



## Aðgerðaráætlun vegna forvarnastefnu Dalvíkurbyggðar

Stöðugt ber að endurmeta aðgerðaáætlun forvarnarnefndar og skal hún liggja fyrir í upphafi hvers árs.

### Eftirtaldir aðilar standa að framkvæmd áætlunarinnar:

Félagsmálaráð / félagsþjónusta ber ábyrgð á að innleiða forvarnastefnuna og fylgja henni eftir með samstarfsaðilum sem eru eftirfarandi:

Dalvíkurskóli, Árskógsskóli, Krílakot, Kátakot, Kötlukot, Tónlistaskóli, Félagsmiðstöðin Týr, Vinnuskóli, Félag eldri borgara í Dalvíkurbyggð, Dalbær, Heilsugæsla Dalvíkur, Lögregla Dalvíkur, Slökkvilið Dalvíkur, trúfélög sveitarfélagsins, Björgunarsveit, Slysavarnadeild, RKÍ Dalvík, Leikfélag Dalvíkur, UMFS (fimleikadeild, körfuknattleiksdeild, frjálspiþróttadeild, knattspyrnudeild meistaraflokksráð, knattspyrnudeild barna- og unglingaráð), sundfélagið Rán, UMF Þorsteinn Svörfuður, UMF Reynir, Hestamannafélagið Hringur, Skíðafélag Dalvíkur, Golfklúbburinn Hamar, Grjótglímufélagið, Mótorfélag Dalvíkur.

Setja á stofn aðgerða- og samstarfshóp vegna forvarna á svæðinu sem hittist í september ár hvert. Hver samstarfsaðili tilnefnir einn fulltrúa í aðgerðahópinn. Hópurinn mun endurskoða forvarnastefnu og bera saman bækur sínar. Þessi hópur getur starfað sem þrýstihópur varðandi ýmis forvarnamál sem upp koma. Boðun og skipulag funda er á ábyrgð félagsmálaráðs og félagsmálasvið.

Framkvæmd aðgerðaráætlunarinnar er á ábyrgð allra í sveitarfélaginu.

Forvarnastefnan nær til eftirfarandi aldurshópa.

Frumbernska, leikskóla- og grunnskólaaldur	0-15 ára
Framhaldsskólaaldur	16-20 ára
Fullorðinsár	20 ára og eldri



### Frumbernska, leikskóla- og grunnskólaaldur 0-15 ára

Markmið: Að stuðla að auknu öryggi barna, leggja grunn að heilbrigðum lífsháttum og jákvæðri sjálfsmynd, að styrkja foreldra í uppeldishlutverkinu og hvetja bæði foreldra og börn til að setja sér mörk og vinna á móti fordómum og kynjamisrétti

#### Almennar forvarnir

1. Námskeið, ráðgjöf og fræðsla fyrir foreldra og börn. Áhersla skal lögð á tilfinningatengsl, næringu líkama og sálar, aga, ábyrgð, slysavarnir og hlutverk uppalenda.
2. Áhersla á hreyfingu barna og stuðlað að aukinni heilsurækt, geðrækt og að fylgja manneldismarkmiðum varðandi mataræði.
3. Hvetja til eftirlits og eftirfylgdar vegna skólagöngu, heimanáms og tölvunotkunar.
4. Stuðla að auknu framboði á fjölbreyttu tómstundastarfi og bættu foreldrasamstarfi.
5. Á heimasíðu Dalvíkurbyggðar verði tiltækar upplýsingar um ráðgjöf sem er í boði í sveitarfélaginu.
6. Tiltækt fræðsluefni og upplýsingar verði einnig aðgengilegt á erlendum tungumálum.
7. Hvetja foreldra að virða útivistarreglur.
8. Hvetja börn og foreldra að taka þátt í forvarnafræðslu.
9. Hvetja börn og unglunga til að finna áhugasvið sitt og styrkleika, til að auðvelda þeim val á námi eða starfi í framtíðinni og fyrirbyggja brottfall úr grunn- og framhaldsskóla.

### Framhaldsskólaaldur 16-20 ára

Markmið: Að byggja upp jákvæða sjálfsmynd, styrkja félagsfærni og að ungmenni tileinki sér heilbrigða lífshætti. Að komið verði til móts við áhugasvið ungmenna svo þau eigi auðveldara með að finna sér farveg í lífinu og falli síður frá námi.

#### Almennar forvarnir

1. Stuðla að aukinni heilsurækt, geðrækt og jákvæðum lífstíl meðal ungmenna og að efla fræðslu og umræðu um forvarnir meðal þeirra. Hvetja ungmenni til að fylgja manneldis markmiðum varðandi mataræði. Eftirlit og eftirfylgd sé með tölvunotkun og efni.
2. Að aðgangur sé að opinni ráðgjöf fyrir ungmenni og foreldra.
3. Kynjafræði og kynfræðsla verði kennd til að vinna bug á klámvæðingu og kynbundnu ofbeldi. 4. Foreldrasamstarf verði aukið og verði jafn sjálfsagt á framhaldsskólasstigi og á öðrum skólástigum.
5. Aukin áhersla verði á vímulausa atburði og samkomur á vegum framhaldsskólanna. Forvarnafræðsla aukin og foreldrum boðin þátttaka í atburðum á vegum skólanna.
6. Aukið framboð og kynning á fjölbreyttu tómstundastarfi fyrir ungmenni að 20 ára aldri og að þau hafi aðgang að félagsmiðstöð í sveitarfélaginu.
7. Að hvetja foreldra til að styðja áfram við börn sín þó þau séu komin á framhaldsskólaaldur og leggja áherslu á nauðsyn þess að hafa öflugt foreldrasamstarf þar sem og í öðrum skólum.
8. Hvetja foreldra til að virða lögræðisaldur og áfengisaldur ungmenna sinna.



9. Fræðsluefni og upplýsingar séu aðgengileg á erlendum tungumálum.

10. Á heimasíðu Dalvíkurbyggðar verði tiltækar upplýsingar um ráðgjöf sem er í boði í sveitarfélaginu.

## Fullorðinsár 20 ára og eldri

Markmið: Að byggja upp jákvæða sjálfsmynd, styrkja félagsfærni og að fullorðnir læri að tileinka sér heilbrigða lífshætti. Að fjölskyldufólk fái stuðning og aðstoð við að skapa viðunandi fjölskyldulíf. Að stutt verði við bakið á ellilífeyrisþegum og þeir hvattir til að tileinka sér heilbrigða lífshætti. Að Dalvíkurbyggð verði eftirsóttur staður til að eyða ævkvöldinu á.

### Almennar forvarnir

1. Aðgangur að ráðgjöf verði sýnilegur og sjálfsagður fyrir fullorðna.
2. Fullorðinsfræðsla og færminámskeið verði í boði og einstaklingar hvattir til að nýta sér það.
3. Félagsmiðstöð verði miðstöð fyrir allan aldur, jafnt einstaklinga sem fjölskyldur.
4. Stuðla að aukinni heilsurækt, geðrækt og jákvæðum lífstíl meðal fullorðinna einstaklinga.
5. Reynt verði eftir megni að rjúfa einangrun hjá þeim einstaklingum sem búa einir og samfélagið aðstoði þá eftir bestu getu, t.d. með því að hvetja þá til hreyfingar og samveru.
6. Samfélagið taki höndum saman um að vinna gegn fordómum.