

# Aðgerðaráætlun Grafarvogs og Kjalarness



Í HEILSUEFLINGUM OG FORVÖRNUM

# Um áætlunina



- Áætlunin er unnin af forvarnar- og heilsueflingarteymi hverfisins, Grósku.
  - Í Grósku sitja fulltrúar ýmissa stofnana og félagasamtaka í hverfinu.
- Áætlunin tekur mið af forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar 2014-2019 og er í tvennu lagi.
  - Almenn markmið í forvörnum og heilsueflingu
  - Sértek markmið í forvörnum og heilsueflingu
- Áætlunin er endurmetin árlega.

# Um áætlunina



- Hverju markmiði er skipt í fjóra þætti
  - Markhópur – til hvaða hópa erum við að reyna að ná?
  - Leið – hvaða aðferðum ætlum við að beita til að ná árangri?
  - Ábyrgð – hver/hverjir bera ábyrgð á því að fylgja verkefninu eftir?
  - Mat á árangri – hvernig á að meta árangur?
- Mat á árangri er unnið árlega áður en áætlunin er endurskoðuð.

# Almennar forvarnir og heilsuefning



1. Börn og unglingar búi við góða líkamlega og andlega heilsu og hagsmunir þeirra séu í fyrirrúmi.
2. Réttindi barna séu virt, þau búi við lýðræði og jafnrétti og hafi jöfn tækifæri til þátttöku í samfélaginu.
3. Börn og unglingar eigi uppbyggilegar og jákvæðar samverustundir með fjölskyldu sinni.

# Almennar forvarnir og heilsuefning



4. Börn og unglingar hafi stuðning sem geri þeim kleift að taka upplýstar ákvarðanir og tileinka sér heilbrigðan lífsstíl.
5. Börn og unglingar búi í öruggu samfélagi og við öflugan félagsauð.
6. Foreldrasamstarf sé öflugt í nærumhverfinu og foreldrar öruggir og leiðandi í uppeldi barna sinna.

# Sértækar forvarnir og heilsuefling



1. Skimað sé eftir áhættuþáttum meðal barna og unglunga, viðeigandi fræðsla, stuðningur og aðstoð veitt og íhlutun beitt eftir því sem við á.
2. Að foreldrum barna og unglunga sem þurfa stuðning eða eru í áhættu standi til boða fræðsla og þjónusta. Litið verði á það sem forgangsmál að þessum fjölskyldum bjóðist úrræði við hæfi.
3. Þverfaglegt samstarf (innan og utan borgar) sé til staðar vegna barna og unglunga sem þurfa á sértækri þjónustu að halda.

# Dæmi um sundurliðað markmið



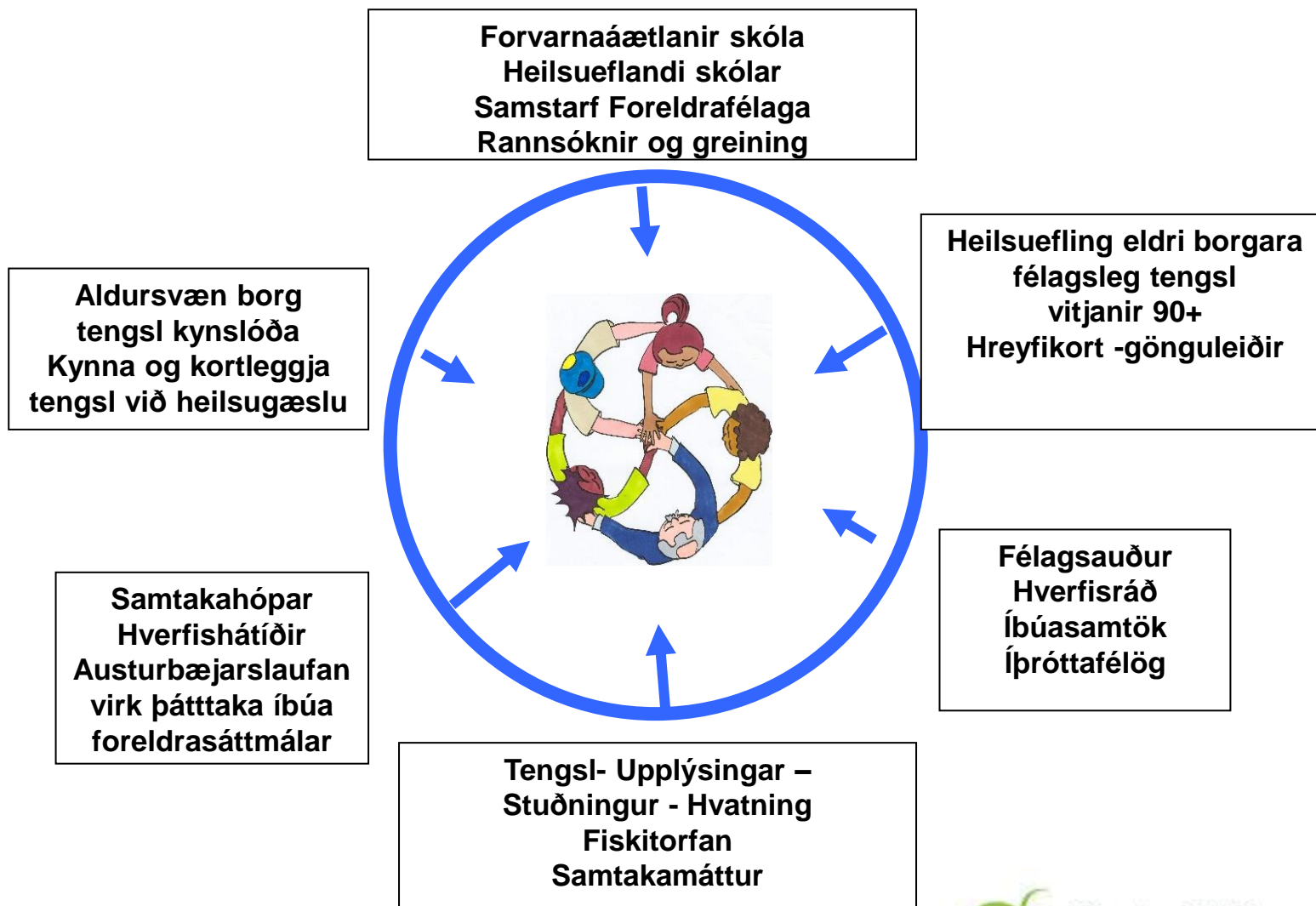
2. Réttindi barna séu virt, þau búi við lýðræði og jafnrétti og hafi jöfn tækifæri til þátttöku í samfélaginu.
  - Markhópur: Öll börn á leik-, grunn- og framhaldsskólaaldri í Grafarvogi og á Kjalarnesi.
  - Leið: Að skapa vettvang og aðstæður til þess að börn og unglingar fái tækifæri til að koma hugmyndum sínum í framkvæmd og á framfæri, t.d. í gegnum barna- og unglingaráð.
  - Ábyrgð: Stjórnendur leikskóla, grunnskóla, framhaldsskóla og frístundaúrræða borgarinnar. Verkefnastjóri frístunda og félagsauðs í Miðgarði annast stuðning í þessum verkefnum sé þess óskað.
  - Mat á árangri: Fjöldi þeirra stofnana sem skapa þennan vettvang fyrir börn og unglinga. Annað hvert ár er einnig miðað við svör unglinga í skýrslum Rannsókna og greininga.

# Takk fyrir





# Forvarnir og heilsuefling í Laugardal og Háaleiti



# Aðgerðaráætlun

- Forvarna – og heilsueflingarteymi virkt  
*virgni og þátttaka frá vögggu til grafar*
- Samstarf foreldrafélaga innan hverfa
- Vitundarvakning –aðgerðaráætlun um heilsueflandi hverfi/heilsueflandi samfélag  
*umhverfis og skipulagsmál*
- Unnið út frá niðurstöðum rannsókna



HEILSUEFLANDI  
samfélag

Laugardalur – Háaleiti

# Virkni og þátttaka.....

- Virkja foreldrafélög, hvetja til samstöðu foreldra gegn hópprýstingi – samfélagsmiðlar/ snjallsímanotkun (foreldrasáttmálar, félagslegur samanburður, svefn, ná til foreldrar af erl. uppruna o.fl.)
- Sjálfboðaliðar /Tengsl kynslóða – frístund- tölvukennsl- Jörfi
- Vitjanir til 90 + hreyfikort – stundaskráin
- kortlagning félagsauðs – hverfahátíðir - tengsl við grasrótina
- Virkni ungmennaráðs/nemendaráða – tengsl við hverfisráð
- Að fólk hittist og þekktist í grenndarsamfélaginu/hverfisvitund

Hreyfing

Næring

Líðan

Lífsstíll



# Aðgerðaráætlun í forvörnum

---

Samverustundir fjölskyldunnar

---



Reykjavíkurborg

Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða

# Samráðshópar um forvarnir og heilsueflingu

---

**Samtaka:** Skólar, skátafélög, íþróttafulltrúar, Kirkjan, Dansfélagið, forvarnarfulltrúi framhaldsskólanna, fulltrúi foreldrafélags skólanna, verkefnastjóri, unglingaráðgjafi þjónustumiðstöðvarinnar og ungmennaráð hverfanna.

**Forvarnafulltrúar:** Framhaldsskólarnir, lögreglan og þjónustumiðstöðin.

**Fróðir foreldrar:** Foreldrafélög, þjónustumiðstöð, frístundamiðstöð, íþróttafélögin og ungmennaráð hverfanna.

**Teymi um foreldramorgna:** Fjölskylduráðgjafi, sérfræðingur í málefnum flóttafólks, hegðunarráðgjafi, verkefnastjóri, leikskólastjórar, leikskólakennarar og ráðgjafi Hins Hússins.

# Leiðarljós hverfanna er að:

---

**Börn og unglingar eigi uppbyggilegar og jákvæðar samverustundir með fjölskyldu sinni**

---

Leggjum áherslu á fjölskylduvænt og heilsueflandi samfélag þar sem öll börn hafi jöfn tækifæri, tileinki sér heilbrigðan lífsstíl, líði vel og hafi sterka sjálfsmynd.

Mikilvægur hluti að heilsueflingu og forvörnum er að fræða uppalendur um þau málefni sem eru í gangi hverju sinni og að veita samræmda þjónustu við íbúa hverfanna í þeirra nærumhverfi.



# Nokkrar leiðir að markmiðinu

---

- Unnið með barnasáttmálann á öllum frístundaheimilum
- Unnið var með barnalýðræði
- Frístundamiðstöðin var með fjölskyldusamverustundir einu sinni í mánuði
- Forvarnarfulltrúi frístundaheimila
- Boði er upp á PMT og PMTO foreldrafærninámskeið í öllum þremur hverfunum
- Morgunhanar
- Haldið var námskeið fyrir foreldra barna af pólskum uppruna
- Skátar bjóða upp á fjölskyldu skátafundi
- Íþróttafélögin leggja áherslu á þátttöku foreldra í starfinu
- Hvetja til foreldraröls

# Fróðir Foreldrar

## Öflugt samstarf við foreldrafélögin

- Fræðsludagskrá fyrir foreldra í hverfinu
- Foreldrafélögin, frístundamiðstöðin, íþróttafélögin, þjónustumiðstöðin og ungmennaráð
- Könnun til allra foreldra
- Niðurstöður úr könnun rannsóknar og greiningar, líðan og hagir ungmenna
- Yfir 400 foreldrar á hverri fræðslu



# Foreldramorgnar

---

## Samfélagshús Þverfaglegt samstarf

---



Samstarfsverkefni allra leikskólanna í hverfinu,  
þjónustumiðstöðvarinnar, heilsugæslunnar,  
Aflagranda og Hins hússins.

# Markmiðin okkar eru að:

---

- Veita íbúanum góða þjónustu
- Færa þjónustuna nær íbúanum
- Vera með þverfaglegt teymi til aðstoðar í uppeldi barnsins
- Veita nýjum Íslendingum góða móttöku í hverfunum okkar
- Bregðast við vanda í uppeldi með því að veita ráðgjöf strax
- Vera með öflugt þverfaglegt samstarf allra aðila sem koma að málefni barna og fjölskyldum þeirra tengja kynslóðir

# Niðurstöður rannsókna og greininga

---

## Hagir og líðan barna og unglina

---

- Niðurstöður kynntar fyrir öllu fagfólki sem koma að starfi með börnum og unglum í hverfinu
- Ungmennaráð fer yfir niðurstöðurnar og kemur með sína sýn á viðbragð
- Hverfisráð hverfanna eru þátttakendur í kynningunni

**HEILSUEFLING  
FORVARNIR  
HAMINGJA**

— VESTURBÆR - MIÐBORG - HLÍÐAR —

---

**Greinar í hverfisblöðin**

---

# Takk fyrir okkur

---



**Reykjavíkurborg**

Þjónustumiðstöð Vesturbæjar, Miðborgar og Hlíða