



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Áfalla- og slysaáætlun

Alvarleg slys, veikindi, andlát, hættur og hamfarir



Leiðarvísir starfsfólks Krakkaborgar um viðbrögð við slysum og alvarlegum áföllum.

Efnisútgáfa merkt maí 2021 · Jarðskjálftakafli merktur 2020



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Efnisyfirlit

Inngangur	3
1 Áfallaráð leikskólans	3
2 Reglur áfallaráðs	3
3 Hlutverk áfallaráðs	4
4 Vinnuáætlun	5
5 Áföll	7
5.1 Nemendur	8
5.2 Aðstandendur nemanda	13
5.3 Starfsmenn	14
5.4 Lögregluskýrsla	15
6 Fólk af erlendum uppruna	15
7 Að umgangast nemanda í sorg	16
8 Viðhorf og viðbrögð starfsmanna við sorg	17
9 Viðbrögð við jarðskjálfta	18
10 Viðbrögð í eldsvoða	19
Fylgiskjöl	20
Fróðlegar bækur	23
Fróðleikur á deildum	24



Inngangur

Áfalla- og slysa áætlun leikskóla Flóahrepps er leiðarvísir um rétt viðbrögð við slysum eða alvarlegum áföllum sem geta komið upp. Helstu markmið áfalla- og slysaáætluninar er m.a.:

- að vekja starfsfólk til umhugsunar og umræðna um viðbrögð vegna ýmiskonar áfalla.
- sýna fram á hvaða atburðir eða áföll eru líkleg til þess að kalla fram sorgar viðbrögð eða áfallastreitu.
- að starfsfólk sé betur í stakk búin til að bregðast fumlaut og ákveðið við þegar áföll verða.

Lögð er rík áhersla á að allt starfsfólk leikskólans kynni sér þessa áætlun við upphaf hvers skólaárs. Í júní ár hvert er áætlunin yfirfarin af áfallateymum og leikskólastjórum og úrbætur gerða sé þess krafist.

1 Áfallaráð leikskólans

Í áfallaráði leikskólans Krakkaborg situr leikskólastjóri, sem er ábyrgðaraðili, ásamt aðstoðarleikskólastjóra/staðgengill leikskólastjóra og öllum deildarstjórum leikskólans.

Aðstoðarfólk sem áfallaráð getur leitað til:

- Prestar
- Sálfræðingur í Skólaþjónustu Árnesþings
- Kennsluráðgjafi Skólaþjónustu Árnesþings
- Heilsugæsluleiknir / hjúkrunarfræðingur
- Lögreglan
- Almannaþjónustunir
- Félagsráðgjafi félags- og velferðarþjónustu Árnesþings
- Leikskólastjórar
- Fleiri ef þurfa þykir

2 Reglur áfallaráðs

Í áfallaráði Krakkaborgar líkt og áður kom fram, situr leikskólastjóri aðstoðarleikskólastjóri/staðgengill leikskólastjóra og deildarstjórar. Líkt og kom fram í inngangi skal áætlunin endurmetin og kynnt á fyrsta starfsdegi að hausti. Þá er einnig yfirfarið öryggiseyðublað starfmenn og úrbætur gerðar sé þess þörf.



3 Hlutverk áfallaráðs

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

Áföll og atburðir sem líklegir eru til að kalla fram áfallastreitu og eða sorgarviðbrögð eru t.d. skilnaður foreldra, veikindi, misnotkun, slys, dauðsfall, fósturmissir, náttúruhamfarir, eignamissir og flutningar.

Lykilhlutverk áfallaráðs felst í að móta skýra vinnuáætlun þar sem eftirfarandi atriði skulu koma skýrt fram:

- Hver sinnir hvaða hlutverki.
- Í hvaða röð.
- Hvernig beru að bregðast við í hverju tilviki fyrir sig.

Áfallaráð veitir ekki áfallahjálp en býður upp á stuðning með einu til tveimur óformlegum viðtölum 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. Hlutverk áfallaráðs fellst einnig í því að sjá til þess að allt starfsfólk fái fræðslu í tengslum við hvernig ætti að bregðast við áföllum, einkennum áfallastreitu hjá börum og slysum. Þá skal áfallaráð einnig sjá til þess að starfsmenn hafi kost á stuðningi og áfallahjálp.

Leikskólastjóri er eini tengiliður við fjölmiðla.



4 Vinnuáætlun

Leikskólastjóri kallar saman áfallaráð ef nemandi, starfsmaður, forráðamenn eða systkini nemenda verða fyrir alvarlegum áföllum eða slysi sem geta verið að völdum:

- Dauðsfalla
- Slysa
- Alvarlegar og/eða langvarandi veikinda
- Líkamsárása
- Náttúruhamfara
- Skilnaður foreldra
- Misnotkun
- Fósturmissir
- Eignamissir
- Flutningar
- Gæludýramissir
- Annar sem samkvæmt mati áfallaráðs hjá nemanda/eða starfsmanni

Viðbrögð áfallaráðs miðast alltaf við aldur og aðstæður hverju sinni.

Fyrstu viðbrögð

Leikskólastjóra eða staðgengils hans er tilkynnt um áfallið.

Starfsmenn eru beðnir að tilkynna alltaf leikskólastjóra ef alvarleg veikindi koma upp, slys eða dauðsfall verður, hvort sem um er að ræða hjá starfsmanni, nemanda í leikskólanum eða aðstandanda, í leikskólanum eða utan. Leikskólastjóri leitar staðfesta upplýsinga og kallar saman áfallaráð.

Áfallaráð hittist, metur ástand í samráði við leikskólastjóra og skipuleggur framhaldið s.s. hver úr áfallaráðinu eða deildarstjóri sér um að styðja viðkomandi ef óskað er eftir því, og bendir á stuðning utan leikskólans. (Sjá fylgiskjal 8)

Hugsanlega gæti starfsmaður sem hefur upplifað líkan atburð, hjálpað viðkomandi og veitt stuðning. Ekki endilega einhver úr áfallaráði.

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. Gæta þess að skyldmenn eða vinir viðkomandi, sem eru við störf eða nám við leikskólann fái fregnina sérstaklega, ekki yfir hópinn. Muna eftir þeim sem eru fjarverandi.



4.2 Aðgerðir áfallaráðs

- Athuga hvort málið snerti nemendur á fleiri en einni deild.
- Ákveða verkaskiptingu.
- Hringja í aðstoðarfólk
- Sjá um að almenn tilkynning berist til starfsfólks.
- Athuga hvort og hvernig eigi að upplýsa aðra starfsmenn leikskólans, foreldra, nemendur og nána samstarfsaðila leikskólans.

Með fundi, bréfi (Sjá fylgiskjöl 3-7) og/eða heimsóknir sérfræðinga til okkar.

Vera alltaf í samráði við foreldra með áframhald. Hvernig útskýra þau fyrir barni sínu? Taka þarf tillit til lífsskoðana og trúarbragða.

Sjá til þess að starfsfólk fái stuðning og áfallahjálp.

Á áfallanámskeiðum er talað um að koma vinnustaðnum í sama horf og áður sem allra fyrst. Minna á að taka tillit til aðstæðna og einstaklinga hverju sinni. Ekkert tilfelli er eins og því sjaldan hægt að bregðast við með sama hætti.

Svara forvitni annarra þannig ef við erum spurð um atburð.

„Ég þekki ekki allar staðreyndir“.

Munið að við erum bundin þagnarskyldu.



5 Áföll

Í þessum hluta verður farið yfir þau áföll sem geta komið fyrir. Rétt er að taka fram að listinn er ekki tæmandi sem og viðbrögðin. Því ber að hafa í huga aðstæður hverju sinni.

Þegar áföll dynja yfir okkur er nauðsynlegt að þekkja sín mörk og sín viðbrögð en einnig að viðurkenna og að vera til taks. Eftirfarandi eru nokkrar tillögur um túlkun starfsmanna við áföllum:

- Vera heiðarlegur – sjálfsskoðun verður að fara fram, gera sér grein fyrir viðbrögðum sínum – þora að láta starfsmenn vita hvernig bregst ég sjálf/ur við áfalli.
- Einstaklingar bregaðst við á mismunandi hátt (aldur, fyrri reynsla). Hvað treystir maður sér til.
- Gæta þess að vera eðlileg/ur og einlæg/ur.
- Taka tillit til einstaklingsins, sumir eiga erfitt með snertingu.
- Forðast ekki viðkomandi.
- Sýna stillingu og vera til staðar.
- Hlusta – alls ekki koma með sögur frá sjálfum sér. Geta greint á milli hvenær skal vera hlustandi eða veita ráðgjöf.
- Vera í núinu, ekki spyrja um framtíðarplön (hvað ætlar þú að gera núna?) Aðgát skal höfð í nærveru sálar.



5.1 Nemendur

Eftirfarandi hluti tekur á áföllum sem geta hent nemendur leikskólans.

5.1.1 Hvernig bregðast skal við þegar nemandi meiðir sig

Eru meiðslin alvarleg (t.d. brot, mikil blæðing, þungt höfuðhögg) eða er það minna alvarlegt að okkar mati? Athugum að nemandanum gæti þótt það alvarlegt.

Ef virðast mikil meiðsl þarf að hlúa að en halda ró sinni og fá aðstoð. Bregðast fumlaust og ákveðið við, varast að toga þann sem liggur á fætur, slíkt getur aukið meiðsl.

Allir starfsmenn verða að halda ró sinni og vera meðvitaðir um viðbrögð sín og annara. Ekki hópast að nemandanum og vekja hjá honum ótta.

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.

Ef nemandi þarf að fara í sjúkrabíl vegna meiðsla og foreldrar ekki komnir þá fylgjum við nemandanum.

Ef slysið er alvarlegt þá er áfallateymi hjá slysadeild sem talar við starfsmenn og foreldra.

Muna eftir hinum nemendunum. Færa frá og róa og ef tengdust slysinu að sinna þeim sérstaklega ásamt því að hafa samband við foreldra þeirra.

Upplýsa alla starfsmenn um staðreyndir málsins.

Leikskólastjóri sendir foreldrum tölvupóst með staðreyndum málsins

Ef um minni meiðsl er að ræða, þá er gott að fara meðalveginn, ýta ekki undir hjálparleysi nemandans en um leið virða tilfinningar hans. Segja t.d. Já ég veit þú meiddir þig og að þetta var vont. Ekki gera lítið úr tilfinningum nemanda með frösum eins og þetta grær áður en þú giftir þig.

Sjúkrakassi er geymdur í skápnum fyrir ofan ísskápin á kaffistofu og á hverri deild. Deildarstjórar hafa umsjón með sjúkrakössum á deildum, leikskólastjóri hefur umsjón með sjúkrakassa í kaffistofu.

Ef nemandi er með bráðaofnæmi og þarf stungulyf (Epi pen) þá hanga uppi upplýsingar um nemandann á deildinni, á matarvagni deildar og inni í eldhúsi ásamt mynd og réttum viðbrögðum við ofnæmiskasti. Pennan þarf að geyma á deildinni og öllum starfsmönnum sýnt hvar og kennt að nota hann. Notið pennann fyrst og hringið svo á sjúkrabíl. (Sjá fylgiskjal 1)

Ef nemandi er með flog þá hanga uppi upplýsingar um nemandann á deildinni, á matarvagni deildar og inni í eldhúsi ásamt mynd og réttum viðbrögðum við flogakasti. Öllum starfsmönnum eru kennd rétt viðbrögð. (Sjá fylgiskjal 2)

Neyðarnúmer er 112



5.1.2 Alvarleg veikindi og/eða langvarandi sjúkdómar

Þurfi nemandi að vera langdvölum í burtu vegna alvarlegs slyss eða veikinda s.s. krabbameins eða annarra sjúkdóma má viðhalda tengslum við leikskóla eftir óskum foreldra.

Tilkynning berst til leikskólastjóra og tryggt er að upplýsingar berist til áfallaráðs og þeirra sem málið varðar.

Áfallaráð ákveður hvernig skuli taka á málinu og metur hvernig eigi að upplýsa nemendur leikskólans.

Sýna aðstæðum virðingu án þess að velta sér upp úr þeim, m.a. geta samnemendur og starfsfólk sent kveðjur.

Færa bók að gjöf sem leikskólinn kaupir og senda batakveðju (Sjá fylgiskjal 6)

5.1.2.1 Þegar nemandi kemur aftur í leikskólann

Undirbúa þarf nemandann, samnemendur og starfsmenn undir það hvernig taka skuli á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann.

Deildarstjóri ásamt aðila úr áfallaráði ræða við nemandann og aðstandendur áður en hann kemur í leikskólann, athuga hvernig honum líður, hlusta eftir hvort hann sé kvíðinn og hughreysta hann.

Hópstjóri veitir nemandanum sérstaka athygli næstu vikur.



5.1.3 Alvarlegt slys á nemanda

Tekið er á alvarlegum slysum á nemanda sem verða á skólatíma eða fyrir utan hann.

5.1.3.1 alverleg slys sem verða á skólatíma

Verði alvarlegt slys á nemanda í leikskólanum skal leikskólastjóri eða deildarstjóri hafa samband við forráðamenn sem allra fyrst.

Áfallaráð fundar og ákveður hvernig skuli bregðast við.

Aðilar úr áfallráði ræða við þá sem eiga í hlut af slysinu þá starfsmenn og nemendur.

Ef samnemendur hafa tengst slysinu á einhvern hátt skal sinn þeim sérstaklega og einnig hafa samband við forráðamenn þeirra.

Leikskólastjóri gætir þess að upplýsa starfsmenn og foreldra um málavexti, hvort sem hringt er, fólk kallað saman eða sendur tölvupóstur.

Ef um alvarlegt slys er að ræða er haldinn fundur með starfsfólki leikskólans þar sem farið er yfir allar staðreyndir málsins

Sýni fjölmiðlar áhuga, er leikskólastjóri eini tengiliður leikskólans við þá. Aðrir skulu vísa á hann varðandi allar upplýsingar sem gefa á.

5.1.3.2 Slys sem verða utan leikskólatímans

Áfallaráð fundar og ákveður hvernig skuli bregðast við.

Starfsfólki, nemendum og foreldrum er tilkynnt um slysið.

5.1.3.3 Næstu dagar

Tryggja skal að upplýsingafældi verði til leikskólastjóra.

Leikskólastjóri/deildarstjóri koma upplýsingum til annara nemanda og starfsfólks.

Sýna skla atburðinum tillitsemi.

5.1.3.4 Þegar nemandi kemur aftur í skólann

Undirbúa þarf bæði aðra nemendur og starfsfólk leikskólans undir það hvernig skuli taka á móti nemandanum eftir langa fjarveru, en það getur auðveldað nemandanum endurkomuna.

Deildarstjóri ræðir við nemandann og aðstandendur hans áður en hann kemur í leikskólann, hlustar eftir ví hvernig honn líður og hverju hann kvíðir.

Deildarstjóri og hópstjóri veita nemandanum aukna athygli næstu daga.



5.1.4 Andlát nemanda

Áfallaráð fundar og skipta á milli sínum verkum og ákveður fyrstu viðbrögð leikskólans. Taka þarf tillit til hvernig anlát ber að, svr. Langvarnadi veikindi. Eftirfarandi puntar eru til viðmiðunar en meta skal hvert tilfelli og aðstæður hverju sinni.

5.1.4.1 Hvernig skal bregðast við

Bera skal allar aðgerðir undir viðkomadni forráðamenn til samþykkir og hafa þá með í ráðum frá upphafi. Hafa alltaf í huga óskir fjölskyldu þess nemanda sem í hlut á.

Leikskólastjórnendur tilkynna deildarstjórum og öðru starfsfólki um andlátíð sem svo síðar tilkynna nemendum í litlum hópum um atvikið.

Skapa þarf aðstæður í leikskólanum til kyrrðar, allir saman bæði nemendur og starfsfólk eða í minni hópum.

Leikskólinn dregur fána í hálfa stöng þegar búið er að tilkynna nemendum um andlátíð.

Haft er samband við heimili nemanda og forráðamönnum nemanda tilkynnt um atburðinn svo þeir viti um aðstæður þegar nemandi kemur aftur heim.

Foreldrar nemanda eru heimsóttir og þeim afhent samúðargjöf ásamt lítilli minningargrein frá leikskólanum (fylgiskjal 4).

Leikskólastjóri sér til þess að samúðarkveðja berist frá leikskólanum.

Áfallaráð fundar og tekur sameiginlega ákvörðun um skipulag næstu daga, semji meðal annars bréf sem sent er til foreldra annara nemanda (viðhengi 5).

Leikskólastjóri sér til þess að nemendur fái fræðslu um jarðarförir

Leikskólastjóri skipurleggur skirf á minningargrein

Leikskólastjóri og annað starfsfólk mæti við jarðarför



5.1.4.2 Vinna í skólanum sama dag

Deildastjórar halda vel utan um starf deildarinnar það sem eftir er að deginum.

Bæði nemendum og starfsfólki er gefið tækifæri á því að ræða um atburðin og þá er mikilvægt að hlusta sýna viðmælanda samúð.

Sérfræðingar og leikskólastjórnendur aðstoða eftir þörfum

Mikilvæg er að leikskólastjór athugi hvað nemendur og starfsmenn voru ekki þennann dag svo hægt sé að upplýsa þá um málið.

Mikilvægt er að starfsfólk leikskólans og nemendur fái sérstakan stuðning og áfallahjálp.

Kyrrðarstund höfð í leikskólnaum fyrir starfsfólk

5.1.4.3 vinna með nemendur í leikskólanum næstu daga

Deildastjórar halda sérstaklega vel utan um allt starf á deildinni og taka á móti sínum nemendum næstu daga.

Hópur/deild útbúa samúðarkveðju og/eða minningargrein. Einnig geta nemendur teiknað myndir, skrifað bréf eða sögur.

Ef leikskólafélagar verða viðstaddir jarðaförina þarf að undirbúa það einstaklega vel í samráði við forráðamenn nemandans. Einnig er hægt að skoða hvort ekki sé meira við hæfi að hafa minningarathöfn í leikskólanum.

Starfsmenn leikskólans sjá til þess að nemendur fái að tjá tilfinningar sínar og koma með eigin reynslusögur.



5.2 Aðstandendur nemanda

5.2.1. Alvarleg veikindi aðstandenda nemanda

Leikskólastjórnendur eða deildarstjóri fær staðfestingu á veiknidum hjá forráðamanni nemandans.

Upplýsingum komið til starfsmanna leikskólans.

Áfallaráð kemur saman og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig skuli unnið að málinu.

5.2.2 alvarleg slys aðstandenda nemanda

Leikskólastjórnendur eða deildarstjóri fá staðfestingu á slysi hjá forráðamanni nemandans.

Upplýsingum komið til starfsmanna leikskólans.

Áfallaráð kemur saman og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig skuli unnið að málinu.

Deildastjórar undirbúa nemendur undir það hvernig leikskólafélagar styðja best við nemandann sem hlut á að málinu. Það auðveldar nemenadanum að takast á við aðstæður.

5.2.3 Andlát aðstandenda nemanda

Leikskólastjóri aflar staðfesta upplýsinga um atburðinn og starfsfólki leikskólans tilkynnt um hann.

Áfallaráð kallað saman þar sem ákveðin eru fyrstu viðbrögð leikskólans og þau skref sem skólinn stígur.

Bera skal allar aðgerðir skólans undir forráðamenn viðkomandi nemanda til sápykkis og hafa þá með í ráðum frá upphafi.

Athuga þarf hvort nánin skyldmennir hins látna séu við nám eða störf í leikskólanum.

Leikskólastjórnendur tilkynna starfsfólki leikskólans um atburðinn.

Leikskólastjóri og deildarstjórar koma upplýsingum til leikskólafélaga nemandans.

Hlúð er að nemandanum sem í hlut á í leikskólanum eins lengi og þurfa þykir.



5.3 Starfsmenn

5.3.1 alvarleg veikindi starfsmans leikskólans

Ef starfsmaður er alvarlega veikur tekur einn samstarfsmaður að sér að hringja í hann eða nánasta ættingja og fylgjast með líðan hans.

Starfsmaðurinn stjórnar ferðinni í samráði við leikskólastjóra og ákveður hversu miklar upplýsingar hann gefur og hverjir fá þær s.s. samstarfsmenn eða foreldrar.

Á meðan að starfsmaður er heima í langvinnu veikindaleyfi búa nemendur til fallett kort og leikskólastjóri sér til þess að starfsmaðurinn fái sendinguna. Samræmdur texti í korti (Sjá fylgiskjal 6)

Ef starfsmaður er að glíma við mikil veikindi sinna nánustu, sýnum þá hlýhug hver með sínu móti.

5.3.2 Andlát starfsmanns

Ef starfsmaður hjá okkur deyr þá er safnað í krans eða annað; 1.000 kr. á mann og leikskólinn borgar svo ef vantar uppá. Athuga hverjir eða hvort vilji skrifa minningargrein. Nánasta aðstandanda er fært kort frá okkur öllum í leikskólanum (Sjá fylgiskjal 8)

Haldin er kyrrðarstund í leikskólanum.

Áfallaráð athugar hvort megi loka leikskólanum meðan jarðarförin er eða allan daginn.

5.3.3 Alvarleg veikindi eða andlát maka og/eða starfsmanns

Ef um ástvinamissi starfsmanns er að ræða sýnum þá hlýhug hver með sínu móti.

Ef um náinn ástvinamissi starfsmanns er að ræða, foreldri, systkini, maka eða barn, kaupir leikskólinn kertastjaka og kort (Sjá fylgiskjal 7) og samúðargjöfin er frá öllum starfsmönnum.

Ef starfsmaður þarf að vera fjarverandi vegna veikinda eða dauðsfalls í fjölskyldu sinni þá þarf að tilkynna það leikskólastjóra.

Ef starfsmaður getur ekki mætt til vinnu í marga daga þá þarf að biðja leikskólastjóra um frí og ræða hvernig fjarveran verði skráð.

Starfsmaður metur síðan í samráði við leikskólastjóra hvenær treystir sér í vinnu aftur, þá er vitað hvenær viðkomandi mætir aftur til vinnu – gott fyrir alla.

Aðgát skal höfð í nærveru sálar.



5.4 Lögregluskýrsla

Ávallt skal kalla til lögreglu ef um alvarleg slys er að ræða, s.s. höfuðhögg, heilahristingur, brunaslys, beinbrot, augnáverkar, og miklir klemmuáverkar.

Leikskólastjóri eða staðgengill hefur samband við lögreglu þegar um tannskaða er að ræða. Það er í lagi þó ekki sé haft samband samdægurs, en þarf að gera innan tveggja vikna. Starfsmenn fylla út slysaskýrslur vegna meiðsla en í alvarlegum tilfellum og vegna tannskaða gerir lögregla það einnig.

6 Fólk af erlendum uppruna

Á vef Landspítala - háskólasjúkrahús er að finna bæklinga í rafrænu formi sem fjallar um ólíka siði og venjur á mismunandi trúarbrögðum, einnig er hægt að nálgast bækling hjá landlæknisembættinu. www.landspitali.is - smella á Þjónusta og bæklingurinn heitir Menningarheimar mætast.

Hægt er að leita aðstoðar til Alþjóðasetur bæði með því að hringja eða á heimasíðu www.asetur.is



7 Að umgangast nemanda í sorg

Mikilvægt er að leyfa nemandanum að tjá sig um atburðinn og styðja við hann í gegnum áfallið/sorgina með því að sýna nemandanum og aðstandendum umhyggju. Vera til taks og gefa nemandanum tíma.

Punktur sem mikilvægt er að hafa í huga:

- Sýna umhyggju
- Leyfa viðkomandi að tjá sig um atburðinn
- Vera til taks og gefa tíma
- Taka mið af þroska og aldri nemandans.
- Hlusta eftir hvað nemandinn segir í orðum, líkamstjáningu og í leik.
- Notaða virka hlustun, endurtaka það sem nemandinn segir og bæta við.
- Frásögn þeirra getur stundum verið sundurlaus – tímaskyn er annað.
- Börn spyrja mikið, t.d. hvernig er að vera dáiinn? 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? Nemandinn spyr jafnvel hvert fór hann eða hvenær kemur hann aftur?
- Svara nemanda af einlægni þegar það spyr, ekki vera feiminn við að segja sannleikann, vera hreinskilin/n. (Afi þinn er dáiinn, ekki segja: hann er sofnaður eða hann er farinn.) Vertu óhrædd/ur við að segja ég veit það ekki, við höfum ekki svör við öllu. Við vísum trúarlegum spurningum til foreldra.
- Ef nemandi spyr hvað er/þýðir að vera dáiinn? Þá er oft gott að varpa spurningunni aftur til nemandans og leyfa honum að svara. Ekki ganga lengra en nemandinn leyfir, með því að spyrja ýtrekað eða nánar en hann er tilbúinn til hverju sinni.
- Ræðið atburðinn við annan fullorðinn í einrúmi en ekki þegar nemandinn stendur hjá sem málið varðar.
- Gæta sín á frösum eins og „Ég er að deyja úr kulda“. Börn eru mjög bókstafleg og geta orðið kvíðin og óttaslegin án þess að tjá það.

Algeng einkenni sorgarviðbragða ungra nemanda

- Líkamleg- verkir og hiti
- Skert einbeiting og námsörðugleikar
- Einangrun
- Ótti um missa fleiri eða vera yfirgefin/n
- Myrkfælni og svefnörðugleikar
- Reiði og sektarkennd
- Söknuður



8 Viðhorf og viðbrögð starfsmanna við sorg

- Vera heiðarlegur - sjálfskoðun verður að fara fram þ.e. gera sér grein fyrir viðbrögðum sínum - þora að láta aðra starfsmenn vita hvernig bregst ég sjálf/ur við áfalli.
- Einstaklingar bregðast mismunandi við (aldur, fyrri reynsla). Hvað treystir maður sér til.
- Gæta þess að vera eðlileg/ur og einlæg/ur.
- Taka tillit til einstaklings, sumir eiga erfitt með snertingu.
- Forðast ekki viðkomandi.
- Sýna rósemi og vera til staðar.
- Hlusta og ekki koma með sögur frá sjálfum sér. Geta greint á milli hvenær maður er hlustandi eða er að veita ráðgjöf.
- Vera í núinu, spyrja ekki um framtíðaráform. (Ætlar þú að selja húsið, hvað ætlar þú að gera núna)?
- Virða skoðanir og hvernig fólk talar um þann sem er hætt kominn eða dáinn.
- Forðist að dæma hagi eða hátterni aðstandenda og syrgjenda, hver hefur sitt göngulag í sorginni. Sorgin birtist með ólíkum hætti og skýtur stundum upp kollinum öllum að óvörum.

Mikilvægt að þekkja sín mörk og viðbrögð,

viðurkenna og vera til taks.



9 Viðbrögð við jarðskjálfta

Kafli merktur 2020 í frumskjali

- Fara út í horn burðarveggja, KRJÚPA þar SKÝLA höfði og HALDA sér ef unnt er.
- Fara í opnar dyr, KRJÚPA þar, SKÝLA höfði og HALDA sér í karm.
- Fara undir borð, KRJÚPA þar, SKÝLA og HALDA í borðfót.

Aðstoða börn að gera slíkt hið sama; KRJÚPA, SKÝLA og HALDA:

- Mikilvægt er að forðast allt óðagot og halda ró.
- Forðist húsgögn sem geta farið á hreyfingu og/eða fallið.
- Varist hluti sem geta fallið úr hillum og skápum (sérstaklega í eldhúsi).
- Haldið ykkur fjarri ofnum og kynditækjum sem geta hrokkið af festingum sínum. Haldið ykkur 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 fallandi byggingahlutum.
- Slys – Meiðsli, Athuga hvort nokkur hafi slasast og sé svo, skal tilkynna það Neyðarlínunni í síma 112, og veita síðan fyrstu hjálp.
- Ef ekki er símasamband skal reynt að vekja athygli á annan hátt t.d. með laki út um glugga.
- Í skipulagi Björgunarfélags Árborgar er gert ráð fyrir að senda liðsauka í dreifbýlið eins fljótt og auðið er.
- Þegar jarðskjálftinn er yfirstaðinn skal yfirgefa húsnæðið samkvæmt rýmingaráætlun sé það mögulegt. Klæðist skóm og fatnaði eftir veðri. Farið varlega ef brak og/eða glerbrot eru á gólfum áður en húsið er rýmt ef það er hægt.
- Farið út undir bert loft þar til búið er að gefa út að óhætt sé að vera innandyrá.

Ef þú ert innandyrá þegar þegar jarðskjálfti byrjar- ekki hlaupa af stað.

KRJÚPA, SKÝLA, HALDA

- Haltu kyrru fyrir, mörg slys verða þegar hlaupið er af stað
- Farðu undir borð og haltu í borðfót
- Krjúptu niður í horni við burðarvegg eða í hurðaropi við burðarvegg
- Verðu höfuð þitt og andlit með koddum - ef þú vaknar upp við jarðskjálfta
- Haltu þig frá gluggum - þeir geta brotnað
- Láttu vita af þér með SMS þegar jarðskjálftinn hættir, hlífum símkörfu

Ef þú er utandyra þegar þú finnur jarðskjálfta - ekki hlaupa inn

- Vertu áfram úti



10 Viðbrögð í eldsvoða

Ef brunabjöllur fara af stað fer einn starfsmaður á hverri deild að brunakerfinu í aðalanddyri og kannar hvaðan brunaboðin koma og slekkur síðan á bjöllum. Ef um eld eða aðra hættu er um að ræða á að kveikja á bjöllum aftur, annaðhvort með því að ræsa aftur brunakerfi eða brjóta næsta handboða.

Um leið og bjallan fer aftur af stað undirbúa allir starfsmenn deilda rýmingu með því að láta börnin fara í röð. Starfsmenn deilda bera ábyrgð á rýmingu á sinni deild og að mætingarlistar fari með út. Starfsmenn sem hafa farið út af deildinni með hluta af barnahópnum bera ábyrgð á þeim börnum og að sameinast deildinni aftur. Fara skal beint út en ekki eyða tíma í að klæða sig í útiföt eða taka með sér verðmæti. Sá sem er síðastur út úr hverju rými skal loka hurðum á eftir sér.

Brunakerfið er tengt vaktstöð. Eftir smá stund er hringt frá vaktstöðinni til að kanna hvað valdi boðunum. Svarið símanum ef mögulegt er og segið frá ástandinu. Ef ekki er hringt innan mínútu skal Leikskólastjóri eða staðgengill hans hringja í 112 og tilkynna um eld.

- Tala skýrt og rólega.
- Takið fram ef einhver hefur slasast
- Tilgreina skýrt sveitarfélag og heimilisfang.

Starfsfólk rýmir leikskólann og safnast deildir á ákveðin söfnunarsvæði:

Lóudeild – á útileiksvæði deildarinnar

Ugludeild – við bekkjaborðið í Stóra garði

Krummadeild – á Planið framan við leikskólann.

Þar fer fram nafnakall fram upp úr mætingarlistum deilda. Leikskólastjóri eða staðgengill safnar saman upplýsingum um þá sem vantar, hvar þeir sáu síðast og fjölda þeirra. Mikilvægt er að þær upplýsingar berist strax til 112 og slökkviliðs.

Þá fara allir út í félagsheimilið Þingborg. Hægt er að fara inn skrifstofumegin en annars eru lyklar af salnum á lyklasnaga við starfsmannafatahengi í aðalanddyri.

Þegar búið er að tilkynna eld og koma öllum í öruggt skjól eiga þeir sem treysta sér til að hefja slökkvistarf. Rjúfið straum af húsinu ef hægt er að komast að rafmagnstöflunni. Slökkvitæki og brunaslöngur eru víðsvegar um húsið, hver og einn á að kynna sér hvar slökkvibúnaður er staðsettur. Virðið eigin takmörk og setjið ykkur ekki í óþarfa áhættu. Þegar slökkvilið kemur á staðinn tekur það við aðgerðastjórn.

Láta foreldra vita. Hafa samband við foreldra / forráðamenn barna til að tryggja að upplýsingar um atburðinn berist eftir réttum leiðum.

Sálrænn stuðningur. Leikskólastjóri metur hvort leita þurfi eftir aðstoð utanaðkomandi til að veita börnum, starfsfólki og- eða foreldrum sálrænan stuðning eða áfallahjálp.

1. HRINGJA 2. BJARGA 3. SLÖKKVA



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Fylgiskjöl

Fylgiskjal 1 Samúðarkort til nemanda og fjölskyldu vegna missi foreldris eða systkinis - texti

(færa nemanda bangsa, ath. önnur börn á heimilinu líka bangsa?)

Elsku.....

Einlægar samúðarkveðjur

Frá okkur öllum í Krakkaborg

Fylgiskjal 2 Samúðarkort til foreldra vegna andláts nemanda hjá okkur - texti

(Færa blómvönd)

Elsku.....

Einlægar samúðarkveðjur

Frá okkur öllum í Krakkaborg



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Fylgiskjal 3 Bréf til allra foreldra vegna andláts hjá okkur - texti

(Náinn aðstandandi nemanda, nemandi eða starfsmaður)

Til foreldra nemenda í Krakkaborg

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

Sá sorglegi atburður gerðist þann (dagsetn.) að hún/hann elsku..... okkar
lést/fórst/ af slysförum/veikindum.

Mér finnst mikilvægt að foreldrar fái vitneskju um atburðinn og hvernig við í leikskólanum höfum
brugðist við.

Daginn..... var haldin stutt athöfn þar sem rætt var við nemendurna 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



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Fylgiskjal 4 Batakveðja til alvarlega veiks nemanda/starfsmanns - texti

Innilegar batakveðjur elsku.....

Frá okkur í Krakkaborg

Fylgiskjal 5 Samúðarkort til starfsmanns vegna náins missis- texti

(Foreldrar, systkini, maki, barn)

Innilegustu samúðarkveðjur elsku

Frá okkur öllum í Krakkaborg



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Fróðlegar bækur

Guðrún Alda Harðardóttir leikskólakennari: Það má ekki vera satt.

Krabbameinsfélagið: Mamma og pabbi hvað er að?

Karl Sigurbjörnsson: Til þín sem átt um sárt að binda -

Sigurð Pálsson: Börn og sorg – Reykjavík: Skálholtsútgáfa, 1998.

Stevens, Margret: Þegar afi dó

Pröstur B. Steinþórsson 1994: Tekist á við sorg

Carol Carrick: The accident (Saga um barn sem missir hundinn sinn)

Larry Yeagley: Coping with grief: Á íslensku, Tekist á viðsorg – Garði: Pröstur B. Steinþórsson, 1994

Philips Rolfe Silverman: Never too young to know, death in children's lives.

Jack Canfield og Mark Victor Hansen: Kjúklingasúpa fyrir sálina



KRAKKABORG

Hugur · Hjarta · Hönd



Fróðleikur á deildum

(Ath. hafa í huga fleiri tungumál en íslensku.)

Ath. möppu frá Rauða krossi Íslands og hafa á öllum deildum „Slys á börnum“. Appið í deildarsímana?

Að leiðarlokum – Nokkur orð um hvernig líkaminn býr sig undir að ljúka lífinu.

Þegar vonin ein er eftir, dauðvona foreldrar og börn þeirra. (Uppeldi 3tbl. 11. árgangur - Margrét V. Helgadóttir.)

Dauðinn er hluti af lífinu Uppeldi 6 tbl. 11 árgangur – (Guðrún Helga Sigurðardóttir.)

Börn og sorg: Uppeldi – Guðrún Eydal skrifar greinina.

Börn og sorg - Dealing With sadness and loss: Charles A. Smith, Ph.D.

Börn og skilnaður -Focus on kids: The effects of divorce on children –Karen DeBord, Ph.D

Sorg og sorgarviðbrögð gefinn út af Nýrri dögum, samtök um sorg og sorgarviðbrögð (aukahefti eru til í bæklingastandi í undirbúningsherbergi).

Sálræn skyndihjálpið – kynning á námskeiði hjá Rauða krossi Íslands.

Aðstoð við börn eftir áfall gefinn út af Rauða krossi Íslands.

Sálræn skyndihjálpið og mannlegur stuðningur – kynningarbæklingur frá Rauð Krossi Íslands

Þegar lífið er erfitt – í daglega lífinu, fyrir börnin og þegar menn verða fyrir áföllum og ofbeldi: Rauði Kross Íslands.

Áföll og viðbrögð við þeim: Námskeið fyrir leikskólastjóra Leikskóla Reykjavíkur 9. janúar 2002. Glærur frá Jóhanni Thoroddsen, sálfræðingi. (Að beiðni Jóhanns eiga þessar glærur eingöngu að notast til þess að fræða starfsfólk leikskólanna og byggja upp áfallaáætlun en ekki slíta þær úr samhengi).

Tímaritið Umhyggja félag til stuðnings langveikum börnum