



# 4

## Greið mørk millum arbeiði og frítíð

Javnvág millum arbeiði, frítíð og hvíld. Líka síðani løntakarar av fyrstan tíð fóru at skipa seg í fakfeløg, hevur tað verið eitt aðalmál at fáa samanhangandi hvíld og frítíð, ið loyvir einum at gera annað enn at arbeiða. Tó at sáttmálar og arbeiðsmarknaðarlóggáva stuðla hesum, eru í dag greið tekin um, at mørkini eru farin at kámost. Javnvágin er komin undir trýst. Nýggj tækni og arbeiðsgongdir hava gjørt, at arbeiðslívið er

farið at breiða seg til frítíð og hvíld. Í ringasta føri kann gongdin hava heilsuligar og fíggarligar avleiðingar fyri einstakligar, familjur og samfelagið.

### Flokkarnir halda:

#### Framsókn:

Politiska skipanina eigur sín part av ábyrgdini fyri, at Føroyar verða eitt land, har vit hava eina góða javnvág ímillum arbeiði og frítíð.

#### Sjálvstýri:

Spurningurin eigur at verða viðgjørdur millum partarnir á arbeiðsmarknaðinum.

#### Sambandsflokkurin:

... arbeiðsgevarar og politiska skipanin eiga at tryggja ella skipa so fyri, at markið millum arbeiðslívið og frítíðina ikki verður skeiklað.

#### Tjóðveldi:

... tað eigur at vera eitt greitt mál hjá bæði arbeiðsgevarum og arbeiðstakarum at arbeiðstíðin er væl definerað, og at frítíðin er effektiv frítíð.

Lesið øll svarini í fullum líki á [www.starvsmannafelag.fo](http://www.starvsmannafelag.fo)

### Starvsmannafelagið heldur:

At arbeiðsgevarar og politiska skipanin eiga við hóskandi tiltøkum at tryggja, at markið millum arbeiðslívið og frítíðina ikki verður skeiklað

### Tekur flokkur tykkara undir við hesum?

| Flokkur                                                                                                                | Ja | Lutvíst | Nei |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------|-----|
|  Sambandsflokkurin                  | ✓  |         |     |
|  Javnaðarflokkurin                  | ✓  |         |     |
|  Sjálvstýri                         |    | ✓       |     |
|  Tjóðveldi                          | ✓  |         |     |
|  Framsókn                           |    | ✓       |     |
|  Miðflokkurin                       | ✓  |         |     |
|  Framtíkið                         | ✓  |         |     |
|  Fólkaflokkurin hevur ikki svarað |    |         |     |

## Greið mørk fortreyt fyri trivnaði

Greið mørk og ein góð javnvág millum arbeiði og frítíð eru ein fortreyt fyri góðari kropsligari og sálarligari heilsu. Harumframt gevur ein góð javnvág betri lívsnøgðsemi eins væl og betri og effektivari arbeiði, tá ið ein er til arbeiðis.

Kanningar kring allan heim vísa greitt, at ein neilig avleiðing av tøkniligu menningini er, at fólk hvíla minni og fáa størri trupulleikar við vantandi svøvni. Mátin, arbeiðspláss brúka tøkna, og nýggjar arbeiðsgongdir gera somuleiðis sítt til hesa neiligu gongdina.

Frítíð og svøvnur eru avgerandi fyri heilsuna hjá fólki. Her er tað ikki nóg mikið, at fólk eru heima ella sita niðri, tá ið tey hava frí. Tey mugu hava møguleikan at sleppa arbeiðinum heilt og fáa samanhangandi frítíð, har tey kunnu savna seg um okkurt annað. Við teldupostum, fartelefonum og farteldum er hetta vorðið ein avbjóðing. Fólk bæði ringja og skriva uttan fyri arbeiðstíð, og tað liggur ein væntan um og eitt trýst á, at einstaki løntakarin eisini svarar og arbeiðir uttan fyri arbeiðstíð.

Tækni er tó ikki einasta avbjóðingin í so máta. Arbeiðstiltøk, ið verða lögð uttan fyri arbeiðstíð, skulu ofta eitast at vera sjálvboðin og ólönt, men tað fremur ikki karrierumøguleikar ikki at mæta til tiltøkini.

Avleiðingarnar av, at frítíðin verður brotin sundur og skeiklað, eru greiðar – strongd, hjartatrupulleikar, vantandi svøvnur, niðursetta heilsu sum heild og so framvegis.

Tað er tó ikki bara heilsan hjá einstaka løntakaranum, ið verður ávirkað. At taka arbeiðið við heim leggur trýst á parløg og tekur tíð frá børnum. Sostatt kann vantandi javnstøða millum frítíð og arbeiði hava við sær, at sambandið millum børn og foreldur viknar, og at foreldrin hava minni tíð at menna, uppala og stuðla børnum sínum. Hetta kann aftur hava neiliga ávirkan á skúlagongd og trivnað hjá børnunum.

Harumframt eru vantandi mørk ikki góð fyri arbeiðsúrtøkuna. Starvsfólk verða troyttari, fáa verri hugsavnað seg og arbeiða

seinni. Tíðin, ein brúkar í frítíðini at arbeiða, tekur sostatt frá effektivu arbeiðstíðini sum heild og hevur sambært flestu kanningunum við sær, at fólk framleiða minni, enn tey høvdu gjørt, um tey hvíldu. Um nakað benda kanningar á, at 8 tíma hvíld er ov lítið, um ein vil hava bestu arbeiðsúrtøkuna.

Starvsmannafelagið metir, at arbeiðsgevarar hava skyldu at ansa eftir javnvágini millum arbeiðslív og frítíð og hvíld, og at arbeiðsgevarar og politiska skipanin eiga at tryggja hesa javnvágina við ítøkiligum tiltøkum. Ein kann eitt nú fáa íblástur frá londum og stovnum, har ein ikki loyvir tøkniligum samskipti at koma fram, ið verður sent uttan fyri arbeiðstíð, fyrr enn næsti arbeiðsdagur byrjar. Somuleiðis kann ein bera so í bandi, at flex arbeiðstíð altíð hevur heilt greiðar avtalur, ið tryggja, at mista frítíðin kann takast inn aftur.

