



## Forvarna- og lýðheilsustefna Seltjarnarnesbæjar

### Ávarp bæjarstjóra

Það er skýrt stefnumið allra sveitarfélaga að hafa öfluga forvarnastefnu. Forvarnir eru hluti daglegs lífs okkar allra sem búum í samfélagi. Forvarnir eru markmið sem tryggir að við séum öll að róa í sömu átt, að öryggi, lífsgæðum og velferð allra íbúa bæjarins.

Sú mikilvæga vinna sem fólst í endurgerð forvarnastefnu Seltjarnarnesbæjar miðaði að því að greina stöðu íbúa á öllum aldurskeiðum og kortleggja hvar samfélagið okkar er stadd á sviði lýðheilsu og forvarnamála. Stefnan er mótuð í takt við þær þarfir sem blasa við og er ætlað að virkja og hvetja hagsmunaaðila til samstarfs við bæjarfélagið svo alls jafnræðis sé gætt varðandi velferð og heilsueflandi athafnir bæjarbúa.

Þarfirnar eru mismunandi eftir æviskeiðum og því mikilvægt að fullt samráð sé virkt milli hagsmunaaðila. Markmiðið er alveg skýrt. Það er öryggi og vellíðan allra aldurshópa samfélagsins. Að fólk skiptist á skoðunum, að þjónusta bæjarfélagsins nái til allra aðila og tryggt sé að enginn verði út undan.

Ég lýsi ánægju minni með endurgerð forvarnastefnu okkar og þakka þeim sem lögðu hönd á plóg fyrir góða vinnu.

**Þór Sigurgeirsson, bæjarstjóri**

### Formáli

Mikilvægt er að sinna forvarnastarfi í öllu daglegu lífi. Það er hluti af skyldum sveitarfélags að setja sér skýra stefnu sem tryggir að öll vinna með öðru fólki sé að því leyti samræmd að hún tryggi öryggi og velferð allra íbúa.

Vinnan við endurbætta forvarnastefnu Seltjarnarnesbæjar fól í sér kortlagningu á óskum íbúa og stöðu samfélagsins í forvarna- og lýðheilsuáttum. Haft var samband við hagaðila til að mynda fulltrúa leikskóla, grunnskóla, íþróttafélags, félags eldri borgara og ungmenna. Öllum var boðið að leggja fram sín sjónarmið, lesa yfir drög og koma með athugasemdir. Stefnan er mótuð í takt við þær þarfir sem komu fram og aðgerðir settar fram til að virkja hagaðila til samstarfs og tryggja jöfnuð til heilsueflandi athafna meðal allra íbúa. Mikilvægt er að mæta ólíkum þörfum hópa og eiga samráð við hvern hóp.

Markmið stefnunnar er að skapa samfélag þar sem allir íbúar eiga sér tilverurétt, upplifa öryggi, að skoðanir þeirra skipti máli og að þjónusta fyrir alla aldurshópa sé tryggð.

## Við sinnum öll forvörnum og berum ábyrgð

### Áherslur

- Velferð og vellíðan
- Umhverfi og skipulag
- Virkni og samfélagsleg ábyrgð

### Velferð og vellíðan

**Áfengis- og vímuefnavarnir.** Skapa sterkar og góðar fyrirmyndir, til að mynda á samkomum þar sem börn og unglingar eru þátttakendur ásamt fullorðnum.

**Fyrirbyggja kynferðislegt og kynbundið ofbeldi og áreitni.** Mikilvægt er að efla fræðslu í sveitarfélaginu um heilbrigða kynhegðun, svo sem um mörk, stafrænt kynferðislegt ofbeldi, kynferðislega friðhelgi einstaklinga, samþykki og fleira.

**Geðrækt.** Stuðla að jákvæðni og minnka líkur á athöfnum sem hafa neikvæð áhrif á heilsu og líðan.

**Samráð fagaðila.** Mikilvægt að samráð og samvinna fagaðila sé til staðar í anda laga um farsæld barna.

**Byggja upp samfélag jafnréttis og virðingar á Seltjarnarnesi.**

### Umhverfi og skipulag

**Innleiða Barnasáttmála Sameinuðu Þjóðanna.** Með það að markmiði að gera Seltjarnarnes að barnvænu sveitarfélagi sem viðurkennir börn sem sjálfstæða einstaklinga með fullgild réttindi.

**Gott aðgengi á lóðum og svæðum sveitarfélagsins.** Tryggja þarf aðgengi inn í og í kringum allar stofnanir á vegum bæjarins. Gæta að hjólastólaaðgengi, að handrið séu við stiga, aðkoma að húsnæði aðgengileg og örugg og göngluleiðir upphitaðar ef kostur er.

**Markvissar ofbeldis- og slysavarnir.** Eiga samstarf við lögregluþyrirvöld og hafa það að markmiði að skapa frið og öryggi í samfélaginu.

**Stuðla að útivist og heilsueflingu í sveitarfélaginu.** Tryggja gott aðgengi að útivistarsvæðum til eflingar lífsgæða fyrir alla íbúa.

**Gæta að öryggi í sinni víðustu mynd.** Líkamlegt og andlegt öryggi sé í fyrirrúmi ásamt öryggi í umhverfinu í heild sinni.

### Virk og samfélagsleg ábyrgð

**Tryggja mannréttindi og lýðræðisleg gildi.** Gæta að lýðræðislegri þátttöku allra íbúa og auka virðingu fyrir fjölbreytileika mannlífsins og menningarlegum þáttum.

**Tryggja aðgengi íbúa að þjónustu sem eykur virkni.** Tómsundaiðkun, virkni og þátttaka í félagslegum athöfnum gerir fólk betur í stakk búið til þátttöku í samfélaginu og eykur lífsgæði.

**Auka samkennd og samheldni meðal íbúa bæjarins.** Efla samstarf ólíkra aldurshópa. Skapa íbúum vettvang til að tjá sig og sínar skoðanir og að mynda tengsl við nærsamfélagið sitt.

**Auka þátttöku allra íbúa í heilsueflandi athöfnum.** Skapa umhverfi og aðstæður sem stuðla að heilsusamlegum lífnaðarháttum, heilsu og vellíðan allra.

**Siðferðisvitund og samfélagsleg ábyrgð.** Við erum öll hluti af því samfélagi sem við störfum og lifum í.

## Áherslur eftir aldri

- Fyrstu árin 0-5 ára
- Yngsta stig grunnskóla 6-9 ára
- Miðstig grunnskóla 10-12 ára
- Elsta stig grunnskóla 13-15 ára
- Framhaldsskólaaldur 16-25 ára
- Fullorðinsár 25-64 ára
- Eldri ár 65+

### Fyrstu árin 0-5 ára

Á fyrstu árum barns er mikilvægt að hlúa að frumpörfum barnsins og tryggja góða tengslamyndun við fjölskyldu og vini. Mikilvægt er að leggja grunn að heilbrigðum lífsháttum og tryggja öryggi þeirra í uppeldi með því að koma í veg fyrir að barn lendi í aðstæðum sem vinna gegn eðlilegum þroska. Leikskóli Seltjarnarness er fyrsta skólastigið og þar er unnið að því að efla börnin í leik og samskiptum, þau læra um lýðræði og mannréttindi, jafnrétti, heilbrigði og velferð.

#### Aðgerðir:

- Breyting á stefnu leikskólans og taka upp jákvæðan aga sem byggir á að sýna góðvild og festu á sama tíma.
- Foreldrum leikskólabarna boðið upp á fræðslu allt að tvisvar á skólaári.
- Skapa vettvang fyrir foreldra til að eiga samtal og efla foreldrasamskipti í samráði við foreldrafélag og foreldraráð leikskólans.
- Leikskólinn tryggir birtingamyndir fjölbreyttra fyrirmynda og ólíkra fjölskyldumynstra í leikföngum, sögum og menningu leikskólans.

### Yngsta stig grunnskóla 6-9 ára

Fyrstu árum grunnskóla fylgja miklar breytingar og árin eru töluverð mótunarár. Þar er lagður grunnur að heilsteyptri sjálfsmynd, sjálfsvirðingu og jákvæðum samskiptum. Ásamt heilbrigðri skjánotkun, réttindafræðslu og sterkri borgaravitund. Mikilvægt er að samskipti skóla og heimilis séu traust og að

barn upplifi öryggi og stuðning bæði í skóla, frístundastarfi og heima fyrir. Þátttaka barna í skipulögðum tómstundum eykst til muna á þessum árum og þau öðlast meira sjálfstæði í daglegu lífi.

#### **Aðgerðir:**

- Uppfylla gæðaviðmið ráðuneytisins um hlutverk frístundaheimila í barnvænu og skapandi umhverfi þar sem starfshættir einkennast af frjálsum leik og vali.
- Kortlagning á bekkjum út frá félagslegri stöðu og tómstundaiðkun.
- Samstarf milli skóla, frístundar og íþróttafélaga.
- Byggja upp samheldið og sterkt foreldrasamstarf, hver árgangur gerir foreldrasáttmála hvert haust.
- Réttindafræðsla í anda Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna.
- Efla samráðsfundi fagaðila. Skapa vettvang fyrir umsjónarkennara, þjálfara, frístundafólk og verkefnastjóra frístunda- og forvarnastarfs til að eiga samtal.
- Efla samstarf milli allra aldurshópa.

### **Miðstig grunnskóla 10-12 ára**

Á þessum aldri er ekki lengur til staðar frístundaheimili sem grípur barnið að loknum skóladegi og barn byrjar að axla meiri ábyrgð á sjálfu sér og sjálfstæðið eykst. Með breytingum á frítíma barnsins eykst samvera með jafnöldrum án handleiðslu eða afskipta fullorðinna. Mikilvægt er að tryggja félagslegt utanumhald með öflugum félagsmiðstöðvastarfi. Með því að bjóða börnum og unglingum upp á jákvæð viðfangsefni í frítíma sínum með sterkum fyrirmyndum eru auknar líkur á að þau kjósi heilbrigðan lífsstíl og forðist áhættuhegðun í framtíð sinni.

#### **Aðgerðir:**

- Kortlagning á hópum, tómstundaiðkun „hvað gerir þú eftir skóla?“, kanna félagatengsl og samkennd.
- Fræðsla til foreldra um samskiptamynstur, tengsl foreldris og barns og þær breytingar sem eiga sér stað á þessum aldri.
- Áhersla á skjátíma og samfélagsmiðla. Aldurstakmarkanir á samfélagsmiðla.
- Foreldrasáttmáli.
- Bjóða upp á gjaldfrjálst, skipulagt og faglegt félagsmiðstöðvastarf fyrir þennan aldurshóp.
- Efla samstarf milli allra aldurshópa.

### **Elsta stig grunnskóla 13-15 ára**

Skapa aðstæður þar sem unglingar geta notið æsku sinnar í öruggu og vímuefnalausum umhverfi. Aðstoða unglingana við að styrkja félagslega stöðu sína í aðstæðum þar sem þeir fá þann stuðning og verkfæri sem unglingar þurfa á að halda til að efla félagsfærni og æfa eigin samskiptahæfni. Leiðbeina þeim í rétta átt ef þau lenda í samskiptavanda eða árekstrum.

### **Aðgerðir:**

- Að auka þátttöku unglunga í skipulögðu félagsmiðstöðvastarfi sem uppfyllir þríþætt gildi frítímans; forvarnagildi, menntunargildi og afþreyingargildi.
- Kortlagning á tómsunda- og íþróttaiðkun unglunga og félagslegri stöðu þeirra. Í hvað og hvar þeir verja frítíma sínum. Skoða hvar þeir standa í áhættuhegðun, neyslu áfengis- og vímuefna og nýta þá yfirsýn til að hlúa að einstaklingum.
- Samþætting þjónustu í nærumhverfinu til að tryggja farsæld barna. Að allir aðilar í þjónustu í nærumhverfi barns eigi sæti í nemendaverndarráði og séu til samráðs um velferð barnsins.
- Veita unglungum og foreldrum þeirra fræðslu sem veitir stuðning.
- Áhersla á mikilvægi vettvangsstarf félagsmiðstöðva. Reglulegar útivaktir starfsfólks félagsmiðstöðvar þar sem þau nálgast unglingahópinn þar sem hann kemur saman. Þannig getur starfsfólk kortlagt hegðunarmynstur, félagatengsl utan hinna öruggu svæða skóla, frístunda og tómsundaiðkunar.
- Mikilvægt er að taka virkan þátt í miðlægu samstarfi stórhöfuðborgarsvæðisins við Flotann – flakkandi félagsmiðstöð.
- Efla samstarf milli allra aldurshópa.

### **Framhaldsskólaaldur 16-25 ára**

Mikilvægt er að bæta yfirsýn sveitarfélagsins yfir stöðu þessa aldurshóps, skólaganga fer öll fram utan sveitarfélagsins og erfitt reynis að halda utan um brottfall og þátttöku ungmenna í skipulögðu starfi.

### **Aðgerðir:**

- Tengiliður farsældar innan sveitarfélagsins með áherslu á 16-18 ára börn.
- Tryggja sæti fulltrúa nemenda í framhaldsskóla í Ungmennaráði Seltjarnarness.
- Fastir opnunartímar í Skelinni, ungmennahúsi, sem uppfyllir þríþætt gildi frítímans.
- Fræðslukvöld fyrir foreldra ungmenna sem eru í eða á leið í framhaldsskóla.
- Efla samstarf milli allra aldurshópa.

### **Fullorðinsár 25-64 ára**

Mikilvægt er að efla borgaravitund allra og byggja upp sterkt nærumhverfi og tryggt íbúasamfélag þar sem samfélagið sem heild lætur velferð og hag barna og annarra íbúa sig varða.

### **Aðgerðir:**

- Þjóða upp á opna fræðslufundi fyrir fólk í aldurshópnum
- Að starfrækja foreldrarölt þar sem mælst er til þess að allir foreldrar/forsjáraðilar nemenda sýni samfélagslega ábyrgð og taki þátt í foreldrastarfi.
- Tryggja sterkt nærumhverfi og góðar fyrirmyndir í lífi barna, til að mynda á samkomum þar sem börn og unglingar eru þátttakendur ásamt fullorðnum.

## Eldri ár 65+

Sveitarfélagið þarf að tryggja fjölbreytt framboð af tómsundum og félagsstarfi sem hentar mismunandi getu iðkenda og höfðar til mismunandi áhugasviðs og aldurs. Fyrir þennan aldursþóp er mikilvægt að tryggja öruggt umhverfi, sem felur í sér að umhverfið allt miðist út frá aðgengi.

### Aðgerðir:

- Tryggja öruggt umhverfi, þar með talið allt aðgengi, til að mynda að félagsskap, hreinu lofti og grænum svæðu. Huga að snjómokstri yfir vetrartímann og að bekkir séu með reglulegu millibili á göngustígum.
- Tryggja fjölbreytt framboð og virkni í tómsunda- og félagsstarfi sem höfðar til fólks eftir mismunandi getu og aldri.
- Áhersla á fjölbreytta heilsueflingu til að auka virkni eldri bæjarbúa. Mikilvægt er að tryggja gott framboð tómsunda fyrir aldursþópin og að heildarumsjón sé hjá forstöðumanni félagsstarfs eldri bæjarbúa.
- Kortlagning á ólíkum aldursþópum út frá félagslegri virkni og tómsundaiðkun.
- Þjóða reglulega upp á fræðslustundir sem eru fjölbreyttar, fróðlegar og skemmtilegar.
- Efla samstarf milli allra aldursþópa.

## Eftirfylgd og framkvæmd

Öll svið bæjarins bera ábyrgð á framkvæmd og innleiðingu forvarna- og lýðheilsustefnu. Verkefnastjóri frístunda- og forvarnastarfs ber ábyrgð á heildstæðri stefnu bæjarins og tryggir að unnið sé í samræmi við gildandi stefnu á öllum sviðum. Samráðshópur um forvarnir er starfandi þvert á svið og þjónustuveitendur og hefur hópurinn yfirsýn yfir forvarnastarf, stöðu mála hjá barna- og unglingshópnum og er haldið upplýstum með reglulegu samtali fulltrúa. Þverfaglegt samstarf stofnana og félagasamtaka bæjarins er mikilvægt til að ná fram settum markmiðum forvarna- og lýðheilsustefnunnar. Mikilvægt er að fá alla að borðinu til að fá sem heildstæðasta mynd af stöðu forvarnastarfs á Seltjarnarnesi.

Forvarna- og lýðheilsustefna Seltjarnarnesbæjarskal endurskoðuð að einu ári liðnu. Þar á eftir fer endurskoðun fram annað hvert ár.

## Gildistaka

Ný og endurbætt forvarna- og lýðheilsustefna var samþykkt í Fjölskyldunefnd þann 23. apríl 2024 og vísað til bæjarráðs til staðfestingar.

Stefnan var samþykkt í bæjarráði Seltjarnarnesbæjar þann 23. maí 2024 og staðfest í bæjarstjórn þann 5. júní 2024. Stefnan öðlast gildi þegar í stað.