



uak

2021-2022

Efnisyfirlit

04	Ávarp formanns
05	Stjórn UAK
09	Viðburðir 2021-2022
10	Nýir og spennandi tímar framundan hjá Ungum athafnakonum
11	Næstu skref í rétta átt
11	Góð samskipti í lykilhlutverki
12	Notaðu röddina til að koma þér á framfæri
13	GG World Cup
16	Opnunarviðburður UAK 2022
17	Emotions in Negotiations: Friend or foe?
17	Vínkonukvöld og einstök upphitun
18	Forysta til framtíðar
20	BIOEFFECT framtíðarinnar
20	Fylgdu hjartanu og taktu stökkið
21	Frá hugmynd til framkæmdar
21	Hvernig náum við árangri án þess að tapa heilsunni?
22	Tölfræði um félagskonur
24	Ársreikningur



Ávarp formanns

Andrea Gunnarsdóttir

Starfsárið sem er að líða einkenndist af valdeflingu, framþróun og bjartsýni. Okkur í UAK er annnt um framtíðina og því héldum við ótrauðar áfram að bæta stöðu kvenna í atvinnulífinu til frambúðar. Eins og fyrri ár hittust félagskonur á fjölbreyttum viðburðum. Við fengum marga framúrskarandi gesti til okkar sem eiga það sameiginlegt að hafa rutt brautina með einhverjum hætti og nýtt krafta sína í þágu jafnréttis.

Forysta til framtíðar

Þó svo að við á Íslandi séum í fararbroddi í jafnrétismálum þá fylgir því ábyrgð og vildum við leggja okkar að mörkum. Það var einstakt tækifæri að fá að taka þátt í GGWCUP sem gestgjafar en mótið hafði það að markmiði að styðja við heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna og auka aðgengi stúlkna og kvenna að íþróttaiðkun. Mótið var haldið samhliða Heimspingi kvenleiðtoga og sáum við tækifæri til þess að deila okkar framtíðarsýn en á sama tíma gefa öðrum konum rými til að deila sinni reynslu.

UAK stóð í fimmta sinn fyrir ráðstefnu tileinkaða ungum konum í atvinnulífinu. Ráðstefnan í ár bar heitið Forysta til framtíðar þar sem við sáum ótal mismunandi leiðir til þess að hafa áhrif á framtíðina, móta hana og stíga til forystu. Erindin mörkuðu forystu og framsýn íslenskra kvenna að leiðtogum framtíðarinnar og þeim tækifærum sem þar leynast.

Kaflaskil hjá Ungum athafnakonum

Opnunarviðburður starfsársins markaði tímamót í sögu félagsins en hann var sá fyrsti undir nýju merki og var það formlega kynnt í viðburðinum. Hönnun og umsýslu á nýju merki var unnin af markaðsfyrirtækinu Aton.JL og eigum við þeim mikla hjálp að þakka. Grunnur hönnunar og hugmynd að nýju merki spratt úr frá starfi félagsins sem vinnur af ástríðu og krafti að auknu jafnrétti og jöfnum tækifærum á vinnumarkaði.

Eva Dröfn Hassell Guðmundsdóttir var ráðin til starfa sem verkefnastjóri Ungra athafnakvenna og vorum við afar stoltar af öflugum liðstyrk en Eva Dröfn var fyrsti starfsmaður UAK. Félagið hefur verið starfrækt frá árinu 2015 og hefur allt utanumhald og skipulag verið í höndum stjórnar sem hefur sinnt starfinu í sjálfbodaliðavinnu. Vegna aukinna umsvifa félagsins, ekki síst vegna þátttöku UAK á alþjóðavettvangi þótti efni til að bæta við okkur.



Áfram í fararbroddi

Margir gætu spurt sig hvort að þörf sé fyrir félag sem þetta. Ég tel áhuga og fjölda félagskvenna svara þeirri spurningu. Í raun ætti endanlegt markmið félagsins að þurfa ekki að vera til. Að hafa þannig tekist til og stuðlað að þeirri breytingu sem við viljum sjá um tækifæri og jafnrétti. Þannig séð breytinguna raungerast. En þrátt fyrir að einn daginn munum við komast í átt að hinum fullkomna heimi jafnréttis tel ég að sá félagsskapur sem að UAK stuðlar að muni lifa áfram. Hann er bara svo ótrúlegur krafturinn og samstaðan sem myndast þegar öflugar konur koma saman og styðja hver aðra.

Stjórn UAK hefur unnið hörðum höndum allt starfsárið og eru það forréttindi að vinna með eins kraftmiklum og framtakssömum konum og stjórnina skipa. Það hefur verið mikill heiður að starfa fyrir UAK og taka þátt í uppbyggingu félagsins. Stjórnarsetu minni er að ljúka og verð ég félaginu ævinlega þakklát fyrir félagskapinn, innblásturinn og hvatninguna. Ég hlakka til að taka þátt í starfi félagsins og fylgjast með UAK vera áfram í fararbroddi, leiða breytingar og móta framtíðina. Ég vil einnig þakka öllum félagskonum UAK. Þátttaka ykkar í félaginu skiptir hópinn í heild máli. Það krefst nefnilega hugrekkis að mæta, sýna samstöðu og að stuðla að breytingum fyrir eigin framtíð og annarra kvenna.

Takk fyrir frábært starfsár,
Andrea Gunnarsdóttir

Starfsárið
2021 -
2022



Stjórn UAK



Andrea Gunnarsdóttir



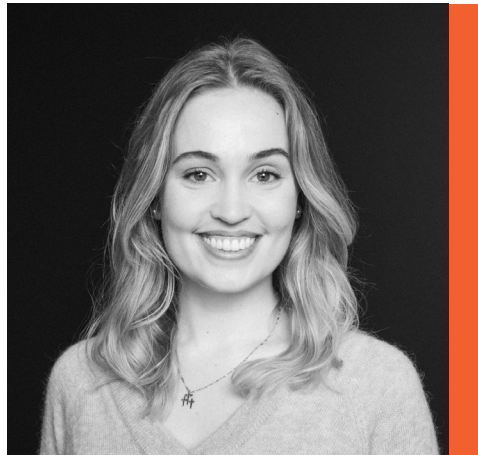
Andrea er 27 ára með BS gráðu í rekstrarverkfræði frá Háskólanum í Reykjavík. Hún starfar sem Data Engineer hjá Controlant. Hún sat í stjórn Ungra athafnakvenna 2016 – 2018 og er One Young World ambassador. Hún gegnir hlutverki varaungmennafulltrúa Íslands hjá Sameinuðu þjóðunum á sviði kynjajafnréttis.

Bjarklind Björk Gunnarsdóttir



Bjarklind er 26 ára móðir með BSc gráðu í sálfræði frá Háskólanum í Reykjavík. Nú starfar hún Landspítalanum sem ráðgjafi á geðsviði. Einnig vinnur hún við talsetningar.

Árný Lára Sigurðardóttir



Árný Lára er 30 ára stjórn málafræðingur starfandi sem verkefnastjóri hjá Alþjóðasviði Háskóla Íslands. Árný hefur lokið BA gráðu í þýsku frá Háskóla Íslands og Paris Lodron háskólanum í Salzburg, ásamt MA í alþjóðasamskiptum frá Háskóla Íslands.

Guðrún Valdís Jónsdóttir



Guðrún Valdís er 28 ára tölvunarfræðingur frá Princeton háskóla. Hún starfar nú sem öryggisráðgjafi hjá Syndis, en var áður öryggisráðgjafi hjá Aon í New York.

Berglind Grímsdóttir



Berglind er 26 ára og starfar sem verslunarstýra hjá 66°Norður í Miðhrauni. Hún er með BAc gráðu í mannfræði frá Háskóla Íslands og Oxford Brooks University í Bretlandi og MAc gráðu í afbrotufræði frá University of Kent í Bretlandi.

Inga María Hjartardóttir



Inga María er 27 ára Skagamær og tónlistarviðskiptafræðingur með BMus frá Berklee College of Music í Boston. Inga starfar sem markaðssérfræðingur hjá Símanum.

Katrín Sigríður Þorsteinsdóttir Bachmann



Katrín er 27 ára og starfar sem hótélstjóri á Center Hotels Arnarhvoll í Reykjavík. Hún er með BA (Honors&Merit) í alþjóðaviðskipta- og hótélstjórnun frá Les Roches Global Hospitality Education í Sviss.

Kristín Sverrisdóttir



Kristín er 29 ára og starfar sem verkstjóri í framleiðslu hjá Össuri. Hún er með BSc í vélaverkfræði frá ERAU á Daytona Beach og MSc í heilbrigðisverkfræði frá KTH í Stokkhólmi.

Kristjana Björk Barðdal



Kristjana er 26 ára og með BSc gráðu í bæði iðnaðarverkfræði og tölvunarfræði frá Háskóla Íslands. Í dag stundar Kristjana meistaranám í iðnaðarverkfræði og vinnur samhliða því sem framleiðandi hjá Reykjavíkurborg ásamt því að sitja í stjórn Sky.

Viðburðir 2021 – 2022

Opnunarviðburður 2021

9. September 2021

Starfsþróun: Næstu skref á ferlinum

29. September 2021

Vinnustofa í ágreiningsstjórnun

19. Október 2021

Örfyrirlestrakvöld: Notaðu röddina þína

2. Nóvember 2021

Global Goals World Cup

8. - 10. Nóvember

Opnunarviðburður 2022

25. Janúar 2022

Emotions in Negotiations: Friend or foe?

9. Febrúar 2022

Tenglsakvöld: Vínsmökkun & upphitun fyrir ráðstefnu

3. Mars 2022

Forysta til framtíðar

5. Mars 2022

Innsýn inn í heim Bioeffect

23. Mars 2022

Tengslakvöld: Taktu stökkið

6. Apríl 2022

Frá hugmynd til framkvæmdar

5. Maí 2022

Vellíðan á vinnumarkaði

17. Maí 2022

Aðalfundur

31. Maí 2022

Nýir og spennandi tímar framundan hjá Ungum athafnakonum

Nýtt starfsár Ungra athafnakvenna hófst með pompi og prakt fimmtudaginn 9. September þar sem félagið stóð að opnunarviðburði í Tjarnarsal Ráðhús Reykjavíkur. Vel var mætt og mikill áhugi var meðal gesta fyrir spennandi verkefnum og viðburðum sem fram undan voru á liðnu starfsári. Viðburðurinn var einstaklega vel heppnaður og góð byrjun félagsins undir nýju merki.

Drög að dagskrá vetrarins var kynnt en hún var full af fjölbreyttum og spennandi viðburðum. Stefanía Halldórsdóttir, framkvæmdastjóri Eyris Vaxtar flutti hugvekju. Með hugvekju sinni lagði Stefanía til breytinga á hugarfari og boðaði nýja tíma. Þá hvatti hún til vitundarvakningar á verkum og störfum kvenna. „Við verðum að hafa það hugfast að sjá konur sem eru að gera góða hluti“. Í framhaldinu ræddi fjölmiðlakonan Eva Laufey við Höllu Hrund Logadóttur, orkumálastjóra um lífið og starfið. Samtal Evu Laufeyjar og Höllu Hrundar var eigi ósvipað hugvekju Stefaníu en þar helst bar á góma mikilvægi loftslagsmála og „lánað hugrekki“ til framfara. Erindi gesta gáfu aukinn kraft og innblástur í umræður um jafnrétti og jöfn tækifæri til frambúðar.

Sérstaka athygli vakti innkoma Mark Gilmarin, framkvæmdastjóra EIR Org og meðstofnandi GGWCUP, þar sem tilkynnt var um samstarf Ungra athafnakvenna við Global Goals World CUP (GGWCUP). Samstarfið átti stóran þátt í að móta dagskrá UAK fyrri hluta starfsársins en samstarfið er það umfangsmesta sem félagið hefur komið að. Það var því ekki að undra að verkefnið hafi notið mikils meðbyrs meðal félagskvenna enda einstaklegt og mikilvæg málefni sem þar er unnið að.

Opnunarviðburður starfsársins var eins og fyrri ár opinn öllum þeim sem áhugann höfðu. Þetta var því einstakt tækifæri fyrir nýja meðlimi og gesti til þess að kynnast starfi félagsins strax í upphafi árs. Það vakti okkur mikla gleði að sjá svo mörg ný andlit og fróðlega þátttöku í umræðum. Ljóst er að af nógu er að taka á sviði jafnréttis og er því tilvalið að vitna í orð Stefaníu Halldórsdóttur frá opnunarviðburðinum þar sem hún sagði; „ég vil boða nýja tíma“ og það viljum við svo sannarlega gera líka.

„Ég vil boða
nýja tíma“



Næstu skref í rétta átt



Þann 29. september fór fram tengslakvöld meðal félagskvenna UAK undir yfirskriftinni „Næstu skref á ferlinum“. Um var að ræða tengslakvöld í formi svokallaðs Fishbowl fyrirbæris þar sem öllum gafst færi á að leggja orð í belg og taka virkan þátt í umræðum kvöldsins. Markmið viðburðarins var að koma félagskonum inn í umræðuna, kynna, deila reynslu og ráðum varðandi frama og störf. Tengslakvöld UAK eiga sér stóran sess í starfi félagsins en án hvatningar og þátttöku okkar félagskvenna í umræðum væri litlum framförum náðum í átt að jafnrétti.

Katrín Sigríður Þorsteinsdóttir Bachmann, markaðsstjóri UAK stjórnaði umræðum kvöldsins en það voru þær Rebekka Gísladóttir, þróunarstjóri á mannauðssviði hjá Courtyard Hotel Keflavík, Karen Ósk Gylfadóttir, sviðsstjóri stafrænna lausna og markaðsmála hjá Lyfju og Anna Berglind Jónsdóttir, hugbúnaðarsérfræðingur hjá Lucinity, sem stóðu að örkynningum og innleggi í fjölbreytta og skemmtilegar umræður. Þess á meðal var komið inn á ímynd, metnað, að vera skapandi og finna sína eigin leið að þeim markmiðum og störfum sem við viljum gegna. Mikilvægt er að hugsa opið og vera tilbúinn til að grípa tækifærin sem gefast á leiðinni. Tengslanet er auðlind samskipta og sú hvatningin sem felst í að heyra sögur félagskvenna er ómetanleg.

Vinnustofa í ágreiningsstjórnun

Góð samskipti í lykilhlutverki



Í október stóð UAK að vinnustofu fyrir félagskonur í ágreiningsstjórnun undir yfirskriftinni „Hvernig tækjum við erfiðu samtölin“. Lilja Bjarnadóttir, stofnandi Sáttaleiðarinnar leiddi vinnustofuna og fræddi félagskonur um þau tæki og töl sem hægt er að nota í erfiðum samtölum og ágreiningsmálum. Þátttakendur tóku virkan þátt í að tækla verkefni með bæði dæmum úr lífi og störfum. Lögð var sérstök áhersla á fyrirbyggjandi þekkingu, viðhorfsbreytingu til ágreiningsmála og hvernig snúa má þeim upp í tækifæri til þess að þróa samskipti áfram. Ólík sjónarmið geta verið til þess góða og gullni meðalvegurinn getur gefið verkefnum ný tækifæri. Því meiri vinna sem lögð er í góð samskipti því meiri áhrif höfum við á útkomuna.

Góð samskipti eru einn af lykilþáttum vel unninna verka. Við erum afar stoltar af því að geta boðið okkar félagskonum upp á frábær tækifæri og hlökkum til að sjá og heyra hvert það mun leiðir þær í framtíðinni.

Örfyrirlestrakvöld: Notaðu röddina þína

Notaðu röddina til að koma þér á framfæri

Nóvember mánuður var afar viðburðaríkur þetta starfsárið en hann hófst með einstaklega vel heppnuðum örfyrirlestraviðburði undir yfirskriftinni „Notaðu röddina þína“. Markmið viðburðarins var að kynna fyrir félagskonum hinar ýmsu leiðir að því að nota eigin rödd, láta í sér heyra og koma sjálfri sér á framfæri. Að viðburðinum kom öflugur hópur kvenna sem á það sameiginlegt að vera áberandi á sínu sviði. Fyrirlesarar voru þær Hildur Björnsdóttir, borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík, Eva Mattadóttir, hlaðvarpsstjórnandi Normsins og Dale Carnegie þjálfari og María Rut Kristinsdóttir, baráttukona og hlaðvarpsstjórnandi Raunveruleikans. Góður andi var á viðburðinum og létt yfir gestum.

Umræður voru líflegar og fyrirlestrar hver öðrum fróðlegri. Framsögukonur fóru um víðan völl í erindum sínum og meðal þess sem rætt var voru tækifæri á samfélagsmiðlum og aktivismi, skriffærni við pislaskrif og sjálfstraust til þess að stíga inn í ólíkar aðstæður. Möguleikarnir til að nota röddina eru því óneitanlega margir og færnin til þess að láta í sér heyra ákaflega dýrmæt. Gulli betra var að fá tækifæri til umræðu í svo fjölbreyttum og kraftmiklum hópi kvenna og má með sanni segja að framtíðin sé björt.



Global Goals World Cup 2022

GG WORLD CUP

UAK fór af einlægum áhuga og krafti inn í samstarfsviðburð Global Goals World Cup (GGWCUP). Það eru góðgerðasamtökin EIR Org sem standa að GGWCUP en samtökin koma einnig að fjórum sambærilegum verkefnum. Samstarfsnet EIR Org fyrir GGWCUP samanstendur af fjölmörgum alþjóðlegum samstarfsaðilum sem vinna af miklum krafti að auknu jafnrétti og sjálfbærni um allan heim. Fótboltamótið hefur verið brautryðjandi í íþróttahéminum frá árinu 2015 með það að leiðarljósi að veita öllum konum og stúlkum aðgang að íþróttum.

Dagana 8. – 10. nóvember voru úrslit GGWCUP haldin í Origo höllinni þar sem lið kepptu undir merkjum Heimsmarkmiða Sameinuðu þjóðanna. Eliza Reid, forsetafrú, setti dagskrá mótsins en að mótinu komu einnig helstu íþróttakonur landsins, þjóðþekktar listakonur og konur úr stjórnmálum. Með mótinu átti að vekja athygli á þeim hindrunum sem eru til staðar, leita leiða að sjálfbærni ásamt því að efla aðgerðir tengdar Heimsmarkmiðunum. Samhliða því voru haldnir fjölmargir smærri viðburðir víðsvegar um borg til heiðurs þátttöku kvenna og þeim mikilvægu markmiðum sem mótið stendur fyrir. Meðal viðburðanna var móttaka sem UAK stóð fyrir ásamt Danska sendiráðinu. Í móttökunni mættu konur sem framarlega eru í sjálfbærni geiranum og ræddu sérstöðu Íslands í þeim málum. GGWCUP er eitt af rúmlega hundrað samstarfsaðilum Heimsmarkmiða vikunnar sem fer fram í kringum árlegt allsherjarþing Sameinuðu þjóðanna (UNGA) en úrslit mótsins hafa farið fram samhliða þinginu frá árinu 2016.



Það var jórdanska liðið, Team Leaf A Mark sem bar sigur úr bítum undir Heimsmarkmiði 15: Líf á landi. Þar sem lögð er áhersla á vernda og endurheimta vistkerfi á landi og stuðla að sjálfbærri nýtingu þeirra, vinna að sjálfbærri stjórn skóga, berjast gegn eyðimerkurmyndun, stöðva jarðvegseyðingu, endurheimta landgæði og sporna við hnignun líffræðilegrar fjölbreytni. Sigurliðið hlaut veglegan verðlaunagrip sem gerður var af listakonunum sem standa á bak við Fléttu.

Fjöldmörg fyrirtæki og stofnanir hérlandis lögðu okkur lið og styrktu okkur í þessu einstaka verkefni. Stuðninginn á UAK mikil þakkarþel að bera. Við fögnum jafnframt auknum meðbyr og viðtækari þátttöku okkar að jafnrétti á öllum sviðum. Við erum ákaflega stoltar af því að Global Goals World Cup hafi verið haldið hérlandis samhliða árlegu Heimspingi kvenleiðtoga í Hörpu (Reykjavík Global Forum), þar sem kvenleiðtogar hvaðanæva að úr heiminum komu saman í þeim tilgangi að ræða jafnréttismál ásamt því að deila hugmyndum sínum og reynslu. Boðsgestir heimspingsins voru stjórnmálaleiðtogar, auk alþjóðlegra kvenleiðtoga úr hinum ýmsu geirum á borð við viðskipti, vísindi, tækni og menningu.

Samstarf UAK við GGWCUP markaði tímamót fyrir báða þátttökuaðila en á Heimspingi kvenleiðtoga var viðburðurinn og EIR Org heiðrað sérstaklega með verðlaunum „the Power, Together“. Verðlaunin eru mikill heiður og er það okkur ánægja að geta lagt frumkvöðlum í jafnréttisbaráttunni lið með samvinnu í verkefninu. Global Goals World Cup er einstakur viðburður á heimsvísu sem sýnir samstöðu kvenna, áhuga og mikilvægi að jöfnum tækifærum. Ljóst er að enn er langt í land og sú barátta sem háð hefur verið að jafnrétti er hvergi nærri lokið. Ungar athafnakonur munu standa sína plikt og efla konur um ókomna framtíð í lífi og starfi.



Opnunarviðburður UAK 2022

Opnunarviðburður nýs ár varð með kunnuglegu sniði á Covid tímum en ákveðið var að halda úti beinu streymi þann 25. janúar undir yfyrskriftinni „Fjárhagsleg valdefling: Konur fjárfesta“. Markmið viðburðarins var að ýta undir fjárhagslega valdeflingu kvenna sem er ómissandi liður í að uppræta kynjamisrétti. Mikilvægt er að ungar konur hafi þekkingu, tæki og töl til að taka upplýstar ákvarðanir um eigin fjármagn. Til okkar komu framúrskarandi gestir til að fræða félagskonur og veita þeim aukin innblástur og hvatningu til þess að taka réttar ákvarðanir um eigin hag.

Kvöldið hóf Hrönn Margrét Magnúsardóttir, framkvæmdastýra og meðstofnanda Feel Iceland með hugvekju og frásöng frá ævintýralegrri vegferð Collab. Í framhaldinu tóku við pallboðsumræður þar sem Marta Birna Baldursdóttir, verkefnisstýra kynjaðrar fjárlagagerðar í fjármála- og efnahagsráðuneytinu, Svana Gunnarsdóttir, framkvæmdastjóri og meðeigandi Frumtak Ventures og Kristín Hildur Ragnarsdóttir,

sérfræðingur í viðskiptalausnum hjá Deloitte og meðlimur Fortuna Invest fóru yfir hin helstu mál. Þessari miklu og þörfu umræðu og fræðslu stýrði Rut Kristjánsdóttir. Meðal helstu áherslumála var mikilvægi fjárhagslegar valdeflingar en þær Marta, Svana og Kristín ræddu vel stöðu kvenna og mikilvægi þessa þáttar í baráttunni að jafnrétti. Rætt var ítarlega um innleiðingu og ferli kynjaðrar fjárlagagerðar hjá fjármála- og efnahagsráðuneytinu sem einblínir á samþættingu kynja- og jafnréttissjónarmiða á öllum stigum slíkrar vinnu. Þá þróuðust umræður einnig út í vinnu Fortuna Invest, sem hefur notið sívaxandi vinsælda á síðustu árum ásamt því að ræða almennar fjárfestingar og fræðslu tengda slíku. Ljóst er að mikið vægi liggur í því að líta á fjárhagslegt öryggi með kynjagleraugunum og þar er í mörg horn að líta. Fjárhagsleg valdefling kvenna er gríðarlega mikilvægt og umfangsmikið verkefni sem nauðsynlegt er að sinna vel.



Emotions in Negotiations: Friend or foe?

Emotions in Negotiations: Friend or foe?



9. febrúar fór fram vinnustofa í samningatækni sem haldin var í Háskólanum í Reykjavík undir handleiðslu Joana Matos, ráðgjafa í samningatækni. Vinnustofan fór að þessu sinni fram á ensku undir heitinu „Emotions in Negotiations: Friend or foe?“.

Vinnustofan hófst á stuttri hugvekju frá Salóme Guðmundsdóttir, stjórnarkonu Eyri Ventures og í stjórn viðskiptaráðs Íslands, þar sem hún veitti innsýn úr atvinnulífinu um aðstæður þar sem góð samningatækni hefur nýst henni í starfi. Í framhaldinu leiddi Joanna félagskonur um víðan völl þar sem áhersla var lögð á að greina og þekkja hvernig mismunandi tilfinningar geta haft áhrif á frammistöðu og útkomu við samningaviðræðum. Einnig var farið yfir hvernig nýta má tilfinningar sem aðferð til áhrifa- og árangursríkra viðræðna. Í bland við fræðsluerindi voru tekin fyrir lýsandi dæmi úr aðstæður í daglegu lífi félagskvenna.

Að lokinni vinnustofu var gefinn tíma og rými til að ræða saman um persónulega reynslu og hinar ýmsu vangaveltur tengdar viðfangsefninu. Afar vel var mætt og ríkti mikil ánægja meðal félagskvenna með vinnustofuna sem gengu út fullar af eldmóði til að takast á við nýjar áskoranir í því faglega sem og persónulega.

Tengslakvöld: Vínsmökkun & upphitun fyrir ráðstefnu

Vínkonukvöld og einstök upphitun



Undanfarin ár hafa Ungar athafnakonur boðið upp á viðburðaríka viku fyrir hina árlegu ráðstefnu félagsins. Að þessu sinni var lögð áhersla á tengslamyndun sem okkar helsta þátt í öflugu starfi og framförum að auknu jafnrétti. Tengslakvöldið eða vínkonukvöld var haldið á SKÝ Restaurant & Bar 3. mars. Þátttakan var góð en félagskonum gafst færir á að taka með vin eða vinkonu með til að kynnast betur starfi félagsins. Til okkar komu góðir gestir sem opnuðu á umræðuna með hvatningarorðum og góðri fræðslu. Sævar Már sommelier hóf mál með fróðlegri kynningu á góðu víni en í framhaldinu tók Gerður Arinbjarnardóttir, eigandi Blush við með nokkur orð um vegferð sína og ævintýri þess að reka eigin fyrirtæki. Viðburðurinn var góð áminning á mikilvægi þess að gefa sér tíma til þess að kynnast, fræðast og eiga notalega kvöldstund saman. Tengslakvöldið var frábær og eftirminnleg upphitun fyrir afar góða ráðstefnu.

Forysta til framtíðar



„Við erum straumurinn og þessi samkoma er okkar farvegur“.

Fimmta ráðstefna UAK var haldin á liðnu starfsári og var hún að þessu sinni tileinkuð konum í íslensku atvinnulífi. Bar ráðstefnan yfirskriftina „Forysta til framtíðar“ og var henni ætlað að valdefla ungar konur í lífi og starfi, stuðla að hugarfarsbreytingu sem skapar framtíð jafnra tækifæra.

Andrea Gunnarsdóttir, formaður UAK setti athöfnina með góðri áminningu á að kraftur sem myndast í samstöðu meðal kvenna sé gulli betri. „Við erum straumurinn og þessi samkoma ... er okkar farvegur“. Þátttaka í starfi félagsins og sá mikli fjöldi gesta sem lagði sér leið á ráðstefnuna er merki þess að enn sé langt í land og mikil þörf fyrir félag eins og UAK. Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, utanríkisráðherra hélt opnunarávarp á ráðstefnunni en auk hennar tóku til máls fjölmargar af hinum þekktustu kvenskörungum íslensk samfélags sem allar eiga það sameiginlegt að nýta krafta sína í þágu framþróunar og jafnréttis. Erin-din mörkuðu forystu og framsýn íslenskra kvenna að leiðtogum framtíðarinnar og þeim tækifærum sem þar leynast.

Gunnhildur Arnardóttir, framkvæmdarstjóri CEO Huxun og Stjórnvísir flutti erindið Gildin þín - Fjárfesting til framtíðar þar sem áhersla var lögð á mælingar á framförum í átt að jöfnum rétti allra og auknu frelsi. Hvers virði er okkur viðhorfsbreytingar og aukin þekking sem vinnur stöðugt að framþróun í samfélaginu. Þá tók Edda Blumenstein, framkvæmdastjóri framþróunar verslunar og viðskiptavina hjá BYKO einnig í sama streng og benti á mikilvægi þess að fylgja óhrædd eigin draumum og geta lifað í óvissu framtíðarinnar. Herdís Pála Pálsdóttir, stjórnunarráðgjafi og stjórnendapjálfi spurði ráðstefnugesti hvernig skapa mætti tækifæri á vinnumarkaði og hvaða þekkingu væri nauðsynlegt að byggja upp til að auka möguleikana. Mikilvægt væri að fara ótroðnar slóðir og reynslan sýnir að stundum er nauðsynlegt að vera eigin fyrirmynd svo



hægt sé að líta fram á veginn. Ásta Kristín Sigurjónsdóttir, framkvæmdastjóri Íslenska ferðaklasans, Halla Helgadóttir, framkvæmdastjóri Miðstöðvar hönnunar og arkitektúrs, Birna Þórarinsdóttir, framkvæmdastjóri UNICEF á Íslandi ræddu allar um þýðingu þess að nýta gamla þekkingu á nýjan hátt og lærdómurinn sem fylgir því að vera hluti af félagi sem þessu.

Mikil fjölbreytni var meðal bæði gesta og viðmælenda ráðstefnunnar og setti það svip á líflegar og fróðlegar umræður. Fulltrúar listakvenna voru þær Rakel Tómasdóttir, listakona sem sá um hönnun á UAK pokanum þetta árið ásamt Söga Sig, ljósmyndari, listakona og leikstjóri. Saga talaði fyrir því að nota röddina til hvatningar fyrir sjálfan sig sem og aðra á skapandi hátt. Sköpun mætti finna víðsvegar og nauðsynlegt er að leyfa hlutunum að flæða. Þetta árið voru það þær Sýlvía Briem Friðjónsdóttir og Eva Mattadóttir, þáttastjórnendur Normsins og athafnakonur sem fengu það göfuga verkefni að hrista vel upp í hópnum með léttum æfingum og fróðlegri vinnustofu í að setja mörk og auka þar með afköst og lífsgæði.

Það hefur reynst gríðarlega mikilvægt að sjá allskonar fyrirmyndir á öllum sviðum samfélagsins. Því mætti svo að orði komast að sporin sem báru okkur hingað koma víða. Margrét Hallgrímsdóttir, þjóðminjavörður, benti á að við værum allar sporgöngumenn þess sem á undan hefur gengið og höldum við áfram að marka leiðina fyrir þær sem koma á eftir. Áskoranir framtíðarinnar munu krefjast þolinmæði og þúsundir stunda, hugarrýmis og heilabrota svo nýta megi þær til framfara. Umræður ráðstefnunnar markar þrotlausa vinnu fyrri kynslóða að jöfnum rétti að tækifærum í lífi og starfi. Þó svo að enn sé langt í land að jafnrétti á öllum sviðum er ljóst að til staðar sé sá byr sem þarf. Það því má með sannni segja að framtíðin sé björt.

Fyrirtækjaheimsókn Bioeffect

BIOEFFECT framtíðarinnar



Fyrirtækjaheimsókn UAK var gott framhald af ráðstefnu félagsins sem gerði marsmánuð enn eftirminnilegri. Að þessu sinni var ferðinni heitið í höfuðstöðvar BIOEFFECT í Víkurhvarfi.

BIOEFFECT hefur á síðustu árum notið sívaxandi vinsælda bæði hérlandis sem og út um allan heim fyrir mikil gæði og framsýna hugsun. Móttökurnar voru einstakar og var það bæði fróðlegt og skemmtilegt að heyra frá konum hvaðan að úr fyrirtækinu lýsa framleiðslu og spennandi framgangi fyrirtækisins. Heimur BIOEFFECT er óneitanlega áhugaverður vettvangur og fjölbreytileg starfstækifæri innan þess vöktu áhuga meðal félagskvenna. Það er okkur mikill fengur að fá að koma og hlusta á frásagnir sérfræðinga sem vinna að heilum hug að sameiginlegum markmiðum fyrirtækisins. Fyrirtækjaheimsóknin var vel sótt og einstaklega vel heppnuð en eigum við það frábæru starfsfólks BIOEFFECT að þakka. Mikil ánægja meðal okkar félagskvenna sýnir einlægan áhuga á íslenskri framleiðslu, þekkingu og þróun.

Tengslakvöld: Taktu stökkið

Fylgdu hjartanu og taktu stökkið



Tengslakvöld UAK hafa ætíð verið fjölsóttir meðal félagskvenna enda mynda slíkir viðburðir mikla samheldni, tækifæri fyrir tengslamyndun og tækifæri til þess að stilla saman strengi fyrir næstu skref. Viðburðurinn Taktu stökkið sem haldin var þann 6. apríl varð ekki síður vinsælli en fyrri samkomur. Helstu áherslur kvöldsins voru á að læra af reynslu félagskvenna af því að taka stökkið og fylgja innsæinu. Að þessu sinni voru það þær Gamithra Marga, Rakel Tómasdóttir og Unnur Ársælsdóttir sem komu af stað umræðu með stuttum erindum um sjálfan sig. Guðrún Valdís Jónsdóttir, fjármálastjóri UAK, stýrði umræðunum kvöldsins er þróuðust á jákvæðan og skemmtilegan hátt með virkri þátttöku félagskvenna. Það var bæði fróðlegt og áhugavert að heyra frásagnir um viðmælanda og félagskvenna hvernig framkvæma mætti hluti sem krefjast hugrekkis og fylgja hjartanu þegar kemur að breytingum. Það er alltaf einstök upplifun á tengslakvöldum þegar félagskonur koma saman með einlægan áhuga á að læra af hvor annarri, vera öðrum hvatning og samstaða. UAK er ákaflega stolt af því að geta veitt þann vettvang.

Frá hugmynd til framkvæmdar

Frá hugmynd til framkvæmdar



Þann 5. maí stóð UAK að vinnustofunni „Frá hugmynd til framkvæmdar“ þar sem markmið vinnustofunnar var að gefa félagskonum innsýn í ferlið frá hugmynd að veruleika. Að viðburðinum komu þær Stefánía Guðrún Halldórsdóttir, framkvæmdarstýra Eyris Vaxtar og Sigurlína Ingvarsdóttir, stjórnarformaður Solid Clouds og í stjórn Eyris Vaxtar og CRI en þær búa báðar yfir yfirgripsmikilli þekkingu á nýsköpunar- og frumkvöðlaumhverfinu.

Áhersla var lögð á virka þátttöku félagskvenna og hugmyndasköpun. Þátttökenur fengu meðal annars tækifæri til þess að sannreyna viðskiptahugmyndir ásamt því að byggja upp þekkingu hvernig taka megir fyrstu skrefin í stofnun nýs fyrirtækis. Stefánía og Sigurlína komu einnig inn á tækifærasköpun og mikilvægi þess að fylgja eigin draumum. Hin ýmsu tæki og töl voru veitt til þess að koma eigin hugmyndum í framkvæmd og hvernig tækla mætti næstu skref.

Viðburðurinn var með sanni lifandi og lærdómsríkur þar sem skapaðist einstaklega gott rými fyrir félagskonur til þess að ræða opinskátt um hugmyndir, hindranir og aðra þætti með endurgjöf og fræðslu frá sérfræðingum. Þátttakan var fram úr vonum og erum við ákaflega stoltar af því að geta skapað vettvang þar sem hugmyndum kvenna er tekið fagnandi.

Velliðan á vinnumarkaði

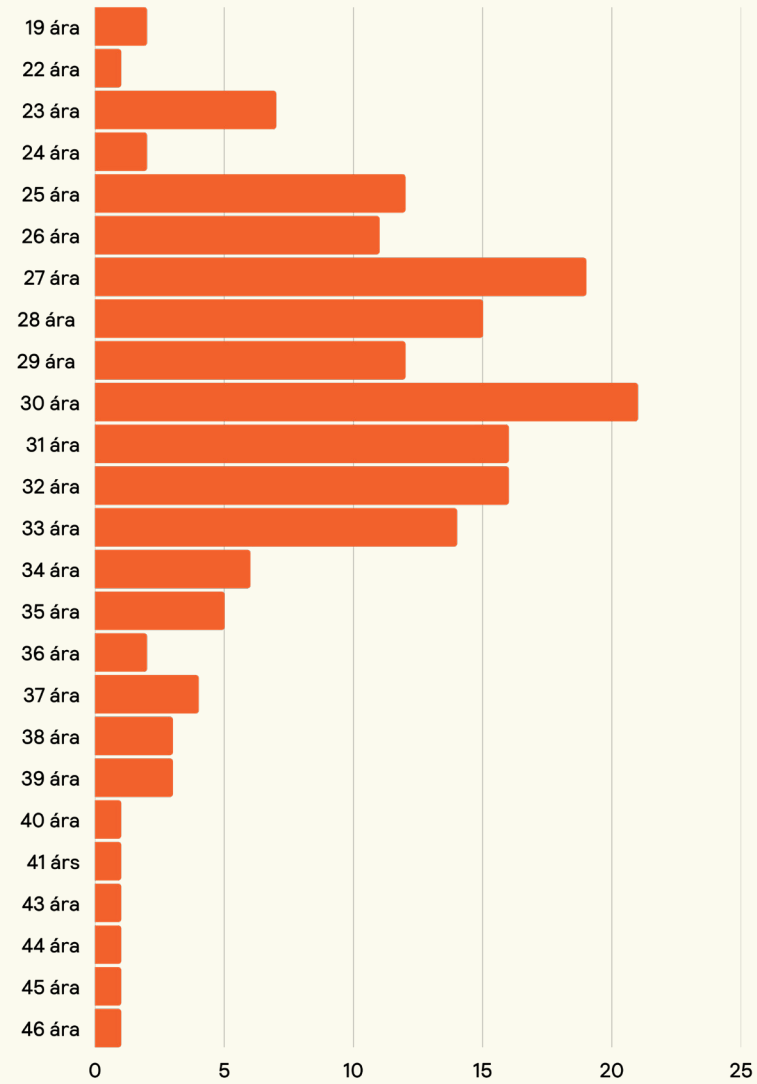
Hvernig náum við árangri án þess að tapa heilsunni?



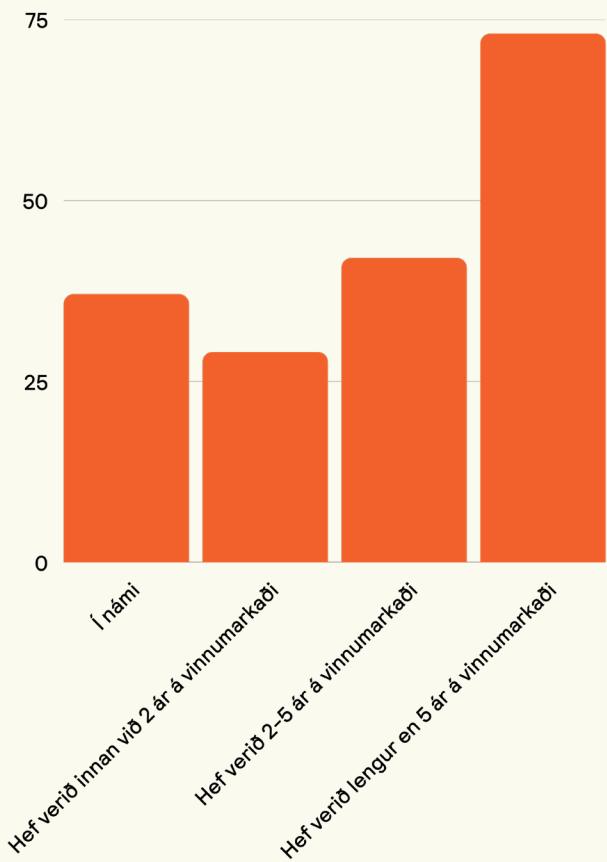
Tengslakvöld UAK hafa ætíð verið fjölsóttir meðal félagskvenna enda mynda slíkir viðburðir mikla samheldni, tækifæri fyrir tengslamyndun og tækifæri til þess að stilla saman strengi fyrir næstu skref. Viðburðurinn Taktu stökkið sem haldin var þann 6. apríl varð ekki síður vinsælli en fyrri samkomur. Helstu áherslur kvöldsins voru á að læra af reynslu félagskvenna af því að taka stökkið og fylgja innsæinu. Að þessu sinni voru það þær Gamithra Marga, Rakel Tómasdóttir og Unnur Ársælsdóttir sem komu af stað umræðu með stuttum erindum um sjálfan sig. Guðrún Valdís Jónsdóttir, fjármálastjóri UAK, stýrði umræðunum kvöldsins er þróuðust á jákvæðan og skemmtilegan hátt með virkri þátttöku félagskvenna. Það var bæði fróðlegt og áhugavert að heyra frásagnir um viðmælanda og félagskvenna hvernig framkvæma mætti hluti sem krefjast hugrekkis og fylgja hjartanu þegar kemur að breytingum. Það er alltaf einstök upplifun á tengslakvöldum þegar félagskonur koma saman með einlægan áhuga á að læra af hvor annarri, vera öðrum hvatning og samstaða. UAK er ákaflega stolt af því að geta veitt þann vettvang.

Tölfræði um félagskonur

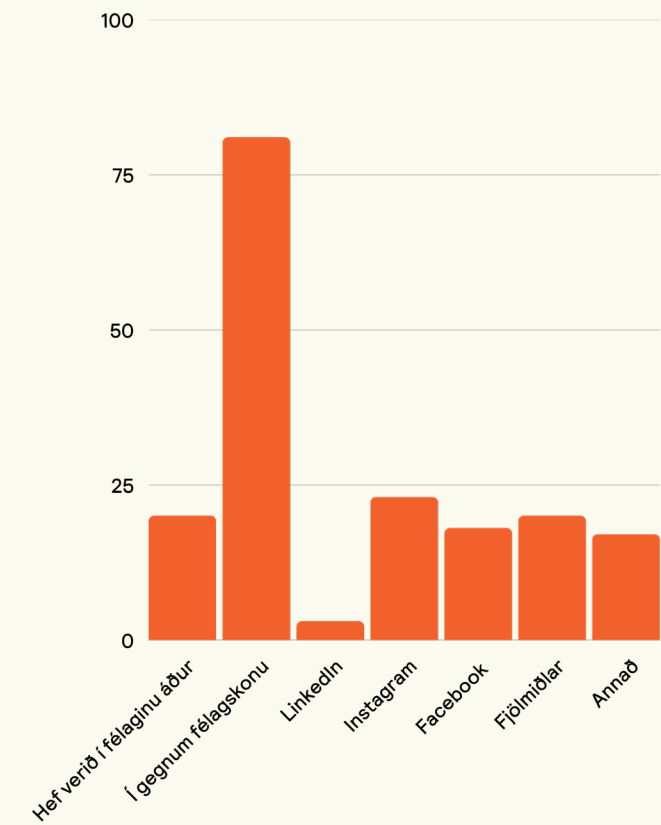
Aldur



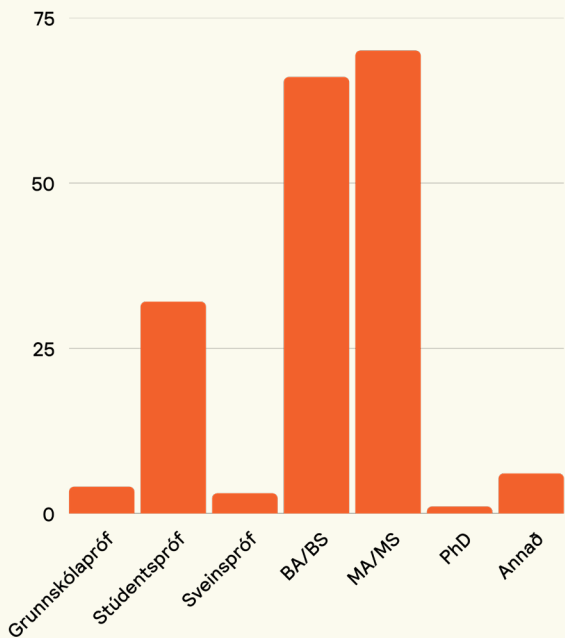
Staða



Hvar heyrðir þú af okkur



Hæsta menntunarstig



Ársreikningur

Rekstrarreikningur

2021-2022

Rekstrartekjur

Félagsgjöld.....	882,000
Styrkir.....	6,814,900
Vefverslun tekjur.....	11,300
Aðrar tekjur.....	0
	7,708,200

Rekstrargjöld

Viðburðir (aðrir en UAK ráðstefnan og Global Goals World Cup)*.....	-579,892
UAK ráðstefnan.....	-1,904,290
Global Goals World Cup.....	-1,660,093
Laun og Launatengd gjöld.....	-900,000
Auglýsingar og lén.....	-94,787
Vefverslun kostnaður.....	0
Innheimtupjónusta og þjónustugjöld.....	-32,418
Annar rekstrarkostnaður.....	-569,960
	-5,741,440

Afkoma fyrir fjármagnsliði.....	1,966,760
---------------------------------	-----------

Fjármagnsliðir

Fjármagnsgjöld.....	-253
Fjármagnstekjur.....	1,148
	895

Hagnaður af reglulegri starfsemi	1,967,655
----------------------------------	-----------



*Ath: Í kostnaði við viðburði er gert ráð fyrir kostnaði við aðalfund

24

Efnahagsreikningur

2021-2022

Eignir

Viðskiptakröfur.....	0
Aðrar skammtímakröfur.....	0
Handbært fé*.....	3,854,286
	3,854,286

Eignir samtals.....	3,854,286
---------------------	-----------

Eigið fé

Rekstrarhagnaður / -tap.....	1,967,655
Óráðstafað eigið fé.....	1,886,631
	3,854,286

Skuldir

Aðrar skammtímaskuldir.....	0
	0

Eigið fé og skuldir samtals.....	3,854,286
----------------------------------	-----------

*Ath: Í handbæru fé er gert ráð fyrir kostnaði við aðalfund sem er dregið frá heildarstöðu

uak

Sjóðstreymi

2021-2022

Rekstrarhreyfingar

Rekstrarhagnaður / -tap.....	1,967,655
Hreint veltufé frá rekstri	1,967,655

Rekstrarliðir

Breyting á rekstartengdum eignum.....	0
Breyting á rekstartengdum skuldum.....	0
Handbært fé til rekstrar...	1,967,655

Hækkun/ lækkun handbærs fjár.....	1,967,655
Handbært fé í upphafi árs.....	1,886,631
Handbært fé í lok árs.....	3,854,286

25

