



# Forvarna- og aðgerðaáætlun Reykjavíkurborgar

---

2024-2027



Reykjavík

2024

# Efnisyfirlit

1. Inngangur	2
2. Áskoranir	2
3. Forvarnarhjólið	4
A: Fögnum fjölbreytileikanum	5
A.1. Regnbogavottun.....	5
A.2. Fræðsla um menningarnæmi og fjölbreytileika samfélagsins .....	6
A.3. Fræðsla um líf fatlaðra barna og ungmenna .....	7
A.4. Kynna menningarstofnanir borgarinnar sérstaklega fyrir fjöltyngdum börnum, ungmennum og fjölskyldum.....	7
B: Góð líðan	8
B.1. Góður og reglulegur svefn barna og unglinga.....	8
B.2. Hvetja börn og ungmenni til að stunda daglega hreyfingu .....	8
B.3. Hollt mataræði.....	9
B.4. Efla þátttöku í skipulögðu íþróttum og tómstundastarfi .....	9
B.5. Vinna með líkamsvirðingu .....	10
B.6. Betri líðan 16 -18 ára (Heilbriggt lífverni og styrking félagslegra tengsla).....	10
B.7. Aukin áhersla á geðrækt og félagsfærni.....	11
C: Höfnum ofbeldi	12
C.1. Vinna gegn einelti.....	12
C.2. Gegn ofbeldi.....	12
C.3. Vinna gegn kynferðislegu ofbeldi.....	12
C.4. Samfélag gegn stafrænu ofbeldi.....	13
D: Verndandi þættir og jákvæð samskipti	14
D.1. Samstarfsnet borgarhluta.....	14
D.2. Forvarnaráætlanir miðstöðva í hverfum borgarinnar .....	15
D.3. Forvarnaráætlanir grunnskóla útvíkkaðar og samræmdar .....	15
D.4. Unnið gegn brotthvarfi úr grunn- og framhaldsskólum.....	15
D.5. Samstarf við sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu .....	16
D.6. Innleiðing á ahlíða kynfræðslu í öllum grunnskólum .....	16
D.8. Nýsköpun í foreldrasamstarfi .....	17
D.9. Hverfa- og samfélagslöggæsla - Samstarf miðstöðva .....	17
Fjármögnun	18
Eftirfylgd, árangursmat og framkvæmd	18
Viðauki I	19
Viðauki II	20
	23

# 1. Inngangur

Forvarna- og aðgerðaáætlun Reykjavíkur 2024-2027 er unnin út frá lýðheilsustefnu Reykjavíkurborgar, Heilsuborgininni Reykjavík: „*Borgin sem ég vil búa*“ og var samþykkt í borgarstjórn Reykjavíkur 5. október 2021. Leiðarljós stefnunnar eru að áhersla á lýðheilsu sé ofin inn í alla starfsemi og stefnumörkun Reykjavíkur og að öll forvarnarvinna byggi á bestu þekkingu og reynslu á hverjum tíma. Aðgerðaáætlun er á ábyrgð forvarnarteymis Reykjavíkurborgar og unnin í samstarfi við skóla- og frístundasvið, menningar- og íþróttasvið, umhverfis- og skipulagssvið, velferðasvið (miðstöðvar) og skrifstofu borgarstjóra og borgarritara. Tekið er mið af áherslum verkefnisins *Betri borg fyrir börn* þar sem horft er heildstætt á líf þeirra með mikilvægan stuðning eins og birtist í forvarnarstarfi.

Sérstaklega var hugað að samhæfingu við Heimsmarkmið Sameinuðu þjóðanna, Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna, velferðarstefnu Reykjavíkurborgar, menntastefnu Reykjavíkurborgar, stefnu Reykjavíkurborgar um frístundapjónustu, íþróttastefnu Reykjavíkurborgar og verkefni Heilsueflandi samfélags. Áætlunin er unnin á grundvelli breiðrar samvinnu. Hér er um að ræða áætlun sem verður lögð til grundvallar við úthlutun á fjármagni til forvarnarverkefna. Byggt er á sterkum grunni og ríkri hefð fyrir forvarnarvinnu í Reykjavík og Forvarnarstefnu Reykjavíkurborgar 2014-2019.

Forvarnarstarf fer fram í nánasta umhverfi barna og ungmenna þar sem skóla- og frístundastarf gegnir mikilvægu hlutverki. Miðstöðvar borgarhlutanna gegna lykilhlutverki við að tryggja samhæfingu og samstarf þeirra aðila sem styðja börn, ungmenni og foreldra þeirra í hverfum borgarinnar. Miðstöðvarnar útvega jafnframt sérfræðiþekkingu sem til þarf við staðbundnar áskoranir í forvörnum.

## 2. Áskoranir

Rannsóknir sýna fram á að andlegri líðan barna og unglinga hrakar, svefntími þeirra hefur minnkað og neikvæð áhrif vegna mikillar skjánotkunar hafa aukist. Dæmi um aðrar áskoranir eru nikótínvörur og aukin neysla unglinga á orkudrykkjum sem innihalda koffín. Ofbeldi er að aukast og hatursorðræða að verða meira áberandi í samfélaginu.

Innflytjendum heldur áfram að fjölga á Íslandi og er mikilvægt að taka vel á móti börnum og ungmennum sem koma til landsins. Viðurkenna þarf og virða fjölbreytileikann í hópi barna og ungmenna og gera alltaf ráð fyrir honum. Inngilding og þátttaka í samfélaginu er forsenda að farsæls samfélagi fyrir alla.

Mikill árangur hefur náðst við að draga úr neyslu áfengis og tóbaks með samvinnu þeirra aðila sem koma að málefnum barna og ungmenna ásamt þeim sjálfum. Það er því tilefni til að halda áfram, taka höndum saman um nýjar áskoranir og setja aukinn kraft í forvarnarstarf og heilsueflingu með markvissum aðgerðum. Samstarf í hverfum borgarinnar er lykilatriði í því að hafa jákvæð áhrif á gildi og viðmið þegar litið er til forvarna.

Markmið þessarar áætlunar er að bregðast við helstu áskorunum sem eru til staðar í forvarnarmálum varðandi börn og ungmenni í Reykjavík. Helstu áskoranir birtast í eftirfarandi spurningum.

- Hvernig stuðlum við að bættri líðan?
- Hvernig drögum við úr fordómum?
- Hvernig aukum við þátttöku barna og ungmenna í heilbrigðum lífstíl?
- Hvernig drögum við úr áhættuhegðun barna og ungmenna?
- Hvernig aukum við inngildingu (inclusion) í samfélaginu?
- Hvernig aukum við samstarf þeirra sem starfa með börnum og ungmennum?

Heildarárangur er metinn af því hvort markmiðum aðgerða hafi verið náð í einstökum verkefnum. Einnig er stuðst við gagnaöflun og mælingar á helstu áhættuþáttum barna og ungmenna.

### 3. Forvarnarhjólið

Til að setja aðgerðaráætlunina myndrænt fram þá er notast við myndlíkingu hjólsins þar sem valdefling og stöðug þróun ríkir til að mæta fjölbreytileika samfélagsins.

Í forvarnarhjólinu eru þeir þættir sem áætlunin byggir á og tengjast innbyrðis. Hjólið er heildstætt og hjólin styðja hvert annað. Forvarnarhjólið byrjar að snúast með þeim áherslum sem hér fyrir neðan eru kynntar og í kjölfarið er ætlunin að innleiða á hverja miðstöð borgarinnar í borgarhlutunum, og í hverja starfsstöð í hverfunum.

Hver kafli inniheldur skýringar á þessum áherslupáttum ásamt aðgerðum sem heyra þar undir. Einnig eru lagðir fram mælikvarðar og ábyrgðaraðilar fyrir hverja aðgerð.



# A: Fögnum fjölbreytileikanum



Unnið með umhverfi barna og ungmenna þannig að þau læri að sýna umhyggju, samkennd og bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum. Börn og ungmenni fái notið mannréttinda og séu öll samþykkt sem jafngildir einstaklingar án tillits til uppruna, þjóðernis, stéttar, tungumáls, litarháttar, trúarbragða, lífs- og stjórnmalaskoðana, trúleysis, kyns, kynhneigðar, kynvitundar, kyntjáningar, kyneinkenna, aldurs, fötlunar, holdafars, líkamsgerðar, heilsufars, atgervis eða annarrar stöðu.

## A.1. Regnbogavottun

- Aðgerð 1: Regnbogavottun á alla starfsstaði borgarinnar sem þjónusta börn og ungmenni að því gefnu að fjármagn verði fengið í verkefnið. Markmiðið með Regnbogavottun Reykjavíkurborgar er að gera starfsemi Reykjavíkurborgar hinseginvænni, bæði fyrir starfsfólk og þjónustuþega, og þannig koma í veg fyrir beina og óbeina mismunun í garð hinsegin fólks. Starfsstöðum verðið boðin fræðsla og þeim gert að skila inn aðgerðaráætlun árlega til að hljóta og viðhalda Regnbogavottun ásamt því að fá 1,5 klst. fræðslu á a.m.k. þriggja ára fresti í framhaldinu.
- Mælikvarði 1: Allir starfsstaðir Reykjavíkurborgar sem þjónusta börn og ungmenni verði komnir með Regnbogavottun í lok árs 2026.
- Ábyrgðaraðili: MAR.
  
- Aðgerð 2: Útbúa fræðsluefni fyrir starfsfólk um trans börn og ungmenni. Markmiðið með fræðsluefni væri að skýra hvaða leiðir og úrræði standa þessum hópi til boða og hvernig best sé að styðja við þau.
- Mælikvarði 2: Dreifing á fræðsluefni fyrir lok árs 2024.
- Ábyrgðaraðili: MAR.

Kostnaður vegna aðgerðar 1 og 2: 10.800.000 kr. (eitt stöðugildi verkefnistjóra þ.e. auk núverandi starfsmanns). Tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni.



## A.2. Fræðsla um menningarnæmi og fjölbreytileika samfélagsins

- Aðgerð 1: Fræðsla um fjölmeningarnæmi fyrir íþróttþjálfara og leiðbeinendur félagasamtaka í frístundastarfi í Reykjavík sem eru aðilar að frístundakortinu. Markmið fræðslunnar er að auka hæfni starfsmanna við aðstæður þar sem fjölmeningarlegs næmis er krafist og að auka um leið aðgengi að þjónustu og upplýsingum. Þessi fræðsla myndi taka á inngildingu sérstaklega út frá innflytjendum og minnihlutahópum (svo sem fötluðu fólki, hinsegin fólki), staðalmyndum, hatursorðræðu og mannréttindastefnu Reykjavíkurborgar. Unnin út frá fræðsluefni Fjölmeningarseturs [Fjölbreytni auðgar](#) – samtal um góða þjónustu í samfélagi margbreytileikans.
- Mælikvarði 1: Fræðsla standi til boða í fjórum borgarhlutum og verði lokið fyrir lok árs 2025.
- Ábyrgðaraðili: MÍR
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, Íþróttabandalag Reykjavíkur og MAR.

Kostnaður: 1.500.000 kr. (100 klst.). Tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni eða sótt um í viðeigandi sjóði.

- Aðgerð 2: Fræðsla um fjölmeningarnæmi fyrir allt starfsfólk leikskóla, grunnskóla, frístundaheimila, félagsmiðstöðva, skólahljómsveita, sundlauga, íþróttahús og í starfsemi þar sem börn og ungmenni sækja í samræmi við menntastefnu Reykjavíkur. Markmið fræðslunnar er að auka hæfni starfsmanna við aðstæður þar sem fjölmeningarlegs næmis er krafist og að auka um leið aðgengi að þjónustu og upplýsingum. Þessi fræðsla myndi taka á inngildingum sérstaklega út frá innflytjendum og minnihlutahópum (svo sem fötluðu fólki, hinsegin fólki), staðalmyndum, hatursorðræðu og mannréttindastefnu Reykjavíkurborgar. Fræðslukerfið Torgið verður nýtt fyrir rafræna fræðslu í bland við staðbundna fræðslu og aukið samtal.
- Mælikvarði: Fræðsla standi til boða í öllum borgarhlutum og verði lokið fyrir lok árs 2026.
- Ábyrgðaraðili: SFS, VEL og MÍR (stjórnendur starfsstaða)
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, MAR, Heimili og skóli o.fl.

Kostnaður: Stöðugildi verkefnastjóra til þriggja ára, 10.8 m.kr. pr. ár. Tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni.

### A.3. Fræðsla um líf fatlaðra barna og ungmenna

- Aðgerð 1: Þjóða upp á fræðslu um líf fatlaðra barna og ungmenna fyrir grunnskólakennara, frístundaleiðbeinendur, þjálfara, foreldra og börn sem mótuð er í samstarfi við Proskahjálp, ÖBÍ og fleiri aðila í einu skólasamfélagi. Taka þarf mið af aðstæðum í hverju samfélagi og útfæra sértæka fræðslu ef þörf er á. Verkefnið verði þróað fyrst sem afmörkuð tilraun og útfærð svo útvíkkuð á fleiri.
- Mælikvarði: Allir starfsmenn í einu skólasamfélagi, sem þjónusta börn og ungmenni, verði búnir að fá fræðslu fyrir lok árs 2025.
- Ábyrgðaraðili: VEL, (skrifstofa ráðgjafar).
- Samstarfsaðilar: MAR, SFS.

Kostnaður: 750.000 kr. (50 klst.). Innan fjárhagsramma eða sótt um í viðeigandi sjóði.

### A.4. Kynna menningarstofnanir borgarinnar sérstaklega fyrir fjöltyngdum börnum, ungmennum og fjölskyldum

- Aðgerð: Menningarstofnanir Reykjavíkurborgar bjóða upp á verkefni og hópastarf sem hefur það að markmiði að virkja fjöltyngd börn, ungmenni og fjölskyldur þeirra til þátttöku í starfinu. Listasmiðjur, tónlistarsmiðjur, klúbbastarf eftir skóla og fleiri viðburðir opna dyr að öruggu félagslegu rými sem er ókeypis og býr til umgjörð fyrir samverustundir fjölskyldunnar. Upplýsa fjöltyngd börn, ungmenni og fjölskyldur um þessa þjónustu og að aðgangur á söfn og bókasafnsskírteini eru gjaldfrjálts í Reykjavík til 18 ára aldurs. Tengja upplýsingamiðlun við verkefnið; Velkomin í hverfið þitt.
- Mælikvarði: Að tilgreindar stofnanir setji fram áætlun um fjölmennningarlegar áherslur/þjónustu.
- Ábyrgðaraðili: MÍR.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma



## B: Góð líðan



Með góðri líðan, andlegri og líkamlegri, er átt við að styðja börn og ungmenni til heilbrigðs lífsstíls. Góður og reglulegur svefn, regluleg hreyfing og hollt mataræði er grundvöllur að góðri líðan.

### B.1. Góður og reglulegur svefn barna og unglunga.

- Aðgerð 1: Hvetja börn og ungmenni í grunnskólum til góðra svefnvenja með fræðslu fyrir börn, ungmenni, foreldrar/forsjáraðilar og starfsmanna um svefn, áhrif og mikilvægi þess að fylgja [viðmiðum um svefn eftir aldri](#). Stuðst verði við [námsefni um svefn frá Betri svefn](#).
- Mælikvarði: Að leik- og grunnskólar Reykjavíkur innleiðingu fræðsluna skólaárið 2024-2025.
- Ábyrgð: SFS.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

- Aðgerð 2: Farið verði í 3 ára tilraunaverkefni í öllum unglingadeildum grunnskólanna í Reykjavík þar sem byrjun skóladags á unglingastigi verði seinkað út frá niðurstöðum rannsóknar í grunnskólum Reykjavíkur skólaárið 2022-2023.
- Mælikvarði: Að byrjun skóladags hafi verið seinkað í öllum unglingadeildum grunnskóla í Reykjavík haustið 2024.
- Ábyrgð: SFS.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

### B.2. Hvetja börn og ungmenni til að stunda daglega hreyfingu

- Aðgerð: Stofnaður verði starfshópur samkvæmt erindisbréfi sem hefur það hlutverk að hvetja til daglegrar hreyfingar og/eða útiveru í skóla og frístundastarfi. Starfshópurinn hefur jafnframt það hlutverk að kortleggja hreyfingu og aðstöðu til hreyfingar

meðal barna í skóla og frístundastarfi og að ljúka við gerð námskrár Reykjavíkurborgar.

- Mælikvarði: Forvarnaráætlanir leikskóla, grunnskóla, frístundaheimila og félagsmiðstöðva geri ráð fyrir daglegri hreyfingu og/eða útivera samanber gátlista heilsueflandi skóla og frístundastarfs.
- Ábyrgð: SFS og MÍR.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

### B.3. Hollt mataræði

- Aðgerð: Hvetja börn, ungmenni og foreldra með fræðslu til að neyta hollrar fæðu í samræmi við viðmið landlæknis og auka aðgengi að hollum mat á starfsstöðum borgarinnar. Hollur matur hefur jákvæð áhrif á heilsu og líðan barna og ungmenna auk þess sem vel nærðir einstaklingar eiga auðveldara með að einbeita sér og læra.
- Mælikvarði: Að allir leik-, grunnskólar, frístundaheimil og félagsmiðstöðvar bjóði upp á holla fæðu og fræðslu í samræmi við viðmið landlæknis.
- Ábyrgð: SFS.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

### B.4. Efla þátttöku í skipulögðu íþrótt- og tómstundastarfi

- Aðgerð: Að Reykjavíkurborg yfirfæri tilraunaverkefnið *Frístundir í Breiðholti fyrir alla borgarbúa*. Verkefnið hefur það að markmiði að kynna íþrótt- og tómstundastarf í viðkomandi hverfi og auka þátttöku þar sem unnið er í góðu samstarfi við grunnskóla í viðkomandi hverfi. Samstarf við sérhæfðari samtök og markvissara félagslegt starf fyrir börn sem þurfa félagslegan stuðning með það að markmiði að auka bæði jákvæð samskipti og ánægju af félagslegri þátttöku og einnig aukin tækifæri til að taka þátt í almennu félagsstarfi.
- Mælikvarði: Að virkir einstaklingar undir 16 ára séu a.m.k. 82% og 60% í aldurshópn- um 16-18 ára 2026, samkvæmt frístundakortinu og niðurstöðum rannsókna.
- Ábyrgð: Suðurmiðstöð.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, MÍR, SFS, ÍBR.

Kostnaður: Er fjármagnað.<sup>1</sup>

## B.5. Vinna með líkamsvirðingu

- Aðgerð: Stofna starfshóp til að kortleggja stöðuna á líkamsvirðingu og kerfislægum fitufordómum og í kjölfarið vinna tillögur að aðgerðum. Starfshópurinn skoði hvaða fræðslu börn og ungmenni fá um líkamsvirðingu, útlitsdýrkun og fitufordóma og hvort tilefni sé til endurskoðunar á henni.
- Mælikvarði: Að starfshópurinn skili skýrslu fyrir lok árs 2024.
- Ábyrgð: MAR.
- Samstarfsaðilar: SFS, VEL.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## B.6. Betri líðan 16 -18 ára (Heilbrigt líferni og styrking félagslegra tengsla)

- Aðgerð 1: Að jafningjafræðsla verði í boði fyrir alla nýnema í framhaldsskólum. Að geta boðið uppá fræðslu á jafningjagrundvelli sem styður við ungt fólk til að taka upplýstar ákvarðanir er varðar heilbrigt líferni.
- Aðgerð 2: Að þróunarverkefnið „Styrkur og vellíðan“ standi ungu fólki til boða árlega. Verkefnið miðar að því að hvetja ungt fólk til virkni og efla félagsleg tengsl í gegnum hreyfingu og hópavinnu.
- Mælikvarði aðgerð 1: Að boðið verði uppá jafningjafræðslu fyrir nýnema árlega í framhaldsskólum í Reykjavík.
- Mælikvarði aðgerð 2: Að boðið verði uppá verkefnið árlega.
- Ábyrgð: MÍR (Hitt húsið).
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, framhaldsskólar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

---

<sup>1</sup> <https://fundur.reykjavik.is/sites/default/files/agenda-items/8%20Frístundir%20í%20Breiðholti%20-%20skýrsla%20og%20tillögur.%20MSS23040148..pdf>

## B.7. Aukin áhersla á geðrækt og félagsfærni

- Aðgerð 1: Efla þjálfun í félags- og tilfinningafærni barna og ungmenna samkvæmt gátlistum heilsueflandi skóla og frístundastarfs og þeirri vinnu sem verið er að vinna í Barna- og menntamálaráðuneytinu/Mennta- og skólaþjónustustofu.
- Mælikvarði: Gert sé ráð fyrir þjálfun í félags- og tilfinningafærni í forvarnaráætlunum borgarhluta frá og með skólaárinu 2024-2025.
- Ábyrgð: SFS.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, Embætti Landlæknis, Barna- og menntamálaráðuneytið, Mennta- og skólaþjónustustofa o.fl.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

- Aðgerð 2: Efla getu starfsfólks í skóla- og frístundastarfi til að sjá og styðja börn og ungmenni sem hafa orðið fyrir áföllum, svo sem með rafrænni fræðslu á Torginu.
- Mælikvarði: Þjálfun starfsfólks í að sjá, meta og styðja börn og ungmenni sem hafa orðið fyrir áföllum hefjist fyrir lok skólaárs 2024-2025.
- Ábyrgð: SFS.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, Embætti Landlæknis, Barna- og menntamálaráðuneytið, Mennta- og skólaþjónustustofa o.fl.

Kostnaður: 750.000 kr. (50 klst.) Innan fjárhagsramma eða sótt um í viðeigandi sjóði.

## C: Höfnum ofbeldi



Ofbeldi gegn börnum og ungmennum getur t.d. verið líkamlegt, andlegt og/eða kynferðislegt. Vísbendingar eru um að ofbeldi í margvíslegri mynd hafi aukist innan ungmennahópa á undanförunum árum. Mikilvægt að skilaboð séu skýr um að hafna öllu ofbeldi.

### C.1. Vinna gegn einelti

- Aðgerð: Uppfærsla á gátlista gegn einelti og öðru efni á vegum teymis SFS um Vinsamlegt samfélag, með tilliti til farsældarlaganna og Betri borgar fyrir börn. Gátlisti, verkferlar og annað efni verði aðgengilegt á heimasíðu borgarinnar og vakin athygli á því árlega meðal stjórnendi í skóla- og frístundastarfi.
- Mælikvarði: Uppfært komið á heimasíðu borgarinnar í lok skólaárs 2023-2024.
- Ábyrgð: SFS.
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, MÍR og verkefnisstjórar farsældar barna.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

### C.2. Gegn ofbeldi

- Aðgerð: Efling á samstarfi við lögreglu og barnavernd í anda verkefnisins, „Samstarfsyfirlýsing um börn í viðkvæmri stöðu“, tilraunaverkefni með samstarfsstofnunum í Breiðholti út frá nýju verklagi vegna barna í viðkvæmri stöðu.
- Mælikvarði: Að verkefnið verði innleitt í önnur hverfi fyrir lok árs 2025.
- Ábyrgð: Suðurmiðstöð.
- Samstarfsaðilar: SFS, VEL, Flotinn, Barnavernd, Lögreglan, Heilsugæslan, FB og aðrar miðstöðvar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

### C.3. Vinna gegn kynferðislegu ofbeldi

- Aðgerð: Ráðgjafateymi um kynferðisofbeldi í skóla- og frístundastarfi verði stækkað og fulltrúar úr hverri miðstöð sitji í teyminu. Til verði teymi innan hvers miðstöðvar.

sem síðan nýtur stuðnings ráðgjafateymis sem starfar þvert á borgina með sérhæfðri ráðgjöf frá Jafnréttisskólanum. Markmiðið er að auka þekkingu fleiri aðila á vettvangi og möguleikana á því að í hverri miðstöð verði hægt að bregðast fljótt við málum sem upp koma.

- Mælikvarði: Að teymið verði stækkað fyrir árslok 2023. Að fulltrúar teymis/fagaðilar á hverri miðstöð geti brugðist strax við málum sem upp koma og leitað stuðnings frá ráðgjafateyminu og Jafnréttisskólanum innan tveggja vikna frá tilkynningu.
- Ábyrgð: Miðstöðvarnar.
- Samstarfsaðilar: Jafnréttisskóli SFS.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## C.4. Samfélag gegn stafrænu ofbeldi

- Aðgerð: Setja á laggirnar miðlægt samfélagsmiðlateymi sem byggir á reynslu starfsfólks félagsmiðstöðva í samvinnu við ungmenni. Hlutverk teymisins er að koma upplýsingum, tilboðum um þjónustu og fræðslu á framfæri með nýstárlegum og skemmtilegum hætti til viðeigandi markhópa s.s. barna, ungmenna og foreldra. Einnig að vakta umræðu á netinu og bregðast við henni með fræðslu og öðrum viðeigandi hætti. Gera þarf ráð fyrir breytingum á störfum og leitað eftir þekkingu á notkun samfélagsmiðla. Samfélagsmiðlateymi fer reglulega í átak gegn fordómum og ofbeldi í samvinnu við fyrirmyndir og áhrifavalda á Tiktok og öðrum samfélagsmiðlum. Skipaður sé bakhópur teymisins til stuðnings.
- Mælikvarði: Að samfélagsmiðlateymi sé komið á fyrir lok 2023.
- Ábyrgð: Skrifstofa frístundar hjá SFS (Miðberg).
- Samstarfsaðilar: Miðstöðvar, ungmennaráð, Hitt Húsið.

Kostnaður: 10.800.000 (1 stöðugildi sem mögulega skiptist í tvö 50% störf. Leitað verði styrkja fyrir frekari þróun). Tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni.

# D: Verndandi þættir og jákvæð samskipti



Rannsóknir hafa sýnt fram á að fjölmargir þættir hafa verndandi áhrif á börn og unglunga gegn áhættu hegðun. Þessir verndandi þættir eru til dæmis samvera með foreldrum, þátttaka í skipulögðu frístundastarfi, að útvistartíminn sé virtur og að foreldrar þekki vini barna sinna og foreldra þeirra. Meðal mikilvægra verndandi þátta eru jákvæð samskipti. Góð samskiptafærni þroskast með þátttöku í virku, lýðræðislegu samstarfi þar sem börn fá tækifæri til að sýna hug sinn í verki og koma skoðunum sínum á framfæri. Tengsl foreldra og barna skiptir miklu máli og fjölskyldur barna í skóla- og frístundastarfi eru mikilvægir samstarfsaðilar þeirra sem þar starfa og deila með þeim ábyrgð á menntun og uppeldi. Mikilvægt er að stuðla að jákvæðum, heilbrigðum og uppbyggilegum samskiptum, góðu samstarfi við foreldra og þekkja leiðir til að bregðast við einelti, kvíða, vinaleysi og vanlíðan barna og ungmenna. Mikilvægt er að halda áfram að rýna í það hvað rannsóknir sýna fram á að eru verndandi þættir í lífi barna og ungmenna.

## D.1. Samstarfsnet borgarhluta

- Aðgerð: Samstarfsnet innan miðstöðva borgarinnar eftl. Áhersla á farsældarlögin þróuð með samstarfi ríkisstofnana, foreldra, unglunga, íbúaráða og allra sviða borgarinnar sem koma beint að börnum og ungmennum í þeirra daglega lífi. Reglulegir fundir yfir árið með rannsakendum, s.s. Íslensku æskulýðsrannsókninni og Rannsóknum og greiningu, til að vinna markvissar.
- Mælikvarði: Að gert verði líkan að samstarfi innan hverfanna fyrir lok árs 2024.
- Ábyrgð: Framkvæmdastjórar Miðstöðva.
- Samstarfsaðilar: BBB eigendahópur.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma



## D.2. Forvarnaráætlanir miðstöðva í hverfum borgarinnar

- Aðgerð: Samstarfsnet miðstöðva leiði af sér markvissar aðgerðaráætlanir í forvörnum sem unnar eru út frá Forvarna- og aðgerðaráætlun Reykjavíkurborgar og nýti niðurstöður rannsókna og vinni að lausn staðbundinna áskorana í hverfum borgarinnar. Forvarnaráætlanir verða unnar samhliða lýðheilsuaðgerðum í hverfum og ná til allra aldurshópa. Þær verði leiðarljós fyrir forvarnaráætlanir skólahverfa, leikskóla, frístunda (forvarnaráætlanir grunnskóla). Samstarf verði einnig með heilsubundin verkefni með skólahjúkrunarfræðingi og heilsugæslu.
- Mælikvarði: Áætlanir hverfanna verði tilbúna í lok árs 2023
- Ábyrgð: Miðstöðvarnar (Verkefnastjóri forvarna og félagsauðs).
- Samstarfsaðilar: SFS, VEL, MÍR, heilsugæslan og aðrir hlutaðeigandi aðilar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## D.3. Forvarnaráætlanir grunnskóla útvíkkaðar og samræmdar

- Aðgerð: Rannsóknarniðurstöður um hagi og líðan niður á hvern grunnskóla kynntar fyrir foreldrum, starfsfólki, börnum og ungmennum og í forvarnaráætlunum skólanna sé brugðist við þeim áskorunum sem fram koma með samræmdum hætti í öllum skólahverfum. Áætlanirnar taki mið af forvarnaráætlun viðkomandi borgarhluta.
- Mælikvarði: Samræmt form verði tilbúið í júní 2024 og skólahverfin uppfæri forvarnaráætlanir grunnskóla skólaárið 2024-2025.
- Ábyrgð: Forvarnarfulltrúi.
- Samstarfsaðilar: Skólastjórar, forvarnarteymi borgarhluta.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## D.4. Unnið gegn brotthvarfi úr grunn- og framhaldsskólum

- Aðgerð: Unnið gegn brotthvarfi úr grunn- og framhaldsskóla. Tengja saman aldurinn 14-18 ára, byggja upp tengsl og traust og styðja ungt fólk áfram í framhaldsskóla, starf og valdeflingu. Ná til ungmenna sem ekki stunda nám eða vinnu. Kynna tilboð framhaldsskóla og Vinnuálastofnunar, auk þess að afla upplýsinga um ástæður brotthvarfs og hvað ætti að bjóða betur með til dæmis:

- Að skilgreindur verði einn aðili innan miðstöðvanna fjögurra sem heldur utanum þetta verkefni að vinna gegn brotthvarfi úr grunn- og framhaldsskólum.
- Að skipa samráðshóp fulltrúa miðstöðvanna fjögurra, fulltrúi Hins Hússins, o.fl. til að fá yfirsýn yfir þarfir hópsins sem umræðir og samhæfa tilboð og verkefni. Keðjan væri kölluð til vegna barna undir 18 ára sem taka þátt í starfsemi á vegum Keðjunnar.
- Að tengja Hitt Húsið inn í innleiðingu farsældarlaga og tengingar við tengiliði framhaldsskólana og málastjóra í Miðstöðvum.
- Að kynna tilboð framhaldsskóla og Vinnumálastofnunar, auk þess að afla upplýsinga um ástæður brotthvarfs ungmennanna og hvaða úrræði eru í boði fyrir þessi ungmenni.
- Mælikvarði: Að samstarf komist á um að til séu úrræði fyrir einstaklinga upp í 18 ára í borginni og að einstaklingum sem ekki sinna vinnu eða námi fækki.
- Ábyrgð: Hitt Húsið/Miðstöðvar.
- Samstarfsaðilar: Nemendafélög, SFS, aðrir samstarfsaðilar.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## D.5. Samstarf við sveitarfélögin á höfuðborgarsvæðinu

- Aðgerð: Forvarnarfulltrúar sveitarfélaganna á höfuðborgarsvæðinu hittast mánaðarlega á fjarfundum til að miðla upplýsingum um forvarnarmál og óæskilega hópasöfnun barna og ungmenna. Málefni barna og ungmenna eru ekki eins staðbundin og áður var með aukinni notkun samfélagsmiðla og nýjum samgöngumátum.
- Mælikvarði: Mánaðarlegir fundir meðan áætlunin er í gildi.
- Ábyrgð: Lýðheilsufulltrúi.
- Samstarf: SFS, VEL (Miðstöðvar), MÍR og MAR.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## D.6 Innleiðing á alhliða kynfræðslu í öllum grunnskólum

- Aðgerð: Tilraunaverkefni borgarinnar um alhliða kynfræðslu sem verið hefur í sex grunnskólum verði innleitt í alla grunnskóla borgarinnar.
- Mælikvarði: Hausti 2026 verður alhliða kynfræðsla komin í alla grunnskóla borgarinnar sem hafa unglíngastig.
- Ábyrgð: SFS.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma SFS. Stöðugildi samþykkt í fjárhagsáætlun 2024.

## D.7 Virkja foreldra í foreldrasamstarfi

- Aðgerð: Innleiddur verður farsældarsáttmáli Heimilis og skóla í öllum grunnskólum.
- Mælikvarði aðgerð: Fundir í hverjum grunnskóla skólaárið 2023-2024 og innleiðing farsældarsáttmála hafin.
- Ábyrgð: Miðstöðvar/SFS. Samstarfsaðilar: Samfok.

Kostn: 10.800.000 (1 stöðugildi). Tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni.

## D.8. Nýsköpun í foreldrasamstarfi

- Aðgerð: Leitað eftir samstarfi við foreldra um ný verkefni sem hægt er að vinna með foreldrasamtökum eins og foreldrasamtök leikskóla, Samfok og Heimili og skóla sem miða að því að auka og bæta samstarf foreldra og starfsfólks í skóla- og frístundastarfi. Huga þarf að endurnýjun á gögnum og nýrri nálgun á gögn eins og seglum með aldursviðmiðum á samfélagsmiðlum, útivistarreglurnar, leiðarljósum um skjátíma og hugað að viðmiðum og reglum til að setja saman vinnuhópa, viðmið um boð í afmæli, vinaforeldra o.fl. Enn fremur þarf að huga að nýjum leiðum til að ná til og virkja foreldra, með tilliti til þeirrar þróunar sem orðið hefur í samfélaginu.
- Mælikvarði: Að samstarf sé hafið á skólaárinu 2023-2024 og ný verkefni hafi litið dagsins ljós fyrir lok árs 2024.
- Ábyrgð: Miðstöðvar/SFS.
- Samstarfsaðilar: Samfok og foreldrasamtök leikskóla.

Kostnaður: Innan fjárhagsramma

## D.9. Hverfa- og samfélagslöggæsla - Samstarf miðstöðva

- Aðgerð: Styðja við hverfa- og samfélagslöggæslu með samstarfsneti miðstöðvanna. Stefnt að því að sambærileg þjónusta sé í öllum hverfum borgarinnar.
- Mælikvarði: Að samstarf um hverfa- og samfélagslöggæslu sé til staðar í öllum Miðstöðvum borgarinnar árið 2024.
- Ábyrgð: Verkefnastjórar miðstöðva.
- Samstarfsaðilar: Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu.

## Fjármögnun

Forvarna- og aðgerðaráætlun þessi er fjármögnuð að stærstum hluta úr fjárhagsramma. Einnig er hægt að sækja um styrki fyrir einstökum verkefnum í sjóði eins og forvarnarsjóð Reykjavíkurborgar, lýðheilsusjóð heilsueflandi hverfa Reykjavíkurborgar og lýðheilsusjóð Embættis landlæknis. Fjármögnun á einstökum verkefnum tekur mið af fjárhagsáætlun hverju sinni.

## Eftirfylgd, árangursmat og framkvæmd

Verkefnastjóri lýðheilsamála hefur eftirfylgni með því að forvarna- og aðgerðaráætlun sé framfylgt í samráði við forvarnarfulltrúa sem nú þegar er starfsmaður Betri borgar fyrir börn og sér um samræmt forvarnarstarf í borginni.

Árangur af forvarnarstarfinu verður metinn reglulega með rannsóknum sem Reykjavíkurborg hefur aðgang að. Um er m.a. að ræða kannanir Rannsókna og greiningar, Íslenskra æskulýðsrannsókna, þjónustukannana borgarinnar meðal barna, foreldra og annarra sem nýta þjónustuna. Einnig skulu nýttar tölulegar upplýsingar frá stofnunum borgarinnar eins og lýðheilsuvísa sem eru gefnir út reglulega.

Aðgerðaráætlun verður uppfærð fyrir lok árs 2026.

# Viðauki I

Skipulag forvarna er í þrennskonar samhengi hjá Reykjavíkurborg, á borgarvísu, í hverfum (borgarhlutum) og í skólasamfélögum.

## 1. Samræmt forvarnarstarf á borgarvísu sem þverfaglegt samstarfsverkefni

- a. Starfsmaður Betri borgar fyrir börn (BBB) sér um samræmt forvarnarstarf í borginni. Í forvarnarteymi sitja fulltrúar þriggja fagsviða, mannréttindaskrifstofu, skrifstofu borgarstjóra og borgarritara og miðstöðva borgarhlutanna sem koma að framkvæmd áætlunarinnar. Ber þetta teymi ábyrgð á að fylgja eftir innleiðingu áætlunarinnar og hugar að samstarfi til þess að hámarka árangur forvarnaraðgerða. Dæmi um slíkt eru hverfis- og skólasamfélagsáætlanir sem fjallað er nánar um hér að neðan. Teymið er umsagnaraðili um styrkveitingar til forvarnarmála og hefur umsjón með rannsóknum er varða hagi og líðan barna og unglinga, kynningu á útivistarreglum o.fl.
- b. Forvarnarteymið leggur áherslu á miðlun upplýsinga um árangur í forvörnum og hvetur foreldra og samstarfsaðila í hverfum til að halda á lofti verndandi þáttum í uppeldi barna og unglinga. Það ber ábyrgð á að vinna eftir nálgun íslenska forvarnarmódelisins þar sem hagnýting rannsókna, starf fagfólks og samstarf með íbúum fer fram í nærumhverfi barna og unglinga.
- c. Starfrækt verði undirteymi og starfshópar eftir þörfum til skamms eða lengri tíma. Dæmi um slíkt er samstarf borga Norðurlandanna sem kallast *Hjerte og Smerte*, athvarfsvakt til stuðnings unglingum og samstarf um einstök forvarnarverkefni.

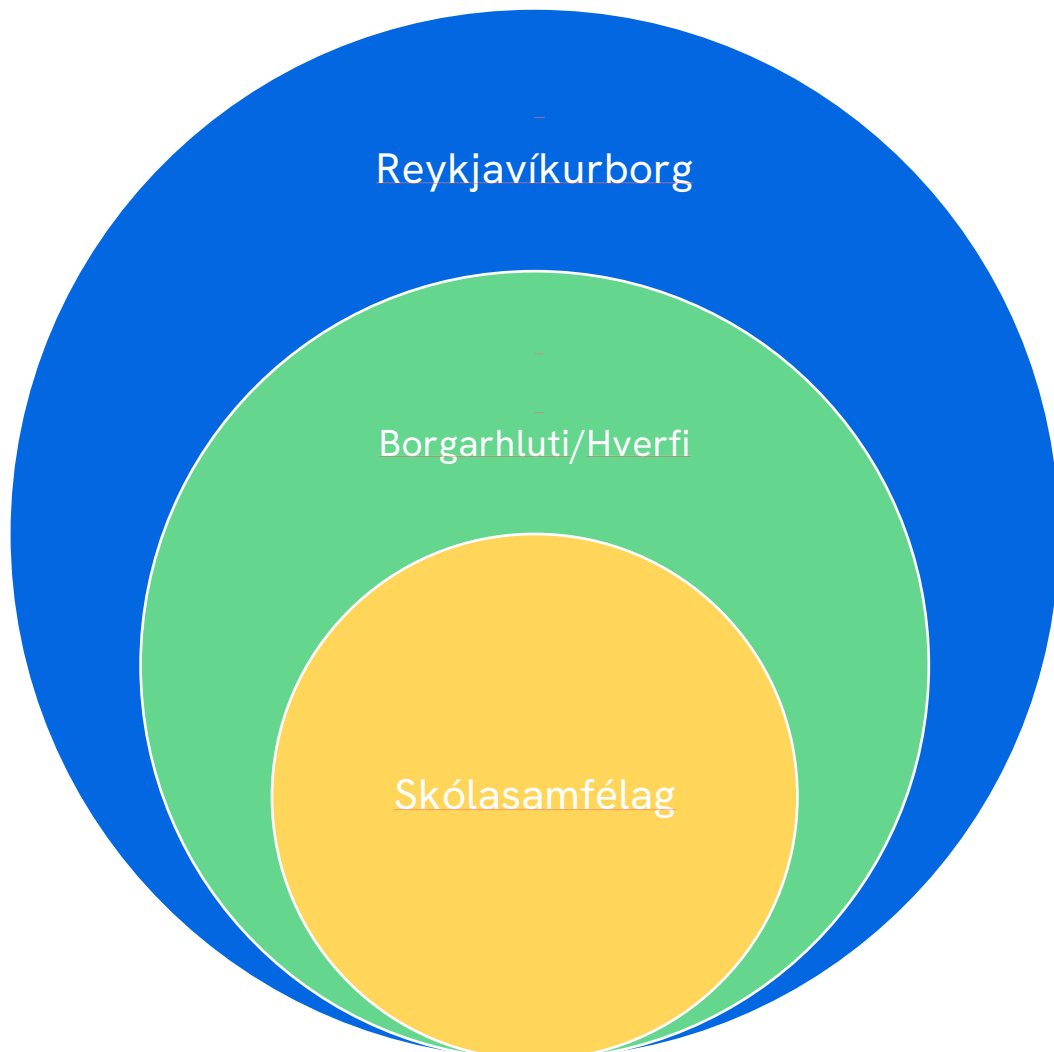
## 2. Forvarnir í borgarhlutunum sem samstarfsverkefni allra þeirra aðila sem koma að lífi barna og ungmenna í nærumhverfi þeirra

- a. Hver borgarhluti útbýr aðgerðaáætlun sem verkefnastjóri félagsauðs- og forvarna hjá hverri miðstöð leiðir með forvarnarteymi þess hverfis. Í því sitja fulltrúar grunn- og leikskóla, frístundamiðstöðvar, velferðarþjónustu og samfélagsmiðstöðva. Til samráðs eru fulltrúar frá ungmennaráðum, foreldrafélögnum og íbúaráðum.
- b. Starfræktur er lýðheilsusjóður í hverjum borgarhluta sem styður aðgerðir í forvarnaráætlun hverfanna.
- c. Í hverfunum eru starfandi forvarnar- og viðbragðshópar sem í samstarfi bregðast við áskorunum sem kunna koma upp á hverjum tíma. Stefnt er að aukinni samhæfingu og einföldun með því að sameina forvarnarteymi og núverandi viðbragðshópa í hverjum borgarhluta. Hóparnir verði skipaðir lykilaðilum í starfi með börnum og

unglingum/ungmönnum svo sem frá leikskólum, grunnskólum, framhaldsskólum, frístundamiðstöðvum, ungmennahúsum, íþrótt- og æskulýðsfélögum, lögreglu, heilsugæslu, velferðarþjónustu, foreldrafélögum, íþrótt- og menningarmiðstöðvum, ungmennaráðum, frjálsum félagasamtökum og þess háttar. Hóparnir verði leiddir af þriggja til fimm manna teymi á miðstöðvum borgarinnar.

### 3. Forvarnir í skólasamfélögum sem samstarfsverkefni og koma að lífi barna og ungmenna í skóla- og frístundastarfi

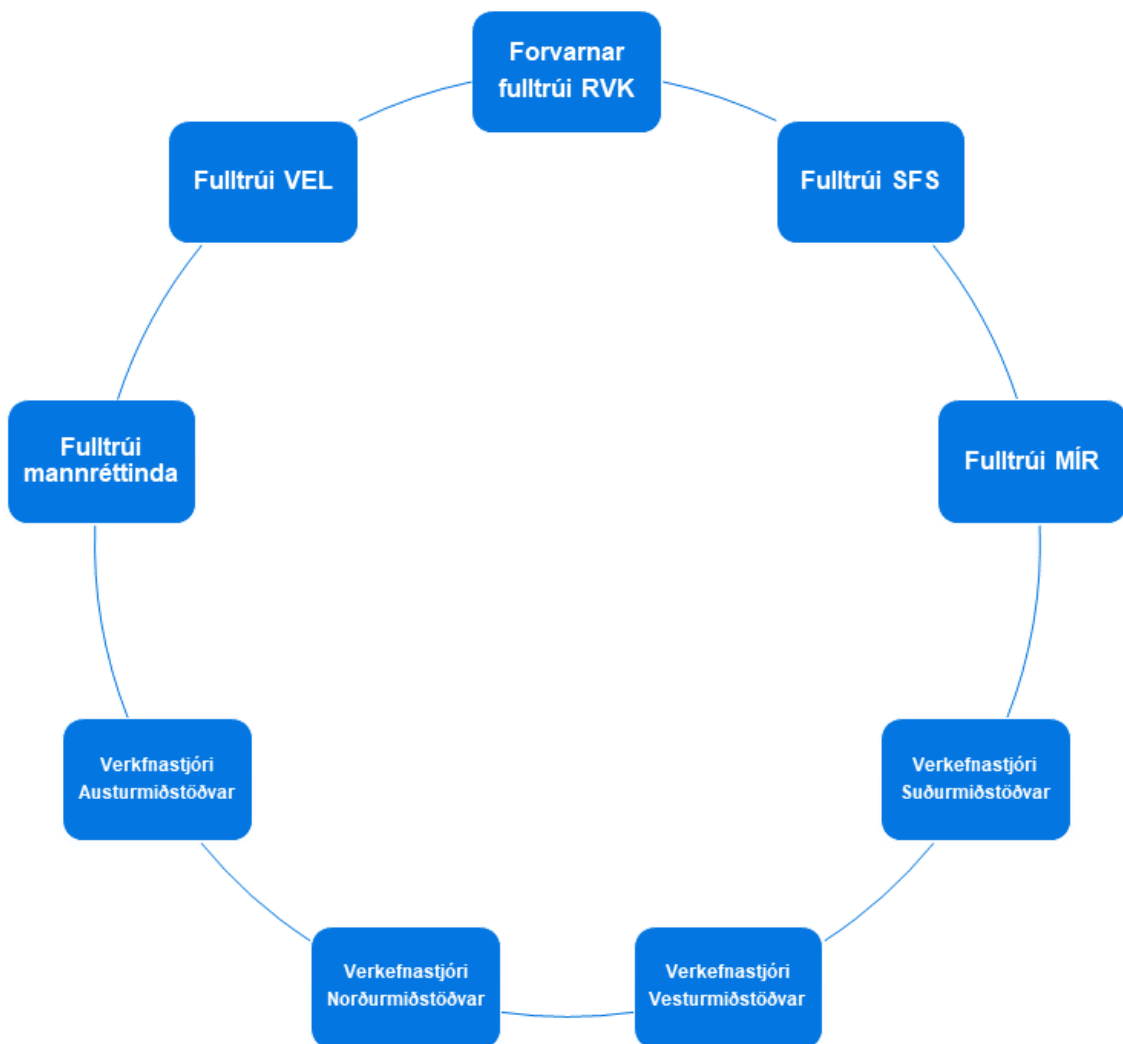
- a. Í nærumhverfi grunnskóla, leikskóla og frístundastarfs sé gerð forvarnaráætlun og að grunnskólinn sé leiðandi í gerð hennar.



## Viðauki II

### Forvarnarteymi Reykjavíkur

Eftirfylgni með forvarna- og aðgerðaráætluninni er á ábyrgð forvarnarfulltrúa sem heyrir undir *Betri borg fyrir borg*. Samhæfing forvarna fer fram í forvarnarteymi Reykjavíkurborgar sem vinnur þvert á svið borgarinnar m.a. í tengslum við samþættingarverkefnið *Betri borg fyrir börn og áhersluna á farsæld barna*.



Teymið fundar reglulega, samhæfir og fylgir eftir forvarnarstarfi með skýra yfirsýn fyrir borgina í heild. Teymið starfar samkvæmt íslenska forvarnarlíkaninu þar sem saman fer hagnýting rannsókna, samstarf með íbúum og starf fagfólks.



## Yfirsýn forvarna

