

Þórhildur Jónsdóttir 1997

Áfallaáætlun Hulduheima

Inngangur

Á fundi leikskólastjóra hjá Leikskólum Reykjavíkur vorið 1999 var lögð fram hugmynd um að skipa vinnuhóp til að skilgreina og setja saman áætlun um hvernig leikskólinn gæti og ætti að bregðast við þegar válegir atburðir eiga sér stað er snerta börn, foreldra og/eða starfsfólk skólans.

Í framhaldi af því var skipuð nefnd sem útbjó hefti eða vinnureglur árið 2001 og endurúttefnar reglur 2002, með nokkrum mikilvægum atriðum um áfallahjálpi sem leikskólarnir gætu haft til stuðnings við gerð áætlunar fyrir sinn leikskóla.

Markmið við gerð áfallaáætlunar leikskólans:

- ❖ Vekja starfsfólk til umhugsunar og umræðu um viðbrögð vegna ýmis konar áfalla.
- ❖ Starfsfólk læri að þekkja einkenni hjá börnum sem geta komið fram við áföll.
- ❖ Hvaða atburðir eða áföll eru líkleg til þess að kalla fram áfallastreitu eða sorgarviðbrögð.
- ❖ Starfsfólk leikskólans verður betur í stakk búið til að bregðast fumlaut og ákveðið við þegar áföll verða.

Á starfsmannafundi í Hulduheimum í janúar 2002 var skipað í áfallaráð. Allt starfsfólk leikskólans tók þátt í áætlanagerðinni við fyrstu útgáfu, sem áfallaráð stýrði. Yfirlestri og frágangi lauk í júní 2003.

Vinna við gerð áfallaáætlunar vakti upp margar spurningar og styrkti starfsmenn mikið.

Áfallaráð

Bryndís Markúsdóttir leikskólastjóri 2002-
Bryndís Kr. Kristinsdóttir deildarstjóri 2008-
María Una Óladóttir deildarstjóri 2011-

Fulltrúi öryggismála

Jónína Jóhannsdóttir aðstoðarleikskólastjóri

Fulltrúi foreldra í foreldraráði

Helga Jónsdóttir frá janúar 2015

Þeir sem hafa verið í áfallaráði eru:

Þórný Gunnarsdóttir leiðbeinandi 2002-2004
María Björnsdóttir deildarstjóri 2002-2007
Gróa Þórdís Þórðardóttir deildarstjóri 2002-2008
Þórhildur Jónsdóttir deildarstjóri 2008-2011

Foreldrar sem hafa verið í áfallaráði eru:

Alda Pétursdóttir, starfsárið 2010-2011
Aldís María Welding, starfsárið 2011-2012
Helga Jónsdóttir, starfsárið 2012-2013
Tara Sif Heimisdóttir, haust 2013– des. 2014

Reglur áfallaráðs

1. Í áfallaráði situr leikskólastjóri sem er jafnframt ábyrgðaraðili og tveir aðrir starfsmenn. Óskað er eftir fulltrúa frá foreldraráði og fulltrúa öryggismála til samstarfs við áfallaráð, ef ástæða er til.
2. Æskilegt er að í áfallaráð veljist fólk sem hefur einhverja þekkingu/áhuga á viðfangsefninu og getur brugðist ákveðið við.
3. Áfallaráð sér um endurmat á áfallaáætlun á hverju starfsári og starfsmenn lesa yfir að loknu endurmati.
4. Deildarstjóri sér um að kynna áfallaáætlun og hverjir eru í áfallaráði fyrir nýjum starfsmönnum.
5. Í dagbókum allra deilda, í eldhúsi, hjá leikskólastjóra og aðstoðarleikskólastjóra skal standa fullt nafn og símanúmer nánasta ættingja starfsmanns ef nauðsynlega þyrfti að ná í viðkomandi vegna slyss, áfalls eða annars. Einnig þarf að koma þar fram ef starfsmaður er með sjúkdóm sem krefst viðbragða samstarfsmanna (t.d. flogaveiki eða sykursýki). Munið að skrá inn upplýsingar í dagbók í upphafi hvers árs og alltaf þegar nýr starfsmaður byrjar.

Hlutverk áfallaráðs

Hlutverk áfallaráðs er að vinna samkvæmt áfallaáætlun og miðla upplýsingum í samráði við þann sem hefur orðið fyrir áfallinu.

Samkvæmt reglum um samskipti leik- grunnskóla og frístundaheimila Reykjavíkurborgar við trúar- og lífsskoðunarfélög, skal starfandi áfallaráð tryggja að samráð verði haft við foreldra/forráðamenn þeirra sem áfallið snertir áður en fagaðilar eru fengnir til stuðnings.

Áfallaráð veitir ekki áfallahjálp en býður upp á viðtal ef óskað er eftir og bendir á lesefni og sérfræðiaðstoð.

Hugsanlega mun áfallaráð leita til starfsmanns sem hefur upplifað líkan atburð og biðja viðkomandi um að veita stuðning.

Fulltrúar starfsmanna í áfallaráði eru tengiliðir við fjölmiðla ef alvarlegir atburðir gerast. Þetta er til að einfalda og samræma aðgerðir.

Viðbragðsáætlun

Áföll og atburðir sem líklegir eru til að kalla fram áfallastreitu og eða sorgarviðbrögð eru m.a. skilnaður, dauðsfall, misnotkun, fósturmissir, veikindi, slys, eignamissir, náttúrhamfarir, flutningar og gæludýramissir.

Fyrstu viðbrögð:

1. Starfsmaður er beðinn að tilkynna alltaf einum úr áfallaráði ef slys eða dauðsfall verður, hvort sem um er að ræða hjá honum sjálfum, barni í leikskólanum eða aðstandanda barns.
2. Áfallaráð hittist og metur stöðuna í samráði við deildarstjóra viðkomandi deildar sem hlut á að máli hverju sinni. Skipuleggur framhaldið, s.s. hver úr áfallaráðinu eða deildarstjóri, sér um að styðja viðkomandi ef óskað er eftir því og bendir á lesefni, presta, sérfræðinga eða annað.
3. Hugsanlega gæti starfsmaður sem hefur upplifað líkan atburð, hjálpað viðkomandi og veitt stuðning. Ekki endilega einhver úr áfallaráði.
4. Samráð er haft við þann sem hlut á að máli hverju sinni, deildarstjóra og starfsfólk viðkomandi deildar. Reynt verður að tilkynna um atburðinn eins fljótt og hægt er.
5. Meta með viðkomandi hvort og hvernig eigi að upplýsa aðra starfsmenn leikskólans, foreldra, börn og tengilið við áföll á skóla- og frístundasviði. Með fundi, bréfi (*fylgiskjöl nr. 6, 7 og 8*) og/eða heimsókn sérfræðings til okkar. Vera alltaf í samráði við foreldra með áframhald. Hvernig útskýra þau fyrir barni sínu? Hver eru þeirra trúarbrögð og lífssýn.
6. Huga að því hvernig á að haga næsta degi í leikskólanum. Á áfallanámskeiðum er talað um að koma vinnustaðnum í sama horf sem fyrst. Muna að taka tillit til aðstæðna og einstaklinga hverju sinni. **Ekkert tilfelli er eins og því sjaldan hægt að bregðast við með sama hætti.**

Munið að við erum bundin þagnarskyldu.
Ef utanaðkomandi aðilar spyrja um atburði sem gerst hafa,
vísið þá beint á leikskólastjóra eða til fulltrúa í áfallaráði.

Ath.

Opinberum stofnunum er ekki lokað v/andláts eða jarðarfara sem tengist leikskólanum. Foreldrar mega ekki vinna í stað okkar en hinsvegar getum við haft samband við þá og óskað eftir skilningi og aðstoð við að komast í jarðarför, með því að sækja börnin fyrr sem það geta. Hægt er að leita aðstoðar frá nágrannaleikskólanum Hömrum eða frá HEBA leikskólum sem við erum í samstarfi við (*sjá stuðningsaðilar á bls. 8 – 9*).

Flaggað er í hálfu stöng vegna andláts, metið hverju sinni.

Viðbrögð starfsmanna

Pekkja sín mörk og viðbrögð, viðurkenna og vera til taks.

1. Einstaklingar bregðast mismunandi við (aldur, fyrri reynsla, annað). Hvað treystir maður sér til.
2. Gæta þess að vera eðlileg/ur og einlæg/ur.
3. Taka tillit til einstaklings, sumir eiga erfitt með snertingu.
4. Forðast ekki viðkomandi.
5. Sýna rósemi og vera til staðar.
6. **Hlusta ----- ekki koma með sögur frá sjálfum sér.** Geta greint á milli hvenær maður er hlustandi eða er að veita ráðgjöf.
7. Vera í núinu, spytja ekki um framtíðaráform. (Ætlar þú að selja húsið, hvað ætlar þú að gera núna)? **Aðgát skal höfð í nærveru sálar.**
8. Virða skoðanir og hvernig fólk talar um þann sem látinn er.
9. Forðist að dæma hagi eða hátterni syrgjanda. Sorgin birtist með ólíkum hætti og skýtur stundum upp kollinum öllum að óvörum.

Samúðarkort, blóm, símtal, heimsókn, annað.

1. Hafa alltaf í huga óskir starfsmanns eða fjölskyldu þess barns sem í hlut á.
2. Ef barn í leikskólanum missir foreldri eða systkini, fara heim til barnsins og afhenda fallegan hlut eða t.d. bangsa.
3. Ef barn deyr sem er hjá okkur í leikskólanum, heimsækja foreldra og afhenda þeim samúðargjöf og við skrifum minningargrein. Hugmynd – vera í samráði við foreldra varðandi sorgarúrvinnslu barnanna á deildinni og leyfa þeim að fylgjast með.
4. Ef um náinn ástvinamissi starfsmanns er að ræða er gefið kerti og samúðarkort (starfsmannasjóður).
5. Ef starfsmaður er að glíma við mikil veikindi sinna nánustu, sýnum þá hlýhug hver á sinn hátt.
6. Ef starfsmaður er alvarlega veikur tekur einn samstarfsmaður að sér að hringja í hann eða nánasta ættingja og fylgjast með líðan hans.
7. Starfsmaðurinn stjórnar ferðinni í samráði við leikskólastjóra eða deildarstjóra og ákveður hversu miklar upplýsingar hann gefur og hverjir fá þær s.s. samstarfsmenn eða foreldrar.
8. Á meðan að starfsmaður er heima í veikindaleyfi er farið í heimsókn, blóm keypt eða annað (starfsmannasjóður) og/eða börnin búa til fallett kort. Metið hverju sinni.
9. Ef starfsmaður þarf að vera fjarverandi vegna veikinda eða dauðsfalls í fjölskyldu sinni þá þarf að tilkynna það leikskólastjóra og deildarstjóra. Meta síðan saman hvenær viðkomandi treystir sér aftur til vinnu. Ef starfsmaður treystir sér ekki til vinnu næstu daga þá þarf að biðja leikskólastjóra um leyfi og ræða hvernig fjarveran verði skráð.
10. Þegar lengra líður, fylgjast með áfallastreitu og leita eftir aðstoð ef þarf.
11. Ef starfsmaður deyr þá er safnað í blómvönd, krans eða annað. Skrifuð minningargrein og foreldrum tilkynnt andlát með bréfi (*fylgiskjal nr. 8*).

Að umgangast barn sem er í sorg

Leyfa barninu að tjá sig um atburðinn og styðja við barnið í gegnum áfallið/sorgina með því að sýna því umhyggju. **Vera til taks og gefa því tíma.**

Hafa í huga/til umhugsunar:

1. Taka mið af þroska og aldri barnsins.
2. Lesefni um sorgarviðbrögð barna (sjá bls. 9 og 10).
3. Hlusta eftir hvað barnið segir með orðum, líkamstjáningu og í leik.
4. Sorg getur birst óvænt hvar og hvenær sem er. Barnið fer að gráta allt í einu, jafnvel löngu eftir missi.
5. Nota virka hlustun, endurtaka það sem barnið segir og bæta við. Gott líka bara að segja hvað heldur þú, eða hvað finnst þér ef þið vitið ekki alveg hvernig best er að svara?
6. Frásögn þeirra getur stundum verið sundurlaus – tímaskyn er annað.
7. Börn spyrja mikið, t.d. hvernig er að vera dáinn? Er hjartað hætt að slá? Heyrir hann í okkur núna? Finnur hann til núna? Fer hún upp til guðs? Hvernig er það? Hvernig getur hann bæði verið hjá Guði og ofan í jörðinni?
8. Svára barni af einlægni þegar það spyr, ekki vera feimin við að segja sannleikann > vera hreinskilin. (Afi þinn er dáinn, ekki segja > hann er sofnaður eða hann er farinn > barnið spyr jafnvel hvert fór hann eða hvenær kemur hann aftur)? Svára með tilliti til skoðana foreldra.
9. Vertu óhrædd/ur við að segja ég veit það ekki, við höfum ekki svör við öllu.
10. Ef barn spyr hvað er/þýðir að vera dáinn? Þá er oft gott að varpa spurningunni aftur til barnsins og leyfa því að svara > hvernig útskýrir barnið að vera dáinn. Börn sættast best á svör sem þau finna eða upplifa sjálf. Ekki ganga á barnið með því að spyrja nánar en það er tilbúið til hverju sinni.
11. Aðgát skal höfð í nærveru sálar – ræðið ekki atburð við annan fullorðinn ef barnið stendur hjá sem málið varðar.
12. Gæta sín á frösum eins og „Ég er að deyja úr kulda”.

Varðandi gæludýramissi – starfmenn/foreldrar

1. Ef barnið talar um gæludýramissi, mismunandi þörf er hjá hverju barni að tala um gæludýramissi.
2. Talið þá við barnið um dauðann, leyfið því að syrgja og tala um gæludýrið sitt. Hægt er að útbúa myndaalbúm með myndum af dýrinu.
3. Það er best fyrir barnið að fá leyfi til að kveðja gæludýrið sitt áður en það er grafið og halda sína athöfn, t.d. að biðja bæn, syngja sálm eða lag sem barnið heldur upp á. Góð hugmynd er einnig að gróðursetja blóm þar sem dýrið er grafið.

Viðbrögð starfsmanna gagnvart foreldrum í sorg

1. Mætið foreldrum með hlustun og skilningi – verið í sambandi við foreldra og sýnið samúð.
2. Ef foreldri missir náinn ættingja, látið þá leikskólastjóra og aðra starfsmenn á deild barnsins vita. Einnig eru deildarstjórar á öðrum deildum og aðstoðarleikskólastjóri látinn vita og þeir koma upplýsingum áfram til sinna

starfsmanna og starfsmanna í eldhúsi, þegar við á. Áfallaráð eða deildarstarfsmenn geta vísað á lesefni og hvar hægt er að leita sér fagaðstoðar.

Viðbrögð okkar

Hvernig bregst ég við ef barn fær bráðaofnæmi, hitakrampa, ef aðskotahlutur er í hálsi barns, sykursýkiskast, flogaveiki, barn meiðir sig o.s.frv.? Það sama á við ef um starfsmann er að ræða.

1. Ekki hópast að þeim sem er að aðstoða barnið.
2. Starfsmaður biður um hjálp eða álit annars starfsmanns ef hann telur ástæðu til. Mikilvægt er að halda ró, barnið verður hrætt ef það finnur að starfsmaður er hræddur eða stressaður.
3. Munum eftir að sinna hinum börnunum sem hugsanlega voru vitni af slysinu. Aðrir starfsmenn fara með börnin á annað svæði úti eða inni.
4. Ákveða hver hringir í foreldra og/eða sjúkrahíl og láta leikskólastjóra alltaf vita. Munið að ef þarf að hringja á sjúkrahíl þá er hægt að hringja á deildum. Númerið er 1 – 1 – 2.
5. Mikilvægt er að gera slysaskýrslu eins fljótt og hægt er.
6. Starfsmaður fer með barnið til læknis í leigubíl eða sjúkrahíl ef ekki næst í foreldra. Metið er hvort hægt er að bíða eftir foreldrum.
7. Leikskólastjóri sér um að upplýsa starfsmenn ef um alvarlegt slys er að ræða.
8. Sjá reglur vegna slysa eða óhappa (*fylgiskjal nr. 1, 2 og 3*).

Sjá nánar:

Bls. 11-12 í möppu frá Herdísí L. Storgaard „Slysavarnir og skyndihjálp barna fyrir leikskóla, 2011“. Mappan er í hillu fyrir utan eldhús og á salerni í fataklefa. Sjúkrakassi er einnig á báðum þessum stöðum.

Skilgreiningar á nokkrum hugtökum um áföll og ofbeldi (*sjá fylgiskjal nr. 5*).

Kalla eftir hjálp – Neyðarnúmer er 1 -1 - 2 **Hægt er að hringja úr sínum á deildum og í fataklefa** **(þarf ekki að ýta á 0 á undan)**

1. Hringið eftir hjálp eða biðjið aðra að gera það. Þegar hringt er eftir neyðarþjónustu verður að gefa ákveðnar upplýsingar, hver hringir, hvar varð slysið, hvað kom fyrir og hve margir eru slasaðir, aldur og kyn (*sjá fylgiskjal nr. 2 um öryggismál í leikskólum*).
2. Ef barn þarf að fara í sjúkrahíl vegna meiðsla og foreldrar eru ekki komnir þá fylgjum við barninu. **Munið alltaf eftir öryggisblaðinu (sjá fylgiskjal nr. 3).**
3. Ef um flog er að ræða (*sjá fylgiskjal nr. 4, Krampaflog-viðbrögð*).
4. Ef slysið er alvarlegt þá er áfallaráð hjá slysadeild sem talar við foreldra, eða lögregla ef lögregla kemur á staðinn.
5. Sjúkrakassi er staðsettur í hillu fyrir utan eldhús og á salerni í fataklefa ásamt möppu frá Herdísí L. Storgaard. 2011. „Slysavarnir og skyndihjálp barna – fyrir leikskóla“. Sjúkrakassinn er yfirfarinn 2x á ári að hausti og vori, aðstoðarleikskólastjóri sér um það.
6. Í hillunni fyrir utan eldhús er einnig áfallaáætlun, jarðskjálftakver og reglur í sambandi við bruna- og jarðskjálftaæfingar.

7. Heilsufarsupplýsingar barna og starfsmanna, með ofnæmi og annað eru á öllum deildum og í eldhúsi.
8. Allir starfsmenn fari yfir áfallaáætlun og kynni sér möppu frá Herdísí L. Storgaard. 2011 „Slysavarnir og skyndihjálpi barna – fyrir leikskóla“, á haust- og vorönn.
9. Námskeið í slysavörnum/skyndihjálpi er haldið þriðja hvert ár, næst haustið 2017 (var í jan. 2014). Allir starfsmenn geta einnig sótt sér slíkt námskeið, sem er niðurgreitt af stéttarfélögum.

Neyðarlína allra landsmanna er 1- 1 -2

Börnum er kennt að segja einn, einn, tveir og benda á munn, nef og síðan augu.

Lögreluskýrsla

1. Kalla alltaf til lögreglu ef um alvarleg slys er að ræða, s.s áverkar á innri líffærum, drukknun, umferðaslys, höfuðhögg, heilahristingur, brunaslys, öll beinbrot, alvarlegir augn- tann- og klemmuáverkar (sjá fylgiskjal nr. 1 og 2).
2. Leikskólastjóri hringir í lögreglu, eða aðstoðarleikskólastjóri/deildarstjóri í hans fjarveru. Það er í lagi þó ekki sé hringt samdægurs, en þarf alltaf að gera innan tveggja vikna ef það verður alvarlegt slys eða áverki sem gæti tekið sig upp síðar.

Stuðningsaðilar utan leikskólans

Ef alvarlegir atburðir gerast, þá eru HEBA leikskólarnir (sem við erum í samstarfi við) og nágrannaleikskólinn Hamrar tilbúnir til samstarfs.

HEBA leikskólarnir eru Hulduheimar, Engjaborg, Brekkuborg og Austurborg.

Áfallaráð sér um að hafa samband.

Viðtalstími presta í Grafarvogskirkju er eftir samkomulagi, síminn er 587-9070.

Einnig veita prestar aðstoð og ráð allan sólarhringinn ef þess er þörf. Símanúmer prests á neyðarvakt er: 899-0115

- ❖ Séra Vigfús Þór Árnason, gsm: 891-6688. svigfus@grafarvogskirkja.is
- ❖ Séra Guðrún Karlsdóttir, gsm: 697-3450. srgudrun@grafarvogskirkja.is
- ❖ Séra Petrína M. Jóhannesdóttir, gsm:690-0775. srpetrina@grafarvogskirkja.is
- ❖ Séra Lena Rós Matthíasdóttir, gsm: 897-6789. srlenaros@grafarvogskirkja.is
(er í leyfi 2014)

Fólk af erlendum uppruna – leiðir varðandi viðbrögð við áföllum

Toshiki Toma er sérþjónustuprestur þjóðkirkjunnar við innflytjendur og hægt er að tala við hann varðandi áföll hjá fólki af erlendum uppruna. Heimasími: 511-1560 og gsm: 869-6526. Netfang: tosiki@kirkjan.is

Alþjóðasetur er við Laugaveg71, 101. Þar er hægt að leita aðstoðar og fá upplýsingar hjá starfsmönnum, síminn er 530-9300. Einnig eru þar tulkar, lögfræðingar og félagsráðgjafar. Neyðarsími Tulkapjónustu er: 663-0810. Netfang: asetur@asetur.is

Aðrir stuðningsaðilar

- ❖ Guðrún Ásgeirsdóttir sálfræðingur í Miðgarði s. 411-1400
- ❖ Heimilislæknar veita viðtöl – Heilsugæslan Grafarvogi 585-7600
- ❖ Barnaverndarstofa, sinnir málefnum barna sem grunur leikur á að hafi sætt kynferðislegri áreitni eða ofbeldi. Sími: 530-2600. Hægt er að senda inn fyrirspurnir á netfang: bvs@bvs.is heimasíða: www.bvs.is
- ❖ Ný dögum, Samtök um sorg og sorgarviðbrögð. Hægt er að senda inn fyrirspurnir á netfang Nýrrar dögunar: sorg@sorg.is
- ❖ Rauði krossinn veitir aðstoð og er með dagsnámskeið „Sálræn skyndihjálpi“ (sjá heimasíðu).
- ❖ Fjölskyldumiðstöð, sími 511-1599, heimasíða www.barnivanda.is. Ráðgjöf og stuðningur við fjölskyldur.

Hægt er að snúa sér til trúnaðarmanna eða beint til stéttarfélaganna til að fá upplýsingar um hvaða fjárhagslegu aðstoð félögin veita til starfsmanna vegna veikinda, slysa og við dauðsfall.

Trúnaðarmaður KÍ-Félag leikskólakennara er Gróa Þórdís Þórðardóttir á Kardimommubæ.

Trúnaðarmaður Eflingastarfsmanna er Inga Birna Sigurðardóttir, leikskólaliði á Sólskinsbæ.

Heimasíður

- Heimasíða Nýrrar dögunar: <http://www.sorg.is>
- Grafarvogskirkja/sorgarhópar: <http://kirkjan.is/grafarvogskirkja/safna%20arstarf/sorgarhopar/>
- Heimasíða landlæknis: www.landlaeknir.is Þar er að finna margar góðar upplýsingar um lýðheilsu barna sem nýtast foreldrum og þeim sem sinna börnum og unglingum.
- Reykjavíkurborg/foreldravefur: <http://www.reykjavik.is/foreldrar>
- Miðgarður þjónustumiðstöð Grafarvogs og Kjalarness: <http://www.midgardur.is>

Bókalisti yfir barna- og fullorðinsbækur í Hulduheimum

1. Sigurður Pálsson.(1998). *Börn og sorg* – Reykjavík: Skálholtsútgáfa. (17)
2. Karl Sigurbjörnsson.(1990). *Til þín sem átt um sárt að binda.* (18)
3. Rauði Kross Íslands.(1997). *Sálræn skyndihjálpi og mannlegur stuðningur.*(26)
4. Rauði Kross Íslands.(1994). *Börn og skyndihjálpi.* (15)
5. Krabbameinsfélagið.(1999). *Mamma og pabbi hvað er að?* (bæklingur- 38)
6. Guðrún Alda Harðardóttir.(2001). *Í leikskóla lífsins*, kafli 3. (24)

7. Álfheiður Steinþórsdóttir og Guðfinna Eydal.(1996). *Barnasálfræði*. (3)
Þessar bækur eru í undirbúningsherbergi.

Reglur um útlán

Starfsmenn og foreldrar geta fengið bækur, eða greinar lánaðar heim í vikutíma. Munið að skrá inn og út. Sá sem lánar bókina lætur leikskólastjóra vita og ber ábyrgð á að henni sé skilað á réttum tíma.

Fróðlegar bækur í bókasöfnum

1. Stevens, Margret: *Pegar afi dó*.
2. Þröstur B. Steinþórsson.(1994). *Tekist á við sorg*.
3. Bragi Skúlason. (1992). *Von, bók um viðbrögð við missi* – Hörpuútgáfan.
4. Carrick, Carol: *The accident*. (Þessi saga er um barn sem missir hundinn sinn)
5. Yeagley, Larry. (1994). *Coping with grief: Á íslensku*, Tekist á við sorg – Garði: Þröstur B. Steinþórsson,
6. Silverman, Philips Rolfe. *Never too young to know, death in children's lives*.
7. *Súpa fyrir sálina*, (stuttar frásagnir til hvatningar).

Ýmsar greinar

(Fyrir aftan áfallaáætlun í sömu möppu)

Munið að skrá ef þið lánið eða fáiið lánað efni úr möppunni.

1. **Að leiðarlokum** – Nokkur orð um hvernig líkaminn býr sig undir að ljúka lífinu.
2. **Pegar vonin ein er eftir**, dauðvona foreldrar og börn þeirra. Uppeldi 3tbl. 11. árgangur - Margrét V. Helgadóttir skrifar greinina. (Greinar og glærur frá 2 – 7 eru aftar í möppunni).
3. **Dauðinn er hluti af lífinu**: Uppeldi 6. tbl. 11 árgangur - Guðrún Helga Sigurðardóttir skrifar greinina.

Bæklingar

1. **Sorg og sorgarviðbrögð** gefinn út af Nýrri dögum, samtök um sorg og sorgarviðbrögð (aukahefti eru til í bæklingastandi í undirbúningsherbergi).
2. **Jólin og sorgin** – gefin út af Nýrri dögum.
3. **Sálræn skyndihjálpi** – kynning á námskeiði hjá Rauða krossi Íslands.
4. **Aðstoð við börn eftir áfall** gefinn út af Rauða krossi Íslands.

Glærur og tímarit

1. **Áföll og viðbrögð við þeim**: Námskeið fyrir leikskólastjóra Leikskóla Reykjavíkur 2002. Glærur frá Jóhanni Thoroddsen, sálfræðingi (eingöngu fyrir starfsmenn til lestrar).

2. Tímaritið **Umhyggja** félag til stuðnings langveikum börnum (*tímarit eru í hillu fyrir framan eldhús.*)

Fylgiskjal nr. 1

REGLUR VEGNA SLYSA EÐA ÓHAPPA

1. **Ef minniháttar slys** verða á barni á meðan það dvelur í leikskólanum og það þarf meðhöndlun á einhvern hátt, **hringið þá alltaf í foreldra** og látið vita. Foreldrarnir meta síðan sjálfir hvort barnið verður sótt og/eða farið með það á heilsugæslustöð eða slysadeild.
Þetta er góð regla, því stundum koma meiðslin ekki í ljós strax þegar barnið er skoðað (foreldrar hafa þá alltaf vitneskju um hvað gerðist).
2. **Alltaf** er hringt í foreldra og þau beðin um að fara með barnið ef það þarf að fara á slysadeild, heilsugæslustöð eða til tannlæknis. Ef foreldri kemst ekki strax eða kemst alls ekki, þá fer starfsmaður með barnið.
Ekki er leyfilegt að fara með barn í sínum bíl. Takið alltaf leigubíl ef farið er á slysadeildina. Ef nóg er að fara á heilsugæslustöðina í Spönginni > labbið þá með barnið ef það treystir sér til þess, annars takið leigubíl.
Yfirlæknir Heilsugæslustöðvar í Grafarvogi biður um að alltaf sé hringt áður og látið vita um væntanlega komu slasaðs barns þangað.
3. Skráið alltaf slysið á slysaskráningarblað og skilið því með nafni deildar og undirskrift ykkar inn til leikskólastjóra (ekki þarf lengur að geyma skráð blöð inni á deildum). Mikilvægt er að skráning slyss sé ítarleg og rétt. Þetta eyðublað fer til Skóla- og frístundasviðs með reikningi frá foreldri ef um endurgreiðslu er að ræða.
4. Ef starfsmaður slasast í vinnu skilar leikskólastjóri eða aðstoðarleikskólastjóri slysaskýrslu til launadeildar (eingöngu til gagnageymslu) og alltaf til Tryggingarstofnunar. Ef starfsmaður er frá 1 dag eða lengur vegna slyss þá á einnig að tilkynna það til vinnueftirlitsins. Hjá TR er metið hvort um vinnuslys eða gáleysi er að ræða hjá starfsmanni.
5. **Munið** eftir því að bæta inn á slysaskráningarblaðið eða aukablað, upplýsingum ef eftirmáli verður í kjölfar slyss - eins og ef barn er brotið, tognað eða kallað eftir lögreglu o.s.fv.

Látið alltaf alla á deild vita hvað gerðist og hvar, einnig síðustu vakt ef þið teljið þörf á því.

Slysadeild – heilsugæslustöð - Heimsókn á heilsugæslustöð og slysadeild er gjaldfrí. Ef barn slasast í leikskólanum og foreldri þarf að fara með barnið á slysadeild eða heilsugæslustöð og meðhöndla þarf barnið frekar t.d. myndataka. Þá greiðir foreldri fyrir þjónustuna, en fær síðan endurgreitt. Foreldri kemur með kvittun til leikskólastjóra ásamt reikningsnúmeri og kennitölu.

Tannslýs – Foreldrar leggja út fyrir kostnaði og fara með reikninginn í Tryggingarstofnun og fá endurgreitt að hluta til. Leikskólinn greiðir mismuninn og foreldrar fá reikninginn að fullu endurgreiddan.

Fylgiskjal nr. 2

Öryggismál í leikskólum

Kröfur um skipulag á öryggismálum í leikskólum:

1. Húsnæðið/ lóðin
2. Kunnátta í skyndihjálpi – endurnýjun 3ja hvert ár
3. Kunnátta í slysavörnum
4. Eftirlit með börnum

Viðbrögð þegar slys verður Neyðarnúmer 1-1 -2

H – Hver

H – Hvað – aldur/kyn – saga – líðan barns

H – Hvar

Stjórnun á slyssað

- Sá sem kemur að barni metur ástand
- Kallað á hjálpi – hringt á sjúkrabíl – sjúkrakassi
- Hefur skyndihjálpi og er hjá barni þangað til að hjálpi berst
- Önnur börn í leikskólanum – tilkynning til foreldra

Tilkynning til foreldra

- Lífshættulegt ástand – slysideild tilkynnir
- Minni slys – hringt í foreldra

Hvað er sagt við foreldra

- Kynna sig
- Hvað kom fyrir
- Er á leið í sjúkrahús í sjúkrabíl
- Hver er með barninu

Sjúkrakassi

- Listi í möppu
- Einhver ábyrgur fyrir kassanum – Aðstoðarleikskólastjóri
- Ganga vel um hann
- Staðsetning hans
- Skyndihjálparmappa á að vera hjá sjúkrakassa

Fylgiskjal nr. 2

Eftir slysið

1. Skrá slys á slysaskráningareyðublað
 - Hluti af innra eftirliti
 - Vitnisburðarblað
2. Láta yfirmann vita af slysi
3. Ef alvarlegt slys
 - Óska eftir lögregluskýrslu
 - Halda fund með foreldrum
 - Tryggingamál
4. Áfallahjálp
5. Lagfæra slysagildruna
 - Læra af mistökum sínum

Hvenær þarf að gera lögregluskýrslu vegna slyss?

1. Höfuðhögg
 - Greining heilahristingur, brot, blæðing, bjúgur, annað alvarlegt
2. Brunaslys
 - Ef meira en 8-10 % af líkamanum eru brennd og sár eru djúp
3. Öll beinbrot
4. Tannáverkar
 - Alltaf þegar spurning er um hvort fullorðinstennur hafi skaddast.
Fullorðinstennur detta úr eða brotna
5. Alvarlegir augnáverkar
6. Klemmuáverkar
 - T.d. þegar fingur fer af eða hangir á húðpjötlu
7. Öll alvarleg slys
 - T.d. áverkar á innri líffæri, drukknun, umferðarslys

Athugið: Þegar lögregla kemur á staðinn er einungis tekin skýrsla fyrir dagbók lögreglunnar.

Óska þarf sérstaklega eftir því að lögregluskýrsla sé tekin.

Hvenær á að hringja á sjúkrabíl ?

Samkvæmt Herdísi Storgaard er það alltaf matsatriði hvenær eigi að hringja á sjúkrabíl. Til að forðast mistök, sé það ekki njörvað niður.

Fylgiskjal nr. 3

Öryggisblað fyrir leikskólabarn

- Þetta eyðublað skulu foreldrar fylla út í upphafi leikskólagöngu barna þeirra. Þeir bera ábyrgð á að gefa leikskólanum upplýsingar um breytingar sem kunna að verða.
- Eyðublaðið skal vera aðgengilegt á deildum og tekið með ef farið er í lengri ferðir og eins ef leita þarf aðstoðar heilsugæslu eða slysadeildar.
- Allar breytingar um hagi barns skulu kennarar færa inn um leið og þær berast. Kennarar skulu yfirfara blöðin tvisvar á ári til að tryggja að upplýsingar séu réttar.

Nafn leikskólabarns: _____

Kenntitala: _____ Heimilsfang: _____

Nafn móður: _____

Símar: Heimasími: _____ Vinnusími: _____

Gsm-sími: _____ Önnur Númer: _____

Nafn föður: _____

Símar: Heimasími: _____ Vinnusími: _____

Gsm-sími: _____ Önnur númer: _____

Aðir sem má hringja í, ef sjúkdóm/slys ber að höndum og ekki næst í foreldra:

1. Nafn: _____ Símar: _____

Tengsl við barnið: _____

2. Nafn: _____ Símar: _____

Tengsl við barnið _____

Er barnið haldið þekktu ofnæmi?

Já Nei Ef já, þá hverju: _____

Er barnið haldið langvarandi sjúkdómi?

Já Nei Ef já, þá hverjum: _____

Tekur barnið lyf að staðaldri?

Já Nei Ef já, þá hvað: _____

Annað sem þarf að vera vitað um með öryggi barnsins að leiðarljósi?

Já Nei Ef já, þá hvað: _____

Undirskrift foreldris/forráðamans

- Þetta blað fer alltaf með ef starfsmaður þarf að fara með barn á slysadeild.
Afrít er í tölvu, án undirskrifar

Fylgiskjal nr. 4

Krampflog - viðbrögð

Hér á eftir eru talin upp nokkur atriði sem segja til um hvort maður sem fær krampflog þarf að komast á sjúkrahús:

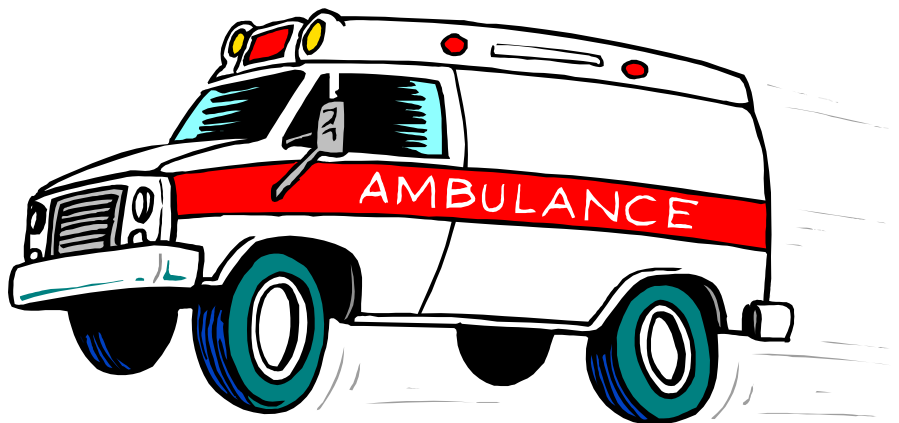
Það þarf ekki að hringja á sjúkrabíl:

1. Ef hægt er að sjá (á S.O.S.,- Medic Alert-, eða öðrum merkjum eða skilríkjum sem gæti sagt til um sjúkdóm mannsins) að hér sé um flogaveiki að ræða.
2. Ef floginu lýkur innan 5 mínútna.
3. Ef engin merki eru um meiðsli, líkamlegar þjáningar eða þungun.

Hringja skal á sjúkrabíl:

1. Ef flogið á sér stað í vatni.
2. Ef engin leið er að sjá að hér sé um flogaveiki að ræða (merki eða skilríki).
3. Ef um barnshafandi konu, slasaðan eð sykursjúkan einstakling er að ræða.
4. Ef eitt einstakt flog varir lengur en 5 mínútur.
5. Ef annað flog hefst stuttu eftir að fyrri flogið hættir.
6. Ef einstaklingurinn kemst ekki til meðvitundar eftir að kippirnir eru hættir.

Ef einstaklingurinn kemst til meðvitundar eftir að sjúkrabíllinn kemur þá skal spyrja hvort kramparnir tengjast flogaveiki og hvort hann æskir þess sjálfur að verða fluttur á sjúkrahús.



Fylgiskjal nr. 5

Skilgreiningar á nokkrum hugtökum um áföll og ofbeldi

Áfall er eðlileg og heilbrigð viðbrögð einstaklings við raunverulegum ytri atburðum sem hann upplifir sem missi eða ógnun um missi einhvers sem er honum mikilvægt. Áfallið framkallar tilfinningarlegt högg sem myndar tilfinningarleg yfirflæði og veldur því að fyrri reynsla og viðbragðshættir einstaklingsins nægja honum ekki til að skilja og ráða við aðstæður.

Áfallahjálp: hér er átt við forvarnarstarf sem miðar að því að fyrirbyggja alvarleg og langvinn sálræn eftirköst í kjölfar áfalla af ýmsum toga. Áfallahjálp er ekki meðferð í þeim skilningi, heldur aðstoð eða vegvísir einstaklingsins út úr þeim tilfinningum sem með honum bærast eftir áfallið.

Ofbeldi: hér er átt við sérhverja beitingu á valdi til að hindra aðra í að breyta, hugsa eða finna til eins og þeir kjósa sjálfir og að þvinga aðra til að aðhafast eitthvað gegn vilja sínum. Líkamlegt ofbeldi, andlegt ofbeldi, vanræksla og kynferðislegt ofbeldi.

Líkamlegt ofbeldi: hér er átt við að berja, bíta, brenna, sparka, hrista eða skaða barnið á einhvern annan hátt.

Andlegt ofbeldi: hér er átt við endurtekið mynstur hegðunar sem gefur barni þau skilaboð að það sé einskis virði, ekki elskað eða þjóni eingöngu þeim tilgangi að mæta þörfum annarra. Markvisst niðurbrot á sjálfsmynd barns og hindrun á að hæfileikar þess njóti sín. Getur falið í sér að hafna, niðurlægja barn, að einangra barn frá nauðsynlegum félagslegum samskiptum, að hræða og hóta barni að það verði yfirgefið, að láta barn afskiptalaust, að láta barn taka þátt í ólöglegu athæfi, að gera kröfur til barns sem samræmast alls ekki þroska þess og getu.

Kynferðislegt ofbeldi: hér er átt við hvaða kynferðislegu samskipti sem er milli einstaklinga, þar sem annar aðilinn misnotar vald sitt yfir hinum, í þeim tilgangi að fullnægja kynferðislegum þörfum sínum.

Einelti: hér er átt við þegar einstaklingur er tekinn fyrir og áreittur aftur og aftur í lengri tíma af einum eða fleirum.

Sifjaspell:

hér er átt við allt kynferðislegt atferli milli einstaklinga, sem tengdir eru tengslum trausts og þar sem annar aðilinn vill ekki slíkt atferli en er undirgefinn og háður ofbeldismanninum á einhvern máta. Samkvæmt þessari skilgreiningu þá þurfa gerendur ekki að vera tengdir barninu blóðtengslum.

Heimild: Guðrún Alda Harðardóttir. (1998). Áfallahjálp í leikskóla. Reykjavík.

Fylgiskjal nr. 6

Sýnishorn af bréfi til foreldra:

Til foreldra barna á deild í leikskólanum

Sá sorglegi atburður gerðist þann(dagsetn.) að barn af (nafn deildar) lést/fórst af slysförum/ veikindum.

Mér finnst mikilvægt að aðstandendur barna á deildinni fái vitneskju um atburðinn og hvernig við í leikskólanum höfum brugðist við.

Í dag var haldin minningarathöfn á (nafn deildar) þar sem rætt var við börnin um atburðinn. Auk starfsmanna deildarinnar og leikskólastjóra tóku þátt í umræðunni (nafn prests og sálfræðings) o.s.frv.

Þessi sorglegi atburður mun setja svip sinn á leikskólastarfið næstu daga. Við höfum ákveðið að boða foreldra barna á (nafn deildar) til fundar (dagur, staður, tími).

Með kærri kveðju
Leikskólastjóri

Fylgiskjal nr. 7

Sýnishorn af bréfi til foreldra:

Til foreldra barna á (deild) í leikskólanum

Sá sorglegi atburður gerðist þann (dagsetn.) að móðir/faðir/
systkini lést/fórst/ af slysförum/veikindum.

Mér finnst mikilvægt að aðstandendur barna á deildinni fái vitneskju um
atburðinn og hvernig við í leikskólanum höfum brugðist við.

Í dag var haldin stutt athöfn þar sem rætt var við börnin um atburðinn. Auk
starfsmanna og leikskólastjóra tóku (nafn prests og sálfræðings)
þátt í í umræðunni.

Þessi sorglegi atburður mun setja svip sinn á leikskólastarfið næstu daga og
viljum við biðja foreldra að vera vakandi yfir líðan barna sinna.

Með kveðju

Leikskólastjóri

Fylgiskjal nr. 8

Sýnishorn af bréfi til foreldra:

Til foreldra barna á deild í leikskólanum

Sá sorglegi atburður gerðist þann(dagsetn.) að starfsmaður af
(nafn deildar) lést/fórst af slysförum/ veikindum.

Mér finnst mikilvægt að aðstandendur barna á deildinni fái vitneskju um atburðinn og hvernig við í leikskólanum höfum brugðist við.

Í dag var haldin minningarathöfn á (nafn deildar) þar sem rætt var við börnin um atburðinn. Auk starfsmanna deildarinnar og leikskólastjóra tóku þátt í umræðunni (nafn prests og sálfræðings) o.s.frv.

Þessi sorglegi atburður mun setja svip sinn á leikskólastarfið næstu daga. Við höfum ákveðið að boða foreldra barna á (nafn deildar) til fundar (dagur, staður, tími).

Með kærri kveðju
Leikskólastjóri