

NORÐURLJÓS

Fréttabréf Norðuráls

13. tbl. 6. desember 2010. Ritstjórar: Rakel Heiðmarsdóttir & Trausti Gylfason. Ábyrgð: Ágúst F. Hafberg. Umsjón: Skessuhorn.

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

Kveikt á jólatrénu

Jólatréð var komið á sinni stað við mótuneytið um fyrstu helgina á jólaföstunni og farið var að skreyta það og koma á því ljósum strax eftir helgina. Jólatréð sem er hið fallegasta var sótt í Skógrækt ríkisins í Hvammi í Skorradal. Það gerðu eins og undanfarin ár félagar í Björgunarfélagi Akraness, sem nú fyrir jólin eins og jafnan selja jólatré til ýmissa fyrirtækja til fjárfunar fyrir sitt mikilvæga starf.



Nokkur orð frá framkvæmdastjóra

Kæru samstarfsmenn

Öryggismál gengu vel í nóvember. Frábær árangur náðist í nóvember í öryggismálum en ekkert skráningarskilyt slys eða óhapp varð í mánuðinum. Nú er svartasta skamdegjð að hellast yfir landsmenn en þetta er árstíminn þar sem við munum koma til vinnu í myrkri og fara heim í myrkri. Nokkra morgna hefur verið hálka bæði á vegum og á gönguleiðum. Við þurfum öll að fara varlega við þessar árstíðabundnu aðstæður. Eins og undanfarin ár sjá menn hjá verktakanum Bjarmari um hálkuvarnir á athafnasvæðum. Þeir mæta daglega fyrir allar aldir til að salta leiðir fyrir vaktaskiptin. Þrátt fyrir sóltun og aðrar hálkuvarnir þarf að huga að hverju fót máli og gæta þess að skrika ekki fótur í hálkunni. Í byrjun nóvember var unnið að viðhaldi háspennukerfisins í aðveitustöð og þurfti að reka kerlínu 1 á 120 kA straum í um 15 klukkustundir í þremur lotum. Skerðing sem þessi hefur veruleg áhrif á varmajafnvægi keranna og hefur framleiðslan í kerlínu 1 liðið fyrir það fyrstu daga mánaðarins. Kerlína 1 er nú aftur að ná sér vel á strík og hefur framleiðslan verið afbragðsgóð síðustu daga. Framleiðslan í kerlínu 2 hefur verið

jöfn og nokkuð góð allan mánuðinn. Góður árangur hefur náðst í rislengd. Í október mældist meðal rislengdin 2 mínútur og 11 sekúndur sem er það lægsta sem náðst hefur á Grundartanga. Allt stefnir í svipaða rislengd eða ívið lægri ef eitthvað er í nóvember. Unnið er að viðbótum við ELAS kerstýrikerfið sem mun aðstoða okkur við að taka fyrr eftir risum og ætti þetta að hjálpa okkur að ná rislengd enn frekar niður. Búnaðurinn mun þó ekki hafa áhrif á ristíðni en þar þurfum við einmitt sérstaklega að taka okkur á. Búnaðurinn sem um ræðir felst m.a. í skjáum sem settir verða upp í matstofu og blikkandi ljósum með hljóðmerkjum úti kerskála. Í nóvember héldu allar vaktir kerskálans starfsdaga að Kríunesi í Reykjavík. Sérfræðingar úr kerstjórnum voru þar með fyrirlestra um kerresturinn og sálfræðingar fræddu starfsmenn um eineltismál. Tókust þessir starfsdagar afar vel og er það trú mín að fræðsla og kynningar sem þessi sé nauðsynleg til að fyrirtækið nái markmiðum sínum. Desember er á næsta leyti þegar borg og bæir klæðast í jólaskrúða. Undirbúningur jóla fer þá á fullt skrið, útiljósaseriur eru hengdar upp, jólabrifin

fara fram, smákökurnar eru bakaðar, jólakortin skrifuð og fjölskylduboð eru haldin. Hvort sem við erum við vinnu heima eða að heiman þurfum við að hafa sérstaklega í huga að slys eða óhöpp setji ekki svip sinn á jólahátíðina þegar hún gengur í garð. Gætum vel að svefni fyrir næstu vakt, komum vel hvíld, vinnum öruggum höndum og komum heil heim.

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

Jólaball Norðuráls

Jólaball Starfsmannafélags Norðuráls verður haldið í sal Grundaskóla á Akranesi sunnudaginn 19. desember klukkan 15.

- Sigga Beinteins og Grétar Örvars spila og syngja fyrir dansi
- Kaffi og konfekt
- Góðgæti frá jólasveininum



Öryggi við störfin

Nokkur atriði varðandi þrýstiloft

Varla er sú deild hjá Norðuráli, að ekki sé notað þrýstiloft til að knýja einhver tól til að einfalda störfin, auka framleiðni eða jafnvel gera störfin framkvæmanleg. Þrátt fyrir hve frábært hjálparatriði þrýstiloft er, eru ýmsar hættur samfara notkun þess, sé ekki vel haldið á spöðunum og ýrtruðu varúðar gætt. Sé óvarlega farið með þrýstiloftsknúin tæki geta þau verið mestu skaðræðisgripir og valdið bæði notendum og nærstöddum miklum skaða. Það gildir því að rétt sé staðið að verki.

Þrýstiloft er notað m.a. við eftirfarandi:

- Hreinsun á tækjum og búnaði með blæstri.
- Til að knýja verkfæri s.s. borvélar, slípirokka, stingsagir og lofthamra.
- Við hjólbarðavinnu, að fylla hjólbarða lofti.
- Til að knýja lofttjakkka sem hreyfa vélarhluta.

Nauðsynlegt er að gera sér grein fyrir hvar og hvornig nota má þrýstiloft og reyna að fyrirbyggja alla slyshættu. Ef þrýstiloftsstraumur kemst í snertingu við hörund eða líkamshluta getur það valdið alvarlegum áverkum og jafnvel dauða ef það kemst inn undir húðina. Flestir starfsmenn hafa séð rykið sem þýlast upp þegar þrýstiloft er notað til að blása ryki og öðrum

óhreinindum af vinnuborði, gólfi eða vélarhlutum sem þaktir eru hreinu súrúls- eða raflausnaryrki. Það þarf ekki að hafa mjög líflégt ímyndunarafli til að sjá að slíkur rykmökkur er ekki heilsuþættandi eða æskilegur.

Á vinnustað eins og okkar kemur oft fyrir að starfsmenn verða óhreinir af ryki við störf sín og

að beina loftstraumnum óvarlega að eyrunum við þessa aðgerð.

Loftslöngur sem flytja þrýstiloft geta verið tífandi tímasprengjur sem bíða eftir tækifæri til að brjótast út úr skápnum og berjast um og valda skaða. Mörg dæmi eru um slyss sem orðið hafa við að tengi hafa losnað af loftslöngum sem þá

hamast stjórnlausear og eru öllum nærstöddum til mikillar hættu. Til að koma í veg fyrir slyshættu við meðferð þrýstilofts er rétt að hafa eftirfarandi í huga:

- Aldrei nota þrýstiloft til að blása af líkamanum.
- Aldrei beina þrýstiloftsstút að þér sjálfum eða starfsfélagi.
- Tilkynna um og skipta um stúta sem ekki eru viðurkenndir.
- Eingöngu nota stúta og blásturstæki sem eru viðurkenndir og öruggir.
- Alltaf nota öryggisgleraugu til að forðast að aðskotahlutir lendi í augum.
- Nota viðeigandi öndunarvarnar, ef mikið ryk þýlast upp. Ef fyllstu varúðar er gætt er þrýstiloft mikilvægt hjálpartæki

til að létta okkur störfin og knýja verkfæri okkar. Notum það með skynsemi og öryggi í huga og gerum okkur vel grein fyrir þeim hættum sem leynast í rangri notkun.

Trausti Gylfason öryggisstjóri.



Loftverkfæri.

oft er freistandi að blása það ryk af með þrýstilofti. Þetta er gamall ósiður sem nú er bannaður með öllu, nema með lofti sem þrýstingur hefur verið lækkaður, vegna þeirrar hættu sem er á að menn skaði sig við þessa aðgerð. Mörg dæmi eru um að menn hafi sprengt í sér hljóðhimnur við það

Áreiðanleikaviðhald

Bilanagreining – eyðing endurtekinna vandamála í rekstri

Eins og þeir vita sem sinna viðhaldsmálum hjá okkur í verksmiðjunni, erum við oft að glíma við ýmsa hnökra eða vandamál sem raska eðlilegum rekstri. Oft er um smávægilegar bilanir að ræða þó fyrir komi líka stærri mál sem þarf að leysa. Í öllum tilfellum er góð regla að staldra við og gefa sér tíma til að greina vandamálið, hver er hin raunverulega orsök og hver er afleiðingin. Afleiðingin er yfirleitt það sem við glíum við og erum snögg að leiðrétta. Ef ekki er tekið á hinni raunverulegu orsök þá eru allar líkur á því að við þurfum að takast á við sömu vandamál innan skamms aftur.

Í öllum tilfellum er þó mikilvægt að gefa sér tíma til að skoða hvað það er sem getur framkallað þær aðstæður sem við erum að glíma við í hvert skipti. "5 WHY's" er tól sem gott er að nota við að reyna að átta sig á orsök þess sem maður er að glíma við

í hvert skipti. Að nota 5 WHY's felur í sér að spyrja sig aftur og aftur „af hverju“?

Dæmi:

Legur eru alltaf að fara í rafmótor við blásara! Ekki gott því stutt er síðan skipt var um legur síðast.

1. Af hverju? – Það er mikið kast á blásarahjólunu þegar hann er í gangi.
2. Af hverju? – Hjólið er mjög skítugt.
3. Af hverju? – Safnast hefur mikið ryk á hjólið.
4. Af hverju? – Mikið ryk og efni er í loftinu sem verið er að blása.
5. Af hverju? – Svoleiðis er bara ferlið og efnið sem verið er að vinna með.

Hér komumst við ekki lengra með þessa greiningu. Eftir að hafa áttað okkur á aðstæðum þá gerum við það sem við getum til að koma blásaranum í rekstur aftur. Til að ná tökum á aðstæðunum

verður t.d. að setja í ferli að hreinsa hjól reglulega og/eða sía ryk úr loftinu fyrir blásara. Ef ekkert er gert til þess að ná tökum á ferlinu þá munum við halda áfram að vera í vandræðum með legur í blásurum.

Hjá okkur í verksmiðjunni er fullt af siendurteknum bilunum sem við erum að fást við frá degi til dags. Að beita „5 WHY's“ er skilvirk leið til að eyða siendurteknum vandamálum hjá okkur. Við á áreiðanleikadeildinni notumst meðal annars við 5 WHY's í okkar vinnu daglega þegar við greinum vandamál.

Í farteskinu er gott að hafa hugfast:

Ef við gerum ekkert öðruvísi, getum við ekki vænst þess að fá breytta útkomu.

*Ólafur Arnar Friðriksson
deildarstjóri áreiðanleikaviðhald.*

Rólegra yfir öllu á jóla-vaktinni



Pröstur Vilhjálmsson liðsstjóri á C-vakt í kerskála.

Það er rólegra yfir öllu, meiri samkennd og samhugur en alla jafnan. Kannski eru menn mikið með hugann heima, að það sé ástæðan fyrir því að áberandi rólegra er yfir hlutunum á þessari vakt," segir Pröstur Vilhjálmsson liðsstjóri á C-vakt í kerskála. Pröstur verður á vaktinni næsta aðfangadagskvöld, eins og hann hefur reyndar verið í nokkur skipti á þeim tæpu tíu árum sem hann hefur starfað hjá Norðuráli. „Þetta venst," segir Pröstur þegar hann er spurður hvort hann sé sáttur að þurfa að vinna á aðfangadagskvöld. Og þegar hann er spurður hvort

vinnufélagarnir séu sáttir með það, segir hann: „Hvað á maður að segja, menn láta sig hafa það. Annars höfum við svo sem ekki yfir neinu að kvarta. Menn fá heitan jólamatinn út á línuna og borða eins og þeir geta í sig látið og nóg er af drykkjarföngum og konfektí í boði hússins." Pröstur var til sjós í um 20 ár, lengst af á Sturlaugi H. Böðvarssyni með Gunnari Einarssyni skipstjóra. „Þannig að fjölskyldan er von því að ég sé ekki heima, en reyndar var ég aldrei að heiman yfir jólin meðan ég var á sjónum," segir Pröstur. Þegar tíðindamaður Norðurljöss hafði samband

við pröst til að mæla sér mót við hann í viðtalið, var hann staddur uppi á Geirmundartindi í rúmlega 600 metra hæð. „Ég hef rosalega gaman af gönguferðum og geng oft á Akrafjallið. Á þessu ári byrjaði ég svo að ganga á önnur fjöll. Við gengum sjö karlar héðan af Grundartanga á Hvannadalshnjúk í vor, þar af fimm af minni vakt. Það var rosalega gaman og maður á áreiðanlega eftir að gera meira af þessu. Svo er það stangveiðin á sumrin með gönguferðunum. Það jafnast ekkert á við útiveruna og hreyfinguna," sagði Pröstur að endingu.

Bounty tertan góð á jólaborðið

Dísa í eldhúsinu, Þórdís Reynisdóttir, er mikill bakari og þekkt fyrir gott bakkelsi. Dísa varð við beiðni Norðurljóss um kökuuppskrift sem gagnast gæti vel í jólaundirbúningnum. Dísa kom með uppskrift að svokallaðri Bounty tertu. „Ein gömul og góð sem hefur verið bökuð hér í eldhúsinu fyrir starfsmenn sem eru í vinnu yfir jól og áramót," segir Dísa og hér kemur uppskriftn.

Botn:

140 g flórsykur
140 g kókosmjöl
4 eggjahvítur
Stífþeyta sykur + hvítur og hræra kókos út í. Baka í 30-40 (ég hef í 40) mín við 150 C



Þórdís Reynisdóttir.

Ísbotn:

1 líter vanilluís látinn mýkjast aðeins og settur í jafn stórt form og botninn og settur í frysti. Það er líka hægt að nota þeyttan rjóma, þá þarf ekki að frysta.

Krem:

100 gr suðusúkkulaði
100 gr lint smjör
5 matsk flórsykur
1 dl rjómi
2 eggjarauður

Bræða saman rjóma og súkkulaði, láta kólna (má vera volgt). Hræra saman rauður og sykur vel, bæta út í smjöri og loks smám saman súkkulaði rjóma-blöndunni.

Kakan sett saman þannig að kókosbotn er neðst, ísbotn næstur og svo er súkkulaðikreminu helli yfir. Kökunni er svo skellt í frysti og tekin út ca 10 mín áður en hún er borin fram.



Starfsmenn kranaverkstæðis. Frá vinstri talið, fremri röð: Kristbjörn Magnússon, Frantz Adolph Pétursson, Björn Guðmundsson, Guðrún Birna Ásgeirsdóttir, Guðbjörn Árni Konráðsson, Gísli Trausti Jóhannesson, Þórarinn Torfi Finnbogason og Sæmundur Jónsson. Aftari röð frá vinstri: Óskar Kristinsson, Skarphéðinn Guðmundsson, Jóhann Ragnarsson, Arnar Halldórsson, Páll H. Sigvaldason, Magnús Már Haraldsson, Guðmundur Steinar Jóhannsson og Þorsteinn Jónsson. Á myndina vantar Búa Gíslason.

Bylting með fyrirbyggjandi viðhaldinu

Kranaverkstæðið er ein af mörgum mikilvægum þjónustudeildum hjá Norðuráli. Borgnesingurinn og hestamaðurinn Sæmundur Jónsson hefur verið verkstæðisformaður síðustu árin, en hann hefur verið fastur starfsmaður Norðuráls frá 2003. Sæmundur segist reyndar hafa tengst þjónustu kranaverkstæðisins frá því Norðurál hóf starfsemi 1998, þar sem hann hafi þá starfað hjá Vírneti í Borgarnesi sem var verktaki við kranana. „Ég var síðan ráðinn til Norðuráls 2003 og hef verið verkstæðisformaður síðustu þrjú árin. Þetta hafa verið gríðarlegar breytingar frá því ég byrjaði að vinna hérna. Verksmiðjan hefur stækkað á þessum tíma, tækjum hefur fjölgað til muna og þau orðið fullkomnari og betri. Aðstaðan er líka orðin miklu betri en hún var, en stærsta breytingin hjá okkur er þó þegar byrjað var á fyrirbyggjandi viðhaldi fyrir þremur árum. Við erum með mjög öflugan mannskap hérna á verkstæðinu, fjóra rafvirkja og 13 vélvirkja. Svo er einn starfsmaður hjá Norðuráli sem skipuleggur öll verkin hjá okkur. Það er Ragnar Mariásson, forveri minn hér í verkstæðisformennskunni, sem gerir það. Svo njótum við líka aðstoðar tæknideildar, svo sem í úttektum hjá áreiðanleikafræðingum í sambandi við fyrirbyggjandi viðhaldið,“ segir Sæmundur.

Tíminn nýttist betur

Þau eru ansi mörg tækin sem kranaverkstæðið þarf að halda í stöðugum rekstri þannig að ekki sé hætt á röskun á framleiðsluferlinu í verksmiðjunni. Alls eru kranarnir 34, færsluvagnarnir þrír, lyftusporin fjögur, rýmaravélarnar átta, hjálparskautsbrýrnar fjórar, tvær kerþjöppunavélar og einn kerbrotsvagn. Ragnar Mariásson segir að skipulagið varðandi fyrirbyggjandi viðhaldið sé þannig að öll tækin séu yfirfarin reglubundið. Allir varahlutir og verkfæri séu til staðar á viðhaldsstað, svo starfsmenn geti unnið verkið án þess að nokkuð tefji. „Þannig



Sæmundur Jónsson verkstæðisformaður.



Ragnar Mariásson skipuleggur fyrirbyggjandi viðhaldið.

nýttist tíminn mikið betur í viðhaldsvinnunni og þetta fyrirbyggjandi viðhald gerir allt vinnsluferlið í

verksmiðjunni tryggara. Sú breyting sem orðið hefur hér á seinni árum auk þess að tækjum hefur fjölgað, er að þau eru orðin betri, þeir sem þeim stýra eru orðnir vanari tækjunum og kunnáttan því aukist. Þetta minnkar einnig slyshættu, þannig að óhöpp eru fátíðari en áður,“ segir Ragnar. Þess má geta að Ragnar, sem er mikill stangveiðimaður, er Strandamaður að uppruna. Fæddist í Djúpuvík en átti þar aðeins heima í nokkra mánuði. Þá var hann fluttur steinsnar að bænum Felli í Árneshreppi þar sem foreldrar hans bjuggu lengi. Spurningin er hvort að Ragnar hefur verið jafn sprækur eins og hann er í dag þegar hann var á sínum tíma fluttur í síldarkassa frá Djúpuvík í Fell, en hann segir að sér hafi verið sagt að þannig hafi verið búið um hann á þessu stutta ferðalagi.

Starfsdagar í kerskála

Alla miðvikudaga í nóvember voru haldnir starfsdagar fyrir starfsmenn í kerskála. Á starfsdögum var farið yfir tæknileg atriði t.d. varðandi prófanir í vinnslu við hækkun rafstraums við framleiðsluna, auk mannlegra þátta eins og eineltismála og fyrirhugaðs heilsuárs Norðuráls 2011. Það var sálfræðingur frá Líf og sál sem fræddi starfsmenn kerskála um einelti og afleiðingar þess. En eins og greint hefur verið frá hér í Norðurljósi er Norðurál í samstarfi við Líf og sál um hvernig koma meg í veg fyrir einelti og að vellíðan starfsmanna verði sem mest. Á starfsdögum var rennt úr hlaði með kynningu á heilsuárinu 2011, sem kynnt verður nánar fyrir starfsmönnum á næstunni, m.a. í grein í Norðurljósi, og á kynningarfundum á Grundartanga. Mjög góð mæting var á starfsdagana. Mikil stemning var í lokin þegar skemmtikraftarnir Björgvin Franz Gíslason og Jóhann G. Jóhannsson komu í heimsókn. Sérstaka hrífningu vakti atriði þeirra Michael Jackson Tribute.

Brian Marshall fræðslustjóri.

Gott að borða og gaman að sækja

Ég þekki ekki annað en að fara og sækja í jólamatinn. Ég var byrjaður að ganga til rjúpna með þabba talsvert áður en ég fékk sjálfur byssuleyfi. Ég hef aldrei verið í neinni magnveiði, næ bara í það sem ég þarf í matinn fyrir mig og nánustu ættingja. Núna í seinni tíð nýt ég ennþá betur veiðimennskunnar og útiverunnar. Það er ekkert betra á góðum veiðidögum en að setjast niður með brúsann með nokkrar rjúpur á sér og fá sér heitt kakó. Slaka á í víðáttunni og kyrrðinni," segir Sigbór Hreggviðsson vaktstjóri á D-vakt í kerskála, fengsæll veiðimaður sem veiðir sinn veislumat sjálfur. Sigbór segir að á sínu heimili sé haldið í gamlar venjur á aðfangadagskvöld. Þá er boðið upp á soðinn hangikjötsframpart, kartöflumús, grænar baunir, rauðkál, waldorf-salat og frámas á eftir. Á jóladag eru rjúpur á boðstólum og þá kemur stórfjölskyldan saman. „Ég nota aðferð sem mamma er von að beita. Ég „spekka“ bringurnar með fleskbitum og steiki þær á þönnu með beinum. Svo er rjúpan soðin í potti ásamt fóarni og hjörtum. Þegar

kemur að því að laga sósuna eru meiri serimoniur. Þá koma fleiri að og vilja smakka og leggja sitt að mörkum.



Sigbór með vænan hreindýrstarf á veiðum austur á Héraði.

Þetta er allt ansi skemmtilegt og tilheyrir þessum degi," segir Sigbór.

Félagsskapur á hreindýraveiðunum

Sigbór er veiðimaður af lífi og sál. Hann er í lax- og silungsveiðinni að

sumrinu og sækir sér ætíð nokkrar gæsir í matinn á haustin. Þá hefur hann síðustu árin sótt hreindýr austur á Hérað. „Við förum nokkrir saman og mér finnst hreindýraveiðin ólík annarri skotveiði. Það er varla hægt að bera hana saman við til dæmis rjúpaveiðina. Á rjúpunni nýt ég einverunnar en við hreindýraveiðarnar er þetta meira félagsskapur og hópvinna. Ég hef gríðarlega gaman af stangveiðinni og bið alltaf spennur eftir þeim tíma. Ég byrja yfirleitt að hnýta flugur strax eftir áramótin. Það er eins þar og í skotveiðinni að ég er enginn magnveiðimaður. Er bara ánægður með það sem ég fæ og er ekki að sækjast eftir miklu. Það er alltaf gaman að veiða vel en maður gengur samt jafn ánægður í burtu þótt illa gangi. Viðhorfið breytist með aldrinum. Ég er bara glaður að fá í matinn og það er allt borðað sem ég veiði. Ef við gerum það ekki fjölskyldan þá hef ég stundum bjargað vinum og kunningjum ef ég hef haft möguleika á því. Það er gott að borða og gaman að sækja," segir Sigbór að endingu.



Á myndinni er stjórn Samtaka áliðnaðarins: Ragnar Guðmundsson Norðuráli, Þorsteinn Viglundsson framkvæmdastjóri Samáls, Rannveig Rist frá Ísal og Tómas Már Sigurðsson Fjarðaráli.

Ljósmynd: Hreinn Magnússon.

Meirihluti landsmanna hlynntur áliðnaði

Samál, samtök álfyrirtækja á Íslandi, tóku formlega til starfa um miðjan nóvembermánuð. Markmið samtakanna er að vinna að hagsmunum og framþróun íslensks áliðnaðar og að auka upplýsingagjöf um áliðnaðinn. Í Capacentkönnun sem gerð var

21.-28. október sl. kemur fram að liðlega 54% landsmanna eru jákvæðir gagnvart íslenskum áliðnaði, liðlega 23% eru hlutlausir í afstöðu sinni til iðnaðarins en einungis 22% landsmanna segjast neikvæðir gagnvart áliðnaði hér á landi.

JÓLAGJAFIR

Fimmtudaginn 9. desember byrjum við að afhenda jólagjafir til starfsmanna.

Gjafirnar verða afhentar á lager (sunnanmegin) og er gert ráð fyrir að starfsmenn taki við gjöfum á leið heim úr vinnu.

Afhending jólagjafa verður sem hér segir:

Dagvinnufólk, Skautsmiðja og Kersmiðja A-vakt
9. og 10. desember – kl. 15:15-16:30
A-vakt
9. desember – kl. 19:15-19:45
D-vakt
10. desember – kl. 07:15-07:45

B-vakt
10. desember – kl. 19:15-19:45
Kersmiðja B-vakt
13. desember – kl. 15:15-16:30
C-vakt
13. desember – kl. 19:15-19:45



Gleðileg jól

Jólasveinarnir

Segja vil ég sögu
af sveinunum þeim,
sem brugðu sér hér forðum
á bæina heim.

Þeir uppi á fjöllum sáust,
- eins og margur veit, -
í langri halarófu
á leið niður í sveit.

Gryla var þeirra móðir
og gaf þeim tröllamjólk,
en pabbinn Leppalúði,
- það var leiðindafólk.

Þeir álsveinar nefndust,
- um jólin birtust þeir.
Og einn og einn þeir komu,
en aldrei tveir og tveir.

Þeir voru þrettán
þessir heidursmenn,
sem ekki vildu ónáða
allir í senn.

Að dyrunum þeir læddust
og drógu lokuna úr.
Og einna helzt þeir leituðu
í eldhús og búr.

Lævisir á svipinn
þeir leyndust hér og þar,
til óknyttanna visir,
ef enginn nærri var.

Og eins, þó einhver sæi,
var ekki hikað við
að hrekkja fólk - og trufla
þess heimilisfrið.



12. des
Spírustaur kom fyrstur,
stinnur eins og tré.
„Ég kann að drepa risin
eins og ekkert sé“.

Þá gusugangur ógurlegur,
- gerði við sig vart,
slettur reyndu að svífu um,
- og sviða líkamspart.



13. des
Súrálsgaur var annar,
með gráa hausinn sinn.
- Hann skreið ofan í tunnu
og skauzt um rörin inn.

Hann faldi sig í hopperum
með háðung sína og spott,
og vildi ei verða að áli
þó svo öðrum þætti flott.



14. des
Spækur hét sá þriðji
stubburrinn sá.
Hann settist undir skautin,
þegar kostur var á.

Hann olli miklum usla
sem aðrir gáfu gaum,
því ljúfu litlu skautin
leiddu allt of mikinn straum.

15. des
Sá fjórði, Sköfusleikir
var fjarskalega mjór.
Og ósköp varð hann glaður,
ef að inn í kerid fór.

Þá þaut hann eins og elding
eftir gólfi ekki leynt,
já svona skal allt líta út,
og vera slétt og hreint.

Jóhannes úr Kötlum og Pétur Ottesen
Teikningar: Jón Ingi Gylfason.



16. des
Sá fimmti, Skautaskelfir,
skokkar hérna hring.
- Með undarlega mælistöng
minnir á verkfræðing.

Og kallar „úlfur, úlfur“
það eflaust væri frétt.
Ef vísbending um vörtuskautin
væri sönn og rétt.



17. des
Hinn sjötti, Deiglusleikir,
sá er dæmalaus.
Hann rjätlar við sinn rosa-bor
við rykið ekki laus.

Svo vaskur líkur verkinu
já vel hann þetta kann,
Dýrðleg virðist og djásni lík
er deiglan alveg hrein.



18. des

Sjöundi var þekjuskellir,
- sá hafði ei vinarþel,
ef fólkíð vann á milli kerja
-og vildi gera vel.

Hann var ekki sérlega
hnugginn yfir því,
ef harkalegur heyrðist skellur
-svo hélt hann burt á ný.



19. des

Sá áttundi, Brjótajarmur,
var skelfilegt nauð.
Af grimmd og krafti gegnum þekju
gat á hana braut.

Hann montin var og mikið þótti
þótt mælgin væri ei röng,
- „án mín væri engin mötun,
og kerin væru svöng“.

20. des

Níundi var Kranakrækir,
kænskur bæði og snar.
Hann hentist upp í rjáfrin
og gerði skunda þar.

Upp í krana sat hann
í hita, svækju og reyk
klippti á víra kaldhæðinn,
svo kraninn alla sveik.



21. des

Tíunda nefnum Pottagægi,
þann piltunga ég finn,
sem laumaðist á enda lokin
og leit í kerin inn.

Ef eitthvað var þar inni
hann ákafann fékk sting,
og ekkert gladdi hann meira
en gæða covering.



22. des

Ellefti var Flúorþefur,
- fékk sá aldrei kvef,
og hafði þó svo hláleg
og heljarstórt nef.
Hann ilm af góðu gasi
gjarnan næmur fann,
og léttur, eins og reykur,
á lyktina rann.



23. des

Álkrókur, sá tólfsti,
kunni á ýmsu lag.
Hann þrammaði að Grundartanga
á Þorláksmessudag.

Hann krækti sér í álsýni,
þegar kostur var á.
En stundum reyndist stuttur
stauturinn hans þá.



24. des

Þrettándi var Hleifasníkir,
- þá var tíðin köld,
ef ekki kom hann síðastur
á aðfangadagskvöld.

Starfsfólk steypuskála
brosti, en gleðin þraut
er sá þau hann hlaupa
með álstæðu á braut.

Á sjálfa jólanóttina,
- sagan hermir frá, -
á strák sínum þeir sátu
og stöðu ljósín á.

Svo tindust þeir í burtu,
- það tók þá frost og snjór.
Á þrettándanum síðasti
sveinstaulinn fór.

Fyrir löngu á fjöllumum
er fennit í þeirra slöð.
- En minningarnar breytast
í myndir og ljóð.



Pannig er staðan í Helguvík í dag. Neðri myndin var tekin fyrir ári.

Fréttir frá Helguvík

Í dag eru 35-40 starfsmenn byggingarverktaka daglega að störfum á framkvæmdasvæðinu í Helguvík. Þó hægar gangi en við viljum, hefur lífi verið haldið í verkefninu og milli vikna má sjá að byggingar taka jafnt og þétt á sig reisulegri mynd. Síðustu vikur hefur áherslan verið á að styrkja stálgrindina og úr fjarlægð mætti halda að klæðningin væri komin á kerskálana. Skálarnir í fyrsta áfanga verða um 400 metra langir en breiddin er 26 metrar, alls rúmlega 10.000 fermetrar. Breiddin milli kerskálanna er um 60 metrar, sem er töluvert meira en á Grundartanga þar sem breiddin er um 24 metrar, þannig að rúmt verður um reykheinsivirki. Uppsáttur og steypuvinna er í gangi vegna afriðlastöðvar, búið er að steypa upp sökkla, kjallara og olíugryfjur upp að gólfi fyrir búnað. Norðurál hefur nú þegar framkvæmt fyrir um 15 milljarða króna í framkvæmdunum. Verkið er



áfangaskipt og er hver áfangi 90 þúsund tonn. Hlé milli áfanga er áætlað um 12-18 mánuðir. Gert er ráð fyrir að um 10.000 ársverk muni skapast hér á landi á þeim sex árum sem bygging álversins og tengdra framkvæmda stendur yfir. Frá haustinu 2008 hefur verið unnið að því að færa eins mikið af störfum til landsins og hægt er, má þar t.d.

nefna hönnun bygginga og verkefnastjórnun. Þá hafa erlendir birgjar og búnaðarsalar verið hvattir til að nota íslenska verktaka eins og hægt er.

*Skúli Skúlason,
framkvæmdastjóri starfsmannasviðs í Helguvík.*



Á myndinni eru frá vinstri talið: Alan Gillespie frá FM Global, Trausti Gylfason, Jeff Vanmeter frá Century og Victor Tushner frá Wooduff Sawyer.

Glögggt er gests augað

Það er árlegur viðburður að fulltrúar tryggingafélagsins okkar, FM Global, komi í heimsókn og skoði verksmiðjuna og reksturinn. Með í för að þessu sinni voru fulltrúar frá Century og einnig frá Wooduff-Sawyer sem eru tryggingaráðgjafar Century. FM Global veitir Norðuráli bæði eignatryggingu og rekstrarstöðvunartryggingu. Alan Gillespie hefur verið fulltrúi FM Global til margra ára og kemur hér í heimsókn að minnsta kosti einu sinni

á ári. Skemmt er frá að segja að eftirlitið og heimsóknin þetta árið gekk mjög vel. Hafði Alan sérstaklega orð á því hversu snyrtilegt væri hérna hjá okkur og að merkja mætti heilmiklar framfarir síðasta árið. Glögggt er gests augað og ánægjulegt að sú vinna sem við höfum öll lagt að mörkum til að gera betur er vel sýnileg þeim sem heimsækja okkur sjaldan.

Trausti Gylfason öryggisstjóri.

Daglegt m(ál)

Steyptir í sama mótið

Í bókinni Mergur málsins, eftir Jón G. Friðjónsson, er sagt að menn sem eru líkir, eða eigi eitthvað sameiginlegt, séu steypdir í sama móti. Starfsmenn steypuskála á vöktum A, B, C og D virðast allir steypdir í sama mótinu. Þeir eru agaðir, yfirvegaðir og þrautþjálfaðir í sínum störfum. Líkingin er dregin af málmsmíði (málmsteypu) þegar glóandi málmur er hellt í mót, líkt og þegar álinu er rennt í mótin fyrir álhleinana.

Trausti Gylfason.

Líkamsþjálfun og teygjur

Regluleg hreyfing veitir fólki aukinn andlegan og líkamlegan styrk til að takast á við dagleg verkefni í vinnu og heima fyrir. Almennar ráðleggingar varðandi hreyfingu miða að því að fólk hreyfi sig rösklega í 30 mínútur daglega. Þeir sem hreyfa sig lítið eða minna en þetta bera oftast við tímaskorti. Ljóst er að með góðu skipulagi og ásetningi má takast að framkvæma reglulega hreyfingu daglega. Sá möguleiki er fyrir hendi að skipta þessum 30 mínútum niður í 2-3 tímabil til að vel megi til takast. Góð samsetning líkamsþjálfunar er mjög mikilvæg til að þjálfunin skili tilsettum árangri. Hér á eftir verða rakin nokkur atriði sem felast í góðri og skynsamlegri líkamsþjálfun eða hreyfingu:



- **Upphitun** er viðhöfð til að liðka og aðlaga líkamann t.d. þegar fólk ætlar „að taka á því“. Upphitun er nauðsynleg hvort heldur er fyrir þá sem eru vanir þjálfun eða óvanir þjálfun. Óvanir ættu síst að sleppa upphitun.
- **Pol og úthaldsþjálfun** er æskilegt að skipuleggja að þörfum hvers og eins. Ekki er óskynsamlegt að menn hugi að persónulegu dagsformi og taki mið af því þegar ákveðið hefur verið að hefja líkamsþjálfun. Til að

hreyfing skili tilsettum árangri þarf fólk að aðlaga hana daglegu lífi sínu og staðsetja hana ofarlega í forgangsöröðun sinni.

- **Líkamsæfingar** eru mismunandi eftir því hvaða form hreyfingar er valið. Líkamsæfingum er oftast en ekki skipt niður eftir ákveðnum kerfum t.d. læri, mitti, upphandleggir o.s.frv. Þetta er gert til að hámarka árangur. Ef fólk er iðið og agað í þjálfuninni, þá lætur árangurinn ekki standa á sér.

- **Teygjur** eru ómissandi til að auka liðleika og koma jafnvægi á líkamsstarfseminu. Teygjur eru nauðsynlegar hvort heldur er fyrir eldri eða yngri einstaklinga. Það er sama hvaða form líkamsþjálfunar er valið, hvort heldur er fótþolti, línudans, hlaup, ballett, motocross, fjallganga eða að ganga á láglendi eða úti í náttúrunni. Teygjur eru ómissandi til vellíðunar eftir líkamsþjálfun.

Árný Helgadóttir hjúkrunarfræðingur.

Heilabrot

Einn í dufti ávallt skríður - Ormur
annar skort á mörgu líður - Eiríkur
oft hinn þriðja eykir draga - Vagn
auga úr kind vill fjórði naga - Hrafn
er sá fimmti aðkomandi – Gestur
ætla ég sjötti í veggnum standi - Steinn, Torfi
sjöundi gamall alltaf er - Eilífur - Ævar - Karl
áttunda á hverri nál þú sérð - Oddur
níundi múgur nefnist manns - Lýður
nafn ber tíundi skaparans Guð(-mundur, -geir, -björn.....)
ellefti verður aldrei beinn - Bogi
á þeim tólfta er saur ei neinn. – Hreinn

Ef ég greini hættu sanna

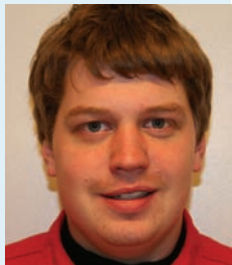
Eins og fram kom í yfirliti Gunnars Guðlaugssonar framkvæmdastjóra í síðasta Norðurljósi hefur mikill árangur náðst í öryggismálum síðustu misserin. Þó urðu tvö klemmuslys í októbermánuði sem bæði kröfðust læknameðferðar. Hvort sem það var nákvæmlega vegna þessara óhappa eða annars, varð þessi vísa til hjá Gísla S. Einarssyni.

*Óttahrollur um mig fer
ef ég greini hættu sanna.
Klemmufár er hvar sem er
við kringumstæður vélvirkjanna.*

Spurning dagsins
Hvað verður
í jólamatinn hjá þér?

Frá jólahlaðborðinu á Broadway

Eins og jafnan var þeim vöktum sem voru að störfum þegar árs hátíðin var haldin boðið á jólahlaðborð á Broadway. Að þessu sinni voru það C og D vaktir. Vel var mætt á jólahlaðborðið og tóku menn hraustlega til matar síns. Sverrir Guðmundsson var mættur á staðinn og tók nokkrar myndir frá jólahlaðborðinu.



Mátus Heiðarsson:

Bara hamborgarhryggur eins og maður er allinn upp við. Konan eldar hann allveg eins og mamma gerði alltaf.



Runólfur Kristjánsson:

Hamborgarhryggur að hætti mömmu. Ég hef þó stundum verið með annan mat, eins og til dæmis hreindýr en það er bara orðið svo djúrt.



Guðbjörn Konráðsson:

Ætli það verði ekki önd. Hún er alltaf góð öndin hjá tengdó.



Friða Aðalgeirsdóttir:

Veit það ekki, spurning hvað manni verður boðið upp á.



Tinna Björk Pálsdóttir:

Það verður önd hjá mömmu núna. Hún breytir til á milli ára, í fyrra var það kalkúnn.



Rósa Þórðardóttir, Sigurður Hauksson og Einar Ásgeirsson.



Birgitta Prastardóttir og Kristinn Júlíus Halldórsson.



Axel Freyr Eiríksson ásamt unnu.



Leiknir Sigurbjörnsson og Grétar Davíðsson.



Bjarni Tryggvason, Sigbór Hreggviðsson og Birgitta Ásgeirsdóttir.



Ásthildur Ragnarsdóttir og Elías Utley.



Ingimundur Pétur Guðnason.



Feðgarnir Ingþór Sigurðsson og Svavar.



Ragnar Sigurðsson.



Sigrún Guðlaugsdóttir ásamt borðfélagi.



Adam Benedikt með unnustunni.



Kristinn tekur við happdrættisvinningi úr hendi Péturs Svanbergssonar.



Guðjón Unnar Vilhjálmsson.



Maria Ósk og Marteinn Þór Ásgeirsson.



Magnús í góðum gir á Chevrolet Corvette árgerð '78.

Stórir strákar þurfa líka að leika sér

Gaflarinn og Haukamaðurinn Magnús Valur Magnússon er vélvirki og starfar í vélaverkstæðinu. Magnús hóf störf hjá Norðuráli á Grundartanga 1999, flutti þá heim frá Svíþjóð ásamt fjölskyldu sinni, en hafði reyndar áður en hann flutti út unnið í 15 ár hjá Ísal, þannig að hann þekkti vel til starfa í álverksmiðju. „Félagi minn var að flytja til Svíþjóðar og á þessum tíma langaði okkur til að breyta til. Við bjuggum í Smálöndunum í Svíþjóð í tíu ár. Ég starfaði í verksmiðju sem framleiddi ýmsa litla plasthluti í framleiðsluvörur hjá Eletrolux og Volvo. Þegar börnin fóru að stækka og voru komin á skólaaldur ákváðum við svo að flytja heim. Ég sá auglýst störf á Grundartanga og það var ákveðið að flytja á Akranes.“

Amerísku bílarnir heilla

Magnús Valur hefur um langt skeið verið mikill



Magnús Valur Magnússon.

áhugamaður um ameríska bíla. Síðustu árin hefur hann átt Chevrolet Corvette árgerð '78. „Hann er alveg þökkalegur, reyndar mjög góður, en þeir eru

samt margir flottari,“ segir Magnús. Þegar hann er spurður hvernig standi á þessum bílaáhuga, segir hann að það sé alveg nauðsynlegt að eiga eitthvað áhugamál og þetta sé hans. „Stórir strákar þurfa líka að leika sér,“ segir Magnús sem er í áhugamannafélagi um bíla og akstur sem heitir Krúserklúbburinn. „Þetta félag var stofnað 2006 og félagar eru þegar orðnir á fjórða hundrað. Við erum með aðstöðu á Bildshöfða 18 í Reykjavík og komum saman einu sinni í viku. Á fundunum spjöllum við gjarnan um fjölskylduferðirnar og skoðum myndir úr þeim. Ég keyri minn bíl aðeins yfir sumarið og þá fer fjölskyldan stundum á bæjarhátíðir í nágrenninu. Við höfum farið á Ljósanótt í Reykjanesbæ, Blómadaga í Hveragerði og að sjálfsgöðu á Írská daga á Akranesi,“ segir Magnús en síðustu árin hefur Magnús Valur búið ásamt fjölskyldu sinni í Garðabæ.

Kvikmyndataka fyrir sjónvarpsþátt

Á dögunum voru kvikmyndagerðarmenn að störfum í Norðuráli. Þeir komu við víða í verksmiðjunni í tókum á efni. Þessi kvikmyndataka tengist þættinum Nýsköpun - íslensk vísindi sem var á dagskrá RÚV fyrir nokkrum misserum og hefur göngu sína að nýju í mars næstkomandi. Stjórnandi og þulur þáttanna verður sem fyrr Ari Trausti Guðmundsson jarðeðlisfræðingur. Með honum voru kvikmyndatökumennirnir Valdimar Leifsson og Viðar Garðarsson ásamt Snorra Kristjánssyni hljóðmanni.

Ari Trausti stjórnandi þáttanna sagði þegar tíðindamaður Skessuhorns hitti tókuliðið í kerskálanum, að tekið yrði allmikið efni sem síðan yrði klippt í sex mínútna innslag í þáttinn. „Það eru þrjú innslög í hverjum þætti og ég veit ekki í hvaða þátt innslagið frá Norðuráli fer, en þetta verða nokkrir þættir sem sendir verða út að þessu sinni,“ sagði Ari Trausti.



Kvikmyndatökuliðið, Viðar Garðarsson, Ari Trausti Guðmundsson og Snorri Kristjánsson, ásamt Pétri Svanbergssyni öryggisstjóra öðrum frá vinstri.