

NORÐURLJÓ

Fréttabréf Norðuráls

12. tbl. 3. nóvember 2010. · RITSTJÓRAR: Raket Heiðmarsdóttir & Trausti Gylfason. · ÁBYRGÐ: Ágúst F. Hafberg. · UMSJÓN: Skessuhorn ehf.

Ritnefnd: Ásmundur Jónsson, Brian D. Marshall, Bjarni I. Björnsson, Jón H. Sveinsson, Jóna B. Sigurjónsdóttir, Jóhanna Árnadóttir og Þóra Jónsdóttir. Myndir: Sverrir Guðmundsson., Þórh. Ásmundss. o.fl.



Fremri röð: Bjarki Viðarsson, Leiknir Sigurbjörnsson, Búi Gíslason, Davíð Sveinsson, Bjarki Georgsson, Aðalsteinn Hafsteinsson, Albert Ingi Gunnarsson og Pétur Björnsson.

Aftari röð: Sveinn Bjarni Magnússon, Gunnar Sigurðsson, Björn Jóhannesson, Einar Árnason, Benedikt Helgason, Eiríkur Kristófersson, Vilhelm Jónsson og Sigurjón Sigurðsson.

Tíu ára starfsafmæli

Áð kvöldi föstudagsins 22. október var fagnað 10 ára starfsafmæli átján starfsmanna Norðuráls sem allir hafa átt farsælan feril hjá fyrirtækinu. Það var gert í veitingahúsinu Lækjarbrekku og í samkvæmið mættu sextán starfsmannanna ásamt mökum sínum og framkvæmdastjórn Norðuráls. Þeir sem

ekki komust voru Hafsteinn Þór Magnússon og Steinþór B. Ingimarsson. Auk þess sem boðið var upp á veitingar í tilefni tímamótanna voru starfsmenn leystir út með gjöfum. Fleiri myndir sem Þorkell Þorkelsson ljósmyndari tók í samkvæminu eru á síðu 5 í blaðinu.

Styrkja Mæðrastyrksnefnd

Á dögnum ákváðu nokkrir starfsmenn C-vaktar að láta draga af launum sínum þúsund krónur um mánaðamótin og veita þeim peningum til Mæðrastyrksnefndar. Framtakið spurðist fljótt út og voru fljótlega komnir tugir nafna á listann. Stjórn fyrirtækisins brást við þessu jákvæða framtaki með því að ákveða að jafna það framlag til Mæðrastyrksnefndar á Vesturlandi sem kemur frá starfsfólki Norðuráls.

Ef fleiri starfsmenn vilja taka þátt í framtakinu geta þeir haft samband við Öddu í síma: 430 1062 eða á adda@nordural.is fyrir 21. nóv.

Eins og komið hefur fram í fréttum er nú mun meiri þörf en áður fyrir starfi Mæðrastyrksnefndarinnar. Segja má að þetta framtak starfsmanna á C-vakt komi því á góðum tíma fyrir þá sem minna mega sín í þjóðfélaginu.

Gunnar Guðlaugsson:

Nokkur orð frá framkvæmdastjóra

Kæru samstarfsmenn

Áð undanförunu hafa orðið þrjár alvarlegar bilanir í aðveitustöð með tilheyrandi truflunum á kerreksturinn. Það er forgangsverkefni hjá okkur að komast fyrir þessu vandamáli og tryggja öruggan rekstur raforkukerfisins. Viðhald er nú hafið í aðveitustöðinni en framleiðsla og afhending varahluta tekur langan tíma þannig að endanlegri viðgerð lýkur ekki fyrr en eftir áramót. Samhliða því er nú hafin vinna við uppsetningu á millitengingu milli straumleiðarakerfis kerlínu 1 og kerlínu 2 til að tryggja enn frekar rekstraröryggi línu 1. Lagður verður straumleiðari frá

einum afriðli kerlínu 2 að A- og B-skála og þannig gert kleift að tengja einn afriðil úr kerlínu 2 inn á kerlínu 1. Ef bilun verður í afriðli kerlínu 1 þá er hægt að grípa til millitengingarinnar og halda þannig fullum straum á línu 1.

Ef frá eru taldar áður nefndar truflanir hefur framleiðslan að flestu leyti gengið vel síðustu vikurnar. Öryggismálin, sem alltaf eru í efsta forgangi, hafa gengið afbragðsvel í kerskálunum og nú þann 26. október fagnaði C-vakt kerskála þremur árum án fjarveruslyss. Þetta er árangur án hliðstæðu í kerskálunum og allar

vaktir hafa nú náð heilu ári án fjarveruslyss. Því miður urðu þó tvö klemmuslys í október sem bæði kröfðust lækni meðferðar annað í skautsmiðju og hitt í viðhaldsdeild. Í báðum tilfellum var verið að nota hífibúnað. Það er því sérstök ástæða til að skoða vel verkefurlana í tengslum við vinnu við hífibúnað. Að lokum vil ég benda á að með kaldari tíð aukast líkur á hálfu á vegum og vil ég biðja ykkur um að fara að öllu með gát í umferðinni.

**Kær kveðja, Gunnar Guðlaugsson
framkvæmdastjóri Norðuráls á Grundartanga.**

Samningur við Benna Kalla endurnýjaður

Í september sl. endurnýjaði Norðurál samning við Berent Karl Hafsteinsson, eða Benna Kalla, sem margir Vestlendingar kannast við. Hann mun í vetur, eins og síðasta vetur, heimsækja grunnskólana í nágrenni Norðuráls á Grundartanga og í Helguvík og verður forvarnarfulltrúi Norðuráls í umferðamálum. Benni Kalli hefur hingað til sinnt því starfi af mikilli elju við góðar undirtektir nemenda í 9. og 10. bekkjum grunnskólanna.

Grípum niður í bréf frá kennara sem kennir 10. bekk í Borgarnesi: Benni Kalli kom til okkar í 10. bekk í Grunnskólanum í Borgarnesi miðvikudaginn 29. sept. 2010 með fyrirlestur um líf sitt og afleiðingar ofsaaksturs á vélhjóli. Fyrirlesturinn var mjög áhugaverður og skemmtilegur, ef svo má að orði komast, því að kannski var efnið ekki beint „skemmtilegt“ en Benni Kalli gerði fyrirlesturinn mjög skemmtilegan.

Nemendur bekkjarins voru mjög ánægðir með heimsóknina og spurðu þeirra spurninga sem vöknudu á meðan á fyrirlestrinum stóð. Einnig hafa þau þó nokkuð þurft að spjalla um hann á eftir, bæði innan bekkjarins og svo veit ég að þau hafa verið að segja félögum sínum úr öðrum bekkjum frá honum.

Það eru nokkrir nemendur í 10. bekk komnir á vespur og/eða skellinöðrur og aðrir mikið á fjórhjólum utan skólatíma, því er þessi forvörn mjög nauðsynleg og góð fyrir þennan hóp.

Mér finnst frábært að fyrirtæki eins og Norðurál styrki svona forvarnir því þetta er nauðsynlegur hlutur, en það sinnir enginn svona málum einn síns liðs án stuðnings eða styrkja frá fyrirtækjum eða stofnunum.

Bestu þakkir fyrir komuna, Benni Kalli, segir kennarinn í 10. bekk Grunnskólans í Borgarnesi í bréfi sínu.



Framkvæmdir í vesturenda kerskála

Eins og margir hafa orðið varir við standa yfir umfangsmiklar framkvæmdir í vesturenda kerskála. Af þessum sökum er lokað fyrir alla umferð milli B og C skála.

Þessi framkvæmd miðar að því að koma á svokallaðri millitengingu frá kerlínu II yfir á kerlínu I. Vegna bilunar í afriðlaspenni 11 sem þjónar kerlínu I, er línan keyrð á þremur afriðlum sem hver um sig er á hámarks álagi. Til lengri tíma eru þetta óásættanlegar aðstæður með hliðsjón af rekstraröryggi. Því var gripið til þess ráðs að útvíkka notagildi afriðils 21, sem nú þjónar kerlínu II, og gera mögulegt að þessi afriðill geti tengst báðum kerlínunum.

Þegar framkvæmdinni er lokið verður rekstraröryggið mun meira. Ef svo óheppilega vildi til að búnaður í kringum afriðla og spenna fyrir kerlínu I gæfi sig þannig að afriðill detti úr rekstri, þá er hægt að bregðast við með tengingu afriðils 21 við kerlínuna.

Miðað við fyrstu verkáætlan verður hægt að hleypa ótakmarkaðri umferð á svæðið, í síðasta lagi 3. nóvember.

Pétur Ottesen, framleiðslusérfræðingur





Norðuráls Open meistarinn

Bjarki heitir maðurinn og er Georgsson, borinn og barnfæddur Skagamaður en á móðurættir að rekja austur á Fáskrúðsfjörð. Sú genasamsetning er greinilega að skila miklum golfáhugamönnum því að það var bróðir Bjarka sem kynnti hann fyrir íþróttinni. Eftir að hafa slegið fyrsta höggið var ekki aftur snúið og sveiflan á nú hug hans allan. Golfið á aftur uppruna sinn til Skotlands. Talið er að um 500 ár séu síðan menn hófu að leika sér við að koma hvítum bolta, sem er um 46 grömm að þyngd og 4,27 sm í þvermál, ofan í 18 holar á grösugu undirlendi með misgóðum árangri þó. Ekki er um árangursleysi að ræða hjá Bjarka því í lok sumars bar hann sigur úr bitum í Norðurál Open, mótarið Golfklúbbs Norðuráls, eftir harða keppni við aðra eitursnjalla kylfinga. En hvað var það sem gerði gæfumuninn svo hann næði að landa titlinum? „Það var stutta spilið

sem gerði útslagið en ég lagði sérstaka áherslu á það í sumar. Leitaði því til Kristvins Bjarnasonar golfleiðbeinanda og hef líklega náð að tileinka mér eitthvað af hans ráðleggingum.“ Þess má geta að heimavinnan skilaði Bjarka líka þeim áfanga að komast undir 10 í forgjöf og í dag er hann með skráða forgjöf 9,7. Margur golfarinn mundi nú bara una vel við sitt að vera kominn á þann stað, en hvað með Bjarka? „Á Meistaramótinu sl. sumar spilaði ég í 2. fl. en stefnan er að sjálfsgöðu að komast upp um flokk. Eigum við ekki að segja að markmiðið sé að vera kominn með 4,5 í forgjöf eftir 3 ár.“ Þeir sem spila golf vita að góðir hlutir gerast ekki nema menn sé sáttir við kylfurnar og aðspurður sagðist Bjarki vera það. Settið hans er af gerðinni Mizuno og er pútturinn uppáhaldskylfan. Svárið var einfalt hver ástæðan væri fyrir því vali. „Það er kylfan sem klárar!“ Sannarlega er hægt að

taka undir þau orð því það getur reynst þrautinni þyngri að koma boltanum seinustu sentimetrana ofan í holuna. Það er samt nokkuð sem virðist vera sáráefalt hjá hinum suður-afríska golfspilara Ernie Els, eða „The Big Easy“, sem Bjarki segir sinn uppáhalds erlenda golfara. „Ánægjan af því að horfa á Ernie spila er að þetta er svo áreynslulaust hjá honum,“ segir Bjarki og þar er líklega komin skýringin á gælunafninu á þeim suður-afríska. Bjarki, sem er fjölskyldumaður, var að lokum spurður að því hvort að honum þætti golfið ekki tímafrekt? „Það er náttúrulega snilldin við að vinna á vöktum að geta verið úti á golfvelli í vaktarfríum, án þess að vera að taka tíma frá fjölskyldunni.“ Í næsta mánuði verður Bjarki búinn að vinna hjá Norðuráli í 10 ár og allan þann tíma hefur hann starfað í steypuskálanum.

**Jóhanna Harpa Arnadóttir,
verkfræðingur í kerskála.**

Ný verkefni alltaf spennandi

Einn af reynsluboltunum sem fór frá Grundartanga yfir í Helgúvík til að byggja upp nýtt álver Norðuráls þar er Torfi Dan Sævarsson. „Þessi 13 ár hjá Norðuráli hafa verið fljót að líða. Tíminn er fljótur að líða þegar gaman er. Þegar mér bauðst á miðju ári 2007 að fara til Helgúvikur, fannst mér það spennandi verkefni þótt ég hafði kunnað mjög vel við mig á Grundartanga. Það er alltaf spennandi að takast á við ný og krefjandi verkefni,“ sagði Torfi Dan.

„Ég er borinn og barnfæddur Akureyringur og átti heima þar þangað til ég fór í frekara nám. Hjá Norðuráli byrjaði ég formlega þann 2. janúar 1998, þá 37 ára gamall. Þá vorum við átta hjá fyrirtækinu. Ég var ráðinn rafmagnsstjóri og fyrstu mánuðirnir fóru í að taka atvinnuviðtöl og sjá um ráðningarferli fyrir iðnaðarmenn og almenna starfsmenn. Ég bjó meðal annars yfir reynslu úr á lbransanum þegar ég kom til Norðuráls, hafði unnið hjá ISAL við byggingu kerskála 3. Var þar með umsjón á uppsetningu á rafmagnsbúnaði og ýmsum framleiðslubúnaði. Þegar það verkefni var að verða búið var uppbyggingin á Grundartanga nánast beint framhald, skemmtilegt og áhugavert,“ segir Torfi Dan, en eins og margir muna var hann hluti af verkfræðideildinni hjá Norðuráli á Grundartanga. Hafði þar yfirumsjón með rekstri raforkukerfisins, 220 KV kerfinu,



afriðlum og 6 KV dreifingu um svæðið. Sá einnig um vatnsveitu svæðisins, sjálfvirku slökkvikerfin og fleira.

„Jú, auðvitað sakna ég gömlu vinnufélaganna á Grundartanga, en alltaf kemur maður í manns stað eins og sagt er. Þetta voru skemmtilegir tímar og við gerðum margt skemmtilegt saman. Ég hef gaman af því að hjóla og við fórum í nokkrar mjög

skemmtilegar hjólaferðir. Ég vona að það verði góð samskipti á milli þessara tveggja stöðva Norðuráls í framtíðinni. Mér þætti það ekki leiðinlegt,“ sagði Torfi Dan Sævarsson, sem ætíð gengur með hatt á höfði eins og einhverjir kunna að muna eftir. „Ég held þeirri gömlu góðu tísku í heiðri,“ sagði Torfi að endingu.

Herslumælir fyrir kranaverkstæðið

Kranaverkstæðið hefur nýverið fengið herslumæli (+/- 2000Nm) sem staðfestir herslu og losunargetu hvers krana fyrir sig. Tækið hefur mikilvægu hlutverki að gegna en það metur hvort kraninn sé að herða nóg eða jafnvel of mikið. Skjárinn er með rafhlöðu þannig að auðvelt er að bruna með mælinn út í skála. Herslumælinn má einnig nota til að skera úr um hvort átaksmælar séu réttir og smelli við umbeðið hersluvægi. Þegar átaksmælar á kranaverkstæðinu var prófaður kom í ljós að hann var að smella við allt að 300Nm átaki undir því sem hann átti að gera. Þegar t.d. stillt er 900Nm er ekki svo gott að greina á handafli hvort hann hafi smellið í t.d. 650Nm. Aðrir tveir átaksmælar voru prófaðir og reyndust þeir hárréttir. Sá bilaði var tekinn úr notkun. Herslumælirinn er smíðaður hér á landi af fyrirtækinu Samey og í samvinnu við Norðurál.

Bjarni Ingi





Gunnar Guðlaugsson og Benedikt Helgason

Tíu ára starfsafmæli



Ragnheiður Stefánsdóttir, Sigurrós Ingigerðardóttir og Kristín Andrup.



Sandra M. Sigurjónsdóttir, Aksel Jansen, Helga Magnúsdóttir, Björn Jóhannesson, Gunnar Sigurðsson og Lísbet Hjörleifsdóttir.



Óskar Jónsson, Gauti Höskuldsson og Albert Ingi Gunnarsson.



Ragnar Guðmundsson forstjóri Norðuráls gestum til sætis.



Harpa Hrönn Davíðsdóttir, Davíð Sveinsson og Búi Gíslason.



Gunnar Guðlaugsson framkvæmdastjóri Norðuráls, Sóley Kjartansdóttir og Sveinn Bjarni Magnússon.



Gunnar Guðlaugsson og Bjarki Viðarsson.

Spurning dagsins

Ætlar þú á jólahlaðborðið?

Spurt á C og D vakt



Jóhannes Andrésson:

Já það held ég. Hef svo sem ekkert þælt í matnum, en borða örugglega vel af svíninu.



Kristinn Einarsson:

Já. Ég kem til með að borða vel af kartöflum og ætli ég fái mér ekki kjötbita með.



Ólafur Þór Þórisson:

Já. Lambakjötíð verður áreiðanlega gírnilegt.



Sævar Jónsson:

Já það held ég, það er alltaf gaman á þessum jólahlaðbordum.



Bjarni Tryggvason:

Að sjálfsgöðu. Ég er matmaður mikill, alltaf duglegur í steikinni.

Stigar og tröppur

Gagnleg hjálpartæki en geta verið hættuleg

Enginn efast um að án færanlegra stiga og trappa yrði líf margra erfitt. Við sem vinnum með þá hér á vinnustaðnum, eða heima hjá okkur, yrðum miklu verr stödd án þessara frábæru hjálpartækja. En þau geta verið stórhættuleg ef ekki er farið rétt með þau.

Einfaldleikinn er svo augljós að manni yfirsjást oft hætturnar. Úti í hinum stóra heimi eru dæmi um alvarleg slys sem hlotist hafa af vinnu í stigum og tröppum. Hér verður rætt um helstu hættur við notkun stiga og trappa og hvernig hægt er að temja sér ábyrga og örugga notkun á þeim. Vinna úr stigum flokkast sem vinna í hæð og telst þar með áhættusöm og varhugaverð.

Meiðsl eru oftast tengd falli úr hæð og geta verið þessi:

- Beinbrot
- Áverkar á höfði, hálsi og baki
- Tognanir
- Skrámur
- Skurðir

Þessi meiðsl geta valdið fjarveru frá vinnu og hugsanlega haft varanlega örorku í för með sér.

Varúðarráðstafanir

Áður en stigi er reistur og farið upp í hann er rétt að skoða nálægt svæði með tilliti til öryggis.

- Gætu dyr opnast, hurð rekist í stigann og fellt hann? Sé svo þarf að læsa dyrunum.
- Er gólfíð hált og hætta á að stigin renni til þegar notandinn er kominn upp í hann?
- Er drasl á gólfinu sem gæti valdið því að notandinn misstigi sig þegar hann kemur niður á gólfíð aftur og stígur á aðskotahlutinn?
- Hvílir efri endi stigans á traustum fleti þar sem hann getur ekki skrikað til hliðar eða stungist í gegn?
- Er ástæða til að láta aðstoðarmann halda stiganum stöðugum?

Trausti Gyfason, öryggisstjóri.



Dagur íslenskrar tungu

Hvað er í deiglunni?

Eitt af skemmtilegum einkennum íslenskrar tungu, eru samlíkingar úr atvinnulífinu inn í tal- og ritmál. Starfsmenn í álverum reka sig á þetta ekki síður er aðrir. Til að mynda er ílátið stóra eða tækjahlutinn í steypuskálunum sem kallaður er Deigla gamalt heiti yfir málmbræðslulát. Í tal- og ritmálinu er gjarnan talað um það hvort eitthvað sé í deiglunni, það að eitthvað sé þá í undirbúningi eða mótun. Þessi samlíking er mjög hnitmiðuð og hittir naglann á höfuðið varðandi álið, höfðar til beggja þeirra skýringa sem orðið deigla hefur í íslenskum orðabókum, m.a. Stóru íslensku orðabókinni.

Starfsdagar

Þessa dagana standa yfir starfsdagar hjá starfsmönnum í kerskála. Fyrsti starfsdagurinn var miðvikudaginn 3. nóv. og verða þeir haldnir hvern miðvikudag í mánuðinum. Markmiðið með starfsdögum er að skerpa áherslur í mikilvægum málum á vinnustað. Má þar nefna einelti og vellíðan og ýmis tæknileg atriði í sambandi við vinnuna. Í lok starfsdaganna verður síðan tekið upp léttara hjal með góðum gestum, þeim Björgvini Franz og Jóhannesi G.

Leiðtogapjálfun

Það hefur lengi verið stefna Norðurláls að hlúa að menntun fólks sem er í leiðtogahlutverkum hjá fyrirtækinu. Um þessar mundir er stigið enn eitt skrefið í þá átt, með því að efna til Dale Carnegie námskeiða sérsníðnum að starfsemi Norðurláls. Námskeiðin eru ætluð 80 manna hópi innan fyrirtækisins, m.a. liðsstjórum. Námskeiðstímabilin eru tvö, það fyrra frá október til janúar og það seinna febrúar til maí. Hópnum er skipt í tvennt á þessi tímabil, 40 manns á hverju tímabili og eru námskeiðin haldin á Grundartanga.

Brian Marshall fræðslustjóri.



Hæfileg hreyfing léttir lífið

Alkunna er að heilbrigður lífstíll er okkur bráðnaudsynlegur, svo bráðnaudsynlegur að ekki dugir að bíða eftir honum. Ef við frestum óhóflega komu hans þá endar það með því að einhver óboðinn og alls ekki skemmtilegur gestur kemur í hans stað. Það er hann Heilsubrestur sem er ekki mjög kærkominn félagi og viljum við alls ekki hitta hann né vita nokkuð af honum. Hins vegar verðum við að vera meðvituð um að heilbrigður lífstíll kemur þegar við bjóðum hann velkominn. Það gerist þegar við viljum, er það ekki svo?

Að öllu gamni slepptu þá eru hjarta- og æðasjúkdómar ennþá algengasta dánarorsök Íslendinga og flestra annarra. Áhættuþættirnir sem þeim tengjast eru margir.

Þeir helstu eru:

- Reykingar
- Hár blóðþrýstingur
- Hækkun í kólesteróli (blóðfitu)
- Sykursýki
- Kyrrseta
- Offita
- Erfðir

Hreyfing er lykilatriði líkamlega; til að styrkja hjartað, auka þol og lækka blóðþrýsting. Auk þess sem hreyfing hefur jákvæð áhrif á blóðfitu. Auðveldara er að halda þyngdinni í skefjum og hreyfing minnkar hættu á áunninni sykursýki. Hreyfing er lykilatriði andlega; við sofum og hvílumst betur og við höfum betri stjörn á streitu í umhverfi okkar. Hreyfing er lykilatriði félagslega; við verðum hæfari í samskiptum hvert við annað. Hreyfing bætir líðan okkar með því að koma í veg fyrir að við verðum hvers kyns krankleika að bráð.

Arný Helgadóttir hjúkrunarfræðingur.

Gólfplötuf framkvæmdir í A og B skála

Lausar gólfplötur í kerskálum A og B milli risla voru börn síns tíma og hafa ekki verið taldar fullnægjandi. Breytingar voru gerðar þegar skálar C og D voru reistir og þá voru menn reynslunni ríkari og áhersla lögð á betri frágang, sérstaklega kringum risla og við skammhlíðar kera. Í sumar voru hafnar aðgerðir til að skipta út lausum plötum við skammhlíðar kera í skálum A og B og þeim breytt til samræmis við útfærsluna í nýju skálunum.

Gert var ráð fyrir betri frágangi kringum risla og styrkur loftunarrista aukinn þannig að þær yrðu síður fyrir skemmdum þó álagið yrði óbreytt. Þess er vænst að þessar aðgerðir verði til þess að snyrtilegra verði við gangbrautir framhjá kerunum og öryggi aukist vegna m.a. sterkari og endingarbetri rista.

Útskipting gólfplatna fer fram óháð kerskiptum og er búið að áhættugreina verkið og öll áhersla

lögð á að verkið verði sem öruggast í framkvæmd. Stjórn með útskiptum gólfveinganna er í höndum Heiðars Sveinssonar.

Pétur Ottesen, framleiðslusérfræðingur.



Frágangur kringum risla eins og hann er nú á mynd hér að ofan og eins og hann var á mynd til vinstri.



Þær sjá um að halda öllu hreinu. María Gunnarsdóttir, Jenný Sigurðardóttir, Helga Magnúsdóttir, Lilja Brynjólfsdóttir, Berglind Svala Benediktsdóttir og Agnieszko Forys.

Röskir ræstitækna

Þær láta ekki deigan síga stúlkurnar í ræstingunni, en gáfu sér þó tíma til að spjalla örstutta stund við tíðindamann Norðurljóssins í kaffipásu einn daginn. Ræstingarnar eru ein af þeim deildum Norðuráls sem vinnur alla daga og stúlkurnar sex skipta með sér dögum. Það er aðeins á miðvikudögum og fimmtudögum sem þær eru allar að störfum og það var einmitt einn miðvikudaginn sem þetta spjall átti sér stað. Aðspurðir sögðu þeir ræstitækna, eins og starfsheitið er, að þetta væri býsna krefjandi vinna bæði líkamlega og andlega og misskemmtileg. „Það er til dæmis ekki það skemmtilegasta að þrifa örbylgjuofnana,“ sagði Svala, en þær þrifa m.a. allar kaffistofur, snyrtingar, baðhúsið og mötuneytið. Helga Magnúsdóttir er liðsstjóri í ræstingunum og hún segir að mikil ganga fylgi þessu starfi. „Við

förum um allt svæðið á hverjum degi og okkur reiknast til að þetta séu á fimmta kílómetra sem við göngum,“ segir Helga. Þær stöllur segja að umgengnin hafi mikil áhrif á vinnuna hjá þeim og hún hafi verið að batna til muna um tíðina ekki síst síðustu mánuðina. Það sé ekkert nema jákvætt um það að segja, þótt vissulega megi alltaf gera betur. „Svo hefur veðrið líka mikil áhrif. Strax og fer að rigna eða snjóá verða þrífir meiri. Þetta var rosalega gott í sumar,“ segir María. Þær stúlkurnar segjast ekki hittast mikið fyrir utan vinnutímann, en mórallinn í vinnunni sé samt finn. Þar sé mikið spjallað um mat, kökugerð og svo auðvitað barnabörnin, en þær eiga slatta af þeim allar, nema Agnes sú pólska í hópnum. Ræstitækna búa allar á Akranesi, nema Jenný í Hlíðarbæ í Hvalfjarðarsveitinni. Spurðar um áhugamálin sögðu þær að þau væru af ýmsum toga. Helga segist mikið vera í sumarbústaðnum

á Stóra-Fjalli í Borgarfirði. María er talsvert fyrir útsaum, en kannski enn meira fyrir þrjónaskap. Jenný kann vel við sig á golfvælinum og er nýkomin úr 12 daga golfferð frá Spáni. Hún er komin niður í 14,6 í forgjöf í golfinu. Lilja ver frítímanum mikið við þrjónaskap og Agnes fæst við að steypa gervineglur í frístundum. Berglind Svala segist vera mikið fyrir hreyfingu, sérstaklega gönguferðir og svo sé fótboltinn í uppáhaldi hjá henni. Hún vildi endilega koma því á framfæri að Arsenal væri hennar uppáhaldslið í enska boltanum. „En það sem við eigum kannski sameiginlegt er að allar drekkum við mohító,“ sagði Svala og þá var nú hlegið hjá ræstitæknum.