

Forvarnarstefna Fjarðabyggðar 2024 – 2025



Fjarðabyggð

Í Fjarðabyggð búa um 5.200 manns í sjö þéttbýliskjörnum. Þar af eru um 1200 börn og ungmenni undir 18 ára aldri. Bæjarkjarnarnir eru Mjóifjörður, Neskaupstaður, Eskifjörður, Reyðarfjörður, Fáskrúðsfjörður, Stöðvarfjörður og Breiðdalsvík. Hver kjarni býr yfir eigin sögu og sérstöðu.

Allir eiga þeir þó sameiginlegt nábyli við náttúru Íslands, fjölbreytta möguleika til gefandi útivistar, afþreyingu og fjölskylduvænt umhverfi. Sveitarfélagið er 1.615 ferkílómetrar að flatarmáli. Það nær frá Dalatanga (Mjóifjörður) í norðri að Streiti (Breiðdal) í suðri.

Forvarnarteymi Fjarðabyggðar

Hlutverk forvarnarteymis Fjarðabyggðar er formlegur samráðs- og samstarfsvettvangur starfsmanna og stofnana sem koma að ýmsum málum sem tengjast börnum, unglingum og eldra fólki í sveitarfélaginu.

Forvarnarteymið er þannig skipað:

Forvarnarfulltrúi er formaður teymisins en auk hans sitja í teyminu stjórnandi íþróttar og tómstunda, stjórnandi barnaverndar, fulltrúi grunnskóla, leikskóla, íþróttafélaga og félagsmiðstöðva. Fulltrúar þjónustuveitenda á vegum ríkis koma frá lögreglu, Heilbrigðisstofnun Austurlands og Verkmenntaskóla Austurlands.

Forvarnarteymi Fjarðabyggðar

Hlutverk forvarnarteymis Fjarðabyggðar er að fylgjast almennt með málum íbúa í Fjarðabyggð með sérstakri áherslu á börn, unglinga og eldra fólk, safna upplýsingum, veita stuðning og samræma aðgerðir. Helstu verkefni forvarnarteymisins eru að kryfja niðurstöður rannsókna á högum ungs fólks og gera tillögur til úrbóta, leggja drög að forvarnaráætlun hvers árs, fylgjast með stöðu og málefnum íbúa í Fjarðabyggð, standa fyrir forvarnarviðburðum og vera málsvari forvarna í samfélagslegri umræðu í Fjarðabyggð.

Hlutverk forvarnarteymis Fjarðabyggðar er jafnframt að fylgjast með og þróa nýjungar varðandi úrræði í málefnum barna og ungmenna, koma hugmyndum á framfæri við viðkomandi stofnanir og félagasamtök og vera ráðgefandi um stofnun ýmissa meðferðarúrræða.

Almennt um gerð þessarar stefnu

Félagsmálanefnd og íþróttá- og tómstundanevnd Fjarðabyggðar tóku ákvörðun í september 2023 að setja af stað heildstæða vinnu við stefnumörkun í forvörnum fyrir Fjarðabyggð.

Mótun þessarar forvarnarstefnu er ætlað að skerpa á markmiðum forvarna sveitarfélagsins. Forvarnarteymi Fjarðabyggðar vann að gerð þessarar stefnu.

Viðfangsefni forvarnastefnunnar

Forvarnarteymi Fjarðabyggðar hefur rýnt rannsóknir á borð við *Íslensku Æskulýðsrannsóknina*. Spurningar í könnuninni koma úr alþjóðlegri rannsókn *HBSC (Health behaviour in school aged children)* sem unnin er í samstarfi við Alþjóða Heilbrigðisstofnunina. Jafnframt eru í henni spurningar sem eru hluti af mælaborði mennta- og barnamálaráðuneytis um farsæld barna. Samkvæmt niðurstöðum rannsókna og faglegu áliti starfsmanna forvarnarteymisins hefur forvarnarteymið ákveðið í samstarfi við nefndir sveitarfélagsins að leggja áherslu á eftirfarandi viðfangsefni á árunum 2024 – 2025.

Íþróttaiðkun

Einelti og ofbeldi

Andleg líðan barna og unglunga

Ávanabindandi efni

Netöryggi

Samstarf við foreldra

Félagsleg einangrun eldra fólks

Íþróttaiðkun

1. Viðhorf og andrúmsloft:

- Skapa jákvætt og styðjandi andrúmsloft þar sem börn finna fyrir hvatningu frekar en þrýstingi.
- Leggja áherslu á mikilvægi viðleitnis, teymisvinnu og framfara frekar en sigur.
- Ekki gleyma að hafa gaman. Hanna æfingar með það að markmiði að krakkarnir hafa gaman.
- Skipuleggja vinalaga leiki og keppnir eða annað sem gerir íþróttina skemmtilega.

2. Fjölbreyttir íþróttavalkostir:

- Kynna börnum fyrir ýmsum íþróttum til að hjálpa þeim að uppgvöta þá grein sem þau hafa gaman af.
- Leyfa þeim að prófa sem flestar íþróttir áður en þau eru látin skuldbinda sig.

3. Íþróttastarf sem hæfir aldri:

- Sérniða æfingar að aldri og færnistigi barnanna.
- Setja raunhæf markmið. Bæði skammtíma- og langtíma markmið þurfa að vera raunhæf og aldursmiðuð.

4. Stuðla að félagslegum samskiptum:

- Leggja áherslu á félagslega þætti íþróttar, svo sem hópavinnu.
- Hvetja þarf til jákvæðra samskipta og vináttu á meðal liðsmanna.

5. Hvetja foreldra/forsjáraðila til þátttöku:

- Halda þarf foreldrum/forsjáraðilum upplýstum og hvetja þau til þátttöku í íþróttaiðkun barna sinna.
- Skipuleggja fjölskylduviðburði, svo sem leiki eða útigrill til að skapa samfélagslega tilfinningu.

Íþróttaiðkun – framhald

6. Fylgjast með merkjum um ofþreytu:

- Vera meðvituð um einkenni ofþreytu. Leyfa hlé og hvíldartímabil til að koma í veg fyrir líkamlega og andlega þreytu.

7. Fagna afrekum:

- Viðurkenna afrek og fagna árangri einstaklings sem og liðs. Skipuleggja veislur í lok tímabils og jafnvel verðlaunaafhendingar.
- Fagnaðu litlu sigrunum til að auka sjálfstraust og hvatningu.

8. Fyrirmyndir:

- Kynna fyrir börnum hæfileikaríkt íþróttafólk sem getur verið jákvæðar fyrirmyndir.
- Leggja áherslu á gildi eins og aga, vinnusemi og þrautseigju í íþróttum.

9. Gera íþróttir aðgengilegar:

- Tryggja þarf að æfingatafla íþróttar sé aðgengileg öllum börnum burtséð frá bakgrunni og staðsetningu.

Það þarf að þróa og innleiða langtíma aðgerðaráætlun sem miðar að því að koma í veg fyrir að börn hætti að stunda íþróttir á unglingsárum. Mikilvægt er að muna að gera íþróttir að jákvæðri og ánægjulegri upplifun.

Einelti og ofbeldi

1. Þarfagreining:

- Meta þarf alvarleika mála, hægt er að gera það með könnunum og/eða rýnihópum.
- Með því er einnig hægt að koma auga á áhættuþætti og viðkvæma hópa.

2. Jafningjastuðningur:

- Koma á fót jafningjavettvangi til að veita nemendum, sem gætu orðið fyrir einelti, stuðning.
- Efla leiðtoga ráð skólanna enn frekar þannig að þau séu jákvæðir leiðtogar og fyrirmyndir og grípa inn í þegar þau verða vitni af einelti og hvetja aðra nemendur til að gera slíkt hið sama.

3. Ábendingakerfi:

- Innleiða nafnlaust ábendingakerfi fyrir nemendur til að tilkynna einelti eða ofbeldi.
- Tryggja að ábendingakerfið sé aðgengilegt öllum og vel kynnt.

4. Ráðgjafapjónusta:

- Efla ráðgjafapjónustu í skólum til að styðja bæði við þolendur og gerendur eineltis.
- Veita starfsfólki skóla viðeigandi fræðslu til að koma auga á og takast á við undirliggjandi orsakir eineltis og veita viðeigandi inngrip.

5. Þátttaka foreldra/forsjáraðila:

- Skipuleggja vinnustofur/námskeið fyrir foreldra/forsjáraðila svo þeir séu í stakk búnir til þess að koma auga á einelti og ofbeldi hjá sínum börnum, hvort sem þau eru gerendur, þolendur eða áhorfendur.
- Hvetja til opinna samskipta á milli foreldra/forsjáraðila og skóla.

6. Samfélagsleg vitundarvakning:

- Setja af stað herferð sem nær til samfélagsins í heild til þess að auka vitund um skaðsemi eineltis og ofbeldis.
- Leggja áherslu á mikilvægi sameiginlegrar ábyrgðar og samfélagskenndar.

Einelti og ofbeldi – framhald

7. Stefnur og verklag í skólum:

- Innleiða eineltisáætlanir sem hæfa hverjum aldurshóp í alla skóla og hafa áætlanir samræmdar á milli skóla.
- Vera í samstarfi við starfsfólk skóla, skólastjórnendur og fræðslustjóra.
- Endurskoða stefnur vegna ofbeldis.
- Tryggja að afleiðingar við beitingu ofbeldis séu skýrar öllum nemendum og þeim framfylgt.

8. Efla félagsfærni:

- Innleiða námskeið/vinnustofur eða fyrirlestra sem leggja áherslu á að þróa samkennd, lausn ágreininga og félagslega færni.
- Flétta þessa fræðslu inn í kennslustundir.

9. Viðburðir:

- Skipuleggja viðburði sem vekja börn og unglinga til umhugsunar og leiða af sér umræður um forvarnir gegn einelti.
- Vinna verkefni og fara í leiki undir stjórn nemenda sem stuðla að góðvild og koma í veg fyrir útilokun.

10. Ungmennaping:

- Halda regluleg ungmennaping þar sem fjallað er um afleiðingar eineltis og ofbeldis og nemendur hvattir til þess að finna lausn á vandamálinu.
- Þjóða gestafyrirlesurum sem geta sagt frá sinni reynslu og innsýn á málið eða sérfræðingum á sviðinu.

Einelti og ofbeldi – framhald

11. Samstarf við lögregluna á Austurlandi:

- Efla til samstarfs við lögregluna á Austurlandi til að fræða nemendur um afleiðingar alvarlegs ofbeldis og eineltis.
- Tryggja samræmd viðbrögð skóla, félagsþjónustu og lögreglu við alvarlegu ofbeldi og einelti.

12. Stöðumat:

- Meta reglulega árangur forvarnaraðgerða með til dæmis könnunum, rýnihópum og ábendingakerfi.
- Nota slík gögn til þess að bæta og laga þessa stefnu þannig að hún samræmist breyttum þörfum nemenda.

Með þessari stefnu er miðað að því að samræma aðgerðir starfsfólks skóla, nemenda, foreldra/forsjáraðila og annarra aðila í samfélaginu þannig að öll getum við tekið höndum saman til að koma í veg fyrir einelti og ofbeldi.

Andleg líðan barna og unglunga

1. Þarfagreining:

- Safna gögnum um algengi þunglyndis og kvíða í sveitarfélaginu, greina áhættuþætti og kortleggja hvar þarf að bæta þjónustu.

2. Geðheilbrigðisfræðsla:

- Innleiða geðheilbrigðisfræðslu í skólum og miðla upplýsingum bæði til nemenda og starfsfólks skóla.
- Leggja þunga í að vekja athygli á einkennum þunglyndis og kvíða og hvetja börn og unglunga til þess að segja frá og leita sér hjálpar ef þau finna fyrir þessum einkennum.

3. Ráðgjafarþjónusta:

- Auka aðgengi og framboð á ráðgjafarþjónustu innan skóla og félagsmiðstöðva.
- Búa til vitundarherferð um geðheilbrigði til að draga úr fordómum.
- Vekja sérstaka athygli á því að það að leita sér hjálpar sálfræðings eða annars konar ráðgjafa telst eðlilegur og algengur hlutur í dag.

4. Þátttaka foreldra/forsjáraðila:

- Skipuleggja fyrirlestur/vinnustofu fyrir foreldra/forsjáraðila til að fræða þau um einkenni þunglyndis og kvíða og hvernig þau geta stutt við börnin sín.
- Hvetja til opinna samskipta milli foreldra/forsjáraðila og skóla varðandi geðheilbrigðismál.

5. Félagsfærni/tilfinningafærni:

- Finna leiðir til þess að kenna börnum og unglungum tilfinningastjórnun, streitustjórnun og færni í mannlegum samskiptum. Til dæmis í samstarfi við félagsmiðstöðvar.

6. Snemmtæk íhlutun:

- Innleiða aðferðir svo hægt sé að bera kennsl á og styðja börn og unglunga sem sýna einkenni þunglyndis og kvíða.
- Fræða starfsfólk skólanna til að þekkja einkenni sem vert er að fylgjast með.

Andleg líðan barna og unglunga framhald

7. Samfélagsleg vitundarherferð:

- Hleypa af stað herferð sem nær til samfélagsins í heild þannig að hægt sé að vekja athygli á geðheilbrigðismálum og leggja áherslu á samfélagslegan stuðning.
- Nýta samfélagsmiðla og aðra fjölmiðla til að ná til breiðs markhóps.

8. Geðheilbrigðisúrræði á netinu:

- Kynna þær leiðir sem finna má á internetinu og hægt er að nýta sér fyrir betri andlega heilsu. Þar má meðal annars nefna upplýsingar um staðbundna þjónustu, hjálparlínur og upplýsingar um ráðgjafarþjónustu sem hægt er að sækja sér á netinu.

9. Hreyfing sem bætir andlega líðan:

- Þróa námskeið í samstarfi við fagaðila sem stuðlar að líkamlegri- og andlegri heilsu.
- Áhersla lögð á tengsl líkamlegrar heilsu og andlegrar heilsu.

10. Viðburðir:

- Skipuleggja viðburði innan skóla eða félagsmiðstöðva með áherslu á að efla skólamenningu sem styður við nemendur án aðgreiningar.
- Virkja nemendur til þess að taka þátt í vitundarherferðum og viðburðum, til dæmis leiðtogaráð skóla.

11. Samstarf við geðheilbrigðisstarfsfólk:

- Samstarf við geðheilbrigðisstarfsfólk og stofnanir til að veita þjálfun, úrræði og stuðning fyrir skóla og félagsmiðstöðvar.

Andleg líðan barna og unglunga framhald

12. Mat á stöðu:

- Reglulega skal meta árangur af þessari stefnu með könnunum, rýnihópum eða öðrum gögnum.
- Notaðu þau gögn til þess að aðlagga stefnuna breyttum forsendum.

Þessi stefna miðar að því að takast á við versnandi andlega líðan barna og unglunga með því að stuðla að samfélagslegri vitundarvakningu og stuðningi og efla geðheilbrigðisfræðslu.

Ávanabindandi efni

1. Fræðsla og vitundarvakning:

- Þróa og innleiða áætlanir sem stuðla að vitundarvakningu í skólum og í samfélaginu um hættuna sem fylgir nikótín- og vímuefnaneyslu með sérstakri áherslu á vafe og nikótínþúða.
- Nýta fjölmiðla og samfélagsmiðla til þess að miðla upplýsingum til mismunandi hópa.
- Leggja áherslu á alhliða fræðslu í skólum sem tekur til líkamlegra, andlegra og félagslegra þátta vímuefnaneyslu og leiðir til að standast hópþrýsting.
- Flétta vímuefnavarnir inn í skólanámskrá.

2. Ráðgjafarþjónusta:

- Auka aðgengi að ráðgjafarþjónustu innan skóla til að veita nemendum stuðning sem glíma við vímuefnavanda.
- Veita starfsfólki skóla fræðslu til þess að auka við þá þekkingu sem þau kunna að þurfa til að koma auga á og takast á við fyrstu merki um vímuefnaneyslu.

3. Þátttaka foreldra/forsjáraðila:

- Halda námskeið fyrir foreldra/forsjáraðila til að fræða þau um fyrstu ummerki nikótín- og vímuefnaneyslu barna og unglunga og leiðir til að eiga skilvirk samskipti við börnin sín.
- Hvetja til samskipta á milli foreldra og skóla.

4. Annað starf:

- Efla og styðja við þátttöku unglunga í íþróttum, listum og/eða annarri samfélagslegri þátttöku.

5. Framfylgja reglum:

- Innleiða og framfylgja vímuefnastefnu í skólum og félagsmiðstöðvum og á viðburðum tengdum þeim með skýrum afleiðingum.
- Efla til samstarfs við lögregluna á Austurlandi um reglubundið eftirlit með verslunum sem selja nikótín.

Ávanabindandi efni framhald

6. Snemmtæk íhlutun:

- Þróa og innleiða leiðir þannig að hægt sé að grípa inn í aðstæður og koma auga á og styðja við börn og unglunga í áhættuhóp.
- Veita úrræði fyrir fjölskyldur þannig að þær geti leita sér aðstoðar við fyrstu merki um vandamál.

7. Samþætting þjónustu:

- Samþætta forvarnir og úrræði á milli sveitarfélags og heilbrigðisstofnana.

8. Endurmat:

- Meta reglulega árangur þessarar stefnu og aðlaga aðferðir út frá þörfum samfélagsins.
- Fylgjast með langtímapróun og taka ákvarðanir byggðar á rannsóknum og gögnum.

Að takast á við nikótín- og vímuefnanotkun unglunga er flókið, langtíma verkefni sem krefst samstarfs á milli sveitarfélagsins, skóla, fjölskyldna og samfélagsins í heild. Það þarf stöðugt að fylgjast með og þróa úrræði og skiptir það sköpum fyrir langtíma árangur.

Netöryggi

1. Þarfagreining:

- Framkvæma kannanir og/eða tala við rýnihópa til að skilja og fá betri mynd af nethegðun og þekkingu barna, unglinga og eldra fólks á netöryggi.

2. Vinnustofur:

- Þróa og innleiða gagnvirkar vinnustofur fyrir eldra fólk og í skólum og/eða félagsmiðstöðvum um netöryggi með sérstaka áherslu á neteinelti og persónuupplýsingar.
- Fara í samstarf með sérfræðingum sem sérhæfa sig í netöryggi.

3. Jafningjafræðsla:

- Þjálfar nemendur innan hvers skóla til þess að miðla upplýsingum um netöryggi meðal jafningja sinna. Meðal annars ungmennaráð eða nemendaráð.
- Nota skapandi aðferðir fyrir miðlun upplýsinga, til dæmis myndbönd eða veggspjöld sem grípa augað.

4. Þátttaka foreldra/forsjáraðila:

- Halda námskeið eða vinnustofu fyrir foreldra/forsjáraðila þannig að þau skilji og geti fylgst með netnotkun barna sinna.
- Veita úrræði og leiðbeiningar til að stuðla að opnum samskiptum um netöryggi heima.

5. Upplýsingar á heimasíðu Fjarðabyggðar:

- Búa til undirsíðu á heimasíðu Fjarðabyggðar með upplýsingum um netöryggi: fræðigreinar, myndbönd og upplýsingamyndir.
- Gera þessar upplýsingar aðgengilegar fyrir eldra fólk, börn og unglinga og á barnvænu máli.

6. Samfélagsmiðlaherferðir:

- Setja af stað herferð til þess að auka vitund á netöryggi á þeim samfélagsmiðlum sem unglingar nota helst.
- Nota skal grípandi efni, myllumerki (#) og áskoranir til að dreifa boðskapnum og hvetja til umræðu.

Netöryggi – framhald

7. Ungmennaping/skólaping:

- Skipuleggja ungmennaping tileinkað umræðum um netöryggi.
- Fá gestafyrirlesara sem er sérfræðingur um málefnið eða einhvern sem getur deilt raunverulegri reynslu og lærdómi.

8. Samstarf við skóla:

- Samstarf við skólastjórnendur og fræðslustjóra til að samþætta netöryggisefni í námsskrá.
- Þróa og innleiða kerfi fyrir nemendur þar sem hægt er að koma með nafnlausar ábendingar varðandi atvik eða áhyggjur sem nemendur kunna að hafa varðandi netöryggi.

9. Félagsmiðstöðvar:

- Fara í samstarf við félagsmiðstöðvar, ungmenna- og íþróttafélög til að miðla upplýsingum um netöryggi.
- Dreifa upplýsingaefni á þeim stöðum sem börn og unglingar sækja hvað mest.

10. Árlegir viðburðir:

- Stofna árlegan vitundardag eða viku með áherslu á netöryggi.
- Nýta þennan viðburð fyrir vitundarvakningu og virkja samfélagið í samtölum um áhættu á netinu.

11. Mat á stöðu:

- Árangur skal metinn reglulga með könnunum, rýnihópum og gögnum frá ábendingakerfi.
- Með endurgjöf er hægt að aðlaga þessa stefnu að breyttum forsendum.

Með þessari stefnu er markmiðið að valdefla elda fólk, börn og unglinga með þekkingu og færni til að vafra örugg um internetið á sama tíma og hún stuðlar að samfélagslegri vitundarvakninu um netöryggi.

Samstarf við foreldra

1. Þarfagreining:

- Gera skoðanakönnun eða nýta rýnihópa til að skilja þarfir og óskir foreldra/forsjáraðila í sveitarfélaginu.
- Bera kennsl á það sem hindrar foreldra/forsjáraðila til þátttöku og þætti sem stuðla að farsælli þátttöku.

2. Námskeið:

- Skipuleggja reglulegar vinnustofur/námskeið þar sem umræðuefnið er meðal annars skilvirk samskipti og ávinningur þátttöku foreldra/forsjáraðila í viðburðum barna sinna.
- Vera í samstarfi við fagaðila líkt og heimili og skóla, sálfræðinga, kennara og/eða íþróttapjálfa til að halda vinnustofurnar.

3. Fræðslufundir:

- Halda kynningarfundum um mikilvægi íþróttar og annarra tómstunda fyrir þroska barna.
- Upplýsa foreldra/forsjáraðila um væntanlega viðburði á skólaárinu og undirstrika jákvæð áhrif þess að foreldrar/forsjáraðilar mæti með börnum sínum.

4. Samskiptaleiðir:

- Ganga úr skugga um að upplýsingar um viðburði eða annað sem tengist börnum berist til allra foreldra/forsjáraðila. Það má gera með ýmsum leiðum, í gegnum fréttabréf, samfélagsmiðla eða skólasmáforrit.
- Tryggja að upplýsingar séu aðgengilegar á öðrum tungumálum en íslensku, til dæmis ensku og pólsku.

5. Fjölskylduviðburðir:

- Skipuleggja fjölskyldutengda viðburði, svo sem lautarferðir, menningarhátíðir eða aðra skemmtiviðburði, þannig er hægt að skapa samfélagskennd.
- Hægt er að nota viðburði sem þessa til að undirstrika mikilvægi þátttöku foreldra/forsjáraðila.

Samstarf við foreldra framhald

6. Sjálfbodastarf:

- Koma á fót kerfi þar sem foreldrar/forsjáraðilar vinna sem sjálfbodaliðar á viðburðum hjá skóla, félagsmiðstöðvum og á íþróttaviðburðum.

7. Mat á stöðu:

- Árangur þessarar stefnu, til þess að virkja foreldra/forsjáraðila er metinn reglulega.
- Aðlaga stefnuna út frá endurgjöf, nýjum þörfum og þróun samfélagsins.

Þessi stefna miðar að því að skapa samvinnu og stuðning á milli foreldra/forsjáraðila í samfélaginu þar sem foreldrar/forsjáraðilar taka virkan þátt í lífi barna sinna, í skóla-, íþrótt- og tómstundastarfi.

Félagsleg einangrun eldra fólks

1. Þarfagreining:

- Gera úttekt á stöðu félagslegrar einangrunar hjá eldra fólki í Fjarðabyggð, það er hægt að gera með rýnihóp eða samtölum.
- Bera kennsl á lykilþætti sem stuðla að félagslegri einangrun, svo sem skortur á samgöngum, takmarkað aðgengi að tækni eða heilsufarsvandamál.

2. Samskipti við hagsmunaaðila:

- Vera í samskiptum við félög eldri borgara í hverjum kjarna og heilbrigðisstarfsfólk.
- Mynda starfshóp sem vinnur að því að draga úr félagslegri einangrun, sem samanstendur af fulltrúum frá mismunandi stofnunum, svo sem félagsþjónustu, heilbrigðisþjónustu o.s.frv.

3. Vitundarherferð:

- Skipuleggja herferð um málefnið, leggja áherslu á mikilvægi þess að draga úr og berjast gegn félagslegri einangrun.
- Notað fjölmiðla á svæðinu, samfélagsmiðla og hengja veggspjöld á fjölfarin svæði til að dreyfa upplýsingum.

4. Tölvu/tækni námskeið:

- Skipuleggja námskeið sem kennir eldra fólki á grunntækni.
- Fara í samstarf með ungmönnum á svæðinu til þess að aðstoða við námskeiðið og vera fólkinu sem sækir námskeiðið innan handar.

5. Félags- og tómstundastarf:

- Skipuleggja tómstundastarf sem er sniðið að áhugamálum eldra fólks.
- Halda viðburði líkt og kaffimorgna, spilakvöld eða fræðslunámskeið.

Félagsleg einangrun eldra fólks framhald

6. Heilsa og vellíðan:

- Fara í samstarf með heilbrigðisstofnunum og hvetja eldra fólk til þess að fara í blóðprufur og almenna heilsuskimun hjá lækni.
- Hvetja eldra fólk til að hreyfa sig til að efla líkamlega og andlega heilsu.

7. Sjálfbæðiastarf:

- Ráða og þjálfa sjálfbæðiasta til að heimsækja elda fólk sveitarfélagsins reglulega.
- Koma á fót félagakerfi sem parar sjálfbæðiasta við eldri einstakling og veita honum félagsskap.

8. Stöðumat:

- Meta reglulega þessa stefnu með því að eiga samtöl við elda fólk sveitarfélagsins, fá viðbrögð og endurgjöf.
- Aðlaga stefnuna að breyttum forsendum.

Með því að fylgja þessari stefnu getur sveitarfélagið haft jákvæð áhrif á, og dregið úr félagslegri einangrun eldra fólks.