



**Viðbragðsáætlun skrifstofu
tómstundamála ÍTR
við alvarlegum atburðum**

Júní 2008

Unnið af:
Soffíu Pálsdóttur
Þóru Melsted
Sigurbjörgu Kristjánsdóttur
Sigrúnu Sveinbjörnsdóttur

Efnisyfirlit:

| | |
|---|-----------|
| 1. Inngangur | 3 |
| 1.1 Viðbragðsteymi frístundamiðstöðvar..... | 3 |
| 1.2 Listi yfir samstarfsaðila..... | 4 |
| 2. Áföll sem börn verða fyrir utan starfsemi ÍTR – starfsstaður ÍTR tekur þátt í viðbrögðum hverfisins | 4 |
| 2.1 Hlutverk ÍTR ef barn í hverfinu verður fyrir áfalli | 4 |
| 3. Áföll sem snerta börn í starfi hjá ÍTR – starfsfólk ÍTR þarf að bregðast við | 5 |
| 3.1 Félagslegar breytingar..... | 6 |
| 3.2 Vanræksla/ofbeldi | 6 |
| 3.3 Verklagsreglur vegna tilkynningaskyldu starfsfólks ÍTR til Barnaverndarnefndar | 7 |
| 3.4 Langvinnir sjúkdómar | 8 |
| 3.4.1 Bráðaofnæmi..... | 8 |
| 3.4.2 Sykursýki | 8 |
| 3.4.3 Flogaveiki | 8 |
| 3.4.4 Krampi | 9 |
| 3.4.5 Astmi..... | 9 |
| 3.5 Alvarleg veikindi barns..... | 9 |
| 3.6 Alvarleg slys á börnum í starfi ÍTR | 9 |
| 3.7 Andlát barns í starfi ÍTR | 10 |
| 3.8 Áföll tengd aðstandendum barna í starfinu..... | 11 |
| 3.8.1 Alvarleg veikindi eða slys aðstandanda..... | 11 |
| 3.8.2 Andlát aðstandanda barns | 11 |
| 3.9 Náttúruhamfarir..... | 13 |
| 3.9.1 Jarðskjálftar..... | 13 |
| 3.9.2 Eldgos | 13 |
| 3.9.3 Fárviðri..... | 13 |
| 3.10 Viðbrögð starfsfólks í kjölfar válegra atburða eða náttúruhamfara | 14 |
| 4. Áföll sem starfsfólk ÍTR verður fyrir..... | 14 |
| 4.1 Hótun, áreitni eða ofbeldi á vinnustað:..... | 14 |
| 4.2 Alvarleg veikindi starfsmanns | 14 |
| 4.3 Alvarlegt slys starfsmanns | 15 |
| 4.3.1 Í vinnu | 15 |
| 4.3.2 Utan vinnu..... | 15 |
| 4.4 Andlát starfsmanns..... | 16 |
| 4.5 Vanlíðan starfsmanns vegna áfalls sem þeir verða fyrir utan vinnu..... | 16 |
| 5. Samskipti við fjölmiðla | 17 |
| 6. Ítarefni | 17 |

1. Inngangur

Viðbragðsáætlun þessi tekur til barna og starfsmanna í starfi hjá ÍTR. Þó svo að hér sé verið að fjalla um málefni barna og unglunga viljum við einfalda málið með því að nota orðið börn yfir einstaklinga á aldrinum 0-18 ára.

Yfirmenn og aðrir samstarfsmenn geta gegnt mikilvægu stuðningshlutverki ef starfsmaður verður fyrir áfalli. Ennfremur getur stuðningur starfsmanna við börn sem lenda í áfalli haft mikið að segja. Oft felst mesta hjálpin í að vera góður hlustandi, vera til staðar og gefa viðkomandi tíma. Við megum aldrei vanmeta gildi þess að ættingjar, vinir, vinnufélagar og aðrir í samfélaginu sýni þeim sem eiga um sárt að binda samkennd og stuðning í orði og verki. Aðstæður geta þó verið þannig að utanaðkomandi aðstoð sé nauðsynleg. Mjög mikilvægt er að starfsfólk haldi þagnarheit og trúnað sinn við þá sem lenda í áfalli.

Þessi viðbragðsáætlun skrifstofu tómstundamála hjá ÍTR er einungis grunnur fyrir viðbragðsáætlanir starfsstaðanna. Æskilegt er að starfsstaðir deili með sér hugmyndum og reynslu á þessu sviði og komi einnig breytingatillögum og ábendingum varðandi grunn skjalið til skrifstofustjóra tómstundamála.

Hér er hvorki fjallað um einkenni sorgar né einkenni sjúkdóma. Bent skal á að hægt er að finna slíkar upplýsingar í bókum, á veraldarvefnum o.s.frv.

Í mörgum tilfellum er hér bent á aðstoð kirkju og presta en hafa ber í huga að það hentar ekki í öllum tilfellum. Taka ber tillit til annarra trúarbragða og trúarskoðana.

1.1 Viðbragðsteymi Frostaskjól

Viðbragðsteymi skal vera starfandi í hverri frístundamiðstöð sem í sitja að minnsta kosti:

- Forstöðumaður Frostaskjól Guðrún Kaldal s: 695-5056
- Deildarstjóri barnastarfs Steinunn Grétarsdóttir s: 695-5063
- Deildarstjóri unglíngastarfs Guðrún Björk Freysteinsdóttir s: 695-5056

Viðbragðsteymi hvernar frístundamiðstöðvar sér um að aðlaga viðbragðsáætlun þessa að starfsemi viðkomandi frístundamiðstöðvar í samstarfi við starfsfólk og stendur fyrir kynningu og fræðslu á henni. Hlutverk viðbragðsteymisins er einnig að hlúa að starfsfólkinu og styðja það í viðbrögðum þess við atburðinum á vettvangi, huga að eftirfylgd og meta hvort þörf sé á utanaðkomandi aðstoð. Viðbragðsteymi hlúi einnig að starfsfólkinu sjálfu og útvegi sérfræðinga ef með þarf fyrir hópinn eða einstaklinga. Framkvæmdastjóri ÍTR, skrifstofustjóri og starfsmannastjóri hafa það hlutverk að styðja við viðbragðsteymi hvernar frístundamiðstöðvar. Viðbragðsteymi sendir ætíð tilkynningu um alvarlega atburði til skrifstofustjóra.

1.2 Viðbragðteymi Vesturbæjar

Í Vesturbænum er starfandi viðbragðsteymi sem samanstendur af eftirfarandi aðilum:

- Frostaskjól Héðinn 695-5053
- Hagaskóli Hildur Einars 664-8213
- Vesturbæjarskóli Hildur H 696-2299
- Dvergasteinn(leikskóli) Elín Mjöll 693-9893
- Vesturgarður, Sigprúður 664-7781 og Helga Arnþrúður 868-7409
- Neskirkja Sigurður 862-2312 og Dómkirkjan Þorvaldur 866-3080
- Heilsugæslan Magnea 893-0667
- KR Stefán 699-4555

2. Áföll sem börn verða fyrir utan starfsemi ÍTR – starfsstaður ÍTR tekur þátt í viðbrögðum hverfisins

- Tryggja að starfsstaðir ÍTR séu inni í viðbragðaáætlunum samstarfsaðila í hverfinu, t.d. hjá skólum, þjónustumiðstöð, kirkju og séu virkir þátttakendur í þeim verkferlum sem eru settir af stað.
- Æskilegt að starfsfólk ÍTR sé inni í þverfaglegum teymum skólanna bæði í barna og unglingastarfi.
- Nýta eðli frístundastarfs til að vinna úr atburðinum. Dæmi:
 - Starfsmenn séu til staðar í frítíma barnanna, eru með opið hús og tilbúnir til að spjalla við börnin.
 - Búa til vettvang þar sem börnin eiga sér skjól sem er utan vettvangs sorgarinnar.
 - Heimsókn til Almanna- og slökkviliðs, lögreglu, á sjúkrahúsin, láta þau búa til viðbragðsáætlun o.s.frv.
 - Vinna með atburðinn í hópastarfi t.d. út frá sköpun og umræðum.

2.1 Hlutverk ÍTR ef barn í hverfinu verður fyrir áfalli

Hlutverk starfsstaða ÍTR eftir t.d. andlát barns í hverfinu, sjálfsvíg barns, alvarlegt slys á barni eða alvarlegt áfall aðstandanda barns:

- Halda starfseminni óbreyttri, starfsmenn séu til staðar, séu virkir hlustendur og hlúi að börnunum. Skapa svigrúm í starfseminni fyrir spjall eða samveru í minni hópi fyrir þá sem það kjósa/þurfa.
- Draga úr kjaftasögum, starfsfólk sé ekki boðberar fréttar. Starfsfólk gefi rétta mynd af atburðarrás í samráði við þá aðila sem bera ábyrgð og í samráði við þolendur og forráðamenn þeirra.
- Meta hvort barnahópurinn þurfi aðstoð utanaðkomandi sérfræðinga inn á starfsstaðinn t.d. áfallahjálpi eða sálsgæslu.

- Starfsmenn skulu ávallt vera tilbúnir til að ræða atburðinn þó þeir kysu að barnið spyrði út í atburðinn við aðrar aðstæður. Mikilvægt að segja ekki: „Við skulum ræða þetta seinna”.
- Sýna fjölskyldu í áfalli virðingu, fulltrúar starfsstaðarins (helst þeir sem mest tengjast barninu) fara í heimsókn ef við á og starfsstaðurinn sendir fjölskyldunni eitthvað til að sýna hluttekningu.
- Starfsfólk fylgist með líðan barna þegar frá líður og komi málum einstakra barna í réttan farveg ef eitthvað er.
- Viðbragðsteymi hlúi að starfsmönnum og útvegi sérfræðinga ef með þarf fyrir hópinn eða einstaklinga.

3. Áföll sem snerta börn í starfi hjá ÍTR – starfsfólk ÍTR þarf að bregðast við

- Stjórnandi á starfsstað ákveður hverju sinni í hvaða ferli málið fer og upplýsir forstöðumann eða deildarstjóra frístundamiðstöðvarinnar um málið.
- Forstöðumaður eða deildarstjóri kallar saman viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar ef þörf er á. Viðbragðsteymið styður við aðgerðir á starfsstað eða tekur yfir stjórnina ef þörf er á.
- Stjórnandi á starfsstaðnum upplýsir foreldra um áfallið á hlutlausan og nærgætinn hátt. Ef um lífshættulegt ástand eða meðvitundarleysi er að ræða sér áfallateymi á slysideild um að tilkynna foreldrum viðkomandi barns um atburðinn. Hugsanlegt er að áfallateymi eða sjúkrahúsprestur ráðleggi að starfsfólk ÍTR komi að tilkynningu atburðar.
- Upplýsa hin börnin um áfallið við sem eðlilegastar aðstæður og passa að skilja ekki hópinn eftir í óvissu. Láta vita hvað tekur við. Reyndustu starfsmennirnir séu hafðir eftir með hópnum en óreyndari fylgi barni til sérfræðinga.
- Upplýsa aðra fagaðila í hverfinu um áfallið (sjá lista frístundamiðstöðvarinnar yfir samstarfsaðila).
- Meta hvort barn þurfi á aðstoð eða meðferð fagaðila að halda í kjölfar áfalls. Það á við í eftirfarandi tilvikum:
 - Ef atferli barnsins breytist mikið eftir áfall, ef það t.d. einangrar sig eða verður mjög órólegt. Þó gæti óvenjuleg hegðun barnsins verið „eðlileg” í ljósi sorgarferlisins.
 - Ef minningar frá áfallinu sækja stöðugt á barnið.
 - Ef barnið er miður sín lengi eftir dauðsfall, heldur áfram að eiga í einbeitingarerfiðleikum í starfinu eða sjálfsvígshugsanir sækja stöðugt á huga barnsins.

Hér á eftir verður lýst ferlum ÍTR í kjölfar ýmissa áfalla sem börn í starfi ÍTR geta orðið fyrir.

3.1 Félagslegar breytingar (t.d. skilnaður foreldra, búferlaflutningar, vinaslit, ástarsorg, misnotkun vímuefna á heimilinu eða annað)

- Tryggja góð samskipti við foreldra og upplýsa foreldra um mikilvægi þess að starfsfólk viti af slíkum félagslegum breytingum í lífi barna og unglinga.
- Ekki þvinga börn til að tjá sig um slíkar félagslegar breytingar. Starfsmaður á frekar að leitast við að vera til staðar og tilbúinn að grípa tækifærið til umræðu ef barnið sýnir vilja til þess, þó aðstæður séu ekki eins og starfsmaður kysir helst.
- Mögulega geta félagslegar breytingar leitt til vanrækslu á börnum, sjá ferli hér að neðan.

3.2 Vanræksla/ofbeldi Vanræksla er t.d. skortur á þrifnaði, umhyggju, börnin ekki sótt, útivistartími ekki virtur o.s.frv.). Hér er átt við ofbeldi sem börn beita eða verða fyrir af hendi annarra (orðbragð, hótun, áreitni, einelti, líkamlegt ofbeldi).

- Starfsmanni sem verður vitni að slíku ber að láta sinn næsta yfirmann vita, málið skoðað nánar og viðbrögð ákveðin eins fljótt og auðið er.
- Samráð við foreldra*.
- Samráð við skóla og aðra fagaðila í hverfinu.
- Ef búið er að vinna í málinu með foreldrum án árangurs, þarf að tilkynna málið til barnaverndaryfirvalda.
- Ef barn beitir annað barn alvarlegu ofbeldi skal tilkynna það til barnaverndaryfirvalda.

* *Ef grunur leikur á að foreldrar beiti börn ofbeldi er málið tilkynnt til barnaverndaryfirvalda án þess að hafa samráð við foreldra. Hlutverk barnaverndaryfirvalda er að kanna mál barnsins.*

3.3 Verklagsreglur vegna tilkynningaskyldu starfsfólks ÍTR til Barnaverndarnefndar

Eftirfarandi eru verklagsreglur ÍTR vegna tilkynningaskyldu sem unnar voru haustið 2007.

1. Markmið

Ferli þetta ákvarðar/segir til um hvernig standa skal að tilkynningu um óviðunandi misfellur í uppleddi og aðbúnaði barna og unglinga. Í lögum eru sérstakar skyldur lagðar á herðar uppleddis-, aðhlyningar- og félagsþjónustustarfsfólki um að tilkynna til barnaverndar ef grunsemdir vakna. „Hverjum þeim sem stöðu sinnar og starfa vegna hefur afskipti af málefnum barna og verður í starfi sínu var við að barn búi við óviðunandi uppleddisskilyrði, verði fyrir áreitni eða ofbeldi eða að barn stofni heilsu sinni og þroska í alvarlega hættu er skylt að gera barnaverndarnefnd viðvart.

Sérstaklega er leikskólastjórum, leikskólakennurum, dagmæðrum, skólastjórum, kennurum, prestum, læknum, tannlæknum, ljósmæðrum, hjúkrunarfræðingum, sálfræðingum, félagsráðgjöfum, þroskaþjálfum og þeim sem hafa með höndum félagslega þjónustu eða ráðgjöf skylt að fylgjast með hegðun, uppleddi og aðbúnaði barna eftir því sem við verður komið og gera barnaverndarnefnd viðvart ef ætla má að aðstæður barns séu með þeim hætti sem lýst er í 1. mgr. Tilkynningarskylda samkvæmt þessari grein gengur frammar ákvæðum laga eða siðareglna um þagnarskyldu viðkomandi starfsstétta.” <http://www.althingi.is/lagas/134/2002080.html>
Tilkynningarskylda og aðrar skyldur við barnaverndaryfirvöld, 17. gr.

2. Ábyrgð

Allir starfsmenn skrifstofu tórstundamála hjá ÍTR sem vinna með börnum og unglungum

3. Framkvæmd

- 3.1 Starfsmaður skal ræða mál viðkomandi einstaklings við sinn næsta yfirmann. Gæta skal fyllsta trúnaðar gagnvart öllum hlutaðeigandi.
- 3.2 Ákvörðun og mat um tilkynningu til Barnaverndar er tekin af deildarstjóra og/eða forstöðumanni.
- 3.3 Deildarstjóri eða forstöðumaður leitar leiðbeiningar hjá Barnavernd, ef upp koma óvissuatriði varðandi tilkynninguna.
- 3.4 Forstöðumaður tilkynnir formlega til Barnaverndar í samráði við skrifstofustjóra skrifstofu tórstundamála hjá ÍTR.

4. Endurskoðun

Tilkynningarferli þetta skal endurskoðað á tveggja ára fresti að tilstuðlan skrifstofustjóra skrifstofu tórstundamála.

3.4 Langvinnir sjúkdómar

- Fá allar upplýsingar um veikindin frá forráðamönnum til að hægt sé að bregðast við á réttan hátt. Starfsfólk sæki sér upplýsingar ef á þarf að halda, t.d. á www.doktor.is eða í bæklingum frá Landlæknisembættinu. Einnig er hægt að leita ráðgjafar hjá Umhyggju félagi til stuðnings langveikum börnum.
- Nauðsynlegt er að allt starfsfólk kynni sér vel einkenni sjúkdómsins og hvernig bregðast eigi við þeim. Muna að segja nýju starfsfólki frá langvinnum sjúkdómum barna í starfinu.
- Hafa samband við foreldra við fyrsta tækifæri þegar bregðast þarf við einkennum sjúkdóms.

Viðbrögð við eftirfarandi sjúkdómum:

3.4.1 Bráðaofnæmi

- Einstaklingur í losti þarf að komast sem allra fyrst undir læknishendur, hringja á 112 og nota EPI penna (bráðasprautu/adrenalínsprautu) ef hann er til staðar.
- Ef starfsmaður sér að barn er að fá lost er hægt að draga úr eða afstýra lostinu með eftirfarandi aðgerðum:
 - Leggja einstaklinginn niður og snúa höfðinu til hliðar
 - Losa um fatnað sem gæti þrengt að öndunarfærum
 - Setja hærra undir fætur
 - Koma í veg fyrir hitatap með því að breiða yfir einstaklinginn
 - Ekki gefa næringu
 - Hlúa að viðkomandi eftir föngum og ef einstaklingur er meðvitundarlaus á að leggja hann á hliðina (í læsta hliðarlegu)

3.4.2 Sykursýki

- Brugðist við blóðsykurfalli með eftirfarandi aðgerðum:
 - Gefa viðkomandi strax kolvetni, t.d.:
 - Glas af mjólk og brauðsneið
 - 2-3 sykurmola leysta upp í vatni og brauðsneið
 - Gosdrykk/ávaxtasafa og brauðsneið
 - Ef einkenni hverfa ekki á 5-10 mínútum skal hringt á 112
 - Aldrei má yfirgefa einstakling með sykurfallseinkenni

3.4.3 Flogaveiki

- Mjög mikilvægt að allir starfsmenn þekki einkenni flogakasts hjá flogaveiku barni og fái upplýsingar um viðbrögð frá foreldrum
- Við flog þarf að koma barninu í rólegar aðstæður þar sem barnið getur jafnað sig
- Ef floginu fylgir krampi skal fylgja eftirfarandi ferli

3.4.4 Krampi

- Halda ró sinni
- Losa um fót sem gætu þrengt að öndunarvegi
- Reyna að fyrirbyggja meiðsl
- Ekki setja neitt upp í munn einstaklings með krampa
- Hlúa að viðkomandi og leggja á hliðina/setja í læsta hliðarlegu
- Ekki má yfirgefa einstakling sem hefur fengið krampa fyrir en hann hefur náð fullri meðvitund
- Hringja á 112 ef:
 - Krampi stendur lengur en 5 mínútur
 - Starfsmenn vita ekki af hverju krampinn stafar
 - Annar krampi fylgir í kjölfarið
 - Einstaklingur kemst ekki til meðvitundar eftir að kippirnir hætta
 - Einstaklingur fær krampa í vatni

3.4.5 Astmi

- Brugðist við astmakasti með eftirfarandi aðgerðum:
 - Gefa innúðalyf
 - Róa viðkomandi og koma honum í rólegt umhverfi
 - Hlúa að viðkomandi, t.d. hjálpa honum að sitja uppi og láta hann anda að sér fersku lofti eða hvað annað sem viðkomandi finnst vera hjálp í
 - Hringja skal á 112 ef einstaklingur:
 - Á í verulegri andnauð
 - Er fögur og þvalur
 - Er blár í andliti og á vörum

3.5 *Alvarleg veikindi barns*

- Yfirmaður hefur samband við foreldra og fær allar upplýsingar um veikindin frá fyrstu hendi og fylgist með framvindu málsins til að geta upplýst aðra í starfinu.
- Sýna aðstæðunum virðingu án þess að gera meira úr þeim en þarf.
- Sýna hluttekningu á nærgættinn hátt. Yfirmaður leitar samráðs við foreldra vegna heimsóknna.
- Bjóða foreldrum fría dvöl ef barn getur ekki nýtt marga daga á frístundaheimili.
- Ef barnið heldur áfram að taka þátt í starfinu eða kemur til baka úr veikindafríi skal gæta þess að allir starfsmenn og hin börnin séu upplýst um stöðu mála og hugsanleg viðbrögð eftir því sem við á.

3.6 *Alvarleg slys á börnum í starfi ÍTR*

- Hringja í 112. Gefa upp staðsetningu og eðli vanda.
- Kanna áverka og veita fyrstu skyndihjálp með leiðbeiningum frá Neyðarlínunni, 112.
- Fjarlægja önnur börn af slysstaðnum.

- Hafa samband við foreldra og greina þeim frá atburðinum á hlutlausan og nærgætinn hátt. Leitast skal við að svara spurningum á eins nákvæman hátt og kostur er.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða skal óska eftir aðstoð starfsmanna á slysadeild um að láta foreldra viðkomandi barns vita af slysinu.
- Starfsmaður fylgir barni á slysadeild með sjúkrabíl og er hjá barninu þangað til foreldrar eru komnir á staðinn.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna öðrum börnum í starfinu.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða:
 - Kalla til viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar.
 - Viðbragðsteymi / yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum ef með þarf.
 - Ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra. Æskilegt að fá ráðleggingar eða aðstoð prests, sálfræðings og/eða hjúkrunarfræðings við áfallahjálp eða sálgæslu.
 - Starfsfólki veitt áfallahjálp ef með þarf.
 - Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu (sjá lista hverrar frístundamiðstöðvar yfir samstarfsaðila).
 - Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk / börn / foreldrar).
- Skrifa slysaskýrslu skv. öryggisverkferlum.
- Skrá niður allt um atburðinn og viðbrögðin til að meta það sem gert var og læra af því.

3.7 Andlát barns í starfi ÍTR

- Hringt í 112 – starfsfólk á slysadeild tekur við málinu og hefur samband við foreldra. Tilkynna sérstaklega ef grunur leikur á sjálfsvígi.
- Viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar kallað til.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna öðrum börnum í starfinu.
- Viðbragðsteymi / yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum.
- Passa upp á að ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra. Æskilegt að fá prest, sálfræðing og/eða hjúkrunarfræðing til þess að veita áfallahjálp.
- Starfsfólki veitt áfallahjálp.
- Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu (sjá lista viðkomandi frístundamiðstöðvar yfir samstarfsaðila).
- Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk / börn / foreldrar).
- Flagga í hálfu stöng eins fljótt og auðið er.
- Sýna hluttekningu á nærgætinn hátt með því að senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna og/eða fara í heimsókn.
- Upplýsa foreldra og börnin um hvernig starfið verður næstu daga. Mikilvægt að halda starfsemi áfram og gefa börnunum tækifæri á að ræða upplifun sína og tilfinningar.

- Minningastund ákveðin í samstarfi við samstarfsaðila og ættingja.
- Skrifa slysaskýrslu, sbr. öryggisverkferla.
- Skrá niður allt um atburðinn og viðbrögðin til að meta það sem gert var og læra af því.
- Útför:
 - Stjórnendur frístundamiðstöðvarinnar og jafnvel líka þeir starfsmenn sem standa nær barninu skrifi minningargrein og séu viðstaddir útförina ef við á.
 - Barnahópurinn fái aðstoð við að skrifa minningargrein og færa aðstandendum blóm/teikningar ef við á.
 - Sjálfsagt er að gera þeim starfsmönnum og börnum sem þess óska fært að vera við útförina.
- Huga að því hvernig stuðningi við börn og starfsfólk verði háttað í framhaldinu.

3.8 Áföll tengd aðstandendum barna í starfinu

3.8.1 Alvarleg veikindi eða slys aðstandenda

- Yfirmaður fær staðfestingu á veikindum/slysi hjá forráðamanni
- Viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar fundar með yfirmanni á staðnum til að taka ákvörðun í samráði við aðstandendur um hvaða ferli á að fara í gang. Huga þarf að eftirfarandi.
 - Líðan barnsins og umgengni við það í starfinu.
 - Samskiptum og upplýsingaflæði starfsstaðarins við heimili barnsins.
 - Hvernig/hvort á að upplýsa hin börnin.
 - Halda ró sinni og gera ekki of mikið úr aðstæðum.

3.8.2 Andlát aðstandanda barns

- Yfirmaður starfsstaðar fær staðfestar upplýsingar um atburðinn hjá skóla, þjónustumiðstöð eða forráðamönnum eða fær einhvern úr viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar til að kanna málið.
- Viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar kallað saman og það hefur samband við aðra fagaðila í hverfinu sem málið snertir. Þar er tekin ákvörðun um til hvaða aðgerða skuli gripið í samráði við aðstandendur, t.d. um hverjir tilkynna hverjum, bænastund, viðtalstíma.
- Yfirmaður sér til þess að allt starfsfólk staðarins fái tilkynningu um andlátíð.
- Yfirmaður ásamt fagaðila (t.d. presti eða sálfræðingi) tilkynnir hinum börnunum í starfinu um andlátíð.
- Mikilvægt að halda dagskrá í starfinu áfram.
- Samúðarkveðjur frá börnum og starfsfólki útbúnar og þeim komið til fjölskyldunnar.
- Ræða í viðbragðsteyminu og í starfshópnum hvort og þá hverjir úr starfsmannahópnum verða við útförina.

- Viðbragðsteymi aðstoðar starfsfólk á staðnum við að undirbúa hvernig tekið verður á móti barninu þegar það kemur aftur í starfið
- Hlúa að barninu og vera vakandi yfir því hvernig það tekst á við sorgina

3.9 Náttúruhamfarir

(mikilvægt að á starfsstöðum sé til staðar útvarpstæki með rafhlöðu)

Sjá upplýsingar á vef Almannavarnardeildar ríkislögreglustjórans: almannavarnir.is

3.9.1 Jarðskjálftar

- Starfsmenn komi börnunum út í horn, undir borð eða í næstu dyragætt og láta þau KRJÚPA, SKÝLA sér með annarri hendinni og HALDA sér í gólf, borðfót eða dyrakarm. Mikilvægt er að leitast við að kenna börnunum í starfinu viðbrögð við jarðskjálftum (krjúpa – skýla – halda).
- Varast þung húsgögn og hluti sem detta úr skápum og hillum.
- Halda börnunum fjarri stórum rúðum sem geta brotnað.
- Við jarðskjálfta geta hlutar úr byggingunni brotnað af. Haldið ykkur fjarri þeim stöðum í húsinu þar sem hætta er á hrynjandi byggingahlutum.
- Hlustið eftir tilkynningum og fréttum í fjölmiðlum og farið eftir þeim fyrirmælum sem kunna að vera gefin.

3.9.2 Eldgos

- Vegna hættu á eldingum á að aftengja öll rafmagnstæki þegar gosmökk leggur yfir byggð. Forðast skal að nota síma.
- Byrgið glugga sem snúa að eldstöð meðan gos varir og lokið fyrir reykháfa vegna gjóskufalls.
- Hlustið eftir tilkynningum og fréttum í fjölmiðlum og farið eftir þeim fyrirmælum sem kunna að vera gefin. Fylgist vel með veðurfregnum og öskufallsspám.

3.9.3 Fárviðri

Það telst færviðri þegar vindhraði hefur náð 33 m/sek, sem jafngildir 64 hnútum (12 vindstig).

- Ef Veðurstofa Íslands varar við veðri, skal taka það alvarlega. Hlustið á tilkynningar og/eða viðvaranir sem kunna að vera gefnar.
- Dveljið innandyra meðan færviðri geysar.
- Látið börn ekki vera undir gluggum ef hætta er á færviðri.
- Fylgist vel með veðurfréttum og tilkynningum í útvarpi og sjónvarpi.
- Heftið fok lausra muna.
- Fullvissið ykkur um að öllum gluggum og hurðum sé tryggilega lokað.
- Aflýsið ferðalögum og mannamótum
- **Sendið ekki börnin heim nema í samráði við foreldra og að gengið hafi verið úr skugga um að öryggi þeirra á leiðinni heim sé tryggt. Foreldrar séu látnir sækja börnin ef enn er færviðri í lok dagskrár.**
- Óskið eftir aðstoð björgunarsveita við að koma börnum til síns heima ef foreldrar hafa ekki tök á að sækja þau.

3.10 Viðbrögð starfsfólks í kjölfar válegra atburða eða náttúruhamfara

- Tala við börnin um það hvernig þeim líður og hlusta án þess að dæma. Segja þeim að tilfinningar þeirra geti verið ólíkar tilfinningum annarra og að það sé allt í lagi.
- Eins fljótt og auðið er skal taka upp hefðbundnar daglegar venjur eða móta nýjar ef aðstæður krefjast þess. Viðhalda öllum tímaáætlunum sem snúa að börnunum.
- Fullvissa börnin um að þau áttu enga sök á atburðinum, hvorki með hegðun sinni eða gjörðum.
- Hvetja börnin til að teikna mynd, eða skrifa bréf um upplifun sína og senda hana til ættingja eða vina.
- Ekki skal krefjast þess að börn sýni sérstaka hughreysti og alls ekki skal banna þeim að gráta.
- Ekki vera hrædd við að sýna börnum aukið eftirlæti í kjölfar válegra atburða.
- Móta ferli til að minnast atburðarins, t.d. eftir ár. Slíkt getur framkallað söknuð og/eða tár, en jafnframt gefst tækifæri til að þakka það sem vel hefur tekist.

4. Áföll sem starfsfólk ÍTR verður fyrir

4.1 Hótun, áreitni eða ofbeldi á vinnustað:

- Þegar starfsmaður verður fyrir hótun, áreitni eða ofbeldi á vinnustað eða við vinnu sína, skal hann sem fyrst snúa sér til síns næsta yfirmanns og tilkynna um atvikið.
- Yfirmaður skal meta atvikið með starfsmanninum, hugsanlegum vitnum og öðrum sem málið varðar og grípa til ráðstafana í samræmi við alvarleika þess.
- Yfirmaður skal strax:
 - Reyna að meta þörf starfsmannsins fyrir stuðning sem þarf að koma strax og gangast fyrir því að hann verði veittur í þeim mæli sem þörf er á.
 - Gera viðeigandi varúðarráðstafanir og ákveða viðbrögð gagnvart geranda til þess tryggja öryggi starfsmannsins og að hindra að umrætt ofbeldi/áreitni/hótanir haldi áfram.
 - Sjá til þess að nákvæm lýsing sé skráð á umræddu atviki.
 - Tilkynna atvikið til viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar.
 - Ef barn beitir starfsmann alvarlegu ofbeldi skal tilkynna það til barnaverndaryfirvalda.
- Unnið með málið í samvinnu yfirmanns og viðbragðsteymis:
 - Fundur viðbragðsteymis með viðkomandi starfsmanni og yfirmanni hans.
 - Meta alvarleika atviks og ganga úr skugga um að starfsmaðurinn fái viðeigandi stuðning.
 - Gera tillögur um öryggisráðstafanir og önnur viðbrögð eftir atvikum.

4.2 Alvarleg veikindi starfsmanns

- Yfirmaður fái greinargóðar upplýsingar um veikindin.
- Yfirmaður útskýrir veikindin og viðbrögð við þeim fyrir starfshópnum.

- Yfirmaður sýni starfsmanni stuðning/umhyggju, er til staðar fyrir hann og hefur reglulega samband við viðkomandi næstu daga.
- Yfirmaður upplýsir starfsmann um veikindarétt skv. kjarasamningum.
- Upplýsa börn og foreldra ef þörf er á.

4.3 Alvarlegt slys starfsmanns

4.3.1 Í vinnu

- Hringja í 112.
- Kanna áverka og veita fyrstu skyndihjálp með leiðbeiningum frá 112.
- Fjarlægja börn af slysstað.
- Hafa samband við aðstandendur og greina þeim frá atburðinum á hlutlausan og nærgætinn hátt. Leitast skal við að svara spurningum á eins nákvæman hátt og kostur er.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða skal láta starfsfólk á slysadeild um að hafa samband við aðstandendur.
- Annar starfsmaður fylgi starfsmanni á slysadeild með sjúkrabíl og er hjá honum meðan þörf krefur.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna börnunum í starfinu.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða:
 - Kalla til viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar.
 - Viðbragðsteymi / yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum ef með þarf.
 - Ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra. Æskilegt að fá ráðgjöf eða aðstoð prests, sálfræðings og/eða hjúkrunarfræðings varðandi áfallahjálp.
 - Starfsfólki veitt áfallahjálp.
 - Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu ef við á (sjá lista hvernar frístundamiðstöðvar yfir samstarfsaðila).
 - Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk / börn / foreldrar).
- Skrifu slysaskýrslu sem er að finna á innri vef ÍTR og á vef Vinnueftirlitsins: http://vinnueftirlit.is/vinnueftirlit/upload/files/eydublod/tilkynning_um_vinnuslys.pdf Senda slysaskýrslu til Vinnueftirlitsins, til verkefnastjóra trygginga hjá Reykjavíkurborg og til skrifstofustjóra tómsundamála ÍTR.
- Skrá niður allt um atburðinn og viðbrögðin til að meta það sem gert var og læra af því.

4.3.2 Utan vinnu

- Sá sem fær fréttir af slysi sem starfsmaður verður fyrir þarf að koma þeim upplýsingum til yfirmanns eins fljótt og auðið er.
- Yfirmaður tilkynnir starfsfólki um slysið eins fljótt sem auðið er.
- Yfirmaður starfsstaðar greinir barnahópnum frá slysinu. Sé starfsmaðurinn sérstaklega tengdur börnunum (jafnvel yfirmaður starfsstaðarins) þarf viðbragðsteymi

frístundamiðstöðvarinnar að annast tilkynninguna og vera reiðubúið að mæta viðbrögðum barnanna.

- Upplýsa foreldra þeirra barna sem tengjast starfsmanninum.

4.4 Andlát starfsmanns

- Sá sem fær fréttir af andláti starfsmanns þarf að koma þeim upplýsingum til forstöðumanns eins fljótt og auðið er.
- Viðbragðsteymi frístundamiðstöðvarinnar kemur saman eftir að tilkynning berst og aflar upplýsinga um andlátið og aðdraganda þess.
- Forstöðumaður tilkynnir starfsfólki um andlátið.
- Eins fljótt og auðið er skal tilkynna barnahópnum um andlátið ef við á. Betra er að gera það í minni hópum heldur en að kalla allan hópinn saman (t.d. aldursskipt eða farið inn í bekki í skólanum).
- Ef hinn látni er sérstaklega tengdur einhverjum barnahópi þarf viðbragðsteymi að ákveða sérstaklega hver tilkynnir hópnum um andlátið.
- Mikilvægt er að leitast við að öll börnin sem þekktu starfsmanninn fái sömu upplýsingar á sama tíma til að koma í veg fyrir sögusagnir.
- Mikilvægt er að fylgjast með líðan barnanna og samstarfsfólks og kalla til aðstoð fagaðila ef með þarf.
- Gefa barnahópnum kost á að láta í ljós líðan sína og vangaveltur, t.d. bjóða upp á sérstaka samverustund.
- Æskilegt er að senda bréf heim með börnunum þar sem þeim er greint frá andlátinu og væntanlegum breytingum sem kunna að fylgja í kjölfarið.
- Mikilvægt er að starfsemin raskist sem minnst en sjálfsagt er að fresta öllum skemmtunum.
- Sýna hinum látna virðingu. Fara í heimsókn til fjölskyldunnar, senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna og flagga í hálfu stöng eins fljótt og auðið er.
- Útför:
 - Stjórnendur frístundamiðstöðvarinnar skrifi minningargrein frá frístundamiðstöðinni og séu viðstaddir útförina sem fulltrúar hennar.
 - Barnahópurinn fái aðstoð við að skrifa minningargrein og færi aðstandendum blóm ef þeir þekktu starfsmanninn vel og þau óska þess.
 - Sjálfsagt er að gera þeim starfsmönnum og börnum sem þess óska fært að vera við útförina.

4.5 Vanlíðan starfsmanns vegna áfalls sem þeir verða fyrir utan vinnu

- Stuðningur við starfsmenn
 - Útskýra atburðinn og viðbrögð við honum fyrir starfshópnum ef við á.
 - Yfirmaður sýni starfsmanni stuðning/umhyggju, er til staðar fyrir hann og hefur reglulega samband við viðkomandi næstu daga á eftir.

- Sýna starfsmanni í áfalli virðingu, fulltrúar starfsstaðarins fara í heimsókn ef við á og starfsstaðurinn sendir starfsmanninum eitthvað til að sýna hluttekningu.
- Leyfa starfsmanni að hafa áhrif á hvaða upplýsingar eru gefnar í starfshópnum
- Viðbragðsteymi hlúi að starfsmönnum og útvegi sérfræðinga ef með þarf fyrir hópinn eða einstaklinga.
- Ef starfsmaður á sérstaklega erfitt eftir atburðinn, hættir að mæta, segist vilja hætta, gömul mál koma upp eða annað slíkt getur viðkomandi þurft á utanaðkomandi hjálp að halda sem yfirmanni ber að koma í réttan farveg.
 - Skoða hvað Starfsmannafélagið býður upp á.
 - Benda viðkomandi á sérfræðinga sem hann getur leitað til. Sjá lista í ítarefnum.

5. Samskipti við fjölmiðla

- Viðbrögð starfsfólks ef fjölmiðlar sýna atburðinum áhuga og vilja nálgast upplýsingar hjá starfsfólki sem varð vitni að eða býr yfir upplýsingum um atburðinn.
 - Forstöðumaður frístundamiðstöðvar eða staðgengill hans er eini tengiliður við fjölmiðla. Annað starfsfólk vísar á hann varðandi upplýsingar.
 - Forstöðumaður kynni sér aðstæður og undirbúi sig vel fyrir viðtöl. Hann biðji frekar um að fá að hringja síðar í blaðamenn ef hann þarf meiri tíma til að skoða málið. Mikilvægt er að forstöðumaður sé búinn að fá rétta mynd af atburðinum og viðbrögðum við honum áður en hann tjáir sig um málið við fjölmiðla.
 - Æskilegt er að allar upplýsingar sem fjölmiðlum eru gefnar varðandi þá sem lenda í áfallinu séu bornar undir nánustu aðstandendur þess eða þeirra sem í áfallinu lentu.
 - Yfirmaður á starfsstað vísar fjölmiðlum sem koma á vettvang í burtu til að skapa vinnufrið og vísar á forstöðumann frístundamiðstöðvarinnar. Kallar til aðstoðar lögreglu ef með þarf.
 - Mjög mikilvægt er að starfsfólk haldi þagnarheit og trúnað sinn við þá sem lenda í áfalli.
 - Upplýsingar berist til skrifstofustjóra tómstundamála.

6. Ítarefni

Dæmi um vefslóðir:

<http://doktor.is/>

http://doktor.is/index.php?option=com_d-greinar&Itemid=0&do=view_grein&id_grein=2842

<http://almannavarnir.is/>

<http://nydogun.is>

Dæmi um bækur:

- Benedikt Jóhannsson. (2004). *Börn og skilnaður*. Skálholtsútgáfan.
- Bragi Skúlason (1992). *Von. Bók um viðbrögð við missi*. Reykjavík: Hörpuútgáfan.
- Bragi Skúlason (1994). *Sorg barna*.
- Gunnar Finnbogason. (1998). *Áföll í nemendahópnum - sorgin hefur mörg andlit*.
- Herdís Storgaard, samantekt (2004) *Slys á börnum - forvarnir – skyndihjál*. Rauði kross Íslands.
- Landlæknisembættið o.fl. (2004). *Að koma í veg fyrir sjálfsvíg og sjálfsvígstilraunir meðal unglinga*.
- Marilyn Harvey (1999). *Loss and Grief, it hurts*. Youth Clubs UK
- Ólöf Ásta Faresveit o.fl. (2006). *Verndum þau - hvernig bregðast á við grun um vanrækslu eða ofbeldi*. Mál og menning.
- Sigurður Pálsson (1998). *Börn og sorg*. Útg. ekki getið.
- Skýrsla nefndar (1996). *Könnun á tíðni og orsökum sjálfsvíga á Íslandi og tillögur...* Háskólaútgáfan.
- Wilhelm Norðfjörð o.fl. (án árs). *Sjálfsvígisfræði með sérstöku tilliti til sjálfsvíga ungs fólks*. Endurmenntunarstofnun HÍ.
- Þóroddur Bjarnason o.fl. (2002). *Sjálfsvíg og sjálfsvígstilraunir meðal íslenskra ungmenna*. Landlæknisembættið.

Dæmi um sérfræðinga sem veita ráðgjöf í kjölfar áfalla:

- Einar Gylfi Jónsson
- Hugo Þórisson
- Wilhelm Norðfjörð
- Jóhann Thoroddsen
- Þórunn Finnsdóttir
- Haukur Haraldsson
- Ragna Ólafsdóttir
- Gyða Eyjólfsdóttir
- Brynhildur Scheving Thorsteinsson
- Sérfræðingar á þjónustumiðstöðvum borgarinnar