljum einnig til annarra orkufyrirtækja í gegnum svokallaðan heildsölumarkað. Við seljum ekki beint til heimila og erum því ekki nálægt hinum almenna notanda í þeim skilningi.“

Ragna segir starfsmenn Landsvirkjunar raunar ekki marga miðað við veltu fyrirtækisins en tekjur Landsvirkjunar árið 2017 voru um 480 milljónir Bandaríkjadala, eða um 50 milljarðar króna. Nettóskuldarnar á síðasta ári voru rúmlega tvö þúsund Bandaríkjadalar sem eru yfir 200 milljarðar króna.

„Við höfum lagt mikla áherslu á að greiða niður skuldir, sem hefur gengið vel, samhliða uppbyggingu síðustu ára. Í framhaldinu munu skapast skilyrði til að greiða meiri arð og væntanlegar arðgreiðslur hafa verið dálítið í umræðunni undanfarið. Ég tel að núna sé einmitt rétti tíminn til að ræða hvað eigandi Landsvirkjunar, ríkið, eigi að gera við arð framtíðar, en ekki þegar hann er búinn að myndast,“ segir Ragna og áréttar að hjá Landsvirkjun þurfi ávallt að hugsa áratugi fram í tímann. „Að byggja virkjun er margra ára ferli sem felur í sér hugmyndavinnu, mælingar, rannsóknir og framkvæmd. Ferlið hefur verið að lengjast. Svona framkvæmdir eru umdeildar og ekki hlaupið að því að fá tilskilin leyfi. Til dæmis þarf að fara í umhverfismat og langt umsagnarferli, enda er mikilvægt að almennungur og hagaðilar fái að segja sína skoðun á verkefnum.“

Landsvirkjun er með ýmsa virkjunarkosti sem verið er að rannsaka og skoða. „En að lokum erum það ekki við sem ráðum því hvar verður virkjað eða verndað, heldur þarf virkjunarkostur að vera í nýtingarflokki í rammaáætlun, sem Alþingi samþykkir.“

Mikilvægt að ná jafnrétti

Ragna á sæti í framkvæmdastjórn Landsvirkjunar og var þar lengi vel eina konan. „Sem betur fer erum við orðnar tvær og það er gott skref,“ segir Ragna. Betur má ef duga skal og hefur Landsvirkjun unnið markvisst að jafnréttismálum undanfarin tvö ár, með þátttöku alls starfsfólks. „Við höfum komist að raun um að til að ná árangri í jafnréttismálum verðum við að horfa á fyrirtækjameninguna, en oft er erfitt að breyta henni. Við höfum sett fram mælanleg markmið sem unnið er að og höfum átt gott samtal innan fyrirtækisins þar sem jafnréttismálin eru í brennidepli. Þetta er mál sem er nauðsynlegt fyrir okkur að

Ég hef hins vegar haldið því fram að fólk geti verið virkjunarsinnaðir náttúruverndarsinnar og náttúruverndarsinnar.

ná sem bestum árangri í til að við getum dafnað og náð árangri.“

En er hún bjartsýn á að jafnrétti náist? „Þetta er allt fram á við og ég vona að við getum einhvern tíma sagt: „Nú er komið jafnrétti.“ Fyrir mér er jafnrétti ekki algert fyrr en það er 50/50 og þann dag sem algert jafnrétti næst í viðskiptalífinu, orku-geiranum og atvinnulífinu, skal ég gleðjast. Ég vona bara að ég verði ekki dauð þegar það gerist,“ segir hún og hlær.

Loftslagsmál í stærra samhengi

Í byrjun árs 2017 var ákveðið að Landsvirkjun myndi í starfsemi sinni leggja áherslu á þrjú af heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna um sjálfbæra þróun. Eitt þeirra er heimsmarkmið 13, sem snýst um að grípa þurfi til bráðra aðgerða gegn loftslagsbreytingum og áhrifum þeirra.

Ragna segir Íslendinga standa frammi fyrir lúxusvandamáli. „Við getum ákveðið hvort við viljum byggja frekar við endurnýjanlega orkugjafa eða ekki. Flestar aðrar þjóðir vinna t.d. að því hördum höndum að auka sína framleiðslu með endurnýjanlegum orkugjöfum, en við getum valið með hagsmuni

landsins í huga. Því vali fylgir ábyrgð.“

Hún segir mikilvægt að horfa á loftslagsmálin og alþjóðlegu samhengi. „Mér finnst gott að við gerum okkur grein fyrir þeirri staðreynd að loftslagsmál og baráttan við gróðurhúsaáhrif eru eitt mest aðkallandi viðfangsefni okkar allra um þessar mundir. Vissulega vegast á sjónarmið hnattrænnar loftslagsverndar og staðbundinnar náttúruverndar, en við berum mikla ábyrgð í þessum efnunum og ættum tvímælalaust að vilja leggja okkar af mörkum. Það getum við til dæmis gert með því að nýta virkjunarkosti sem er skynsamlegt að nýta, eins og til að mynda vindmyllur. Það er ekki skynsamlegt að hætta uppbyggingu og segja að nú sé nóg komið, heldur eigum við að spyrja okkur hvort við getum nýtt eitthvað til viðbótar sem samræmist bæði okkar eigin hagsmunum og er líka framlag okkar til loftslagsmála. Þannig getum við til dæmis laðað að okkur fjölbreyttan iðnað sem ella væri annars staðar í heiminum.“

Rögnu var boðið að taka þátt í 24. þingi aðildarríkja Ramma-samnings Sameinuðu þjóðanna um loftslagsbreytingar, COP 24, sem fór fram 2.-14. desember 2018 í Katowice í Póllandi. Á þinginu komu saman ríflega 130 ráðherrar og aðrir fulltrúar aðildarríkjanna, sem og fulltrúar fyrirtækja og frjálsra félagsamtaka. „Ég var beðin um að segja reynslusögu og greiðni frá uppbyggingu vatnsafls og jarðvarma og hvernig stóriðjan tengist henni. Ég sagði frá þeim stórmerki-legu orkuskiptum sem hafa orðið á Íslandi, fyrst með rafvæðingunni og síðan hitaveituvæðingunni,“ segir Ragna en ræða hennar vakti töluverða athygli á þinginu. „Það að geta sagt að okkar orkuvinnsla byggist á endurnýjanlegum orkugjöfum að fullu er stórkostlegt og eitthvað sem flest ríki heims eiga erfitt með að skilja.“

FKA eflir kraft kvenna

Félag kvenna í atvinnulífinu stendur á tvítugu. Í tilefni stórafmælisins verður mikið um dýrðir á afmælisárinu og í kvöld verður árleg viðurkenningarhátíð FKA haldin í Gamla bíó. Viðurkenningarnar vekja athygli á einstökum kvenfyrirmyndum sem eru öðrum hvatning.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir

thordisg@frettabladid.is



Að veita viðurkenningar er dýrmætt. Að gefa hrós er dýrmætt. Ef það er eitthvað sem ég hef lært á starfsferli mínum sem stjórnandi er það hversu mikilvægt það er að gefa endurgjöf á því sem vel er gert. Ég ætla því að fá að vitna í einn af viðurkenningarhöfum kvöldsins, sem ég get ekki enn ljóstrað upp hver er, en hún komst vel að orði þegar hún sagði: „Að fá hrós og viðurkenningu er eins og lítill koss á sálina“,“ segir Hrafnhildur Hafsteinsdóttir, framkvæmdastjóri FKA.

Í kvöld verður árleg verðlaunahátíð FKA haldin í Gamla bíó.

„Hátíðin er stærsti viðburður félagsins ár hvert þar sem vakin er athygli á konum sem hafa skarað fram úr í atvinnulífinu og verið öðrum hvatning og fyrirmynd,“ útskýrir Hrafnhildur.

Alls bærust yfir hundrað tilnefningar fyrir viðurkenningarhátíðina sem haldin verður í tuttugasta sinn, á 20. afmælisári FKA. Dómnefnd skipuð fjölbreyttum hópi karla og kvenna hefur útnefnt þrjár konur sem hljóta FKA-viðurkenninguna, FKA-þakkarviðurkenninguna og FKA-hvatningarviðurkenninguna 2019.

„Að veita viðurkenningar er liður í því að vekja athygli á því sem vel

er gert og draga fram þær mörgu og flottu kvenfyrirmyndir sem við höfum,“ segir Hrafnhildur.

Litið yfir farinn veg

„FKA er félagasamtök fyrir allar konur í atvinnulífinu sem eru stjórnendur og leiðtogar, hvort sem þær eiga eða reka fyrirtæki, eru stjórnendur í fyrirtækjum, stjórnarkonur, frumkvöðlar eða í nýsköpun,“ útskýrir Hrafnhildur. „Ef konur vilja efla tengslanet sitt, styrkja sjálfar sig eða hafa áhrif til eflingar íslensku atvinnulífi, þá er FKA klárlega vettvangurinn til þess.“

Það var kraftmikill hópur kvenna í eigin atvinnurekstri sem tók sig til og stofnaði Félag kvenna í atvinnurekstri fyrir tuttugu árum.

„Þá var mikil þörf á stuðningi við konur í eigin rekstri enda voru þessar konur töluvert færri en í dag og vantaði stuðningsnet,“ segir Hrafnhildur. „Fyrstu árin var félagið eingöngu fyrir konur sem áttu eigið fyrirtæki en aukinn áhugi annarra kvenna í atvinnulífinu varð til þess að félagið opnaðist fyrir allar konur í atvinnulífinu, bæði stjórnendur og leiðtoga, og varð að Félagi kvenna í atvinnulífinu. Á tveimur áratugum hafa þúsundir kvenna lagt mikla vinnu í að efla félagið og ekki hægt annað en að fyllast þakklæti yfir öllum þeim konum sem rutt hafa veginn.“

Félagið hefur vaxið og dafnað og aldrei hafa verið fleiri konur í FKA. „Við höldum árlega yfir hundrað



Hrafnhildur Hafsteinsdóttir er framkvæmdastjóri FKA. MYND/STEFÁN

„Ég á mér draum um að búið verði að brjóta niður glerveggi og múra þegar stelpurnar mínar þrjár verða komnar út á vinnumarkaðinn.“

fjölbreytta viðburði og erum með öflugt starf á höfuðborgarsvæðinu sem og landsbyggðinni. Velgengni félagasamtakanna er ávallt og fyrst og fremst undir félagsmönnum komin; í okkar tilfellum konum,“ segir Hrafnhildur og brosir.

Framþróun en ekki stöðun

Konur eru áhrifamiklar í íslensku samfélagi og Ísland sý þjóð sem náð hefur hvað mestum árangri í jafnréttismálum á heimsmælikvarða.

„Enn er þó töluvert í land og við megum ekki verða værukær, hugsa að nú sé bara nóg komið eða að þetta gerist bara af sjálfu sér,“ segir Hrafnhildur. „Með samhentum aðgerðum þurfum við að stefna markvisst að því að búa til samfélag þar sem fjölbreytni og jafnvægi ríkir. FKA er ein breytan í því stóra samhengi þar sem konur í atvinnulífi eru í brennidepli og við erum hreyfiafl sem stuðlar að þróun sem snýr að málefnum kvenna í atvinnulífinu í rekstri og stjórnun,“ segir Hrafnhildur.

Hún segir oft frá draumsýn sinni. „Ég á mér draum um að búið verði að brjóta niður glerveggi og múra þegar stelpurnar mínar þrjár verða vaxnar úr grasi og komnar út á vinnumarkaðinn. Hins vegar er heil mannsævi þar til við náum jafnvægi sé horft til þeirrar þróunar og í raun stöðunar sem orðið hefur í dag, og þá horfi ég aðallega til kvenna í stjórnun og stjórnendastöðum. Það er ekki ásættanlegt og ég brenn fyrir því að hraða þessari þróun, ásamt öllum 1.200 konunum sem eru í FKA. Við sameinumst í þeim krafti að vilja hafa áhrif til framþróunar og okkar framtíðarsýn að nýta fjölbreytileikann og skapa atvinnulíf þar sem við fullnýtum þessa ólíku krafta og allir njóta sömu tækifæra.“

FKA er í Húsi atvinnulífsins, Borgartúni 35. Sjá nánar á fka.is.

Kvenorkan er magnað afl

„Á 20. afmælisári FKA er við hæfi að rifja upp hvers vegna efling tengslanets kvenna í atvinnulífinu er svo mikilvæg í kjarnastarfsemi FKA,“ segir Rakel Sveinsdóttir, formaður FKA.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir

thordisg@frettabladid.is



FKA var stofnað 9. apríl 1999 í kjölfar þess að starfshópur Finns Ingólfssonar, þáverandi iðnaðar- og viðskiptaráðherra, skilaði af sér tillögu um að æskilegt væri að stofna félag til stuðnings við konur í atvinnurekstri; sér í lagi til að efla tengslanet þeirra á milli,“ segir Rakel til upprifjunar, og þótt liðin séu tæp tuttugu ár hefur þörf á tengslaneti kvenna sist minnkað.

„Aðildarkonum FKA hefur fjölgað jafnt og þétt og teljast nú um 1.200. Miklu skipti sú breyting þegar félagið opnaði aðild fyrir fleiri kvenstjórnendur en fyrirtækjaeigendur 2005,“ útskýrir Rakel. „Það gerði mér til dæmis kleift að ganga í félagið þegar ég var framkvæmdastjóri Creditinfo og taldist til kvenstjórnenda en ekki eigenda. Ég hafði þá löngum horft til FKA, enda margar fyrirmyndir mínar þá þegar í félaginu.“

Þúsundir viðskiptasambanda

Rakel segir ómetanlegt að hafa kynnst starfi FKA og öðrum FKA-konum.

„FKA er ekki aðeins öflugur vettvangur til stuðnings við kvenstjórnendur í atvinnulífinu heldur efa ég ekki að viðskiptasambönd



„Rétt' upp hönd“ er hvatning Jafnvægisvogar FKA til fyrirtækja um að jafna hlutföll kynja í framkvæmdastjórnun næstu árin. Á myndinni má sjá stjórn og framkvæmdastjóra FKA rétta upp hönd, talið frá vinstri: Guðrún Ragnarsdóttir, Lilja Bjarnadóttir, Ragnheiður Aradóttir, Rakel Sveinsdóttir formaður, Hulda Ragnheiður Árnadóttir, Áslaug Gunnlaugsdóttir, Hrafnhildur Hafsteinsdóttir framkvæmdastjóri og Anna Þóra Ísfold.

FKA-kvenna sín á milli megi telja í þúsundum,“ segir Rakel.

Notaleg staðreynd sé einnig að traust vinátta myndist á milli FKA-kvenna.

„Þær eru ófáar FKA-konurnar sem myndu votta að helstu og bestu vinkonur sínar væru félagskonur í FKA. Ég held að þetta tvennt sé lýsandi fyrir það hvernig margföldunarhrif tengslanetsins virka enda eru þetta orðnir tveir áratugir.“

Áhrifavaldur í samfélaginu

FKA er mikilvægur áhrifavaldur í íslensku samfélagi. Rakel segir það að stórum hluta til vegna hreyfi-afslsverkefna sem félagið hefur staðið að undanfarinn áratug.

„Við erum stöðugt að vinna að því að fjölga konum í stjórnun félaga og þá vinnur jafnvægisvog FKA að því að fjölga konum í framkvæmdastjórnun fyrirtækja. FKA stendur líka fyrir fjölmiðlaverkefni sem gengur út á

að auka ásýnd kvenna í fjölmiðlum og eins leggjum við mikla áherslu á að #metoo-byltingunni verði fylgt vel eftir. Allt eru þetta áhersluverkefni stjórnar FKA sem við vinnum í samstarfi með atvinnulífinu, fjölmiðlum og stjórnvöldum.“

Öflugt grasrótarstarf

Innra starf FKA er geysilega öflugt. Þar starfa um 100 konur í nefndum og deildum á vegum félagsins.

„Ég held því feimnislaust fram

að hér finnst öflugasta grasrótarstarf landsins,“ segir Rakel. „Því er stundum fleygt að kvenorkan sé svo magnað afl að á endanum sigri hún heiminn og á FKA-viðburðum er ekki laust við að manni líði þannig. Ég hvet því konur í leiðtogahlutverkum til að skrá sig í félagið; til að styðja við hreyfi-afslsverkefni FKA eða nýta sér allt sem við höfum að bjóða. Því fleiri konur; því stærra tengslanet og því sterkara verður FKA.“

Áhersla á mannauð og menningu hjá Verði

Harpa Viðisdóttir er mannauðsstjóri Varðar trygginga hf. og situr í stjórn Mannauðs, félags mannauðsfólks á Íslandi. Verkefni hennar hjá Verði þessa dagana eru fyrst og fremst að styðja við mannauð og stjórnendur með mannauðsstjórnun og framfylgja metnaðarfullri stefnu Varðar.

Hjá Verði starfar öflugur hópur fólks sem hefur fjölbreyttan bakgrunn og margs konar menntun, reynslu og hæfni. Við leggjum mikla áherslu á vinnuumhverfið og menninguna og kappkostum að stuðla að almennri velliðan, starfsánægju og góðum starfsanda,“ segir Harpa sem hefur unnið á tryggingamarkaði í 18 ár. Hún hóf störf hjá Verði 2007 þegar félagið var í mikilli endurmótun með aðeins 25 starfsmenn og 2011 tók hún við hlutverki mannauðsstjóra. Þá voru starfsmenn orðnir um 50 og félagið í mikilli sókn. Síðan þá hefur Vörður vaxið mjög að umfangi og er fjöldi starfsmanna í dag um 90 talsins. „Félagið hefur gengið í gegnum eigendaskipti, sameiningu og mikla stækkun, sem allt hefur gert miklar kröfur til starfsfólksins undanfarnin ár,“ segir Harpa.

Jafnréttismál í hávegum höfð

Árið 2014 var Vörður fyrsta fjármála fyrirtækið á Íslandi sem fékk jafnlaunavottun. Félagið setti sér um leið skýra stefnu, markmið og aðgerðaáætlun til að tryggja jöfn tækifæri og kjör starfsfólks af báðum kynjum. „Eitt af fyrstu verkefnum mínum sem mannauðsstjóri var að huga að leiðum til að gæta sanngirni við vinnslu kjaramála starfsmanna. Jafnlaunastadall var eitt af þeim verkfærum sem ég leit til og hóf innleiðingu á. Slík innleiðing er umfangsmikið mannauðsverkefni og í ferlinu upplifði ég hversu mikið gæða- og sanngirnistól stadallinn er. Skyldur hans leiða til þess að allar breytingar og ákvarðanir eru teknar, ekki einvörðungu með jafnrétti kynja að leiðarljósi, heldur sanngirni í öllum ákvörðunum. Stadallinn er ekki fullkominn en hann er það besta sem völ er á í dag“ segir Harpa. Hún segir að hjá Verði hafi löngum ríkt kynjajafnrétti og sé jafnrétti greypt í menningu félagsins. „Stjórn og framkvæmdastjórn er að meirihluta skipuð konum og hlutfall millistjórnenda er nærri því að vera jafnt. Reynsla okkar er að fjölbreytt samsetning mannauðs auki viðsýni, kalli fram ólík sjónarhorn og fjölbreytta nálgun að verkefnum svo ekki sé talað um almenna gleði og ánægju.

Nútímaleg vinnustaðamenning

Vörður vann á síðasta ári að mótun nýrrar stefnu. Í henni er horft til ákveðinna lykilþátta, m.a. mannauðs og menningar. „Við vinnum að því að starfsumhverfi og menning Varðar sé nútímaleg með áherslu á framsækna hugsun, sveigjanleika, árangur og starfsánægju. Í nútíma samfélagi, með þeim hraða og kröfum sem við okkur blasa, er mikilvægara en áður að vera sveigjanleg og aðlögunarfær. Við verðum að hlúa vel að mannauðnum og skapa rétta menningu sem styður við starfsemina og reksturinn,“ segir Harpa og bætir við að hraðar og viðvarandi breytingar, sem og sveigjanleiki, sé það umhverfi sem fyrirtæki starfi við í dag og



Harpa Viðisdóttir, mannauðsstjóri Varðar situr einnig í stjórn Mannauðs, félags mannauðsfólks á Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

„Í nútíma samfélagi, með þeim hraða og kröfum sem við okkur blasa, er mikilvægara en áður að vera sveigjanleg og aðlögunarfær.“

því reyni mikið á mannauð og stjórnendur. „Það er ljóst að þróun starfa er mikil. Sum störf þynnast út á meðan ný verða til. Framtíðarkröfur um færni, hæfni og þekkingu eru aðrar og breyttar og verðum við að hraða umbreytingu á hæfniþáttum þannig að ekki myndist færnibil, sem er munur milli núverandi færni og þeirrar færni sem nauðsynleg er til framtíðar.“

Verkefnamiðuð vinnustaða

Eitt af verkefnum nýrrar stefnu er ánægja viðskiptavina og starfsmanna en það er þekkt að þetta

tvennt fer vel saman og eitt leiðir af öðru. Á síðasta ári fór Vörður í breytingar á þjónustuhæð sinni í Borgartúni með það að leiðarljósi að bæta þjónustuna og vinnuástöðuna. Harpa segir að eftir töluverða umhugsun hafi verið ákveðið að fara í svokallað verkefnamiðuð vinnuástöðu. „Hugmyndafræðin gengur út á að bjóða starfsfólki þann möguleika að velja sér vinnuástöðu eftir verkefnum hverju sinni. Við vildum styðja undir fjölbreytta vinnuástöðu til að mæta þörfum nútíma vinnulags og auka möguleika til framtíðar. Við höfum þá trú að slík aðstaða auki samvinnu, skilning, skilvirkni og leiði til ánægju starfsmanna. Nýleg vinnustaðagreining á ánægju starfsfólks með starfsstöðvar kom vel út og þó svo að breytingarnar séu ekki búnar sjáum við strax árangur og erum sáttt með að hafa valið þessa leið,“ segir Harpa.

„Mikilvægt að okkur líði vel í vinnunni“

Vörður hefur það að leiðarljósi að stuðla að umbótamenningu, en hvað er það? „Það er menning

sem styður við skapandi hugsun, árangur, hugmyndaauðgi, framþróun og breytingar. En það er líka mikilvægt að okkur líði vel í vinnunni, það sé gaman, andrúmslofti sé létt og skemmtilegt og starfsfólk upplifi mikilvægi sinna starfa og fái að takast á við krefjandi verkefni. Við höfum verið lánsöm að þannig menning hefur verið hjá Verði og þannig stemningu viljum við hafa,“ segir Harpa. Til að greina liðan og starfsánægju og fá fram skodanir starfsfólks á ýmsum þáttum innan félagsins eru gerðar mánaðarlegar vinnustaðagreiningar. Með þeim næst svokölluð „Varðar vísitala“ sem gefur viðbendingu um helgun starfsfólks og starfsánægju. „Slíkar vinnustaðagreiningar gefa okkur upplýsingar um stöðu mála í hverjum mánuði og tækifæri til að grípa hratt inn í ef eitthvað er ekki eins og við viljum hafa það, sem og að gleðjast þegar vel gengur.“

Heilsa og velliðan starfsfólks dýrmæt

Heilsvitund er eitt af verkefnum stefnumótunarinnar en Vörður leggur áherslu á að hlúa vel að

heilsu og velliðan mannauðs. Starfandi er heilsunefnd og velferðarnefnd sem eru skipaðar starfsfólki og fagaðilum og koma þær að ýmsum heilsutengdum viðburðum. „Við höfum t.d. verið með fræðslu og fyrirlestra um hreysti, heilsu og velliðan, boðið upp á nudd, næringarráðgjöf, núvitundarnámskeið, hjólanámskeið, jóga í vinnutíma, 30 daga áskoranir af ýmsu tagi, heilsufarsmælingar og fleira. Við höfum gert samning við fagaðila sem við köllum „Heill heilsu“ en hann felur í sér að gæta heilsutengdra hagsmuna starfsmanna, vinna með heilsu okkar og velliðan og grípa strax inn ef eitthvað óvænt eða alvarlegt kemur upp,“ segir Harpa og nefnir að lokum að þessa dagana sé verið að vinna að áhættumati starfa þar sem horft sé til félagslegrar, andlegrar og líkamlegrar heilsu og vinnuumhverfisins. Matið mun gefa fleiri tækifæri til enn frekari umbóta í vinnuumhverfi Varðar enda félagið í stöðugri þróun og með mikinn metnað fyrir að skapa framúrskarandi vinnustað sem skilar sér í úrvalþjónustu fyrir viðskiptavinum félagsins.

Hálfrar aldar tímamót

Fimmtíu ár eru liðin síðan samið var um skylduaðild íslensks launafólks að lífeyrissjóðum. Þórey S. Þórðardóttir segir enn halla á réttindaávinnslu kvenna en að kynjamunurinn fari minnkandi.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Víð minnumst þess í maí mánuði að liðin verða 50 ár frá því forystumenn heildarsamtaka atvinnurekenda og launafólks undirrituðu kjarasamninga sem mörkuðu tímamót vegna ákvæðis um aðild launafólks á almennum vinnumarkaði að lífeyrissjóðum. Í framhaldinu var skylduaðild alls launafólks að lífeyrissjóðum lögfest," segir Þórey S. Þórðardóttir, framkvæmdastjóri Landssamtaka lífeyrissjóða.

„Tækifærið verður notað til að horfa um öxl og heiðra frumkvöðlana, en ekki síður til að minna landsmenn á hverju lífeyrissjóðirnir hafa skilað landsmönnum og samfélaginu.“

Ekki enn náð fullum þroska

Lífeyrissjóðakerfið er skilgetin afurð kjarasamninga aðila vinnumarkaðarins og hafa heildarsamtök atvinnurekenda og launafólks verið bakland stórs hluta þess alla tíð.

„Áður voru nokkrir lífeyrissjóðir starfandi hérlendis, einkum fyrir opinbera starfsmenn. Sérstaklega er áhugavert að líta til þess að samið var um aðild að lífeyrissjóðum á tímum þegar djúp og alvarleg efnahagskreppa ríkti á Íslandi með

tilheyrandi atvinnuleysi og landflotta," segir Þórey.

Lífeyrissjóðakerfið hafi þróast og dafnað vel á hálfri öld en þó ekki enn náð fullum þroska.

„Núverandi kerfi varð ekki virkt að öllu leyti fyrr en um 1990 og ef miðað er við 40 ára starfsævi hafa þeir, sem fóru á vinnumarkað þá, ekki safnað fullum lífeyrissjóðum fyrr en um 2030. Róm er því ekki byggð á einum degi í þessum efnunum frekar en öðrum!“ segir Þórey.

Jafnframt skal sagt að margir sem nú eru á lífeyri njóta ekki fullra réttinda og segir Þórey ýmsar ástæður fyrir því.

„Þannig var iðgjaldið upphaflega lægra en nú er og aðeins greitt af dagvinnulaunum. Þá var líka talsverð brotalóm á innheimtu iðgjalda og síðast en ekki síst rýrnaði inneign í lífeyrissjóðum hratt eða bókstaflega brann á verðbólguþáli fyrir daga verðtryggingar. Yngra fólk nú til dags ætti hins vegar að geta treyst því að óbreyttu að eiga viðunandi lífeyrissjóðir við starfslok.“

Ríkulagt framlag kvenna

Þórey vill nota tækifærið og benda á þætti sem varða konur sérstaklega.

„Réttindaávinnsla í lífeyrissjóðakerfinu er háð tekjum og launamunur kynja birtist í áunnum



Þórey S. Þórðardóttir er framkvæmdastjóri Landssamtaka lífeyrissjóða.
MYND/EYFÓR

lífeyrissjóðum. Konur hafa jafnan verið minna á vinnumarkaði en karlar og á þær hallar því í réttindaávinnslu. Sá kynjamunur fer samt minnkandi með aukinni atvinnuþátttöku kvenna og baráttu fyrir launajafnrétti. Engu að síður er algengara hjá konum en körlum

að það myndist „eyður“ í réttindaávinnslna sem rekja má til þess að konur taka sér oft launalaust leyfi frá vinnu eftir barneignir eða til að annast aldraða foreldra. Þannig virðist það vera ríkt í eðli kvenna að leggja hart að sér við umönnunarstörf innan fjölskyldna sinna,

“Lífeyrissjóðirnir eru öflugir og Íslendingar komnir langt í að byggja upp kerfi sem byggist á sjóðsöfnun.

sem er vissulega ríkulegt framlag til heilbrigðs samfélags,” segir Þórey.

Hjón og sambúðarfólk geti jafnað réttindi sín á milli í lífeyrissjóðakerfinu með samningum.

„Þar sem tekjumunur er umtalsverður ættu hjón og sambúðarfólk tvímælalaust að huga að því hvort ástæða sé til að jafna stöðuna. Þá er mikilvægt að byrja með því að leita ráða hjá viðkomandi lífeyrissjóðum,” upplýsir Þórey.

„Lífeyrissjóðirnir eru öflugir og Íslendingar komnir langt í að byggja upp kerfi sem byggist á sjóðsöfnun. Við munum á tíma- mótaárinu hafa frumkvæði að því að ræða gangverk lífeyrissjóðakerfisins, kosti þess og galla, styrk þess og veikleika.“

Nánari upplýsingar á lifeyrismal.is.

Heildræn endurhæfing

Iðjubjálfinn Erna Magnúsdóttir stofnaði Ljósið, endurhæfingar- og stuðningsmiðstöð fyrir krabbameinsgreinda og aðstandendur þeirra, árið 2005. Sambærileg starfsemi er vandfundin.

Vera Einarsdóttir
vera@frettabladid.is



Ég fór að vinna við endurhæfingu krabbameinsgreindra á Landspítalanum árið 2002. Haustið 2005 ákvað ég að stofna endurhæfingarmiðstöð fyrir utan spítalaumhverfið og fékk til liðs við mig fleira fólk. Við byrjuðum í gamla safnaðarheimilinu í kjallara Neskirki með tvær hendur tómar og unnum sjálfboðavinnu fyrst um sinn. Í janúar 2006 var Ljósið gert að sjálfseignarstofnun og 1. október 2007 fluttum við á Langholtsveginn þar sem starfsemi er til húsa í dag og er húsnæðið í okkar eigu,” segir Erna sem er iðjubjálfi en var rétt í þessu að ljúka meistaraáráðu í forystu og stjórnun við Háskólann á Bifröst. „Við erum komin á fjórtánda starfsár og hefur það fyrir löngu sýnt sig að þörfin er gríðarleg. Hingað sækja um 400 manns þjónustu í hverjum mánuði og stendur dagskráin frá hálf níu á morgnana til tíu á kvöldin,” upplýsir Erna.

Ljósið er eina heildræn endurhæfingarmiðstöðin fyrir krabbameinsgreinda á Íslandi en þar er búið upp á ýmiss konar endurhæfingu og stuðning fyrir alla fjölskylduna. Starfsfólkið tilheyrir öllum helstu fagstéttum sem að endurhæfingu og stuðningi koma. Má þar nefna iðjubjálfa, sjúkraþjálfara, íþróttfræðinga, sálfræðinga, heilsunuddara, næringarráðgjafa, markþjálfara, snyrtifræðing og jógakennara en auk þess fær Ljósið

reglulega fræðslu frá læknum, hjúkrunarfræðingum og öðru fagfólki.

Starfsemi í Ljósinu er mun víðfeðmari en hjá mörgum sambærilegum stofnunum erlendis. Aðspurð segir Erna það líklega skýrast af iðjubjálfunárnálgun hennar. „Útgangspunktur iðjubjálfans er að efla daglega iðju fólks. Við höfum öll mörg hlutverk í lífinu en þegar við veikjumst detta þau sum hver út um tíma og þá er mikilvægt að byggja upp nýja rútinu.“

Við komuna í Ljósið fær fólk viðtal við iðjubjálfa og sjúkraþjálfara og er gerð einstaklingsmiðuð endurhæfingaráætlun sem snýr að andlegum, félagslegum og líkamlegum þáttum með það að markmiði að byggja upp styrk og þol. Búið er upp á frekari viðtöl við fagfólk og fjölbreytt námsskeið og fer val á þeim eftir því hvar fólk er stadd í ferlinu; hvort það er nýgreint, langveikt eða á leið til vinnu svo dæmi sé nefnt en auk þess er ýmislegt í boði fyrir aðstandendur. Mikil er um ýmiss konar handverksgerð og rík áhersla á hina ýmsu hreyfi- og útivistarhópa. Þá er mikið lagt upp úr heimilislegum anda og er hægt að kaupa endurnærandi grænmetismáltíð í hádeginu gegn vægu gjaldi. Eins er mikil áhersla lögð á að starfsfólk sé natið og hafi samhug, skilning og kærleika að leiðarljósi.

Aðspurð segist Erna leitast við að fólk þurfi sem minnst að greiða fyrir þjónustuna. „Það er dýrt að veikjast og fólk er misjafnlega



Starfsemi í Ljósinu er mun víðfeðmari en hjá mörgum sambærilegum stofnunum erlendis og skýrist það að miklu leyti af iðjubjálfunárnálgun Ernu.

“Við erum komin á fjórtánda starfsár og hefur það fyrir löngu sýnt sig að þörfin er gríðarleg. Hingað sækja um 400 manns þjónustu í hverjum mánuði og stendur dagskráin frá hálf níu á morgnana til tíu á kvöldin.

stätt. Þá er hérna mikið af ungu fjölskyldufólki svo við reynum að lágmarka kostnað eins og kostur er.“ Starfsemi er að hluta til rekin með framlögum frá ríkinu en að öðru leyti reiðir Ljósið sig á söfnunarfé. „Árið 2015 var ráðist í stækkun á húsinu sem er nú 620 fermetrar og var það gert með stuðningi Oddfellow reglunnar. Næsta skref er að safna fyrir nýju húsnæði á lóð sem við eigum hérna til hliðar sem myndi meðal annars bæta aðstöðu til sjúkraþjálfunar og hreyfingar og þurfum við landsmenn í lið með okkur til þess,” segir Erna og bendir á að hægt er að gerast ljósavinur á ljosi.is og nálgast allar nánari upplýsingar.

Sældarlíf í sólinni á Spáni

Áralöng reynsla starfsmanna Spánareigna nýtist þeim viðskiptavinum vel sem vilja kaupa annað heimili í sólinni á Spáni. Kaupferlið er einfalt með aðstoð fagfólks hjá Spánareignum.

Starri Freyr
Jónsson

starri@frettabladid.is



Áhugi Íslendinga á að eignast heimili í Spánarsólinni hefur aukist verulega undanfarin misseri og kaupendahópurinn hefur breyst nokkuð frá því sem var áður. „segir Aðalheiður Karlsdóttir, löggiltur fasteignasali og framkvæmdastjóri Spánareigna, íslenskrar fasteignasölu sem um árabíl hefur sérhæft sig í sölu fasteigna á Spáni til Íslendinga. „Við erum með skrifstofu á Íslandi og fólki finnst þægilegt að byrja ferlið á því að koma til okkar í kaffi og persónulegt spjall, fá upplýsingar um hvað er í boði og hvernig kaupferlið gengur fyrir sig, áður en það bókar skoðunarferð til Spánar.“ Spánareignir hefur komið að sölu fasteigna á Spáni frá árinu 2001 og því hafa starfsmenn yfirgripsmikla þekkingu og góð sambönd, sem nýtast viðskiptavinum vel, bætir hún við. „Sjálfr hef ég átt mitt annað heimili á Spáni í tæpa tvo áratugi og þekki því af eigin reynslu dásemdírnar við að njóta lífsins þar í góða veðrinu með fjölskyldu og vinum.“

Þegar Spánareignir byrjuðu að selja Íslendingum eignir á Spáni var það gert nær eingöngu í samvinnu við einn byggingaraðila og gekk það vel. „Við erum ennþá í góðu samstarfi við þann aðila, en þegar kaupendahópurinn fór stækkaði, voru meiri kröfur gerðar frá viðskiptavinum okkar um aukna fjölbreytni í staðsetningu, verði, stærð og útliti fasteignanna. Fyrir vikið fórum við að skoða fleiri byggingaraðila og seljum nú fyrir alla þá bestu á svæðinu, auk þess sem við erum líka með eldri eignir í endursölu.“

Staðsetning skiptir máli

Vinsælasta staðsetningin er svæðið suður frá Alicante flugvelli, allt til Cartagena og bjóða Spánareignir upp á fjölbreytt úrval eigna á því svæði; íbúðir, raðhús og einbýlishús í ýmsum stærðum og verðflokkum. „Nú er gott framboð á beinu flugi allt árið frá Keflavík til Alicante og það kemur sér vel. Veðurfar á þessu svæði er líka einstaklega gott, að meðaltali 300 sólar dagar á ári, 30 rigningardagar og 30 skýjaðir. Köldustu vetrarmánuðirnir á þessu svæði eru að meðaltali eins og góður júlímánuður á Íslandi.“

Hverfin Villamartin, Campoamor, Cabo Roig, La Zenia og Playa Flamenca eru vinsæl að hennar sögn enda er stutt þaðan á ótal golfvelli, verslanir og veitingastaði og fallega strönd. „Dona Pepa og Los Alcazares eru líka vinsælir staðir og erum við með mikið af göðum eignum í ýmsum verðflokkum á þessum svæðum. Fyrir golfarana eru svo Las Colinas og La Finca vinsælir staðir. Ég held að vinsældir þessara staða megi helst rekja til beina flugsins og góða veðursins, auk þess sem ódýrt er að versla og gera vel við sig í mat og drykk.“

Fjölbreyttari viðskiptavinir

Áður fyrr var það helst eldri fólk sem keypti sér fasteignir erlendis en í dag eru viðskiptavinirnir mun fjölbreyttari hópur. „Þar má t.d. nefna fólk á ýmsum aldri sem glímur við margvísleg heilsufarsvandamál, enda loftslagið einstaklega gott og fólk finnur fyrir aukinni vellíðan og minna stressi. Einnig færirst í vöxt að fólk kaupir eignir á Spáni til að fjárfesta. Þá eru eignirnar nýttar hluta úr ári og síðan leigðar út.



La Zenia Boulevard er vinsæl verslunarmiðstöð.



9. hola á Las Ramblas er í uppáhaldi hjá mörgum golfurum.



Íbúðirnar í Dona Pepa eru sívinsælar enda afar fallegar.



Vinsæl einbýlishús við Las Colinas golfvöllinn.

„Nú er gott framboð á beinu flugi allt árið frá Keflavík til Alicante og það kemur sér vel. Veðurfar á þessu svæði er líka einstaklega gott, að meðaltali 300 sólar dagar á ári.“

Þannig ná margir að reka þær og fjármagna að miklu leyti.“

Einnig hafa fyrirtæki, starfsmannafélög og orlofsjóðir í auknum mæli verið að kaupa eignir á Spáni fyrir sitt fólk. Það opnar ný tækifæri fyrir launafólk að geta eytt sumarleyfinu sínu á Spáni án þess að það kosti of mikið, segir Aðalheiður og bendir á að í því felist mikil kjarabót sem skilar ánægðara starfsfólki.

Aðstoðum við ferlið

Hún segir alls ekki flókið ferli að kaupa fasteign á Spáni, en þó sé



Aðalheiður Karlsdóttir er framkvæmdastjóri Spánareigna. MYND/STEFAN



Flottar íbúðir á frábærum stað í Flamenca Village.

mikilvægt að fá aðstoð fagfólks svo allt gangi vel upp. „Við aðstoðum við allt ferlið frá upphafi til enda. Allt frá því farið er yfir kaupóskir, staðarval og skipulag á skoðunarferðum, þar til skrifad er undir kaupsamning, lykklar afhentir og afsal gefið út. Einnig tökum við þátt í kostnaði vegna skoðunarferða og endurgreiðum allt að 120.000 kr. þegar fólk kaupir eignir hjá okkur.“ Hún segir starfsmenn leggja áherslu á persónulega þjónustu fyrir hvern og einn. „Þannig erum við t.d. ekki mikið að skipuleggja hópferðir til að skoða eignir á Spáni. Þarfir

og óskir viðskiptavinarins eru svo mismunandi að við viljum sinna hverjum og einum fyrir sig. Viðskiptavinir okkar hafa verið mjög ánægðir með þjónustuna okkar í gegnum árin, enda fáum við í dag flesta nýja viðskiptavini til okkar vegna meðmæla frá eldri viðskiptavinum. Það finnst okkur best.“

Nánari upplýsingar um dásemdírnar lífsins á Spáni má skoða á www.spanareignir.is eða með því að hafa samband við Aðalheiði gegnum adalheidur@spanareignir.is.



Ásdís Sturlaugsdóttir (t.v.) er einn ný starfsmanna Fastlands og vinnur mest í uppgjörum fyrir ýmis fyrirtæki. Silja Dögg Ósvaldsdóttir fer yfir stöðuna með henni. MYNDIR/SIGTRYGGUR ARI

Elska tölur og að finna út úr hlutunum fyrir viðskiptavinum

Fastland veitir fjölbreytta fjármálaþjónustu til fyrirtækja og einyrkja, frá einföldu bókhaldi yfir í flóknari fjármálastjórnun auk þess að sjá um öll samskipti við skattayfirvöld og aðra opinbera aðila. Í mars mun Fastland fagna tíu ára afmæli og þá verður kátt á hjalla hjá starfsmönnum þess.

Starri Freyr
Jónsson

starri@frettabladid.is



Fastland veitir fjölbreytta fjármálaþjónustu til smærri og stærri fyrirtækja og einyrkja og má þar nefna færslu bókhalds, umsjon launamála og ársuppgjöra ásamt samskiptum við skattayfirvöld, segir Silja Dögg Ósvaldsdóttir, viðskiptafræðingur og framkvæmdastjóri Fastlands. „Þjónustan getur verið allt frá því að sjá um einfalt bókhald upp í að vera gjaldkeri og sjá um fjármálastjórnun fyrir viðskiptavininn. Við sjáum um öll samskipti við skattayfirvöld, innheimtumenn ríkissjóðs og aðra opinbera aðila og styttingu allrar bóðleiðir með rafrænum skilum. Einnig vinnum við töluvert af ýmiss konar greiningum varðandi fjárfæði og áætlanagerðir sem auðveldar stjórnendum að taka ákvarðanir varðandi reksturinn og framtíðina.“

Skattframtöl og ársreikningar eru einnig stór hluti af þjónustu Fastlands fyrir bæði einstaklinga og lögaðila. „Viðskiptavinir okkar starfa á svo ólíkum vettvangi en það sem skiptir mestu máli er að við leggjum okkur fram við að aðstoða þá við að ná betri árangri í rekstri og utanumhaldi á honum og reynum um leið að gera þetta svolítið skemmtilegt.“

Stöðugur vöxtur

Undanfarin ár hefur vöxturinn verið mestur í frekari þjónustu við hefðbundna bókhaldsþjónustu þar sem fyrirtæki útvista afmörkuðum hlutum fjármálastjórnunarinnar til Fastlands, s.s. útreikningum launa og utanumhaldi varðandi frídaga, veikindadaga og jafnvel að greiða launin út. „Það skiptir miklu máli að þessir hlutir séu alltaf í lagi þar sem launamál eru mikið tilfinningamál. Einnig er gott fyrir framkvæmdastjóra að útvista slíkum málum þannig að það sé utanaðkomandi þjónustuaðili sem sjái um launamálin en ekki starfsmaður innanhúss. Einnig er mikill vöxtur í ráðgjöf við reksturinn sjálfan og um leið að aðstoða fyrirtæki við að finna hvar sé verið að leka peningum.“

Ein skvísu á ári

Hjá Fastlandi vinna nú níu skvísur að sögn Silju og segir hún þurfa að vera gaman í vinnunni svo það sé gaman að koma til þeirra. „Við elskum allar tölur og að finna út úr hlutunum. Fastland hefur vaxið um u.þ.b. eina skvísu á ári frá því að fyrirtækið var stofnað svo þetta hefur þróast í að vera vinkonuhópur á öllum aldri sem allar elska að sjá um fjárhagstengd mál viðskiptavina okkar.“



„Fastland hefur vaxið um u.þ.b. eina skvísu á ári frá því að fyrirtækið var stofnað svo þetta hefur þróast í að vera vinkonuhópur á öllum aldri sem allar elska að sjá um fjárhagstengd mál viðskiptavina okkar,“ segir Silja Dögg Ósvaldsdóttir.

Viðskiptavinir okkar tala beint við þær sem eru að vinna að viðkomandi verkefni en það geta í sumum tilfellum verið nokkrir starfsmenn að sjá um mismunandi hluti fyrir sama viðskiptavininn. Þannig náum við upp sérhæfingu og sérþekkingu s.s. í launamálum, greiningum, reikningagerð, fjárhagsbókhaldi, uppgjörum o.s.frv.“

Fastland verður tíu ára í mars og ætla starfsmenn að halda upp á það með pompi og prakt, segir Silja.

Nýjustu upplýsingar

Það sem skiptir viðskiptavininn mestu máli að sögn Silju er að vera alltaf með réttar og nýjustu upplýsingar til að taka ákvarðanir. „Ef upplýsingarnar eru ekki réttar og ekki nýjar þá taka stjórnendur ekki réttar ákvarðanir. Einnig skiptir lipurð og viðmót við þjónustuna miklu máli. Þess vegna reynum við að leysa fljótt og vel úr öllum málum sem koma inn á borð til okkar með bros á vör. Það skiptir svo miklu máli að við séum að þjónusta og aðstoða, sama hvert vandamálið er. Við dæmum aldrei, bara leysum úr því sem þarf að leysa og aðstoðum fólk í að ná meiri árangri.“

Nánari upplýsingar á www.fastland.is.

Fjölbreytileiki er lykillinn að árangri

Arion banki hefur kynnt til leiks yfir 20 nýjar stafrænar lausnir á rúmum tveimur árum. Konur leiða vinnu bankans þegar kemur að nýjungum í fjármálaþjónustu og innleiðingu stafrænna lausna.

Arion banki er í forystu þegar kemur að nýjungum í fjármálaþjónustu og innleiðingu stafrænna lausna og leiða konur innan bankans þá vinnu, þær Raket Öttarsdóttir, framkvæmdastjóri upplýsingatæknisviðs, og Iða Brá Benediktsdóttir, framkvæmdastjóri viðskiptabankasviðs. Áhersla er á jafnréttismál innan bankans sem fékk á árinu fyrstur banka heimild til að nota Jafnlaunamerki velferðarráðuneytisins en bankinn hefur verið jafnlaunavottaður síðan 2015 þegar hann fékk Jafnlaunavottun VR. Jafnt kynjahlutfall er í stjórn og framkvæmdastjórn bankans.

Arion banki hefur kynnt til leiks yfir 20 nýjar stafrænar lausnir á rúmum tveimur árum sem viðskiptavinir geta nálgast í Arion appinu, netbankanum og á vef bankans. Nýjasta lausnin kallast opið app, sem allir geta sótt, óháð því hvort þeir eru í viðskiptum við bankann.

Verðlaunaðar lausnir

„Eitt besta dæmið um vel heppnaða og vinsæla stafræna lausn er fljótlegt greiðslumat og umsóknarferli um íbúðalán á vefnum. Önnur dæmi eru lán í appinu sem taka mið af lánsþæfismati hvers og eins, bílalán á vefnum og greiðslukortahæimildir sem hægt er að breyta í appinu. Við höfum hlotið alþjóðleg verðlaun fyrir lausnirnar okkar og þá aðferðafræði sem við beitum við þróun þeirra. Samhliða þessum nýju lausnum höfum við breytt útibúum bankans til að samtvinna betur stafræna og persónulega þjónustu,“ segir Iða Brá.

„Það skemmtilega við þessa stafrænu vegferð er að starfsfólk víða að úr bankanum kemur að henni. Stofnað er þverfaglegt verkefnateymi um hverja nýja lausn sem hefur 16 vikur til að ljúka verkinu.“

Raket Öttarsdóttir

Samstarf þvert á bankann

Starfsfólk af öllum sviðum bankans kemur að þróun stafræna lausnanna, flest af upplýsingatæknisviði og viðskiptabankasviði. „Það skemmtilega við þessa stafrænu vegferð er að starfsfólk víða að úr bankanum kemur að henni. Stofnað er þverfaglegt verkefnateymi um hverja nýja lausn sem hefur 16 vikur til að ljúka verkinu. Það er mjög eftirsótt að taka þátt og gott samstarf starfsfólks af ýmsum sviðum bankans er grunnurinn að árangrinum. Við



Raket Öttarsdóttir, framkvæmdastjóri upplýsingatæknisviðs (t.v.), og Iða Brá Benediktsdóttir, framkvæmdastjóri viðskiptabankasviðs. MYND/ERNIR

gætum þess að skapa góðan anda innan teymanna, m.a. með því að horfa til fjölbreytileika en þannig fáum við betri lausnir sem höfða til fleiri,“ segir Raket.

„Jafnrétti, í viðustu merkingu þess orðs, er mikilvægur liður í því að byggja upp góðan vinnustað þar sem fjölbreytt sjónarmið heyrast,“ segir Raket. „Viðskiptavinir okkar eru jafnt karlar sem konur og því skiptir máli að bæði kynin komi að þróun okkar þjónustu. Í dag er mikill meirihluti forritara karlar en við höfum lagt

okkur fram um að fjölga konum á upplýsingatæknisviði svo þjónustan sé einnig hönnuð út frá þeirra sjónarmiði. Við þurfum líka í ríkari mæli að hvetja stelpur til að sækja sér tæknimenntun því það er alveg ljóst að eftirspurn eftir tæknifólki á bara eftir að aukast og við þurfum líka þeirra krafta.“

Meiri árangur

„Jafnlaunavottunin og það sem bankinn hefur gert í jafnréttismálum hefur haft jákvæð áhrif á menn-

inguna innan bankans,“ segir Iða Brá. „Það er margsannað að fyrirtæki sem leggja áherslu á fjölbreytileika ná betri árangri, vegna betra jafnvægis í ákvarðanatöku og áhættu- stýringu, heldur en fyrirtæki þar sem hópurinn er einsleitur. Fjölbreytileiki og aðkoma beggja kynja að ákvarðanatöku skiptir okkur miklu máli og skilar árangri. Stafrænu verkefni okkar eru lýsandi dæmi um það enda eru verkefnateymin skipuð fólki með mjög fjölbreytta þekkingu, reynslu og bakgrunn.“

Vinna langt frá vinnustaðnum

Kynslóðin sem fer að detta inn á vinnumarkaðinn er umhverfislega meðvituð, veit hvað bráðnun jökla þýðir, lítur neikvæðum augum á sóun og kys sveigjanlegan vinnutíma og vinnustöðvar.

Elin Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Unga fólk dreymir um að vinna og njóta á sama tíma, sitja á Balí og horfa á sólsetrið með tölvu og síma að vopni,“ segir Eva Magnúsdóttir, framkvæmdastjóri og eigandi ráðgjafarfyrirtækisins Podium ehf.

Hún heldur áfram og spyr hvort fyrirtæki nútímans séu tilbúin til þess að skapa þessu unga vel menntaða fólki staði í fyrirtækjunum. Í framtíðarfyrirtækinu þar sem yfirbygging er lítil, starfsmenn sitja út um allan heim og vinna í fjarlægð frá vinnustað, sóun er lítil og losun gróðurhúsalofttegunda heyrir nánast sögunni til. Þar er heimurinn þeirra. Eva segir að unga fólk vilji tilheyra fyrirtæki sem hafi gildi samfélagsábyrgðar að leiðarljósi.

Viðskiptastefna á sterum

„Er þetta útópía eða bara draumur unga fólksins, laust við kaldan raunveruleika eða hefur samfélagsbreyting læst að okkur? Að mínu mati þarf að taka viðskiptastefnu fyrirtækja almennt upp á næsta þrep og bæta við hana samfélagsstefnu þar sem reynslan sýnir að unga fólk vill vita áður en það ræður sig í vinnu hvornig tekið sé á samfélagsábyrgð og jafnrétti. Þeir

bestu geta nefnilega valið hvar þeir vilja vinna.“

Fram kom í nýlegri könnun sem EM rannsóknir gerðu að 85% landsmanna vilja frekar skipta við ábyrg fyrirtæki. Þess utan vex fjárfestingum í grænum sjóðum fiskur um hrygg um allan heim sem er mjög spennandi kostur. Einnig er fyrirtækjum á markaði skylt samkvæmt lögum að upplýsa um hvornig þau standa sig í samfélaginu og hafa því mörg mótað sér samfélagsstefnu. Það er því margt sem mælir með samfélagsbreytingum,“ segir Eva.

Blómstrandi nýsköpun

„Samfélagsleg ábyrgð og tilfinning fyrir umhverfi sínu skapar tækifæri fyrir viðskiptalíf til að styðja við nýsköpun og þróun nýrra hugmynda í anda sjálfbærni. Viðskiptalíf getur hagnast vel á þeim hugmyndum sem felu muna í sér hagkvæmari rekstur og minni sóun. Ábyrg fyrirtæki munu í framtíðinni hafa öflug áhrif á markaði og samfélög þar sem þau hafa sannað að ábyrg framkoma og hagnaður geta verið samferða,“ segir Eva.

Sameinumst um viðmið

Sameinuðu þjóðirnar hafa fært okkur töl til að styðjast við með sameiginlegum viðmiðum til sjálfbærni með UN Global Compact og Heimsmarkmiðum sameinuðu



Eva Magnúsdóttir er ráðgjafi og eigandi Podium ehf. MYND/ERNIR

þjóðanna. Með því að miða starfsemi okkar við þessi viðmið og birta þau í stefnunni getum við séð hvort við séum að leggja okkar af mörkum.

Að draga úr losun gróðurhúsalofttegunda er brúnasta verkefnið og þarf vart að minna á bráðnun jökla. Það þarf þó ekki að draga

úr lífsgæðum heldur þurfum við að finna nýjar og betri lausnir. Framtíðin mun innihalda annars konar mat, orkusparnað í heimilishaldi, orkunýtnari ökutæki og minni losun á ferðalögum eða kolefnisjöfnun. Breyttir lífshættir og neysluvenjur geta bætt lífsgæði okkar allra til framtíðar.

„Miklar samfélagsbreytingar eru að læðast að okkur.“

Alþjóðlegar áskoranir

Hvornig við byggjum upp viðskiptaumhverfi morgundagsins er spennandi verkefni og það er mikilvægt að taka tillit til viðmiða um samfélagslega ábyrgð í viðskiptastefnu. Fram undan eru alþjóðlegar áskoranir, hvort sem þær lúta að þverandi vatnsbúskap, fæðismálum, loftslagi, aukinni fátækt og breyttum áherslum þá eru það allt þættir sem viðskiptalíf getur tekið þátt í að leysa. Það er ekki seinna vænna en byrja strax ef við ætlum að taka stolt á móti aldamótakynslóðinni og búa henni farsæla framtíð.“

Podium ehf. er ráðgjafarfyrirtæki sem sérhæfir sig í stefnumótun með samfélagsábyrgð að leiðarljósi, gerð samfélagskýrsla og aðstoð við innleiðingu á Global Compact og Heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna. Podium veitir einnig ráðgjöf í samskiptamálum.

Kynlíf er ekki lengur tabú

Gerður Huld Arinbjarnardóttir stofnaði kynlífstækjaverslunina Blush fyrir átta árum þegar hún var 21 árs í fæðingarorlofi. Hana langaði að minnka það tabú sem loðað hefur við kynlífstæki. Verslunin hefur vaxið og dafnað og nýlega var opnuð ný og glæsileg verslun í Hamraborg 1-3.

Sólveig
Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



Við viljum að upplifunin af því að koma inn í verslun Blush sé þægileg og upplifgandi. Verslunin verður ekki eins og margir ímynda sér kynlífstækjaverslun. Hér verður ekkert ögrandi eða óþægilegt sýnilegt heldur bara fallega upp sett verslun með þægilegu andrúmslofti," segir Gerður en nýja verslunin er 180 fermetrar og að mati Gerðar stærsta og glæsilegasta kynlífstækjaverslunin sem opnuð hefur verið á Íslandi.

Mikilvægt að hafa trú á sér

Gerður stofnaði Blush árið 2011. „Ég var 21 árs, í fæðingarorlofi og ekki með fasta vinnu sem beið mín að því loknu. Mig langaði því að búa til eitthvað sjálf sem gæti veitt mér frelsi til að vinna heima. Þá datt ég niður á þá hugmynd að stofna kynlífstækjaverslun sem höfðaði til kvenna. Mig langaði líka að setja andlit við verslunina þannig að fólk vissi hver ætti hana og þar með minnka það tabú sem hefur loðað við þennan geira.“

Gerður segir að það hafi tekið sig langan tíma að taka af skarið. „Ég hafði allar afsakanir í bókinni. Ég hafði enga menntun, rétt náði að koma mér í gegnum grunnskóla og hætti fljótlega í framhaldsskóla. Þó almennt nám hafi ekki hentað mér á þeim tíma vissi ég samt að ég gæti tekist á við eitthvað krefjandi og skemmtilegt. Það mikilvægasta sem maður þarf til að ná árangri er að hafa óbilandi trú á sjálfum sér, passlegt magn af kæruleysi og flottan hóp af fólki sem hefur eitt og sama markmiðið, að láta þetta ganga vel,“ segir Gerður og segist heppin. „Þó kynlífstæki séu fyrir marga tabú þá hafa foreldrar mínir alltaf staðið 110 prósent við bakið á mér.“

Jafnt keypt á netinu og í búðinni

Gerður segist ekki hafa haft mikla reynslu af kynlífstækjum þegar hún byrjaði í bransanum. „En ég fann að það var vöntun á þessu konsepti.“

Fyrstu árin var verslunin smá í sniðum. „Ég vann ein í fyrirtækinu og sá um allan reksturinn. Svo smátt og smátt áttaði ég mig á því að ég væri ekki best í öllu og því betra að fá sérfræðinga til að sjá um hluti eins og bókhald og grafíska hönnun. Ég fann að þegar ég kyngdi stoltinu og játaði að ég gæti ekki allt, þá fóru hlutirnir að gerast hratt og fyrir-tækið stækkaði ört.“

Hún segir ýmislegt hafa komið sér á óvart. Til dæmis að netverslunin varð ekki áberandi stærst. „Ég átti von á því enda fólk stundum feimið við þetta málefni. En það er áberandi hvað selst jafnt í búðinni og á netinu. Mörgum þykir líka gaman að koma og skoða og fá upplýsingar um hvernig vörurnar virka.“ segir Gerður en hún segir viðskiptavinum sína afar fjölbreytta. „Það er engin sérstök týpa eða sérstakur aldurshópur sem er meira áberandi. Hingað koma jafnt konur sem karlar og fólk á öllum aldri. Það sem þessi hópur á sameiginlegt er að hann veit að grunnþörf mannsins er að finna fyrir ást og tengingu í gegnum kynlíf. Hann áttar sig á mikilvægi kynlífs og hvað gott kynlíf getur haft jákvæð áhrif á sambönd.“

Úrval fyrir karla eykst

Blush býður upp á 800 mismunandi



Gerður opnaði nýverið glænýja og fallega verslun Blush í Hamraborg. Verslunin verður fallega uppsett og ekkert ögrandi eða óþægileg. MYND/STEFÁN

Í dag áttar fólk sig á því að kynlíf og kynlífstæki eru ekki lengur tabú enda kom fram í nýlegri könnun að 70 prósent Íslendinga á aldrinum 25 til 45 ára hafa átt eða prófað kynlífstæki.

vörur. En hvað er vinsælast? „Vinsælasta tækið fyrir konur hefur síðustu þrjú ár verið Womanizer sem er sambland af djúpum titringi og léttu sögi sem er hugsað til að örva snípinn. Fyrir karla er það tæki sem heitir Piston,“ svarar Gerður. Hún segir tækin notuð bæði af pörum til að bæta kynlífið eða af einstaklingum.

Mest er úrvalið af tækjum fyrir konur enda var það upphaflega hugmyndin á bak við verslunina að auka úrvalið til þeirra. „Með tímanum hefur úrvalið fyrir strákana aukist mikið. Við finnum fyrir mikilli eftirspurn og gaman að þeir skuli vera farnir að taka við sér.“

Fróðleikur og fræðsla í heimakynningum

Upphaflega bauð Blush aðeins upp á heimakynningar en þær hafa alltaf verið afar vinsælar. Á síðasta ári fóru starfsmenn Blush til dæmis í þúsund slíkar.

„Kynningarnar fara þannig fram að við komum frítt í heimahús, kynnum vörurnar og svo hafa allir tækifæri til að versla á eftir og fara gladdir heim,“ segir Gerður og bendir á að viðburðurinn sé skemmtileg blanda af fróðleik og skemmtun. Oftast taki kvennahópar sig saman og fái heimakynningu, oft í tengslum við gæsanir. „Líklega er helmingurinn af öllum heimakynningum fyrir gæsaþópa enda

er rosalega mikið að gera hjá okkur á sumrin. Á veturna er rólegra og þá koma saumaklúbbarinn sterkir inn.“

Ekki lengur tabú

Gerður segir margt hafa breyst á þeim átta árum sem hún hefur starfað í geiranum. „Þegar ég byrjaði fyrir átta árum fannst fólk skritið þegar ég sagðist selja kynlífstæki og ég fann að fólk fannst það óþægilegt og var feimið að tala við mig. Í dag áttar fólk sig á því að kynlíf og kynlífstæki eru ekki lengur tabú enda kom fram í nýlegri könnun að 70 prósent Íslendinga á aldrinum 25 til 45 ára hafa átt eða prófað kynlífstæki.“



Öll störf hjá ISAL henta jafnt konum sem körlum. Hér eru þær Bryndís Blöndal rafeindavirki, Sunna Hlín Jónsdóttir kerskálastarfsmaður og Sigríður Guðmundsdóttir, leiðtogi kerrekstrar. MYNDIR/ANTON BRINK

Álverið er líka fyrir konur

Álverið ISAL í Straumsvík leggur áherslu á að skapa öruggan og eftirsóknarverðan vinnustað. Verið er að ljúka jafnlaunavottun í álverinu og mikil áhersla er á að fjölga konum í hópi starfsmanna.

Elin Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Álverið ISAL í Straumsvík er rekið af Rio Tinto á Íslandi. Fyrirtækið hóf framleiðslu áls árið 1969. Í ár eru tímamót hjá fyrirtækinu því liðin eru 50 ár frá því að útflutningur áls hófst frá Íslandi. Í Straumsvík eru framleidd árlega um 212 þúsund tonn af hágæða áli sem skapar þjóðfélaginu dýrmætar gjald-eyristekjur.

Ál gerir daglegt líffólks betra. Það er notað í farartæki, byggingar, raf-tæki og umbúðir og fleira. Yfir 75% af því áli sem hefur verið framleitt frá upphafi er enn í notkun og hægt að endurvinna endalaust. Það þýðir að komandi kynslóðir geta notað íslenskt umhverfisvænt ál aftur og aftur með lítilli fyrirhöfn.

Öryggismál eru í fyrirrúmi hjá fyrirtækinu auk heilbrigðis- og umhverfismála. Starfsmenn eru um 400 og á hverju ári ræður fyrirtækið yfir 100 manns í sumararfleysingar. Starfsemin byggist á hæfu og áhuga-sömu starfsfólki sem er ein mikilvægasta auðlind fyrirtækisins. Um 70 konur starfa um þessar mundir hjá ISAL.

Fjölbreytt starf

Bryndís Blöndal starfar sem rafeindavirki hjá ISAL. Þar hefur hún starfað í þrjú ár og byrjaði sem nemi. „Ég kláraði sveinsprófið og var í kjölfarið fastráðin sem rafeindavirki,“ segir hún. „Starfið felst að mestu

leyti í fyrirbyggjandi viðhaldi, prófunum á til dæmis vogum og mælum, en einnig í bilanagreiningu og uppsetningu á búnaði. Starfið er mjög fjölbreytt og oft á tíðum krefjandi þegar leysa þarf flóknar bilanir.“

Þegar Bryndís er spurð hvernig sé að starfa hjá fyrirtækinu, svarar hún: „Það er mjög gott að vinna hjá ISAL og ég mæli eindregið með því. Starfsandinn er góður og sem rafeindavirki fer ég um alla verksmiðjuna og kynnist því mörgum sem hér starfa. Hér eru fjölbreytt störf og það er alltaf mikið lagt upp úr því að öryggi starfsmanna sé tryggt.“

Bryndís kláraði stúdentspróf af náttúrufræðibraut samhliða grunnnámi rafiðna. „Eftir það var ég ekki viss hvað ég vildi gera, skráði mig í líffræði en fann mig ekki þar. Ákvað þá að fara í rafeindavirkjun og kunni mjög vel við fagið, enda hef ég alltaf haft mikinn áhuga á því að skrúfa hluti í sundur og spá í hvernig þeir virka, þó svo að þeir hafi nú ekki alltaf farið rétt saman aftur,“ útskýrir hún.

Ekki eru margar konur í iðnaðarstörfum hjá ISAL, ein til tvær í hverri deild. Bryndís segir að gaman væri að sjá fleiri konur þar enda henta störfin þeim ekki síður en körlunum. „Mér þætti einnig mikilvægt að sjá fleiri stelpur velja iðnnám því þar eru mörg spennandi tækifæri. Ég tel ISAL vera fjölskylduvænan vinnustað, fjölmörg störf á svæðinu eru á dagvinnutíma en einnig er unnið eftir vaktaskipan. Starfsmenn eiga möguleika á að taka rútur í og úr

vinnunni, sem er mjög hagkvæmt.“

Bryndís segist njóta þess að vera með fjölskyldu og vinum utan vinnutíma, hvort sem það er að elda saman, spila eða horfa á mynd. „Ég hef mikinn áhuga á veiði, þá aðallega fiskveiði en líka skotveiði. Það var verið að stofna veiðiklúbb innan ISAL og verður spennandi að sjá hvernig hann þróast,“ segir hún.

Fjölskylduvænt umhverfi

Sigríður Guðmundsdóttir hefur starfað hjá ISAL frá því í febrúar 2015 en hafði áður verið sumarstarfsmaður í tvö sumur. Hún er leiðtogi kerrekstrar og ber ábyrgð á helstu ferlum innan kerskálans sem snúa að því að framleiða gæðaál á sem öruggastan og hagkvæmasta hátt. „Starfið er mjög lífflegt og fjölbreytt og verkefni gott sambland af hefðbundinni greiningarvinnu, öryggis- og gæðaeftirliti og stöðugum umbótum,“ útskýrir hún.

Sigríður er ánægð í vinnunni. „Já, það er mjög gott að vinna hjá ISAL. Maður fær mikið traust til þess að sinna verkefnum sínum. Hvert sem maður leitar, fólk er alltaf tilbúið að koma til aðstoðar við hin ýmsu verkefni sem þarf að leysa. Samstarfsfólk mitt er mjög skemmtilegt og allir leggja sig fram við að ná settu marki.“

Sigríður er Hafnfröðingur og henni fannst álverið alltaf spennandi staður. „Eftir að hafa unnið í álverinu í tvö sumur á meðan ég var í verkfræðinni varð ISAL eitt af þeim fyrirtækjum sem mig

Öryggismál eru í fyrirrúmi hjá fyrirtækinu auk heilbrigðis- og umhverfismála. Starfsmenn eru um 400 og á hverju ári ræður fyrirtækið yfir 100 manns í sumararfleysingar.

bolta einu sinni í viku með síungum fótboldastelpum. Hef mikinn áhuga á ferðalögum, bæði innan- sem utanlands og finnst frábært að fara með fjölskyldunni á skíði. Annars fer frítíminn mikið í að fylgja eldri börnunum eftir í þeirra frístundum,“ segir hún.

Vaktirnar henta vel

Sunna Hlín Jónsdóttir hefur starfað sem kerskálastarfsmaður hjá ISAL frá árinu 2012. Hún byrjaði um sumarið og hefur síðan unnið með skóla. Sunna Hlín segist geta hlaupið í öll störf í kerskálunum en vinnan sé aðallega tækjavinna. „Ég er oftast í starfi sem kallast skautskipting. Það hentar mér mjög vel að vinna í álverinu. Þetta er þægilegt starf og vaktirnar skemmtilegar. Ég átti ekki endilega von á að ég yrði svona lengi í þessu starfi en vaktirnar henta mér vel. Við erum með þrískiptar vaktir og vinnum sex vaktir á fimm dögum þannig að það er einn dagur í vinnuhringnum þar sem maður sér fáa aðra vinnufélaga,“ segir Sunna Hlín.

Fyrir utan vinnuna er það heilsan sem skiptir hana mest máli. „Ég hef áhuga á öllu sem viðkemur heilsu. Ég lærði ÍAK einkaþjálfun með framvinnunni. Undanfarið hef ég verið í fjarnámi að læra nudd ásamt því að klára Stóriðjuskólann sem er innan fyrirtækisins. Þrátt fyrir allt þetta hef ég engu að síður tíma til að gera flest það sem mig langar til en þau fimm daga fri sem við fáum á milli vakta henta mér mjög vel.“

langaði til að vinna hjá þegar ég útskrifaðist. Þetta er fjölskylduvænt fyrirtæki. Vinnutíminn er fastur og yfirvinna ekki mikil. Yfirleitt er mikill skilningur fyrir alls konar þúsi sem þarf í tengslum við fjölskylduna í veikindum, fríum og þess háttar. Utan vinnutímans stunda ég CrossFit og spila svo „old girls“

Margt breyst í tæknigeiranum

Íslandsbanki hefur ráðist í miklar tæknibreytingar til að mæta hraðri þróun. Sigríður Olgeirsdóttir, framkvæmdastjóri á rekstrar- og upplýsingatæknisviði, er ánægð með hvernig til hefur tekist.

Sólveig
Gísladóttir

solveig@frettabladid.is



Sigríður hefur lifað og hrærst í upplýsingatæknigeiranum frá 1984. Hún er kerfisfræðingur frá Tietgenskolen, með MBA frá Háskólanum í Reykjavík og AMP frá Harvard Business School. Hún hefur unnið bæði hér heima og erlendis, var framkvæmdastjóri Ax hugbúnaðarhúss og þar áður framkvæmdastjóri og einn af stofnendum Ax Business Intelligence í Danmörku. Hún var forstöðumaður hugbúnaðarsviðs Tæknivals og forstjóri Humac svo eitthvað sé nefnt. Hún hefur starfað hjá Íslandsbanka síðan 2010.

Hún segir margt hafa breyst á þeim tíma sem hún hefur starfað í geiranum. „Ég vil meina að við séum að upplífa þriðju tæknibyltinguna síðan ég hóf störf. Fyrsta byltingin var þegar tölvuvæðing bókhaldskerfanna fór af stað, en þau voru þá kölluð viðskiptakerfi. Önnur byltingin hófst í kringum aldamótin með veraldarvefnum og tæknibólunni þegar tæknin fór að ryðja sér til rúms fyrir alvöru og það þótti sjálfsagt að öll fyrirtæki tækju þátt. Sú bylting sem við erum stödd í núna snýr hins vegar að einstaklingnum. Tæknin er farin að snerta okkur sem einstaklinga á öllum sviðum með tilkomu snjallsímans og snjalltækja á heimilum. Upplýsingatæknin sem áður beindist að því að hagræða í fyrirtækjum til að ná fram betri rekstri snýst nú um að auðvelda fólki almennt lífið.“

Framarlega á sínu sviði

Sigríður segir Íslandsbanka alla tíð hafa verið framarlega í tækninni. „Bankinn var til dæmis fyrstur til að koma með netbanka á Íslandi. Okkur er mjög annt um að vera framarlega í þessum málum og hlusta á þarfir viðskiptavina. Þannig höfum við lagt áherslu á að koma fram með snjallar lausnir, fyrst í netbankanum og nú í gegnum símana þar sem viðskiptavinir geta fengið sína þjónustu hvar og hvenær sem er.“

Slík umbylting á kerfum bankans tekur mörg ár og breytir starfsemi bankans á öllum sviðum. „Áður var mest hugsað um sjálfvirkni í bakvinnslu en nú beinum við sjónum að því að viðskiptavinurinn geti afgreitt sig sjálfur og þurfi sem minnst að koma á staðinn. Stór liður í því er tilkoma rafrænna lausna,“ segir Sigríður og bendir á að þessi þróun verði áfram í fullum gangi næstu árin. „Nú eru menn farnir að horfa til þess að nota gögnin meira svo viðskiptavinurinn fái betri upplýsingar og sérhæfðari þjónustu. Þá horfum við einnig til gervigreindar sem verður áberandi á næstu þremur til fimm árum.“

Sigríður segir mikilvægt að fyrirtæki móti sér stefnu til framtíðar í tæknimálunum. „Fyrirtæki eru ekki bara að keppa á Íslandi heldur á alþjóðlegum vettvangi í þessum stafræna heimi sem við lifum í.“

Hún segir þó erfitt að spá fram í tímann enda margar breytur sem spili inn í. Til dæmis hversu mótækilegir viðskiptavinir eru fyrir nýjungum. „Við erum afskaplega glöð með hvað viðskiptavinir Íslandsbanka eru móttækilegir. Það hjálpar okkur í allri þróunarvinnu en viðskiptavinir okkar taka sífellt meiri þátt í þróun nýrra lausna og þannig náum við koma með viðskiptamiðaðar þjónustur



Sigríður segir mikilvægt að fyrirtæki móti sér stefnu til framtíðar í tæknimálunum. „Fyrirtæki eru ekki bara að keppa á Íslandi heldur á alþjóðlegum vettvangi í þessum stafræna heimi sem við lifum í.“
MYND/EYÞÓR

Tæknin er farin að snerta okkur sem einstaklinga á öllum sviðum með tilkomu snjallsímans og snjalltækja á heimilum. Upplýsingatæknin sem áður beindist að því að hagræða í fyrirtækjum snýst nú um að auðvelda fólki almennt lífið.

og fáum reglulega endurgjöf viðskiptavina.“

Griðarstórt verkefni

Stór partur af því að geta keppt í starfrænum heimi framtíðarinnar fólst í því að skipta út grunnkerfum bankans. Grunnkerfin og kjarninn í hefðbundinni bankastarfsemi

eru innlán, greiðslumiðlun og útlán en að baki þeim eru flókin kerfi. Sigríður segir banka almennt vera með mjög gömul grunnkerfi og Íslandsbanki var með kerfi hjá Reiknistofu bankanna sem orðið var 45 ára gamalt og stóðst engar kröfur nútímataekniþróunar. „Við réðumst í það fyrir þremur og hálfu ári að uppfæra þessi kerfi í samvinnu við RB og er það stærsta verkefni sem bankinn hefur ráðist í frá stofnun,“ segir Sigríður og bendir á að flækjustigið við framkvæmdina hafi verið gríðarlegt en samhliða var tækniumhverfi bankans fært í nútímahögun. Ferlið tók þrjú og hálf ár en þar sem kerfin vinna í rauntíma gerði það innleiðinguna og gangsetninguna mjög flókna. Áður en kerfið var gangsett í september í fyrra voru gerðar ýmsar varúðarráðstafanir. Viðskiptavinir voru undirbúnir, haldnar voru tvær æfingar þar sem ferlið var æft frá upphafi til enda og einnig voru haldnar neyðar-

æfingar þar sem æfð voru viðbrögð við því ef kerfið myndi ekki virka sem skyldi. „Gangsetningarferlið tók 2 vikur en útskiptin sjálf var framkvæmd á einni helgi og komu 220 manns að gangsetningunni í þremur löndum. Þetta var flókið og umfangsmikið en í stuttu máli tókst innleiðingin frábærlega og fætt sem kom upp á miðað við umfang verkefnisins. Ég er ákaflega stolt af því hve vel gekk og þessi endurnýjun grunnkerfa og tækni mun styrkja okkur til framtíðar í stafrænum heimi.“

Breytt vinnuumhverfi

Íslandsbanki flutti höfuðstöðvar sínar í Norðurturn Smáralindar fyrir rúmum tveimur árum og samhliða því voru gerðar miklar breytingar á vinnuumhverfi starfsmanna sem Sigríður telur að hafi heppnast mjög vel. „Við tókum upp verkefnamiðaða vinnuáætlun og munu fyrirtæki vinna öðruvísi í framtíðinni. Mun meira

verður unnið í þverfaglegum teymlum og fólk færir á milli verkefna. Minna verður um að starfsmenn tilheyri bara einni deild sem starfar á einum stað. Í nýju aðstöðunni er enginn með skrifstofu, ekki einu sinni forstjórinn, en mörg fundarherbergi og vinnusvæði. Með því að hugsa vinnuumhverfi okkar til framtíðar aukum við sveigjanleika, minnkum umfang bankans og höfum náð mikilli hagræðingu í starfsemi.“ Þá nefnir Sigríður að umhverfið njóti einnig breytinganna en innri starfsemi bankans varð pappírslaus með breytingunni. „Þá eykur þetta einnig upplýsingaöryggi enda situr fólk sjaldan á sama stað og því liggur aldrei pappír eða gögn á borðum í dagslok.“

Sigríður er mjög ánægð með hvernig bankinn hefur staðið að því að horfa til framtíðar. „Mér finnst bankinn hafa sýnt hugrekki og framsýni að þora að ráðast í þessar miklu tæknibreytingar.“

Brjálað að gera?

Er brjálað að gera? er vitundarvakning sem VIRK starfs- endurhæfingarsjóður hleypti af stökkunum í desember. Mikilvægt er að koma í veg fyrir brotthvarf af vinnumarkaði vegna heilsubrests sem má rekja til álags og streitu.

Sífelld fleiri í samfélaginu hestast úr lestinni vegna tímabundinna eða langvarandi veikinda. Svo virðist sem hluti af þessum veikindum sé tilkominn vegna langvarandi álags bæði í starfi og einkalífi. VIRK er starfsendurhæfingarsjóður sem hefur það hlutverk að hjálpa fólki sem þarf aðstoð við að komast á vinnumarkað eftir veikindi eða slys. „VIRK hefur verið starfandi á ellefta ár og rúmlega 15.000 manns hafa leitað til VIRK frá upphafi og tæplega 9.000 hafa lokið þjónustu. Í dag eru um 2.400 manns í þjónustu. Arangurinn hefur verið mjög góður en rúmlega 70% af þeim sem ljúka þjónustu eru virk á vinnumarkaði; í vinnu, í atvinnuleit eða námi við útskrift,“ segir Ingibjörg Loftsdóttir, sviðsstjóri rýnisviðs VIRK.

Metnaðarfullt verkefni

Stjórn VIRK ákvað á síðasta ári að auka áherslu á forvarnir í starfsemi. „Okkur langar að hafa áhrif í þá veru að fyrirbyggja brotthvarf af vinnumarkaði.“

Fyrir ári var svo farið af stað með forvarnarverkefni. „Við erum með stýrihóp sem styður við verkefnið en í honum eru aðilar úr stjórn VIRK og fulltrúar frá velferðarráðuneytinu, Landlækniseimbættinu og Vinnueftirlitinu,“ segir Ingibjörg sem sjálf er verkefnastjórninn.

Ákveðið var að þrískipta verkefni. „Í fyrsta lagi viljum við rannsaka ástæður þess að fólk hverfur af vinnumarkaði vegna heilsubrests og er stór rannsókn í undirbúningi í samstarfi við Vinnueftirlitið og fleiri aðila. Markmiðið er að finna þær breytur sem valda því að fólk hverfur af vinnumarkaði eftir veikindaleyfi eða sem sagt hvernig

sá hópur sker sig frá þeim sem fer í veikindaleyfi en á afturkvæmt til starfa.“

Í öðru lagi var ákveðið að leggja áherslu á fræðslu. „Við settum síðuna www.velvirk.is í loftið til að veita einstaklingum upplýsingar um jafnvægi og vellíðan í lífi og starfi og til að styðja við bakvið á stjórnendum og leiðtogum á vinnustöðum. Á síðunni er m.a. fræðsla um góða stjórnunarhætti og ýmis verkfæri sem stjórnendur geta nýtt sér. Einnig er þó nokkuð af upplýsingum sem snúa að vellíðan og hvernig hægt sé að halda streitu í skefjum.“

Brjálað að gera

Í þriðja lagi var ákveðið að hrinda af stað vitundarvakningu í samfélaginu til að vekja fólk til umhugsunar um álag almennt og einnig hvernig sífelld notkun á rafrænum miðlum getur aukið streitu. „Fyrir utan álag í einkalífinu og á vinnustaðnum teljum við líklegt að menningin og þær kröfur sem samfélagið setur geti átt þátt í því að fólk sé undir of miklu álagi og kannski eitthvað þar sem við þurfum að endurhugsa,“ segir Ingibjörg.

VIRK fékk til liðs við sig auglýsingastofuna Hvíta húsið sem vann með þeim að vitundarvakningunni „Er brjálað að gera?“. Farið var af stað í desember með skemmtilegar auglýsingar sem hafa vakið mikla athygli en líklega kannast flestir við konuna sem mætti of seint á tónleika dóttur sinnar bara til að uppgötva að dóttirin var ekki á staðnum því það gleymdist að sækja hana. Í kringum áramótin voru síðan birtar auglýsingar sem snúa að því að setja mörk í vinnunni, nota skýr samskipti og vera í núinu.

“Fyrir utan álag í einkalífinu og á vinnustaðnum teljum við líklegt að menningin og þær kröfur sem samfélagið gerir geti átt þátt í því að fólk sé undir of miklu álagi og kannski eitthvað þar sem við þurfum að endurhugsa.”

„Við höfum fengið mjög jákvæð viðbrögð við auglýsingunum enda var vandað til verka,“ segir Ingibjörg en allar auglýsingarnar má skoða á vefsíðunni www.velvirk.is.

Heilsueflandi vinnustaðir

Fjórði þátturinn bættist nýverið við en VIRK er að fara að taka þátt í samstarfi við Landlækniseimbættið og Vinnueftirlitið varðandi heilsueflandi vinnustaði. „Þetta er mjög spennandi verkefni. Markmiðið er að setja fram viðmið sem vinnustaðir geti sett sér til að geta kallað sig heilsueflandi vinnustað. Í framhaldinu er stefnan að fara af stað með tilraunaverkefni með nokkrum vinnustöðum.“



Ingibjörg Loftsdóttir segir að vitundarvakningin „Er brjálað að gera?“ hafi fengið mjög góð viðbrögð. MYND/ERNIR

Heilandi töfrar ilm kjarnaolía

Hvernig er hægt að skapa sér atvinnutækifæri með MLM vinnu?

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Eftir að hafa farið í gegnum kulnun á haustdögum 2016 stóð ég á krossgötum,“ segir Guðlaug Hrönn Jóhannsdóttir. „Á þeim tíma var litla hjálp að fá en örlögin leiddu mig á slóð Young Living ilm kjarnaolíu sem reyndust mér mikil líkamleg og tilfinningaleg stoð. Þær áttu stóran þátt í að koma mér aftur á skrið og styrkja mig í að fara aftur á vinnumarkaðinn.“

Guðlaug segir Young Living oliurnar þær hreinustu sem finnast. Fyrirtækið leggja mikinn metnað í gegnsæi í framleiðsluferlinu, allt frá fræi til flösku.

„Ég fann fljótt að oliurnar eru einstakar og um haustið 2017 fann ég knýjandi þörf til að leyfa fleirum að njóta,“ segir Guðlaug sem í kjölfarið stofnaði fyrirtækið Einstakar oliur.

“Young Living ilm kjarnaolíurnar reyndust mér mikil líkamleg og tilfinningaleg stoð. Þær áttu stóran þátt í því að koma mér aftur á skrið og styrkja mig í að fara út á vinnumarkaðinn á ný.”

„Viðskiptamódel Young Living er svokallað Multi Level Marketing (MLM). Fólk skráir sig inn undir ákveðinn dreifingaraðila og sækir til hans kennslu og ráðgjöf. Þeir sem vilja geta svo farið í að skrá undir sig og koll af kalli,“ útskýrir Guðlaug sem er með nokkra í hóp sem vinna eins og hún og fá til þess góðan stuðning frá henni og öðru fólki. „Ég þarf heldur ekki að leggja með lager því allir sem versla gera það í gegnum vefverslun Young Living sem er frábær heilsuþóð.“

Einstakar oliur fyrir alla

Þegar Guðlaug tók ákvörðun um að kynna Young Living hafði hún stuðning og þjónustu að leiðarljósi.



Guðlaug öðlaðist nýtt líf með Young Living oliunum. MYND/ANTON BRINK

„Hópurinn minn byggðist upp hægt og bitandi og að lokum leið mér eins og ég væri að dreifa olíum um allt land en þó kynnu fáir almennilega að nota þær. Ég útbjó því námskeið sem fylgir til allra sem skrá sig undir mitt fólk í Einstökum olíum. Það hefur hlotið frábærar undirtektir enda eru ilm kjarnaolíur margslungnar og frábært að fá tækifæri til að læra á fjölbreytileika þeirra heima í stofu,“ segir Guðlaug sem heldur einnig fyrirlestra um töfra ilm kjarnaolíu og hvernig hún notaði þær til að ná sér á strík eftir kulnun.

„Kulnun hverfur ekki á einni nóttu og ég finn enn fyrir ein-kennum. Þess vegna ákvað ég að kasta mér í djúpu laugina síðastliðið vor og fara í sjálfstæða verk-töku í verkefnastjórnun og ráðgjöf í tölvutengdum verkefnum, þar sem ég er kerfisfræðingur. Allt hefur það gengið blessunarlega upp hjá mér og ég næ góðu jafnvægi á milli vinnu, olía og rýmis sem ég þarf til að hlúa að sjálfri mér,“ segir Guðlaug sem heldur úti virku bloggi á einstakarolur.is þar sem einnig er að finna upplýsingar um Young Living oliur og fleira.

Þú finnur Einstakar Oliur á Facebook og á www.einstakarolur.is.



Sandra Lárusdóttir hjá Heilsu og útliti í Hlíðasmára. Á bak við hana má sjá vörur úr PM International línunni sem hafa slegið í gegn hér á landi. Þetta eru vítamín og fæðubótarefni. MYND/EYÞÓR

Streitan var að yfirtaka líf mitt

Sandra Lárusdóttir stofnaði Heilsu og útlit árið 2014. Markmið hennar var að bæta vellíðan og heilsu fólks. Sandra sérhæfði sig í tækjum frá þýska heilsuvöruframleiðandanum Weyergans.

Elín
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Sandra rak fimm fataverslanir og heilsölu á höfuðborgarsvæðinu í nokkur ár. Í nítján ár hefur hún rekið eigin fyrirtæki og unnið sjálfstætt. Vinnan hefur alltaf verið krefjandi og Sandra var undir miklu álagi. Hún var meðal annars stofnandi og fyrsti framleiðandi Brasilian Tan brúnukremsins. „Ég var alltaf að fá nýjar hugmyndir og hikaði ekki við að framkvæmda hlutina,“ segir hún. „Líf mitt snerist um vinnu, daginn út og inn. Ég var farin að finna fyrir þreytu og fékk löngun til að snúa mér að einhverju sem tengdist heilsu, ekki síst vegna þess að ég þurfti að huga að eigin heilsu. Árið 2012 fór ég í einkaþjálfaranám og fékk réttindi til að kenna frá World Class. Ég lokaði verslunum mínum og heilsólunni. Kreppan fór heldur ekkert vel með mig,“ segir Sandra sem ákvað að bæta við sig þekkingu á sviði heilsu og lífsstíls eftir að hafa tekið einkaþjálfaraprófið.

Helgaði sig bættri heilsu

„Ég stofnaði Heilsu og útlit í Hlíðasmára 17 og fyrirtækið verður fimm ára í júní á þessu ári. „Við sérhæfum okkur í að hjálpa fólki með sogæða-

vandamál. Ég fór til Þýskalands til að læra á Weyergans heilsutækni. Síðan hef ég helgað mig þessari tækni sem hefur hjálpað fólki á öllum aldri. Þetta er það besta sem fyrir mig hefur komið. Mér finnst svo yndislegt að geta hlúð að fólki og verða vitni að góðum árangri,“ segir hún.

„Það var mjög gott fyrir mig að skipta um starfsvettvang og gera eitthvað alveg nýtt. Streitan var farin að yfirtaka líf mitt. Ég vann miknið frá börnum mínum þegar þau voru yngri og þetta var alls ekki nógu gott. Ég fann virkilega þörf fyrir að breyta um takt í lífinu. Ég sé ekki eftir því enda gefur vinnan lífinu lit.“

Sandra var beðin um að taka við fyrirtækinu PM International fyrir tveimur árum. „Fyrirtækið framleiðir vinsæl fæðubótarefni og heilsuvörur. Yfir sex hundruð Íslendingar drekka vítamín-drykkina okkar og það er ótrúlega skemmtilegt. Þetta eru drykkir sem hjálpa fólki með meltingu, orku og svefn. Ég er með frábært sölufólk fyrir vörurnar og þeim hefur verið einstaklega vel tekið. Maður gerir ekkert án þess að hafa gott starfsfólk í kringum sig. Þessi góðu fæðubótarefni henta vel með rekstri Heilsu og útlits.“

Sandra segist oft vera beðin að koma á félagsfundum, í stofnanir og

jafnvel á heimili til að kynna vítamíndrykkina og fæðubótarefni. „Hjá mér starfar næringarfræðingur sem aðstoðar fólk með mataræðið og bendir á góðar heilsuþættandi lausnir. Ég hef áhuga á að bjóða upp á heildrænar lausnir og ráðgjöf,“ segir hún.

Meðferðin gefur góða raun

Sandra segir að heilsutækni hjá Heilsu og útliti hafi hjálpað mörgum að ná bata. „Margir læknar hafa opnað augun fyrir þessum möguleika í bataferli sjúklinga. Sumir þeirra eru farnir að benda fólki á þennan kost við verkjum, bólgum eða sogæðavandamálum. Einnig vinnum við vel með sjúkrahjálfurum því meðferðin hjálpar einnig sjúklingum með stoðkerfisvandamál, mikinn þjúg, lélegt blóðflæði eða fótápirring. Sómuleiðis þeim sem hafa farið í mjaðmakúluskripti eða hnjóliðaskripti. Þetta er góð meðferð eftir margs konar aðgerðir og við höfum séð undraverðan árangur. Í sumum tilfellum hefur fólk prófað allt mögulegt án þess að fá hjálp. Fæstir vilja taka inn bjúgtöflur í langan tíma,“ segir Sandra og bætir við að hún hafi sjálf oft farið í tækin.

„Ég finn fyrir því hvað mér líður vel á eftir. Auk þess fæ ég mér vítamíndrykk til að bæta orkuna. Þeir

sem hafa prófað tækið koma aftur og aftur. Það er algennt erlendis að sjúkrahjálparar séu með Weyergans tæki og ég vona að meiri samvinna geti verið á milli okkar hér á landi. Eftir að ég byrjaði að vinna með þessa tækni hef ég orðið miklum mun meðvitaðri um eigin heilsu,“ segir Sandra og hefur orð á að margir af skjólstaðingum hennar hafi orðið fyrir kulnun í starfi vegna of mikils álags.

Sandra segir að miklar kröfur séu á fólk í samfélaginu og mikill hraði. „Íslendingar eru duglegir en því miður er margt fólk dottið út af vinnumarkaði og það getur verið erfið að fá fólk í vinnu. Það er sorgleg þróun. Mér finnst löngu vera kominn tími á að vinnuveitendur hlúi vel að sínu starfsfólki. Vonandi er að verða vitundarvakning á þessu sviði. Ekki er gott þegar allir sjúkrasjóðir tæmast.“

Gengur á fjöll

Áhugamál Söndru er að ganga á fjöll. „Ég og eldri dóttir mín erum miknið í fjallgöngum. Ég er nýkomin heim frá Kaliforníu þar sem ég gekk á fjöll. Mér finnst sérstaklega gaman að fara á fjöll í Bandaríkjunum. Með slíkri göngu getur maður hlaðið batteríin á undraskömmum tíma. Þetta gefur mér kraft og ég endurnærst úti í náttúrunni. Helst sleppi ég simanum

og losa mig við stress. Fjallganga er besta þunglyndislyf sem hægt er að fá,“ segir hún.

Vængur vonar

Fyrir utan allt þetta hefur Sandra gengið með þá hugmynd í tíu ár að hjálpa MND sjúklingum varðandi styrktarstarfsemi. Sú hugmynd er loksins orðin að veruleika. „Ég fékk vinkonu mína, Írisi Björk Jónsdóttur, yfirhönnuð hjá Vera Design, til að hjálpa mér við hönnun. Úr varð Vængur vonar eða Wing of Hope. Við erum byrjaðar að selja og Anna prinsessa á Englandi er þegar búin að eignast eitt stykki. Þetta eru hálsmen og nælur og er hægt að kynna sér verkið á Facebook síðunni Wing of Hope. Ég er mjög stolt af þessu verkefni. Það var mér hjartans mál að aðstoða MND félagið með þetta. Með styrknum getur félagið síðan aukið rannsóknir á þessum sjúkdómi,“ segir Sandra sem er umboðsaðili Weyergans og Styx á Íslandi, vara og véla sem eru að slá í gegn eins og sogæðastígvélin, súrefnishjálmurinn og vacusport.

Þeir sem vilja kynna sér frekar starf hennar á Heilsu og útliti geta haft samband í síma 562 6969, bókað tíma, fengið ráðgjöf um meðferðir eða kynnt sér vítamínin.

Framkvæmdastjóri í núinu með augun á rafmagnaðri framtíð

Íris Baldursdóttir segir orkugeirann kalla eftir konum í spennandi störf sem snúast um bættu orkunýtingu, sjálfbærni og aðgengi að endurnýjanlegri orku. Hún segir stjórnendur meðvitaða um jafnrétti, sem er lykillinn að því að ná árangri í að jafna stöðu kynjanna í orkugeiranum.

Þórdís Lilja Gunnarsdóttir
thordisg@frettabladid.is



Það er mikilvægt að fjölga konum í orkugeiranum á Íslandi. Fyrirtæki með jöfn hlutföll kvenna og karla ná betri árangri, enda ná teymi í jafnvægi til að mynda betur til viðskiptavina, sem eru jú bæði konur og karlar. Þetta segir sig auðvitað sjálfst en hefst ekki nema með því að kveikja áhuga beggia kynja á raforkumálum og gefa rými fyrir bæði kven- og karllæg gildi innan fyrirtækjanna,“ segir Íris Baldursdóttir, framkvæmdastjóri hjá Landsneti.

Íris er rafmagnsverkfræðingur og hefur starfað hjá Landsneti síðan 2006 en þar á undan vann hún í Svíþjóð og Mexíkó sem verkefnisstjóri stórra rafbúnaðarverkefna fyrir flutningsfyrirtæki um allan heim. Hún er því vön að takast á við menningarlegan mun af ýmsum toga. „Fjölbreytni gefur starfinu tvímælalaust lit,“ segir hún.

Íris er líka í stjórn félagsins Konur í orkumálum.

„Þar get ég unnið á enn breiðari grunni að auknum hlut kvenna í orkugeiranum, en hann er og hefur verið fremur karllægur,“ upplýsir Íris. „Það hefur verið mjög vel tekið á móti mér hvar sem ég hef unnið, bæði erlendis og hér heima, en

ég hef margoft verið spurð að því hvers vegna svo fáar konur starfi við raforkumál. Ég get ekki svarað því en hef einfaldlega ákveðið að taka þátt í að snúa þessu við. Að kveikja áhuga á orkumálum er spennandi verkefni. Hjá Landsneti starfa ég í framkvæmdastjórn fyrirtækisins. Þar erum við tvær konur. Jafnframt er stjórn Landsnets skipuð öflugum fólki af báðum kynjum. Stjórnendur, sem eru meðvitaðir um jafnrétti, eru lykillinn að því að ná árangri í að jafna stöðu kynjanna,“ segir hún og brosir. „Landsnet er vinnustaður þar sem það viðhorf gildir og við ræðum um jafnréttismál í tengslum við stefnu, stjórnun og dagleg störf.“

Með púlsinn á samfélaginu

Íris stjórnar kerfisstjórnunarsviði hjá Landsneti og er meginhlutverk þess að stýra raforkukerfinu á Íslandi.

„Það er mikið ábyrgðarhlutverk og má segja að við séum með púlsinn á samfélaginu,“ segir Íris. „Í stjórnstöð okkar fylgjumst við með helstu þáttum íslensks samfélags. Við sjáum þegar aflinn kemur í land og fer í vinnslu, þegar gagnaverin auka við sig, þegar verslun og þjónusta eru í hámarki, hvernig hegðun breytist á stórhátíðum sem og áhrif rafbilavæðingar á kerfið,“ upplýsir Íris og bendir á að stjórnstöðin vinni þétt með rekstraráðilum viðskiptavina sem tengjast

„Ég hef margoft verið spurð hvers vegna svo fáar konur starfi við raforkumál og hef ákveðið að taka þátt í að snúa þessu við.“

kerfinu til að lágmarka áhættu.

„Styrking flutningskerfisins og þróun raforkumarkaðar mun hafa mikil áhrif á hlutverk okkar sem kerfisstjóra. Forsenda heilbrigðrar samkeppni á markaði er sveigjanlegt raforkukerfi þar sem flæði raforku og úrval fjölbreyttrar þjónustu er aðgengilegt,“ útskýrir Íris.

Gervigreind og spálíkön

Fjarskipti ásamt öflugum stjórn- og hugbúnaði gera Landsneti kleift að stýra raforkukerfi landsins þar sem millisekúndur geta skipt máli.

„Hlutverk okkar er flókið enda raforkunotkun og framleiðsla síbreytileg og flutningskerfi raforku með stærstu kerfum landsins. Með kvikari hegðun raforkunotenda og -framleiðenda á samkeppnismarkaði þurfum við að gripa til enn þróaðri lausna. Við horfum til gervigreindar og notkunar spálíkóna í kerfisstjórnun og erum þegar byrjuð að taka skref í þá átt,“ upplýsir Íris og segir að á kerfisstjórninni starfi öflugur hópur sem þekkir raforkukerfið í þaula.



Íris Baldursdóttir er framkvæmdastjóri hjá Landsneti. MYND/ERNIR

„Við erum á fleygiferð inn í framtíðina og búum að góðum tengslum við erlend flutningsfyrirtæki raforku og háskóla sem er mikill styrkur. Það er ómöglegt að sjá fyrir allar breytingar næstu ára en þær verða ekki að veruleika nema við séum með öflugt og skapandi fólk sem vill

þróa nýjar lausnir og hefur trú á krafti nýsköpunar.“

Landsnet er á Gylfaflöt 9, 112 Reykjavík. Sími 563 9300. Sjá nánar á www.landsnet.is og á samfélagsmiðlum.

Fallegri húð með LPG tækni

Líkamslöggun er nuddstofa sem sérhæfir sig í endermologie aðferðinni með LPG Cellu M6 tæki. Aðferðin hefur margsannað sig og hjálpar fólki á öllum aldri að fá fallegri og stinnari húð.

Sólveig Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



Endermologie var upphaflega þróað á niunda áratugnum af Frakkanum Louis-Paul Guitay. Hann hafði sjálfur lent í slysi og fékk í lið með sér lækna og vísindamenn til að þróa tæki undir nafninu LPG til að hjálpa sér til bata. Óvænt aukaverkun meðferðarinnar var að appelsínuhúð minnkaði til muna og í kjölfarið var farið að nota tækið víða í þeim tilgangi að draga úr appelsínuhúð og gera slappa húð stinnari.

„Líkamslöggun er LPG stofa og endermologie er okkar fag,“ segir Harpa Hauksdóttir, eigandi Líkamslöggunar á Nybýlavegi 8. Harpa er menntaður einkaþjálfari og vottaður LPG meðferðaraðili líkt og samstarfskona hennar á stofunni sem jafnframt er sjúkrapjálfari.

Harpa segir fólk á öllum aldri og af báðum kynjum koma á stofuna, annars vegar í líkamsmeðferð og hins vegar í andlitsmeðferð. Meðferðin felst í því að auka súrefnisflæði í húðinni og koma blóðflæði

inu af stað sem hjálpar til við að losa um hnúta og stíflur. „Hingað koma til dæmis konur sem eiga erfitt með að losna við slappa húð eftir barneignir og fólk sem er í ræktinni en á erfitt með ákveðna stadi á líkamanum. Viðskiptavinir okkar eru úr öllu þjóðfélagsgeirum og með ólík vandamál. Fólk leitar til dæmis til okkar vegna þreytu og álags. Fjallgöngu- og íþróttafólk er einnig duglegt að koma til okkar en þess má geta að úti í löndum er algengt að íþróttafélög eigi sjálf svona tæki,“ segir Harpa en í Líkamslöggun er notast við tæki af gerðinni LPG Cellu M6 Integral.

Læknar hafa sent fólk í eftir meðferð í Líkamslöggun enda eru LPG tækin lækningatæki í grunninn. „Við erum þjálfaðar í því að veita þjónustu eftir aðgerðir. Þá hefur endermologie meðferðin hlotið náð hjá bandaríska lyfjaeftirlitinu (FDA) sem áhrifaríkasta meðferðin við appelsínuhúð, hrukkum og misfellum í húðinni,“ upplýsir Harpa og bætir við að stundum komi fólk í einum tilgangi, til dæmis til að losna við appelsínuhúð, en uppgötvu þá að meðferðin hafi bætt áhrif á ýmslegt



„Endermologie er okkar fag,“ segir Harpa Hauksdóttir hjá Líkamslöggun.

annað sem tengist líkamlegri heilsu. Harpa segir misjafnt hversu oft þurfi að koma á stofuna, það sé metið í hverju tilfalli fyrir sig.

Líkamslöggun býður einnig upp á LPG húðlínuna fyrir líkama og andlit. „Þetta eru stórkostlegar

húðvörur og þær einu í heiminum sem eru búnar til með þessari sérstöku tækni. Þá eru þær án parabena og búnar til eftir sérstakri LPG formúlu.“

Árangur meðferðanna hefur spurst út og nóg hefur verið að gera

„Við erum þjálfaðar í því að veita þjónustu eftir aðgerðir. Þá hefur endermologie meðferðin hlotið náð hjá bandaríska lyfjaeftirlitinu (FDA) sem áhrifaríkasta meðferðin við appelsínuhúð, hrukkum og misfellum í húðinni.“

á stofunni. „Viðskiptavinir okkar eru ánægðir og eru duglegir að láta aðra vita af jákvæðum árangri.“

Nánari upplýsingar má nálgast á Facebook síðunni Líkamslöggun.



Auður Lilja Davíðsdóttir, framkvæmdastjóri sölusviðs Öryggismiðstöðvarinnar sem hefur verið leiðandi með nýjungar á markaði.

MYND/EYFÓR

Konum hefur fjölgað mikið hjá Öryggismiðstöðinni

Öryggismiðstöðin er framsækið fyrirtæki sem býður viðskiptavinum sínum lausnir og hefur verið leiðandi með nýjungar á markaði, að sögn Auðar Lilju Davíðsdóttur, framkvæmdastjóra sölusviðs.

Brynhildur Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Öryggismiðstöðin er framsækið þjónustufyrirtæki sem býður upp á heildarlausnir í öryggis- og velferðarmálum fyrir fyrirtæki og einstaklinga. Auður Lilja Davíðsdóttir er framkvæmdastjóri sölusviðs hjá Öryggismiðstöðinni og leiðir sókn fyrirtækisins á markaði.

Snjallöryggi sem slær í gegn

„Öryggismiðstöðin útvegar, setur upp og þjónustar allar mögulegar lausnir í öryggi og velferð,“ segir Auður Lilja og bætir við að fyrirtækið leggi ríka áherslu á vandaða og persónulega þjónustu. „Öryggismiðstöðin var þannig fyrst á markað með snjallöryggiskerfi fyrir heimili og minni fyrirtæki og hefur tekið leiðandi stöðu með riflega 2.000 uppsetningar á Snjallöryggi. Snjallöryggi hefur svo sannarlega slegið í gegn og afar ánægjulegur árangur sem við höfum náð. Það er ekki lengur framtíðarmúsík að snjallvæða heimili. Lausnin er komin á markað, hún er einföld í notkun og aðgengileg öllum. Heimilið er komið í app og fólk getur á einfaldan hátt stjórnað öryggiskerfinu í gegnum snjallsíma, kíkt heim til að kanna hvort allt sé í lagi og stjórnað lýsingu og raftækjum ef það kys það.“

Hraður vöxtur sem byggir á nýrri hugsun

Öryggismiðstöðin var stofnuð árið 1995 og hefur fullt starfsleyfi til öryggisþjónustu frá dómsmálaráðuneytinu. Starfsmenn fyrirtækisins og dótturfélaga eru um 450 talsins. Vöxtur Öryggismiðstöðvarinnar hefur vakið mikla athygli en velta samstæðunnar fór í fyrsta skipti yfir 5 milljarða króna árið 2018 og veltuaukning milli ára um 30%. Fyrirtækið hefur verið leiðandi með nýjungar á markaði og að

„Okkar styrkleikar liggja í tæknipjónustu og viðbragði og við rekum eina stærstu og öflugustu tæknideild landsins þar sem sérþekking er mikil.“

mörgu leyti fetað ótroðnar slóðir í sinni nálgun. „Öryggismiðstöðin skilgreinir sig ekki sem hefðbundið öryggisfyrirtæki,“ segir Auður Lilja og heldur áfram: „Við erum framsækið þjónustufyrirtæki sem býður viðskiptavinum lausnir. Okkar styrkleikar liggja í tæknipjónustu og viðbragði og við rekum eina stærstu og öflugustu tæknideild landsins þar sem sérþekking er mikil. Fyrirtækið rekur sína eigin vaktmiðstöð til móttöku bóða frá öryggiskerfum viðskiptavina. Vaktmiðstöðin er að sjálfsgöðu starfrækt allan sólarhringinn, alla daga ársins. Stjórnstöðin veitir okkur svo einstakt tækifæri til að bregðast við hvers konar uppákomum hjá viðskiptavinum okkar. Sólarhringsþjónusta stjórnstöðvar með útkallsvakt öryggisvarða er

þannig gífurlega öflug þjónusta sem við reynum að tvínna inn í allt sem við gerum. Með þessa styrkleika að leiðarljósi bætum við inn nýjum vörum og þjónustu í búðarborðið. Þar einskorðum við okkur alls ekki við öryggislausnir.“ Hún bendir á að starfssvið Öryggismiðstöðvarinnar sé vítt og hópur viðskiptavina fjölbreyttur. „Þannig býður Öryggismiðstöðin til dæmis upp á margvíslegar lausnir í velferðartækni. Við rekum til að mynda eina bifreiðaverkstæði landsins sem sérhæfir sig í bíla-breytingum fyrir fatlað fólk. Auk þess rekum við vidgerðarþjónustu á hjálpartækjum með samningi við Sjúkratryggingar Íslands. Þekktasta lausnin sem við bjóðum á þessu sviði er eflaust öryggishnappurinn fyrir eldri borgara. Við bjóðum líka upp á mjög sérhæfðar lausnir eins og augnstýrðar tölur og tjáskiptabúnað.“ Hún segir að einn af vaxtar-möguleikum fyrirtækisins liggja á breytingum í lýðfræði. „Aldurs-samsetning þjóðarinnar er að breytast og á næstu áratugum bíður okkar risavaxið verkefni við að þjónusta sífellt stækkandi hóp eldri borgara. Það er ljóst að það þarf nýjar leiðir og nálganir. Ef við nálgumst það verkefni með sama hætti og í dag þá verður einfaldlega ekki til nægt fjármagn eða vinnuafli. Við höfum trú á því að samspíl tækni og þjónustu muni þarna gegna lykilhlutverki. Öryggismiðstöðin hefur á stefnuskránni á næstu mánuðum

og misserum að kynna til leiks snjallar nýjungar sem efla öryggi og þjónustu við eldri borgara og gerir fjólskyldum kleift að standa betur saman að umönnun og velferð sinna nánustu.“

Konur gegna stærra hlutverki

Öryggismiðstöðin hefur því sannarlega mörg járn í eldnum og Auður Lilja viðurkennir að starf framkvæmdastjóra sölusviðs geti tekið á. „Það er krefjandi verkefni að stýra sölusókn hjá fyrirtæki í miklum vexti. Það þarf samstillt átak allra starfsmanna til að halda þjónustu og gæðum í hámarki. Auk þess er mikil áhersla lögð á að ráðast ekki í innleiðingu á of mörgum nýjungum í einu heldur setja frekar enn meiri fókus á þær lausnir sem markaðurinn kallar helst eftir. Þannig er mjög mikilvægt að hlusta vel á raddir viðskiptavina.“

Öryggisbransinn var lengi vel mjög mikill karlaheimur. Þegar ég hóf störf hjá Öryggismiðstöðinni árið 2004 voru afar fáar konur við störf þar. Með breyttum áherslum og aukinni tæknivæðingu hefur fjöldi kvenna stórukaust í fyrirtækinu og þær farnar að taka að sér fleiri stjórnunarstörf. Mín trú er að sú þróun haldi áfram enda þurfum við gott jafnvægi kynja í okkar bransa eins og öllum öðrum. Störfin sem fyrirtækið býður henta líka almennt séð alveg jafn vel báðum kynjum,“ segir Auður Lilja að lokum.

Gefandi að vakna að morgni

Hildur Elín Vignir, framkvæmdastjóri IDUNNAR, segist vakna með bros á vör yfir verkefnum dagsins. Starf hennar er viðfeðmt enda sinnir hún meðal annars símenntun og nemum í iðngreinum.

Benedikt Boas
Hinriksson
benediktboas@frettabladid.is



Ég var ráðin þegar IDAN var stofnuð árið 2006 og hefur starfið verið krefjandi en jafnframt skemmtilegt og mjög gefandi," segir Hildur Elín.

IDAN fræðslusetur varð til við samruna fjögurra fræðslumiðstöðva í iðnaði og ferðaþjónustu og nokkru síðar bættist í hópinn Fræðslumiðstöð bilgreina. Eigendur IDUNNAR eru: Samtök iðnaðarins, Samiðn, MATVÍS, Grafía, FIT, VM, Bilgreina-sambandið, Meistarafélag húsa-smíða og Samtök ferðaþjónustunnar. Hlutverk IDUNNAR er fyrst og fremst að bæta hæfni fyrirtækja og starfsmanna í bil-, bygginga- og málmiðngreinum, prent- og miðlunargreinum sem og matvæla- og veitingagreinum.

Símenntun er kjarnastarfsemi IDUNNAR og á hverri önn er boðið upp á yfir 150 námskeið fyrir iðnaðarmenn, segir Hildur Elín. Þátttakendur á þessum námskeiðum eru vel yfir 3.000 á hverju ári og fer fjölgandi. Auk námskeiðshalds höfum við umsjón með ýmsum hæfnisvottunum. Húsnæði IDUNNAR er sérhannað til kennslu í iðngreinum og við erum vel tækjum búin. Kennarar IDUNNAR eru sérfræðingar hver á sínu sviði og starfa í iðnaði.

„Við rekum einnig umfangsmikla þjónustu við nemendur í iðn- og verknámi. Við höfum umsjón með gerð námssamninga og sveinsprófa í um 30 löggiltum iðngreinum og árlega útskrifast yfir 500 nemendur með sveinsprófi okkar greinum.

Við bjóðum einnig upp á raunfærnimat og höfum gert það frá árinu 2007. Með því hafa margir séð



Hildur Elín Vignir, framkvæmdastjóri IDUNNAR, tók við starfinu árið 2006 þegar IDAN var stofnuð.
FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON BRINK



Það er ýmislegt að sjá og gera í Vatnagörðum.

„Svo erum við líka í erlendu samstarfi og höldum utan styrki til vinnustaðanáms í Evrópu.

tækifæri í að láta meta reynslu sína og þekkingu til eininga og klárað sveinsprófið á sínum starfsvettvangi. Nærri 200 einstaklingar nýttu sér þennan valkost á síðasta starfsári og tóku náms- og starfsráðgjafar IDUNNAR yfir 2.000 viðtöl á tíma-bílinu. Nýlega höfum við að bjóða upp á raunfærnimat fyrir erlenda starfsmenn.

Svo erum við líka í erlendu samstarfi og höldum utan um styrki til vinnustaðanáms í Evrópu. Þegar iðnnemar vilja taka hluta af sínu vinnustaðanámi erlendis þá geta þeir sótt um styrki til okkar. Við erum með öflugt tengslanet í Evrópu og auk þess tókum við á móti

iðnnemum sem koma til Íslands í vinnustaðanám.

IDAN fræðslusetur leggur sitt af mörkum til að efla fræðslu innan íslenskra iðnfyrirtækja. „Við veitum fræðslustyrki, bjóðum upp á þarfagreiningu og leggjum til ýmsar lausnir í fræðslumálum. „Við leggjum okkur fram við að vera í góðum tengslum við okkar aðildarfélaga um landið allt með reglulegum heim-sóknum þar sem við kynnum okkur starfsemi fyrirtækjanna og kynnum þeim þjónustuframboð IDUNNAR.

Það er því víða komið við í starfsemi Hildur Elínar og IDUNNAR og kannski ekki nema von að hún vakni á hverjum degi með bros á vör í jafn gefandi starfi. „Meginstarfsemi okkar er hér í Vatnagörðum 20 þar sem samhentur hópur 24 starfsmanna starfar að því að auka veg og virðingu iðnaðar í landinu.

Við höldum líka námskeið um allt land því okkar félagsmenn eru víða. Og það er alltaf nóg að gera. Þessa önnina vinnum við t.a.m. að því að byggja upp stafrænan skóla fyrir fjar-nám IDUNNAR. Ég hef staðið hér í 13 ár og finnst við vera rétt að byrja," segir Hildur Elín að lokum.

Í ferðageiranum af hugsjón

Þórunn Reynisdóttir, forstjóri Úrvals Útsýnar, hefur starfað í ferðageiranum í 40 ár. Hún segir geirann hafa tekið stakkaskiptum og að gaman sé að eiga þátt í uppbyggingunni.

Vera
Einarsdóttir
vera@frettabladid.is



Ég vann hjá Icelandair í 25 ár og gegndi þar ýmsum störfum," segir Þórunn sem var stöðvarstjóri í Kaupmannahöfn og hótélstjóri Hótel Loftleída. Hún stýrði uppbyggingunni á bilaleigu Icelandair og var bæði í fraktsölu og almennt ferðasölu. „Ég held að ég hafi bara átt eftir að taka að mér

forstjórastólinn þar," segir hún og hlær. Þórunn keypti síðan Avis á Íslandi, byggði það upp og seldi árið 2005. „Þá var kominn góður vöxtur í félagið og ágætt að skipta um vettvang," segir Þórunn sem bauðst forstjórastarf í Bandaríkjunum hjá einum stærsta ferðaheildsala landsins. „Þar vann ég í sex ár með 55 þúsund ferðaskrifstofum og um 50 flugfélögum og öðlaðist viðtæka reynsla. Ég kom síðan aftur heim í ýmis sérverkefni en tók svo við forstjórastöðunni hjá Úrval Útsýn 2015."

Þórunn segir gaman að starfa innan ferðageirans. „Ég lít í raun á þetta sem hugsjónastarf og hefur þótt afskaplega gaman að taka þátt í að byggja geirann upp. Þegar ég byrjaði var hér eitt flugfélag, nú eru þau fjölmörg sem fljúga til og frá landinu sem aftur býður upp á mun meiri möguleika en áður.

Þórunn segir ferðaskrifstofu eins og Úrval Útsýn vissulega standa frammi fyrir áskorunum í stafrænum heimi þar sem margir bóka ferðir og gististaði upp á eigin spýtur. „Sumir halda því fram að ferðaskrifstofur séu á undanhaldi en við höfum sýnt fram á að svo er ekki enda er mikið öryggi fólgið í því að skipta við ferðaskrifstofu í sínu heimalandi ef eitthvað kemur upp á. Það er alltaf hægt að ná í

okkur í síma eða koma á staðinn og á sólarstöðum erum við með fararstjóra sem veita sólarhringsþjónustu. Þess utan er okkar meginhlutverk að aðstoða fólk við að finna réttu ferðina."

Þórunn segir mörg netfyrirtæki ekki svara í síma og að erfitt geti reynst að gera breytingar á flugi og áætlun eftir á. „Þá á smáa lettrið það til að fara fram hjá folki en með því að fara í gegnum ferðaráðgjafa eru minni líkur á því." Þórunn segir sérstaklega vont að horfa upp á það, þegar fólk sem ætlar í draumafrið með alla fjölskylduna lendir í vandræðum eftir að hafa bókað sjálf. „Ég myndi í það minnsta ekki þora það ef svo mikið lægi við. Það á ekki síður við í viðskiptaferðum.

Þórunn leggur áherslu á að Úrval Útsýn sé eina óháða ferðaskrifstofan á landinu, eða ekki tengd neinu flugfélagi. „Við göngum því óbundin að því að finna hagstæðustu kjörin." Í dag eru það konur sem standa í brúnni en við hlið Þórunnar starfar fjármálastjórinn Kristjana Jónsdóttir. Aðspurð segir Þórunn konur gjarnan veljast í störf sólaráðgjafa og millistjórnenda hjá ferðaþjónustufyrirtækjum hér á landi en karla verma forstjórastætin. Þróunin hjá Úrval Útsýn sé því ánægjuleg.



Úrval Útsýn er eina óháða ferðaskrifstofan á Íslandi. Þar standa Þórunn Reynisdóttir og Kristjana Jónsdóttir í brúnni.
MYND/EYÞÓR

Ungar konur fá meiri ábyrgð

Það er mikilvægt að fyrirtæki sjái tækifærin í því að gefa ungum konum færi á að spreyta sig í ábyrgðarstöðum, segir markaðs- stjóri Nóa Síriusar.

Brynhildur Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Silja Mist tekur á móti okkur í höfuðstöðvum Nóa Síriusar á Hesthálsi í Reykjavík þar sem skrifstofa fyrirtækisins er hýst í opnu rými framan við sælgætis- verksmiðjuna sjálfa. „Það er frábært að hafa svona mikla nálægð við framleiðsluferlið,“ segir Silja. „Við leggjum mikla vinnu í stöðuga vörubrúun og það veitir innblástur að vera alltaf í beinu sambandi við framleiðsluna hinum megin við vegginn.“

Silja Mist útskrifaðist úr viðskiptafræði við Háskólann í Reykjavík 2016 og hóf störf sem vörumerkjastjóri hjá Nóa Síriusi sama ár. Það vakti nokkra athygli þegar hún var ráðin markaðsstjóri þessa gamalgróna fjölskyldufyrirtækis rúmu ári síðar, þá aðeins 26 ára gömul, í kjölfar þess að Auðjón Guðmundsson tók við stöðu framkvæmdastjóra markaðs- og sölusviðs. „Auðvitað var það töluverð áskorun og ég er mjög þakklát fyrir að hafa fengið þetta frábæra tækifæri. En einmitt það að vera treyst fyrir þessu starfi gaf mér kjark og þor til að takast á við það. Sem betur fer eru fyrirtæki í meiri mæli farin að treysta ungu fólki fyrir ábyrgðarstöðum og ég er sannfærð um að fyrirtæki eins og Nói þurfa á því að halda að blanda saman reynslumiklu fólki og ungu, vel menntuðu fagfólki“ segir Silja. „Auðvitað þarf hvert fyrirtæki að finna sína blöndu en ég vona að flestir sem reka stór fyrirtæki á Íslandi í dag sjái tækifærin í því að nýta hugmyndakraftinn í ungu fólki sem er nýkomið út úr akademíska samfélaginu í bland við yfirsýn og þekkingu þeirra sem hafa lengri reynslu af rekstrinum. Í markaðsmálunum þarf að vera dýnamík í vinnuumhverfinu sem yfir undir skapandi hliðar starfsins.“

Ábyrgð ekki bara orð á blaði

„Hjá Nóa leggjum við mikið upp úr að starfa eftir gildunum okkar, sem eru ánægja, árangur og ábyrgð. Ég tek þau alvarlega í mínu starfi því að í markaðsmálunum skiptir miklu máli að skilaboðin séu skýr og að fyrirtækið standi alltaf við loford sín gagnvart neytandanum. Þess vegna finnst mér það mikilvægt að fyrirtæki eins og okkar skapi sér skýr gildi sem þýða í raun og veru eitthvað fyrir starfsmenn og að þeir geti tileinkað sér þau í verki. Gildin okkar hjá Nóa snúa bæði að ábyrgð fyrirtækisins gagnvart starfsfólki og ábyrgð okkar gagnvart viðskiptavinum. Gildin skapa grundvöll fyrir gagnkvæmu trausti sem veitir starfsmönnum öryggi og vellíðan á vinnustaðnum og gefa neytandanum fullvissu um vöruna, framleiðslu hennar og gæði.“



Silja Mist Sigurkarlsdóttir, markaðsstjóri Nóa Síriusar, segir ungar konur vannýttan mannauð á íslenskum vinnu- markaði. MYND/EYBÓR

Ég tek það hlutverk alvarlega að sýna fram á að ungar konur geti tekið frumkvæði, sýnt ábyrgð og skarað fram úr á öllum sviðum til jafns við aðra – og oft jafnvel betur

Eitt af helstu verkefnum Silju í markaðsstjórnastöðunni er að vinna að þróun nýrra vörumerkja og endurmörkun eldri tegunda. „Þetta er í raun verkefni sem lýkur aldrei. Það er mikil samkeppni á þessum markaði og Íslendingar eru kröfuharðir neytendur sem sætta sig ekki við neitt minna en bestu gæði. Nói býður upp á tugi nýjunga á hverju ári og til þess að það sé hægt þarf allt ferlið að vinna fullkomlega saman, allt frá hugmyndavinnu til umbúðahönnunar, framleiðslu og markaðssetningar. Ég er svo heppin að vinna með frábæru fólki á öllum þessum stigum, bæði hér hjá Nóa og hjá samstarfsaðilum okkar og það hefur skilað frábærum árangri á undanförunum árum.“

„Dæmi um hvað svona ferli getur falið í sér mikla vinnu er nýja útlitið og umbúðirnar um gamla góða Sírius rjómasúkkulaðið okkar. Þar þurfti í raun að endurhugsa framleiðsluferlið og umgjörð vörunnar frá grunni þar sem við vorum að taka inn nýjar framleiðsluvélar. Um leið vorum við á kafi í vinnu

við að gera umbúðirnar okkar umhverfisvænni. Þar er frábært að sjá svo árangurinn í lokin á margra mánaða ferli þar sem neytendur hafa tekið þessari gömlu góðu vöru í alveg endurnýjuðu formi og algerlega opnum örmum.“

Ungar konur eru vannýttur mannauður

Silja segist finna fyrir ábyrgðinni sem fylgir því að vera ung kona í ábyrgðarstöðu hjá stóru fyrirtæki. „Já, svo sannarlega. Því miður er ennþá töluvert um það að ungar konur þurfi að berjast á móti straumnum í íslensku viðskiptalífi eins og á mörgum öðrum sviðum, en það er að breytast smám saman. Ég tek það hlutverk alvarlega að sýna fram á að ungar konur geti tekið frumkvæði, sýnt ábyrgð og skarað fram úr á öllum sviðum til jafns við aðra – og oft jafnvel betur. Og ég er mjög ánægð með stefnunna hér hjá Nóa hvað þetta varðar. Fyrirtækið hefur sýnt hana í verki á undanförunum árum og um þessar mundir erum við að vinna hörðum

höndum að því að koma á jafnlaunavottun hjá fyrirtækinu sem mun styrkja hana enn frekar. Framtíðin er því björt hjá Nóa.“

Hvað er fram undan?

Þáskarnir eru einn stærsti tími ársins hjá Nóa og egginn er þegar farin að streyma af færbandinu. „Við dettum alltaf í þáskagírinn strax eftir jóla og byrjum að skipuleggja og setja upp áætlanir fyrir þessa stóru súkkulaðiáhátíð. Þáskarnir eru frekar seint á ferðinni þetta árið svo að við höfum örlítið meiri tíma, bæði til undirbúnings en líka til að njóta spennunnar og gleðinnar sem þessu fylgir.“

Og það er ekki aðeins á jafnréttis- sviðinu og í páskaösinni sem von er á jákvæðum hlutum á næstunni. Nói Sírius verður 100 ára árið 2020 og undirbúningur fyrir afmælisárið er þegar hafinn. „Við munum að sjálfsögðu halda upp á stórafmælið með pomp og prakt, meðal annars með því að kynna aftur á markaðinn ýmsar vörur sem neytendur sakna frá fyrri tíð.“

Sjávarhótel með fjallasýn

UMI Hótel er nýtt fjögurra stjörnu fjölskyldurekið hótel undir hinum tignarlegu Eyjafjöllum. Sandra Dís Sigurðardóttir, innanhússarkitekt og lýsingarhönnuður, sá um alla hönnun hótelsins.

Sólveig
Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



UMI er japanskt orð yfir sjó. Okkur þótti viðeigandi að skýra hótelið UMI Hótel þar sem það stendur við sjóinn,“ segir Sandra Dís en aðeins tekur fimm-tán mínútur að rölta niður í fjöru. Útsýnið frá hótelinu er óviðjafnanlegt. Þar sést langt út á haf og fegur sýn er á fjallahringinn þar sem Eyjafjallajökul ber við himin.

UMI Hótel er undir Eyjafjallajökli mitt á milli Seljalandsfoss og Skóga.

„Foreldrar mínir, Sigurður Magnús Sólunsson og Arnfríður Hjaltadóttir, keyptu sveitabæ sem þá var eyðibýli og dunduðu sér við það næstu fimm-tán ár að gera upp bæinn í friinum sínum. Fyrir þremur árum langaði þau að breyta til og flytja í sveitina, kom þá upp sú hugmynd að byggja hótel á jörðinni,“ lýsir Sandra. Sudurlandið er ákaflega vinsælt meðal ferðamanna og sáu Sigurður og Arnfríður að eftirspurn væri eftir fjögurra stjörnu hóteli á þessu svæði.

„Hótelið er á einni hæð og þykir falla vel inn í umhverfið sem var markmið okkar frá upphafi.“ lýsir Sandra.

Að innan er hótelið fagurlega hannað af Söndru Dís en hún er bæði menntuð sem innanhússarkitekt sem og lýsingarhönnuður. „Ég sótti innblástur í umhverfið. Ég notaðist við liti og form úr



Herbergi hótelsins eru 28 og fagurlega hönnuð.

„Þetta hefur gengið framur vonum. Síðasta sumar var alveg frábært og svo hefur veturinn verið með finasta móti.“



Veitingastaður hótelsins hefur fengið góða dóma.



Húsið þykir falla vel inn í umhverfið en frá hótelinu sést bæði til fjalla og niður að sjó.

náttúrunni og horfði þar til stuðlabergsins, jöklanna og haustlitanna,“ segir Sandra en hún flutti meðal annars til landsins mosa frá Hollandi sem hún notar til skreytinga. „Fólk heillast af þessum lifandi mosa og er alltaf að strjúka hann.“

Hótelið var opnað í ágúst 2017. „Þetta hefur gengið framur vonum. Síðasta sumar var alveg frábært og svo hefur veturinn verið með finasta móti.“ Í hótelinu eru 28 herbergi og er helmingur þeirra með útsýni út á jökul, meðan hinn helmingurinn er með útsýni til hafsins. Á hótelinu er svo glæsilegur veitingastaður og bar. Veitingastaðurinn tekur 65 manns í sæti, á honum er boðið upp á á la

carte matseðil. „Við höfum fengið mjög góða dóma fyrir matinn enda með frábæra kokka. Staðurinn er opinn öllum og hingað sækir fólk af hótelinu, úr sveitinni og ferðamenn sem eiga leið um svæðið.“

Sandra bendir á að hótelið sé fullkomið fyrir veislur og viðburði á borð við brúðkaup, afmæli og árshátíðir en sjálf mun hún halda upp á brúðkaup sitt á hótelinu í haust. „Hér verða til að mynda nokkur brúðkaup í sumar. Oftast eru það útlendingar sem bóka allt hótelið fyrir sig og gesti sína og halda svo veisluna á veitingastaðnum. Hótelið er fullkomið í slíka viðburði enda er hér allt til alls.“

Eins og kærleiksrík fjölskylda

Í Vinasetrinu við Kaldársel eiga börn með takmarkað bakland eða stuðningsnet dýrmætt athvarf. Þar fá þau hvatningu og væntumþykju og tækifæri til að safna skemmtilegum minningum.

Þórdís Lilja
Gunnarsdóttir
thordis@frettabladid.is



Við viljum gefa börnum tækifæri til að safna skemmtilegum minningum. Við hvetjum þau, hrósum og sýnum þeim væntumþykju,“ segir Guðrún Elva Arinbjarnardóttir, félagsráðgjafi og framkvæmdastjóri Vinasetursins í Kaldárseli. Vinasetrið er stuðnings- og helgarheimili fyrir börn á aldrinum sex til fimm-tán ára. Þangað koma þau með tilvísun frá sveitarfélögum hvaðanæva af landinu.

„Alls koma hingað um sjötiu börn og ekkert þeirra er með sómu þarfirnar. Mörg barnanna eiga sameiginlegt að fjölskyldan hefur takmarkað bakland eða stuðningsnet. Sum eru félagslega eða efnahagslega einangruð og þurfa tilbreytingu frá hversdagslífinu. Hjá okkur er líka talsvert af börnum sem búa hjá fósturforeldrum, en líka börn með fötlun eða þroska-skerðingar, og börn sem hafa orðið fyrir áföllum og erfiðri lífsreynslu,“ upplýsir Guðrún.

Margvísleg fátækt

Í starfi sínu verður Guðrún áþreifanlega vör við fátækt. „EKKI bara efnislega fátækt heldur líka andlega og félagslega

Það hefur jákvæð áhrif á sjálfsmýnd barna að vinna litla persónulega sigra.

fátækt. Við sjáum það mest hjá börnum sem eiga erlenda foreldra því í tilfellum innflytjenda og þeirra sem eru með lægstu launin en lengstan vinnutíma er ekki mikið eftir fyrir gæðastundir með börnunum. Sum barnanna koma sjálfum sér og jafnvel yngri systkinum á fætur og í skólann. Börn innflytjenda geta verið mjög einangruð og eiga lítið sem ekkert félagslíf utan skólans, né eru þau mörg í íþrótt- og tómstundastarfi. Þau búa í ólöglegu húsnæði sem er ekki hundi bjóðandi og allt fer það illa með sjálfsmýnd barnanna,“ segir Guðrún.

Heimilislegt andrúmsloft

Vinasetrið er einkarekin velferðarþjónusta sem var stofnuð af hópi kvenna árið 2012.

„Þær vissu að veruleg vöntun var á stuðningsfjölskyldum á Íslandi og vildu koma á fót nýju úrræði fyrir börn sem búa við erfiðar eða flóknar félagslegar aðstæður. Hugmyndafræði þeirra var að



líkja sem mest eftir hefðbundnum heimilisáðstæðum og því er enginn stofnanabragur á heimilinu,“ útskýrir Guðrún sem starfað hefur í tæp tvö ár fyrir Vinasetrið.

„Eina til tveir helgar í mánuði koma til okkar um 25 börn. Starfsmenn eru með þeim alla helgina og gista á staðnum. Því eru engin vaktaskipti og skapast gjarnan

kærleiksrík og góð tengsl á milli barnanna og starfsfólksins. Þetta er einstaklega skemmtileg og gefandi vinna og við erum eins og ein stór fjölskylda þegar við erum saman. Andrúmsloftið er líkt því að vera í sumarhúsi með ættingjum og vinum; það getur verið fjör og læti en líka notalegt og afslappað,“ segir Guðrún.

Guðrún Elva
Arinbjarnardóttir er félagsráðgjafi og framkvæmdastjóri Vinasetursins.
MYND/EYFÓR

Kærkomin hvíld frá tölvum Vinasetrið er í notalegum sumarhúsi við rætur Helgafells í Hafnarfirði.

„Þar erum við í nálægð við náttúruna og nýtum okkur svæðið til útivistar, göngu og hjólatúra. Við leggjum áherslu á að virkja börnin og láta þau ögra sér líkamlega og það er heimikill sigur að ganga upp á Helgafell og hefur jákvæð áhrif á sjálfsmýndina að vinna litla, persónulega sigra,“ segir Guðrún.

Hún segir börnin kunna vel að meta hvíld frá sínum og tölvum og að geta gleymt sér í leik. „Við förum í sund og bíó og reynum að hafa dvölinna fjölbreytta og upplifgandi.“

Þakklát fyrir gjafir til barna

Síðasta sumar var boðið upp á viku sumardvöl í Vinasetrinu og hún verður aftur í boði í sumar.

„Ég vil sjá fleiri Vinasetur, sérstaklega á landsbyggðinni, og svo vantar helgarheimili fyrir unglíngla,“ segir Guðrún en félagar í Vinasetrinu treysta mikið á styrki frá fyrirtækjum og velunnurum.

„Við erum þakklát fyrir allar gjafir sem okkur hafa borist. Þær skipta gríðarlegu máli og við þiggjum allt sem gagnast börnum; fót, leikföng, mat og afþreyingu.“

Nánari upplýsingar á vinasetrid.is



Selma Rut hefur átt farsælan feril hjá Pipar\TBWA. Hún segir að Pipar\TBWA sé jafnréttissinnaður vinnustaður og bæði kynin fái tækifæri til að vinna sig upp í fyrirtækinu. MYND/EYFÓR

Fjölga þarf konum í faginu

Selma Rut Þorsteinsdóttir starfar sem Chief Creative Director á auglýsingastofunni Pipar\TBWA. Þar hefur hún starfað í sextán ár en snemma kom í ljós að hugurinn stefndi á skapandi greinar.

Elin
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Selma Rut hefur átt farsælan feril hjá Pipar\TBWA. „Þótt ég hafi unnið hjá sömu kennitölunni þá er varla hægt að segja að ég hafi alltaf unnið á „sama“ vinnustaðnum. Auglýsingafransinn er mjög breytilegur. Eg hef farið í gegnum fjórar sameiningar á þessum tíma ásamt mörgum flutningum. Hef unnið með fullt af góðu fólki svo fjölbreytnin hefur verið mikil,“ svarar Selma Rut þegar hún er spurð um starfið.

Vinna og áhugamál

Bakgrunnur Selmu er grafísk hönnun. Hún útskrifaðist með BA-gráðu frá Listaháskóla Íslands árið 2002, kasólett af dóttur sinni, eins og hún segir. „Að frátalinni einstaka freelance vinnu og sumarvinnu á annarri stofu þá hef ég verið á Pipar alla mína starfsævi, enda er sá stóri, góði hópur orðinn mér mikilvægur. Pipar er fjölskylduvænn vinnustaður og við þösum hvert upp á annað og að öllum líði vel. Það skiptir svo miklu máli að allir taki þessi litlu hlutverk að sér sem gera vinnustaðinn betri. Og það getur verið ótrúlega dýrmætt þar sem maður eyðir miklum tíma dagsins í vinnunni,“ segir hún. „Ég hef brennandi áhuga á öllu tengdu

faginu og í raun eru það forréttindi að geta unnið að áhugamálinu sínu á hverjum degi.“

Pipar\TBWA er hluti af alþjóðlegri keðju auglýsingastofa TBWA sem kallar sig The Disruption Company. „Við erum stolt af því að vera hluti þeirrar keðju. Við erum aðeins einum tölvupósti eða símtali frá sérfræðingum um allan heim sem eru kannski nýbúnir að glíma við svipað verkefni og við erum að vinna. Þeir gefa okkur stuðning og inngjöf í verkið. Þetta hefur hjálpað okkur gríðarlega, sérstaklega undanfarin ár þar sem nokkur verkefni hafa verið unnin í góðu samstarfi við okkar erlendu samstarfsaðila. Það er líka virkilega „inspirerandi“ að hafa aðgang að sérfræðingum sem sjá um auglýsingamál Apple á heimsvísu.

Jafnrétti í hávegum haft

Pipar\TBWA er jafnréttissinnaður vinnustaður. Það skiptir miklu máli að jafnvægi sé á milli kynja í stjórnunarstöðum. Bæði kynin fá tækifæri til að vinna sig upp á stofunni. Það skiptir sömuleiðis máli að fjölbreytileikinn sé mikill hjá starfsfólki í aldursdreifingu, þjóðerni og fleiru. Með því nær stofan að endurspeglar þá fjölbreytni sem samfélagið hefur upp á að bjóða. Þannig náum við auðvitað mestum árangri í skilaboðum út á markaðinn. Það hefur komið fyrir að við

„Það er líka virkilega „inspirerandi“ að hafa aðgang að sérfræðingunum sem sjá um auglýsingamál Apple á heimsvísu.

höfum þurft að endurskipuleggja teymi þegar við sjáum að það er of einsleitt, ekki bara að það þurfi að bæta konu í teymið heldur af því að það vantar karlmann.

Við fengum jafnlaunavottun VR árið 2016, fyrst allra fyrirtækja í skapandi greinum og erum ákaflega stolt af því. Þetta er ekki bara finn stimpill heldur skiptir þetta okkur raunverulega máli. Við höfum alltaf leitast við að hafa jafnrétti og jöfn kjör við lýði og teljum að fyrirtæki séu einfaldlega betur rekin þegar þessir hlutir eru í jafnvægi. Kynjahlutfall er 50/50 í framkvæmdastjórn og í stjórn fyrirtækisins sit ég ásamt Guðmundi Pálssyni framkvæmdastjóra og Valgeiri Magnússyni stjórnarformanni.

Fleiri konur í dómarastörf

Ég tel að stada jafnréttis og kynjamála í auglýsingageiranum sé því miður ekki nógu góð. Lengi hefur verið talað um að það sé erfitt

að finna „réttu“ konurnar, þær séu ekki til staðar eða ekki nógu hæfar. Ég held að það séu mýtur, gögn sýna að konur útskrifast í sama og jafnvel meira mæli en karlar en þær eru ekki að skila sér inn á stofurnar og alls ekki í efri lögum. Því svipar kannski aðeins til ímyndarinnar sem sett var fram í auglýsingu FKA á Jafnvægisvögnum sl. haust, þar sem stjórnandinn hreinlega sá ekki konurnar sem stóðu allar tilbúnar með menntunina og reynsluna,“ segir Selma Rut sem fengið hefur ýmsar viðurkenningar fyrir störf sín í gegnum árin auk þess að vera dómari í mörgum keppnum. Má þar nefna FÍT keppnina, Effie verðlaunin og ADCE (Art Directors Club of Europe) og Lúdurinn, íslensku auglýsingaverðlaunin sem er stærsta auglýsingakeppni á Íslandi. „Það er hins vegar sorglegt að sjá hversu hlutfall kvenna í þeirri dómnefnd er arfaslakt, því auglýsingar eiga auðvitað að endurspeglar íslenskt samfélag, en spurningin er hvort slík speglun eigi sér stað þegar svo mikið ójafnvægi er á milli kynjanna í dómnefndarstörfum,“ bætir Selma Rut við.

Fagið breytist hratt

Selma Rut segir að starf auglýsingafólks sé alltaf að þróast og það gerist hratt. „Við vinnum þó alltaf með sömu grunnigildin sem eru góð

hugmynd og útfærsla. Vissulega er allt orðið mikið hraðara með komu samfélagsmiðla og annarra nýjunga en þarna eru líka ný tækifæri. Nú er hægt að tala beint við áheyrendur og hefja samtal sem opnar á mikla möguleika þannig að ég myndi segja að framtíðin væri spennandi,“ segir Selma Rut sem er gift og móðir þriggja barna. Eiginmaðurinn heitir Arni Davíð Skúlason, forstöðumaður hjá Arion banka, en börnin eru Tanja Kristín 16 ára, Mikael Aron, 12 ára, og Hilmir Hrafn, 8 ára.

Fer á fjöll í fristundum

Þegar Selma Rut er spurð hvernig vinna og fjölskyldulíf fari saman hjá henni, svarar hún: „Börnin mín eru miklir íþróttakrakkar svo það fer orðið ágætis tími í að horfa á þau keppa í frítímum sem okkur foreldrunum finnst virkilega skemmtilegt að gera. Ég er mikil útivistarmanneskja, fer árlega í þriggja daga stelpugönguferð á hálendinu, svona „girlpower-ferð“. Sömu stelpurnar leika körfubolta með mér einu sinni viku í Austurbæjarskóla. Það höfum við gert í um það bil 5 ár en engin okkar hefur æft körfubolta, það er aukaatriði. Ég er mikill jafnréttissinni og hef áhuga á að auka hlut kvenna í faginu. Ég er sannfærð um að fagið verður miklu betra þegar fjölbreytileika er nað,“ segir Selma Rut.

Purfum að vera óhræddari

Ingibjörg Stefania Pálmadóttir, eigandi 101 hótels og forstjóri Torgs, segir mikilvægt að það sé samkeppni um stjórnarsæti kvenna. Hún segist leið á því að vera talin hliðarsjálfi eiginmanns síns.

Ingibjörg Stefania Pálmadóttir er forstjóri og eigandi Torgs ehf., sem gefur út Fréttablaðið, tímaritið Glamour og Iceland Magazine, fyrir ferðamenn. Ingibjörg er þekkt úr viðskiptalífnum og er meðal annars sjöundi stærsti hluthafi í Högum og eigandi og hönnuð 101 hótels. Ingibjörg var alin upp í Hagkaup af föður sínum, verslunarmanninum Pálma Jónssyni, og fetaði snemma í fótspor hans og fór út í eigin rekstur. Henni er staða kvenna á vinnu-markaði hugleikin.

„Það er vitaskuld þannig að sögulega hafa konur verið beittar óréttlæti á vinnuarkaði og þeim er síður treyst fyrir ábyrgðarstöðum. Það er reyndar ekki svoleiðis innan minna fyrirtækja. Það var samt mjög lífrænt ferli, gerðist eiginlega af sjálfu sér,“ segir Ingibjörg, en konur eru áberandi í stjórnunarstöðum fyrirtækja í hennar eigu. Þannig er útgefandi Fréttablaðsins kona, annar tveggja ritstjóra blaðsins, fjármálastjórinn og framkvæmdastjóri rekstrarsviðs allt konur. Hótelstjórinn, aðstoðarhótelstjórinn og veitingastjórinn á 101 hóteli eru allar kvenkyns. „Svo er það þannig í öllum fyrirtækjum að það er einhver sem grajar allt. Hjá mér er það kona í smíðsbuxum sem lærir rafvirkjun á kvöldin,“ segir hún. Rekstur eignarhalds-

félags Ingibjargar, IP Studium, er í höndum kvenna.

Lítið á kynjakvóta sem kvöð

Ingibjörg segist heppin með stjórnendur í sínum fyrirtækjum. „Það er mín upplifun að konur og karlar séu ólíkir starfskraftar að mörgu leyti, áherslurnar eru gjarnan öðruvísi. Eftir því sem ég öðlast meiri reynslu, sé ég alltaf betur og betur hversu mikilvægt er að sjónarmið beggja kynja heyrist innan fyrirtækja og það er eiginlega sama um hvernig rekstur ræðir. Mér finnst ekki síður mikilvægt að veita ungu fólki tækifæri til þess að þroskast og dafna og ná árangri. Um daginn var svo kosid í stjórn Haga, sem ég fylgdist náið með, og mér fannst það mjög áhugavert ferli, verð ég að segja,“ segir Ingibjörg og bendir á að fyrir tæpum áratug hafi verið gerð breyting á löggjöf um hlutafélög og þeim skylt að hafa að minnsta kosti 40 prósent hlutfall hvors kyns í stjórninni.

„Mér hefur því miður fundist þróunin sú að fólkið sem ræður lítur á þennan kynjakvóta sem kvöð. Box til að haka við. Mér hefur sýnst þurfa að leita sérstaklega eftir konum til að bjóða sig fram, til að mynda í stjórnir í skráðum félögum. Það sem svo gerist, aftur og aftur er að það er



Ingibjörg Pálmadóttir, forstjóri og eigandi Torgs ehf., en félagið gefur út Fréttablaðið, tímaritið Glamour og Iceland Magazine, fyrir ferðamenn.

leitað til þeirra sömu og þar með, óumflýjanlega, er komið í veg fyrir að nokkur endurnýjun eigi sér stað. Þarna finnst mér við þurfa að staldra við. Hvers vegna eru konur ekki að bjóða sig fram í stjórnir eins og karlarnir? Þarna er einhver tregða. Þurfa þær ef til vill meiri hvatningu frá konum sem ráða? Það er beinlínis nauðsynlegt að sé samkeppni milli kvenna, eins og á milli karla, um stjórnarsæti. Þann-

ig fáum við besta fólkið í stjórnirnar. Ég vil að við finnum út úr því hvernig við getum breytt þessu, að við sem höfum reynsluna hvetjum konur okkur yngri til þess að bjóða sig fram og vera óhræddari. Trúðu mér, karlarnir eru óhræddir.”

Full skoðanaglöð á köflum

Sjálft segist hún ekki hafa farið varhluta af því að vera kona í rekstri. „Það er til dæmis þannig að þegar er fjallað um fyrirtæki í minni eigu er gjarnan látið að því liggja að ég sé einhvers konar hliðarsjálfi eiginmanns míns. Það er frekar sýrt. Þótt ég sé kona, þá á ég nefnilega þau fyrirtæki sem eru skráð í minni eigu. Þetta hefur sérstaklega verið erfitt fyrir ákveðna fjölmiðla að skilja, Ríkisútvarpið og svo nokkra smámiðla sem Ríkisútvarpið svo hampar, að ég hafi skoðanir og jafnvel úrslitavald um eigin rekstur. Þetta fer alveg nett í taugarnar á mér, að ég hafi orðið að einhvers konar viljalausu verkfæri þegar ég gifti mig tæpla fimm tug og missti greinilega sjálfræði og allar mínar eignir um leið. Mér fannst það alveg merkilegt að maðurinn minn varð ekki eignalaus við ráðahaginn eins og ég,“ segir Ingibjörg og hlær. „Það breytir því ekki að maðurinn minn er minn besti samstarfsfélagi, bæði í leik og starfi. Hann

er mjög hrifinn af kvennaveldinu í kringum okkur.

Steinninn Guðbjartsdóttir, sem var formaður skilanevndar Glitnis, gekk meira að segja svo langt að lögsækja mig fyrir dómstólum fyrir að vera hliðarsjálfi eiginmanns míns. Megi hún hafa ávarandi skömm fyrir. Skemmst frá því að segja að það dómssmál var látið niður falla. Góður vinur okkar hjóna kom nokkru síðar með rauðvinsflösku heim, gaf mér, en tegundin heitir Alter Ego de Palmer. Þessi flaska er úpp- tekin og stendur inni í glerskáp í eldhúsinu og við hlajum að þessu reglulega vegna þess að ég held að allir sem þekki mig geri mér það ekki upp að vera hliðarsjálfi nokkurs manns,“ segir Ingibjörg, hlajandi. „Það er kannski frekar hitt, að fólkinu mínu finnst ég full skoðanaglöð á köflum.“

Ingibjörg segir mikilvægt að þeir reynslumeiri hjálpi þeim sem yngri eru að feta sig í atvinnulífnum, þvert á kynin. „Það má ekki skilja það sem svo að ég ráði ekki líka karla, ég er í grunninn bara að leita að góðu fólki. En þessar hæfu konur hafa einhvern veginn komið til mín í bunkum og endað efst í skipuritinu sem fer þeim mjög vel. Það hefur verið mjög náttúrulegt, sennilega af því að ég er opin fyrir því,“ segir hún að lokum.

Tökum tillit til fjölbreytileika

Í leikskólanum Aðalþingi er fremur leitað nýrra leiða en að halda í úr sér gengnar hefðir. Þannig var tekin upp ný nálgun á matmálstíma til að koma til móts við fjölbreytilegar þarfir barnanna.

Leikskólinn Aðalþing við Aðalþing 2 í Kópavogi tók til starfa 4. mars 2009 og á því tíu ára afmæli á þessu ári. Skólinn er í eigu Kópavogsbæjar en er rekinn af Sigöldu ehf. samkvæmt þjónustusamningi við bæinn. Eigendur Sigöldu eru hjónin dr. Guðrún Alda Harðardóttir og Sigurður Þór Salvarsson, þau starfa bæði við rekstur skólans. Skólastjóri er Hörður Svavarsson.

Að sögn Guðrúnar Öldu er starfið í Aðalþingi á ýmsan hátt öðruvísi en í öðrum leikskólum, til dæmis hefur þar verið unnið markvisst að því að finna nýjar og betri leiðir í leikskólastarfi með rannsóknum og þróunarstarfi. Meðal annars með því að rýna í gamalgrónar hefðir, velja fyrir sér hvort þær skapi gæði í starfinu.

„Ef hefðirnar gera það ekki þá höfum við þróað betri lausnir. Eitt dæmi um það er hvernig við breyttum aðferðum við upphaf leikskólagöngu barna. Aðferðin byggist á þeirri hugmynd að börnin og foreldrarinn kynnist leikskólanum saman. Í kjölfarið hefur meirihluti leikskóla á landinu tekið upp þessa aðferð, sem við köllum þátttökuaðlögun.“

Guðrún Alda nefnir líka annað dæmi, matmálstíma í leikskólum sem hafi lítið þróað á áratugi, en henni fannst hefðbundnar nálganir í matmálstímum ríma illa við lýðræðislegt skólastarfi.

„Okkur fannst þessar gömlu aðferðir ekki henta skólastarfinu í Aðalþingi, hefðbundnir matmálstímar hindra börn til dæmis í að velja hvar þau vilja sitja og ekki víst að vinir fái að sitja saman. Í

„Lýðræði í matmálstímum er ekki síður mikilvægt en á öðrum sviðum skólastarfsins en okkur fannst lítið lýðræði í aðferðum hefðbundnu matmálstímanna og ákváðum því að breyta þessu.“

Aðalþingi viljum við taka tillit til fjölbreytileika – fjölbreytilegra þarfa, óska svo og að börnin læri að þekkja eigið magamál. Lýðræði í matmálstímum er ekki síður mikilvægt en á öðrum sviðum skólastarfsins en okkur fannst lítið lýðræði í aðferðum hefðbundnu matmálstímanna og ákváðum því að breyta þessu.“

Breytingarnar felast að sögn Guðrúnar Öldu meðal annars í því að áhersla er lögð á að börnin geti haft áhrif og valið hvað þau borða, hve mikið þau borða, með hverjum þau borða og hve lengi þau eru að borða.

„Sum börn eru lengi að borða án þess að það eigi nokkuð skylt við matvæðni og þá er mikilvægt að matartíminn sé nægilega langur til að þau nái að ljúka við matinn sinn. Á vinnustöðum fullorðins fólks þykir valfrælsi á þessu sviði sjálfsagt og engin bylting.“

Nú er komin sjö ára reynsla á þessa nýju nálgun á matmálstíma barnanna í Aðalþingi og segir



Guðrún Alda Harðardóttir er annar eigandi Sigöldu sem sér um rekstur leikskólans Aðalþings. MYND/ERNIR

Guðrún Alda að í framhaldinu hafi allnokkrir leikskólar hérlendis tekið aðferðina upp og sömuleiðis nokkrir leikskólar í Svíþjóð.

„Í lok síðasta árs flutti ég svo fyrirlestur í Noregi um matarmenningu Aðalþings og heyrði ekki betur en að einhverjir þar

hefðu hug á að taka þessa nálgun upp. Stundum situr fólk bara fast í gömlum hefðum og iðundar ekki gæðin í þeim. Þegar maður áttar sig svo á því að hefðin er kannski ekki það besta, þá spyr maður sig: Hvers vegna hefur mér ekki dottið fyrir í hug að breyta þessu?“

Að lokum nefnir Guðrún Alda enn eitt dæmi um það sem gerir Aðalþing frábregðinn öðrum leikskólum.

„Aðalþing er eini leikskólinn á Íslandi með starfandi doktor í leikskólafræðum,“ segir dr. Guðrún Alda Harðardóttir.



Inga Huld er dansari og danshöfundur.
Árið 2016 fékk hún Grímuna sem
danshöfundur ársins.

VEL GERT

Toppur er framleiddur eftir ýtrustu gæðakröfum úr fersku íslensku bergvatni, því ef þú ætlar að gera eitthvað, gerðu það þá vel.



Upplifun að koma á Hótel Holt

Hótel Holt er rótgróið hótél í Þingholtunum og er bleika neonskiltið á þaki þess fyrir löngu orðið eitt af kennileitum Reykjavíkur. Fyrsta hæð hótelsins er friðuð og er upplifun að koma þangað inn.

Vera

Einarsdóttir

vera@frettabladid.is



Hótel Holt var stofnað árið 1965 inni í miðju íbúðarhverfi og er það hluti af sjarmanum sem það býr yfir. Fyrsta hæð hótelsins var friðuð árið 2012, en innréttingarnar eru hannaðar af húsgagna- og innanhússarkitektinum Gunnari Magnússyni. Þær eru haganlega smíðaðar og þykja mikil þrýði. Veggina þrýðir síðan fjöldi málverka og teikninga eftir Jóhannes S. Kjarval og fleiri frumkvöðla íslenskrar myndlistar. „Flestum þykir mikil upplifun að koma hingað inn og eru allir hjartanlega velkomnir,“ segir eigandinn Geirlaug Þorvaldsdóttir, en hún er dóttir stofnendanna Þorvaldar Guðmundssonar og Ingibjargar Guðmundsdóttur. Eitt best geymda leyndarmál hótelsins er að sögn Geirlaugar funda-, veislu- og ráðstefnusalurinn Þingholt sem er afskaplega hlýlegur. Hann hefur virðulegt yfirbragð og býður upp á gott næði. Í salnum er píanó og gott pláss fyrir ýmis tónlistaratriði. Inn af barnum í Þingholti er síðan Kjarvalsstofa, sem er nákvæm eftirlíking af vinnustofu Kjarvals.

Þann 1. desember síðastliðinn var veitingastaður hótelsins, Holt Restaurant, opnaður á ný eftir breytingar og er rekstur hans nú



í höndum hótelsins. „Við höfum meðal annars látið endursmiða gömlu stólana sem voru upphaflega í veitingasalnum og þykir hafa tekist vel til,“ segir Geirlaug. Veitingastaðurinn hefur frá upphafi verið fyrsta flokks. Eldhúsið er byggt á klassískum grunni, þar sem einfaldleikinn leyfir hráefninu að njóta sín. „Ólíkt því sem margir halda er engin skylda að mæta í smóking þó umhverfið sé fagað.

Staðurinn er ekki dýrari en aðrir og allir velkomnir, hvort sem er í sparifötum eða gallabuxum,“ segir Geirlaug létt í bragði, en hún hefur stýrt hótelinu frá árinu 2004.

Á hverjum degi er boðið upp á listagöngu um hótelið og hefst hún klukkan 17.30 en þá fá gestir leiðsögn um mörg lykilverk í lista sögu Íslands sem þrýða vegg. „Við erum þó ekki listfræðingar,“ tekur Geirlaug fram, „en eigum margar

Geirlaug hefur komið víða við á löngum ferli og starfaði lengst af sem kennari. Hún vann með námi á Hótel Holti og sem móttökustjóri á Hótel Loftleiðum á upp-hafsárum þess. Hún hefur verið eigandi Hótels Holts frá árinu 2004.



Stofnendur Hótels Holts, þau Þorvaldur Guðmundsson og Ingibjörg Guðmundsdóttir voru mikið áhugafólk um listir, menningu og sögu. Vegg hótelsins þrýða mörg lykilverk íslenskrar lista sögu.



Ráðstefnu-, funda- og veislusalurinn Þingholt er eitt best geymda leyndarmál hótelsins.

skemmtilegar sögur sem tengjast verkunum.“

Margir af erlendum gestum Hótels Holts tala að sögn Geirlaugar um að það sé einstök upplifun að koma þangað inn. „Þeir segja að

hótelið sé ólíkt öðrum hótélum á heimsvísu og ættu Íslendingar í leit að upplifun ekki að láta það fram hjá sér fara að skyggast hérna um. Aðgengi er gott og nóg af bíla- stæðum.“

Brautryðjendur í mannauðsmálum

Ráðgjafarhópur Attentus er með fjölbreyttan bakgrunn og mikla reynslu af stjórnun mannauðsmála. Þjónustan er persónuleg og fagleg, og árangurinn óumdeildur.

Starri Freyr

Jónsson

starri@frettabladid.is



Ráðgjafarfirmarinn Attentus var stofnað árið 2007 af þremur konum. Tólf árum síðar eru ellefu starfsmenn hjá fyrirtækinu og verkefnið bæði fjölbreytt og skemmtileg, að sögn Ingunnar Björk Vilhjálmisdóttur, eins stofnenda og eigenda fyrirtækisins. „Við höfum átt í mjög góðu sambandi við viðskiptavinum okkar og það hefur verið ánægjulegt að fylgjast með þroska þeirra á sviði mannauðsmála á þessum tíma. Ráðgjafarhópur Attentus er með fjölbreyttan bakgrunn og mikla reynslu af stjórnun mannauðsmála og fyrirtækisins sem við höfum unnið fyrir hafa haldið mikilli tryggð við okkur enda er þjónustustig okkar mjög hátt. Þjónustan er persónuleg og fagleg, og árangurinn óumdeildur.“

Mannauðsstjóri til leigu

Helsta þjónusta Attentus hefur verið í formi mannauðsstjóra til leigu en þess má geta að fyrirtækið fékk hvatningarverðlaun FKA árið 2012 fyrir brautryðjendastarf á sviði mannauðsmála með árangursríkri þróun slíkrar útivistunarþjónustu á íslenskum markaði. „Slík þjónusta hentar margs konar fyrirtækjum og stofnunum mjög vel. Fyrirtækið kemur inn með „híð glögga gestsauga“ og finnur sérhæfðar leiðir til að hámarka árangur, ánægju og arð

af vinnu starfsfólksins. Við höfum einnig farið tímabundið inn í stærri fyrirtæki á tímum breytinga, t.d. við forstjóraskipti, og aðstoðað nýja stjórnendur við innleiðingu og eftirfylgni breytinga.“

Afar fjölbreytt ráðgjöf

Attentus veitir fjölbreytta ráðgjöf og þjónustu á sviði mannauðsstjórnunar, segir Ingunn. „Dæmi um þjónustu okkar er aðstoð við innleiðingu á jafnlaunastaðlinum, launagreiningar, viðhorfskannanir, ráðgjöf um vinnurétt og kjaramál, stjórnendabjálfun, „coaching“, gerð áhættumats, seta í tilnefningarnefndum og stjórnun, greining á fræðsluþörfum, þjálfun stjórnenda og starfsmanna, seta í hæfnisnefndum, vinnustofur ýmiss konar m.a. út frá aðferðafræði LEGO Serious Play, stjórnendaráðningar, framkvæmd úttekta á stjórnun, mótun, innleiðing og eftirfylgni stefnu og viðbragðsáætlunar gegn einelti, áreitni og ofbeldi. Við höfum verið að byggja upp starfsemi okkar á sviði greininga og úttekta undanfarið og vinnum talsvert af vinnustaðagreiningum og jafnlaunakönnunum.“

Meira en stimpill

Attentus vinnur nú með fjölda fyrirtækja að undirbúningi og innleiðingu jafnlaunavottunar samkvæmt jafnlaunastaðli. „Um er að ræða stór fyrirtæki sem eiga að vera komin með vottun í lok þessa árs, s.s. Icelandair, Íslandsbanka, Íslandspóst, Landsbanka Íslands,

Við höfum átt í mjög góðu sambandi við viðskiptavinum okkar og það hefur verið ánægjulegt að fylgjast með þroska þeirra á sviði mannauðsmála á þessum tíma.

Saga Film, BYKO, HB Granda, og Öryggismiðstöðina.“

Hún segir innleiðingu á jafnlaunastaðlinum gefa fyrirtækjum miklu meira en einn stimpil. „Fyrirtækin bæta fagleg vinnubrögð í ákvörðunum við laun sem tryggir faglegri og markvissari ákvarðanir sem varða laun. Í langflestum fyrirtækjum er launasetningin sjálf vönduð, en það vantar samt agaðri vinnubrögð, þjálfun stjórnenda við launaákvæðanir og markvissa eftirfylgni. Til að auðvelda jafnlaunavottunina er Attentus í samstarfi við PayAnalytics um lausn sem styður við launagreiningar, þ.e. greinir launamun og dregur fram þær breytingar sem þarf að gera á launasetningu til að útrýma kynbundnum launamun á sem hagkvæmasta hátt.“

#MeToo hefur áhrif

#MeToo hreyfingin er þegar farin að hafa áhrif á fyrirtæki að sögn Ingunnar. „Það er ekki nóg að vera með skýra stefnu gegn einelti, áreitni og ofbeldi, heldur þarf



Ingunn Björk Vilhjálmisdóttir, einn af eigendum Attentus. MYND/SIGTRYGGUR ARI

fyrirtækjameningin að vera til fyrirmyndar. Orð á blaði breyta engu, við þurfum að vinna í samræmi við þau. Við sjáum að mörg fyrirtæki leggja í dag aukna áherslu á fræðslu um kynferðislega áreitni og ofbeldi og heilbrigða fyrirtækja-

menningu. Við höfum bæði tekið þátt í úttektum og rannsóknum á einelti, kynferðislegri áreitni og ofbeldi og aðstoðað fyrirtækin við að bæta fyrirtækjameninguna og útbúið skýra aðgerðaáætlun í kjölfar úttektar.“



Guðfinna Jóhanna Guðmundsdóttir lögmaður sérhæfir sig í fasteignamálum og sinnir fjölbreyttum verkefnum sem tengjast þeim. MYND/ERNIR

Fjölbreytt fasteignamál

Guðfinna Jóh. Guðmundsdóttir, lögmaður á Fasteignamál Lögmansstofu, sérhæfir sig í öllum lögfræðimálum tengdum fasteignum og sinnir einnig ýmiss konar ráðgjöf.

Brynhildur Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Guðfinna Jóh. Guðmundsdóttir, lögmaður á Fasteignamál Lögmansstofu, sérhæfir sig í öllum lögfræðimálum tengdum fasteignum, svo sem gallamálum, fjöleignarhúsamálum, húsaleigumálum og skipulags- og byggingarmálum. „Verkefni eru mjög fjölbreytt, þó þau snúist öll um fasteignir á einn eða annan hátt,“ segir Guðfinna. „Þar sem ég hef meira og minna starfað við fasteignalögfræði síðustu 23 árin og komið að ólíkum verkefnum tengdum fasteignum í gegnum tíðina nýtist reynsla mín vel við hin fjölbreyttustu verkefni hvort sem þau eru fyrir einstaklinga, húsfélög, fyrirtæki eða stofnanir.“

Guðfinna nefnir dæmi um þau verkefni sem hún sinnir. „Það er til að mynda ráðgjöf við kaupendur og seljendur fasteigna vegna ágreinings við fasteignakaup, svo sem vegna galla í nýju eða notuðu húsnæði, greiðsludráttar, afhendingardráttar eða annarra vanefnda.“ Hún nefnir einnig ráðgjöf vegna galla í nýbyggingum, svo sem varðandi kröfur á hendur byggingarstjóra, hönnuði og tryggingarfélögum

þeirra, ráðgjöf við fasteignafélög og leigufélög, meðal annars við fasteignakaup eða á sviði fjöleignarhúsamála, húsaleigumála og skipulags- og byggingarmála, ráðgjöf fyrir húsfélög og eigendur fjöleignarhúsa, íbúðar- eða atvinnuhúsnæðis, meðal annars vegna breytinga eða viðhaldsframkvæmda á húsum, ágreinings um eignarhald eða kostnaðaruppgjör, ráðgjöf fyrir eigendur eða verktaka vegna byggingar, breytinga eða framkvæmda við fasteignir og ráðgjöf fyrir leigusala og leigjendur íbúðar- eða atvinnuhúsnæðis, svo sem gerð leigusamninga, framkvæmd eða lok leigusamnings.

Guðfinna bendir á að flest ágreiningsmál sem upp koma við fasteignakaup snúast um galla. Ágreiningur vegna galla getur þó einnig komið upp við aðrar aðstæður svo sem við byggingu, breytingar eða viðhaldsframkvæmdir á húsum. Hefur hún töluvert aðstoðað kaupendur, seljendur og húsfélög í slíkum málum. „Þetta eru orðin ansi mörg gallamál á þessum árum sem ég hef komið að, einhver hundruð íbúða. Sem betur fer hefur verið hægt að leysa flest þessara mála án aðkomu dómstóla enda gallamál kostnaðarsöm og taka langan tíma. Þegar fólk kemur til mín aðstoða ég það við að meta

stöðuna og ráðlegg hvað best er að gera enda mikilvægt að rétt sé brugðist við strax í upphafi.“ Hún segir að galli í daglegu tali og galli í lagalegum skilningi fari ekki endilega saman. „Ef um galla í lagalegum skilningi er að ræða getur kaupandi fasteignar átt rétt á skaðabótum eða afslætti af kaupverði eignarinnar. Við mat á því hvort um galla er að ræða skiptir máli hvort um nýja eða notaða fasteign er að ræða. Þannig getur kaupandi nýrrar fasteignar gert meiri kröfur en kaupandi gamallar eignar. Nýjar fasteignir eiga einfaldlega að vera í lagi og byggðar í samræmi við lög og reglur. Ef upp koma gallar í nýrri eign getur kaupandi oft átt kröfur á hendur fleiri aðilum en seljanda eignarinnar svo sem byggingarstjóra og hönnuði og tryggingafélögum þeirra ef rekja má tjónið til starfa þeirra. Þegar um notaða fasteign er að ræða telst hún ekki gölluð, nema ágallinn rýri verðmæti hennar svo nokkrur varði, eða seljandi hefur sýnt af sér saknæma háttsemi.“

Guðfinna hefur mikla reynslu af málaflokknum.

„Þegar ég ákvað í ársbyrjun 2002 að opna lögmansstofu ætlaði ég ekkert sérstaklega að sérhæfa mig í fasteignamálum en fólk leitaði strax í byrjun til mín með slík mál vegna reynslu minnar af málaflokknum

“Ég ætlaði ekki endilega að sérhæfa mig í fasteignamálum en fólk leitaði strax í byrjun til mín með slík mál vegna reynslu minnar af málaflokknum.“

en ég hafði áður starfað sem lögfræðingur í félagsmálaráðuneytinu, hjá Íbúðalánasjóði og Húsnæðisstofnun ríkisins,“ segir Guðfinna. „Þar hafði ég meðal annars séð um fjöleignarhúsa- og húsaleigumálin og komið að reglugerðar- og frumvarpsvinnu og gerð álitssgerða á sviði húsnæðismála. Þá hafði ég kennt fjöleignarhúsalög og húsaleigulög. Á þessum tíma hafði ég töluvert mikið unnið með Sigurði Helga Guðjónssyni, formanni Húseigendafélagsins, í tengslum við starf mitt í ráðuneytinu og þegar ég hætti þar og opnaði lögmansstofu bað hann mig um að koma í stjórn Húseigendafélagsins. Ég var í stjórn þess frá 2002 til 2011 en sagði mig úr stjórninni þegar ég tók við sem

formaður kærnefndar húsamála. Ég fór svo aftur í stjórn Húseigendafélagsins síðastliðið vor.“ Auk starfa sinna sem lögmaður hefur Guðfinna tekið þátt í gerð lagafrumvarpa, reglugerða, úrskurða og álitssgerða, verið í stjórnnum, nefndum og ráðum, kennt og haldið fyrirlestra um ýmis mál tengd fasteignum svo sem á námskeiði til löggildingar fasteigna-, fyrirtækja- og skipasala, námskeiði í gerð eignaskiptayfirlýsinga, löggildingarnámskeiði fyrir mannvirkjahönnuði og námskeiði fyrir matsmenn, hjá Endurmenntun Háskóla Íslands, Háskólanum í Reykjavík, Félagi fasteignasala, og mörgum fleiri fyrirtækjum og stofnunum.

Guðfinna var borgarfulltrúi á árunum 2014-2018 en á þeim tíma sat hún meðal annars í borgarráði og umhverfis- og skipulagsráði. „Ég tók mér meira og minna frí frá lögmennskunni meðan ég var í borgarmálanum en byrjaði á fullu aftur í lögmennskunni síðasta haust.“

Guðfinna er enn fremur í stjórn Landsvirkjunar, formaður prófnefndar eignaskiptayfirlýsinga og formaður prófnefndar leigumíðunar.

Vefsíða Fasteignamál Lögmansstofu er www.fasteignamal.is.



Ingibjörg Valdimarsdóttir, framkvæmdastjóri Ritara, er til hægri á myndinni en með henni er Erla Ösp Lárusdóttir, þjónustustjóri fyrirtækisins.

Hagræðing felst í að útvista skrifstofurekstrinum

Fyrirtæki geta dregið úr kostnaði með því að nýta þjónustu fyrirtækisins Ritara. Starfsmenn Ritara geta á faglegan hátt leyst öll rekstartengd verkefni beint af skrifstofu fyrirtækisins á Akranesi.

Sólveig
Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



Við viljum vera leiðandi í lausnum í rekstri fyrirtækja og bjóða viðskiptavinum okkar upp á afburðaðþjónustu. Þessi þjónusta fer að mestu leyti fram í sýndarumhverfi en það þýðir að rekstur fyrirtækisins sem kaupir af okkur þjónustu fer fram óháð stað og tíma starfsmennar," segir Ingibjörg Valdimarsdóttir, framkvæmdastjóri Ritara.

Ritari sérhæfir sig í ritaraþjónustu á borð við símsvörun, úthringingar og bókhaldsþjónustu. „Við getum leyst öll rekstartengd verkefni viðskiptavina okkar beint af skrifstofunni okkar og þurfum því ekki endilega að vera á staðnum til að geta leyst verkefni á faglegan hátt.“ Ingibjörg segir að með því móti sé hægt að auka framleiðni fyrirtækja því Ritari dragi úr kostnaði viðskiptavina. „Við auðveldum þeim að sníða sér stakk eftir vexti og kaupa sérfræðiþjónustu í skrifstofurekstri eftir þörfum.

Símsvörunarþjónusta

„Við svörum í símann fyrir fyrirtæki, sendum símtöl áfram, tökum niður bókanir og sendum skilaboð. Auk þess höldum við úti öflugu úthringiveri.“ útskýrir Ingibjörg en

Við auðveldum fyrirtækjum að sníða sér stakk eftir vexti og kaupa sérfræðiþjónustu í skrifstofurekstri eftir þörfum.

boðið er upp á sólarhringsþjónustu alla daga ársins.

Bókunarþjónusta

„Við tökum við bókunum og hjálpum til við að halda utan um tímaskráningar, afboðanir, breytingar á tímum, að minna á bókaða tíma og svo framvegis, hvort sem er í síma eða tölvupósti,“ segir Ingibjörg og tekur sem dæmi að Ritari hafi verið að setja upp þjónustuborð fyrir ferðaþjónustuna þar sem fyrirtækið sér alfarið eða að hluta um bókanir hvort sem um ræðir gistingu eða ferðir. „Þannig getur starfsfólk ferðaþjónustufyrirtækisins sinnt þeim ferðamönnum sem eru á staðnum og þarf ekki að hafa áhyggjur af að ná ekki að taka á móti bókunum enda getur það að missa af símtali eða tölvupósti þýtt tapaðar tekjur.“

Úthringiþjónusta

Úthringiver Ritara getur aðstoðað við hvers kyns úthringiverkefni. „Við getum til dæmis hringt út símakannanir, safnað upplýsingum, bókað fundi og annast sölusímtöl,“ segir Ingibjörg en starfsfólk Ritara getur séð um hvers kyns samskipti sem snúa að því að selja vörur og þjónustu, afla nýrra viðskiptavina eða styrkja sambandið við þá sem fyrir eru. „Við getum jafnframt séð um að bóka sölumenn á fundi, fylgt eftir markpóstum og aflað upplýsinga meðal annars til að uppfæra viðskiptavinaskrár.“

Ritararþjónusta

Ritari býður fyrirtækjum ritaraþjónustu þar sem ritari situr ekki innan veggja fyrirtækisins og losar þannig fyrirtæki undan þeirri yfirbyggingu sem því fylgir. Fyrirtæki geta því sparað sér umtalsvert fé og fyrirhöfn með því að nýta slíka þjónustu.

Vöktun á netspjalli

„Við bjóðum upp á netspjall þar sem við setjum upp spjallbox á vefsvæði fyrirtækja, vöktum það og svörum einföldum fyrirspurnum sem kunna að koma í gegn og vísum sölutækifærum áfram á söludeild eða stjórnendur fyrirtækisins,“ segir Ingibjörg.

Samfélagsmiðlaþjónusta

Mikilvægt er að halda samfélags-

Dæmi um þjónustu Ritara:

- Almenn símsvörun
- Bókunarþjónusta
- Úthringiþjónusta
- Ritararþjónusta
- Vöktun á netspjalli
- Samfélagsmiðlaþjónusta
- Bókhaldsþjónusta
- Ráðgjöf

miðlum lifandi þegar þeir eru notaðir sem markaðstæki og til að viðhalda góðum tengslum við viðskiptavini. „Við tökum að okkur að vakta þessa miðla, aðstoða við að setja inn efni og gefa góð ráð.“

Samfélagsmiðlaþjónusta Ritara er tilvalin fyrir fyrirtæki sem vilja nýta samfélagsmiðla til fulls í markaðssetningu og sýnileika á netinu. Fyrirtæki geta nýtt sér þjónustuna allt frá því að þiggja aðstoð við að koma sér af stað á netinu upp í það að nota þjónustuna sem alhliða lausn þar sem Ritari hefur yfirumsjón með samfélagsmiðlum fyrirtækisins og vöktun þeirra.

Ingibjörg bendir á að fyrirtæki í ferðaþjónustu sem nýti sér síður eins og TripAdvisor og alþjóðlegar bókunarsíður geti nýtt sér þessa þjónustu. „Ritari vaktar þær fyrirspurnir og umsagnir sem berast og sér til þess að þeim sé öllum svarað. Þannig kemur fyrirtækið vel fyrir og

eykur þar með líkurnar á meiri sölu í framhaldinu.“

Bókhaldsþjónusta

Ritari tekur að sér almenn bókhaldsstörf, launavinnslu og VSK-uppgjör fyrir rekstraraðila. „Við erum í samstarfi við ýmsa fagaðila, meðal annars í tengslum við bókhalds- og skattaráðgjöf, endurskoðun og ársuppgjör.“

Ráðgjöf

„Við veitum ráðgjöf í flestu sem tengist því að reka fyrirtæki í dag. Ráðgjafar okkar hafa menntun og reynslu á mörgum sviðum þegar kemur að rekstri og vexti fyrirtækja,“ upplýsir Ingibjörg en meðal þess sem Ritari sérhæfir sig í er þróun hugmynda í fyrirtækja-rekstur, gerð viðskiptaáætlana, hagræðingu í rekstri, að styrkja mannleg samskipti, aðstoð við yfirtökur og samruna, og markaðs- og söluráðgjöf.

Reynslumiklir starfsmenn

Ritari er á sinu tíunda starfsári og því mikla reynslu að finna innan fyrirtækisins í að sinna þörfum fyrirtækja í öllum greinum atvinnulífsins, allt frá einrykjum til stærri fyrirtækja sem eru staðsett úti um allt land og jafnvel utan landsteinanna. „Við leggjum áherslu á faglega og persónulega þjónustu, sérsníðna að þörfum hvers fyrirtækis fyrir sig,“ áreftar Ingibjörg.



„Viðtökurnar hafa verið frábærar og við erum strax komin með góðan hóp af alls kyns fólki,“ segir Svanlaug Jóhannsdóttir, framkvæmdastjóri OsteoStrong og annar eigenda. MYND/ANTON BRINK

Aukinn styrkur fyrir alla

Um 50% kvenna og 30% karla yfir fimmtugt brjóta bein á lífsleiðinni. Fyrirtækið OsteoStrong á Íslandi hefur það að markmiði að styrkja bein og vöðva á aðeins 60 sekúndum, einu sinni í viku.

Fyrirtækið OsteoStrong, sem var opnað í Borgartúni 24 í Reykjavík í upphafi þessa árs, hefur það að markmiði að styrkja bein og vöðva meðlima svo um munar með aðeins 60 sekúndna átaki, einu sinni í viku. Svanlaug Jóhannsdóttir er framkvæmdastjóri fyrirtækisins og eigandi ásamt eiginmanni sínum, Erni Helgasyni. „Viðtökurnar hafa verið frábærar og við erum strax komin með góðan hóp af alls kyns fólki. Hérna stunda til dæmis saman hreyfingu þríþrautarkappi, jóga-kennari, kraftlyftingamaður og hjólréiðakappi á sama tíma og einstaklingar sem eru langt leiddir með beinþynningu, vefjagigt og fólk sem er að ná sér eftir krabba-meinsmeðferð. Sem sagt alls konar fólk að bæta sig og styrkja,“ segir Svanlaug.

Álag á bein styrkir bein

„Á ensku er aðferðin sem við beitem kölluð „osteogenic loading“ sem þýðir beinþættingarhleðsla, lauslega þýtt. Það er vel þekkt, að það að setja álag á bein leiðir til þess að líkaminn hefist handa við að þetta beinin. Þetta var fyrst uppgötvað á nítjándu öld og það eru til um 20.000 rannsóknir sem að styðja það. Það var þó ekki fyrr en 2012 sem kom í ljós hversu mikið það álag þarf að vera. Það er miklu meira en fólk getur yfirleitt lyft. Tækin lita út eins og venjuleg líkamsræktartæki en virka allt öðruvísi. Í tækjunum hjá okkur notar fólk vöðvana í

sterkustu stöðu þannig að það getur á öruggan hátt sett mikið álag á beinin. Líkaminn skilur það sem þörf til að styrkja bein og viðkomandi frumur hefjast handa við uppbyggingu af krafti,“ segir Svanlaug.

Einstök ný tækni

OsteoStrong byggir á einstakri nýrri tækni sem byrjað var að nýta utan Bandaríkjanna árið 2018. „Við erum fjórða landið fyrir utan Bandaríkin til þess að opna svona stöð. Það hefur komið okkur á óvart hvað meðlimir okkar eru vel lesnir. Ein þeirra hafði þegar stundað OsteoStrong og farið



Það er einstakt að geta boðið upp á þjónustu sem svo margir græða á að stunda. MYND/ANTON BRINK

reglulega til Svíþjóðar til þess. Önnur hafði lesið um þetta á netinu en datt í ekki í hug að þetta mundi koma hingað nógu fljótt til þess að það myndi nýtast henni,“ segir Svanlaug.

Sterkari bein

Þegar fólk stundar OsteoStrong setur það mikið álag á vöðva og bein. Tækin eru fjögur og hver æfing tekur um 15 sekúndur. „Fólk sem þjáist af miklum verkjum á oft erfitt með að lyfta lóðum. Þar sem æfingarnar eru svo stuttar og aðeins einu sinni í viku geta flestir stundað þær. Fólk er að meðaltali að auka styrk sinn um 73% á ári. Svo mikil styrktaraukning á stuttum tíma gerir það oft að verkom að fólk losnar við þraláta verki, oft eftir að hafa jafnvel leitað lausna í mörg ár. Það eru líka margir sem vinna svo mikið að þeir eiga erfitt með

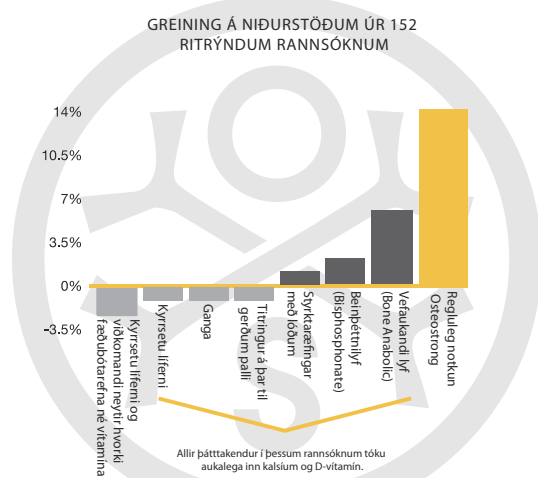
að sinna líkamanum sem skyldi,“ bætir hún við.

Einstakur árangur

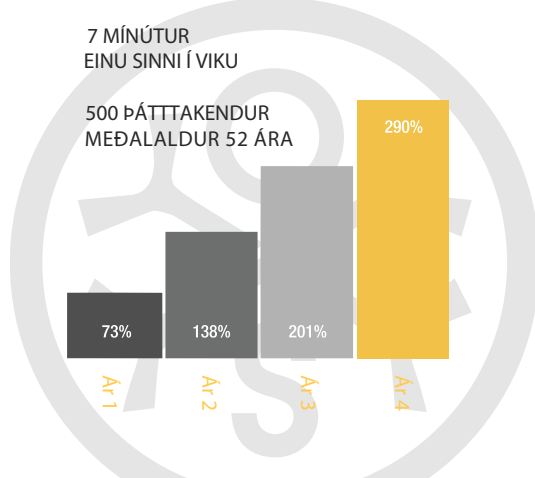
Þegar talað er um beinheilsu hugsa flestir um gamalt fólk, segir Svanlaug. Hún bendir á að styrkur beina skipti hins vegar máli fyrir allt fólk. „Styrkur vöðva takmarkast af styrk beina og því er OsteoStrong ekki síður mikilvægt fyrir íþróttafólk sem vill ná yfirburða árangri. Það kemur líka á óvart hversu margir eru með gisin bein út af lyfjum eða lélegu mataræði. Eftir tíðahvörf geta konur misst allt að 20% af beinmassa á fyrstu 5-7 árunum en eftir það um 2%.“

Almenn beinþéttunylf þetta bein um 2% á ári að meðaltali, en rannsóknir sýna að OsteoStrong getur bætt beinþéttni að meðaltali um 14,7% á ári bætir Svanlaug við. „Jafnvægi eykst að meðaltali um 77% eftir fimm skipti. Styrkur eykst líka að meðaltali um 73% eftir eitt ár og 290% eftir fjögur ár. Blóðsykur, eða HbA1c, getur líka lækkað um 8,8% á hálfu ári.“

Svanlaug er þakklát fyrir að fá að standa fyrir þessu framtæki: „Okkur fannst svo einstakt að geta boðið upp á þjónustu sem svo margir gætu grætt á að stunda. Það er einstakt að sjá meðlimi koma inn úr dyrunum og brosa út að eyrum af eftirvæntingu.“



Rannsóknir á beinþéttni.



Athugun á styrktaraukningu.



hjá
Hrafnhildi

Ensiateigi 5 // 581 2141 // hiahrafnhildi.is