

ÁFALLAÁÆTLUN GRÓTTU

Við alvarlegum atburðum



Efnisyfirlit:

1. Inngangur	3
1.1 Viðbragðsteymi Gróttu	3
1.2 Listi yfir samstarfsaðila	3
2. Áföll sem börn verða fyrir utan starfsemi Gróttu.....	4
2.1 Hlutverk Gróttu ef barn í félaginu verður fyrir áfalli	4
3. Áföll sem snerta börn í starfi hjá Gróttu.....	4
4. Alvarleg veikindi barns í starfi Gróttu.....	5
4.1 Alvarleg slys á börnum í starfi Gróttu.....	5
4.2 Andlát barns í starfi Gróttu.....	6
5. Andlát aðstandanda barns í starfi Gróttu	6
6. Alvarleg veikindi starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu.....	7
6.1. Alvarlegt slys starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu	7
6.2. Andlát starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu.....	8
7. Samskipti við fjölmiðla.....	8
8. Ítarefni	9

1. Inngangur

Viðbragðsáætlun þessi tekur til iðkenda, starfsmanna, þjálfara og annarra sem koma að starfi hjá Íþróttafélaginu Gróttu.

Þessi áætlun á að hjálpa okkur til þess að styðjast við þær aðgerðir sem við grípum til ef eitthvað kemur uppá í okkar starfi þegar ofangreindir aðilar innan Gróttu lenda í einhverju óvæntu eins og t.d. alvarlegum slysum eða dauðsföllum.

Í mörgum tilfellum er hér bent á aðstoð kirkju og presta en hafa ber í huga að það hentar ekki í öllum tilfellum. Taka ber tillit til annarra trúarbragða og trúarskoðana.

1.1 Viðbragðsteymi Gróttu

Viðbragðsteymi er starfandi hjá Gróttu sem í sitja:

- Kári Garðarsson, framkvæmdastjóri
- Formaður viðkomandi deildar
- sr. Bjarni Þór Bjarnason s. 899-6979 (prestur)

Viðbragðsteymi Gróttu sér um að aðlaga viðbragðsáætlun þessa að starfsemi sinni í samstarfi við starfsfólk og stendur fyrir kynningu og fræðslu á henni. Hlutverk viðbragðsteymisins er einnig að hlúa að þeim aðilum sem koma að einhverju leiti að starfsemi félagsins og styðja þá í viðbrögðum við atburðinum á vettvangi, huga að eftirfylgd og meta hvort þörf sé á utanaðkomandi aðstoð.

Aðalstjórn Gróttu hefur það hlutverk að styðja við viðbragðsteymið.

1.2 Listi yfir samstarfsaðila

Gróttu útbýr lista með nöfnum og símanúmerum þeirra samstarfsaðila sem æskilegt er að hafa samband við og upplýsa ef upp koma áföll í hverfinu. Listann ætti að yfirfara og uppfæra í upphafi hvers árs svo að auðvelt sé að nota hann þegar þess gerist þörf.

Skólar:

Mýrarhúsaskóli	595-9200
Valhúsaskóli	595-9250

Kirkja:

Seltjarnarkirkja	561-1550
------------------	----------

Heilsugæsla:

Suðurströnd 12, 170 Seltjarnanes	513-6100
-------------------------------------	----------

Rauði Krossinn:	570-4000
-----------------	----------

Lögreglan:	444-1000	112
------------	----------	-----

2. Áföll sem börn verða fyrir utan starfsemi Gróttu

Hér að neðan verður fjallað um þau áföll sem börn geta lent í fyrir utan hefðbundna starfsemi félagsins en samt sem áður tengjast félaginu.

2.1 Hlutverk Gróttu ef barn í félaginu verður fyrir áfalli

Hlutverk Gróttu eftir t.d. andlát barns í hverfinu, sjálfsvíg barns, alvarlegt slys á barni eða alvarlegt áfall aðstandanda barns:

- Halda starfseminni óbreyttri, starfsmenn og þjálfarar séu til staðar, séu virkir hlustendur og hlúi að börnunum. Skapa svigrúm í starfseminni fyrir spjall eða samveru í minni hópi fyrir þá sem það kjósa/þurfa.
- Starfsmenn/þjálfarar skulu ávallt vera tilbúnir til að ræða atburðinn þó þeir kysu að barnið spyrði út í atburðinn við aðrar aðstæður. Mikilvægt að segja ekki: „Við skulum ræða þetta seinna“.
- Sýna fjölskyldu í áfalli virðingu, fulltrúar starfsstaðarins (helst þeir sem mest tengjast barninu) fara í heimsókn ef við á og starfsstaðurinn sendir fjölskyldunni eitthvað til að sýna hluttekningu.
- Starfsfólk fylgist með líðan barna þegar frá líður og komi málum einstakra barna í réttan farveg ef eitthvað er.

3. Áföll sem snerta börn í starfi hjá Gróttu

- Stjórnandi á starfsstað ákveður hverju sinni í hvaða ferli málið fer og upplýsir aðra um málið.
- Framkvæmdastjóri kallar saman viðbragðsteymið ef þörf er á. Viðbragðsteymið styður við aðgerðir á starfsstað eða tekur yfir stjórnina ef þörf er á.
- Stjórnandi á starfsstaðnum upplýsir foreldra um áfallið á hlutlausan og nærgætinn hátt. Viðbragðsteymi kemur að tilkynningu atburðar.
- Upplýsa hin börnin um áfallið við sem eðlilegastar aðstæður og passa að skilja ekki hópinn eftir í óvissu. Láta vita hvað tekur við. Reyndustu starfsmennirnir séu hafðir eftir með hópnum en óreyndari fylgi barni til sérfræðinga.
- Upplýsa aðra fagaðila í hverfinu um áfallið.
- Meta hvort barnið þurfi á frekari aðstoð að halda í samvinnu við foreldra og fagaðila í hverfinu. Það á við í eftirfarandi tilvikum:
 - Ef atferli barnsins breytist mikið eftir áfall, ef það t.d. einangrar sig eða verður mjög órólegt. Þó gæti óvenjuleg hegðun barnsins verið „eðlileg“ í ljósi sorgarferlisins.
 - Ef minningar frá áfallinu sækja stöðugt á barnið.
 - Ef barnið er miður sín lengi eftir dauðsfall, heldur áfram að eiga í einbeitingarerfiðleikum í starfinu eða sjálfsvígshugsanir sækja stöðugt á huga barnsins.

4. Alvarleg veikindi barns í starfi Gróttu

- Yfirmaður hefur samband við foreldra og fær allar upplýsingar um veikindin frá fyrstu hendi og fylgist með framvindu málsins til að geta upplýst aðra í starfinu.
- Sýna aðstæðunum virðingu án þess að gera meira úr þeim en þarf.
- Sýna hluttekningu á nærgættinn hátt. Yfirmaður leitar samráðs við foreldra vegna heimsóknna.
- Ef barnið heldur áfram að taka þátt í starfinu eða kemur til baka úr veikindafríi skal gæta þess að allir starfsmenn og hin börnin séu upplýst um stöðu mála og hugsanleg viðbrögð eftir því sem við á.

4.1 Alvarleg slys á börnum í starfi Gróttu

- Hringja í 112. Gefa upp staðsetningu og eðli vanda.
- Kanna áverka og veita fyrstu skyndihjálp með leiðbeiningum frá Neyðarlínunni, 112.
- Fjarlægja önnur börn af slysstaðnum.
- Hafa samband við foreldra og greina þeim frá atburðinum á hlutlausan og nærgættinn hátt. Leitast skal við að svara spurningum á eins nákvæman hátt og kostur er.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða skal óska eftir aðstoð starfsmanna á slysadeild um að láta foreldra viðkomandi barns vita af slysinu.
- Starfsmaður fylgir barni á slysadeild með sjúkrahól og er hjá barninu þangað til foreldrar eru komnir á staðinn.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna öðrum börnum í starfinu.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða:
 - Kalla til viðbragðsteymi Gróttu.
 - Viðbragðsteymi / yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum ef með þarf.
 - Ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra. Æskilegt að fá ráðleggingar eða aðstoð prests, sálfræðings og/eða hjúkrunarfræðings við áfallahjálp eða sálgæslu.
 - Starfsfólki veitt áfallahjálp ef með þarf.
 - Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu (sjá lista yfir samstarfsaðila).
 - Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk / börn / foreldrar).
- Skrifu slysaskýrslu skv. öryggisverkferlum.
- Viðbragðsteymi Gróttu skráir niður allt um atburðinn og viðbrögðin til að meta það sem gert var og læra af því.

4.2 Andlát barns í starfi Gróttu

- Hringt í 112 – starfsfólk á slysadeild eða yfirmaður á svæðinu tekur við málinu og hefur samband við foreldra.
- Viðbragðsteymi kallað til.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna öðrum börnum í starfinu.
- Viðbragðsteymi/yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum.
- Passa upp á að ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra. Æskilegt að fá prest, sálfræðing og/eða hjúkrunarfræðing til þess að veita áfallahjálp.
- Starfsfólki veitt áfallahjálp.
- Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu (sjá lista yfir samstarfsaðila).
- Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk/börn/foreldrar/aðrir)
- Flagga í hálfra stöng eins fljótt og auðið er.
- Kveikt á kerti inni anddyri íþróttahússins og í vallahúsinu. (Inni íþróttahúsi og vallahúsi er til kassi: með hvítu kerti, hvítum dúk og áfallaáætluninni sem er sóttur þegar andlát á sér stað)
- Sýna hluttekningu á nærgætinn hátt með því að senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna og/eða fara í heimsókn.
- Upplýsa foreldra og börnin um hvernig starfið verður næstu daga. Mikilvægt að halda starfseminni áfram og gefa börnunum tækifæri á að ræða upplifun sína og tilfinningar.
- Minningarstund ákveðin í samstarfi við samstarfsaðila og ættingja.
- Skrifa slysaskýrslu, sbr. öryggisverkferla.
- Skrá niður allt um atburðinn og viðbrögðin til að meta það sem gert var og læra af því.
- **Útför:**
 - Stjórnendur Gróttu og jafnvel líka þeir starfsmenn sem standa nær barninu skrifi minningargrein og séu viðstaddir útförina ef við á.
 - Barnahópurinn fái aðstoð við að skrifa minningargrein og færa aðstandendum blóm/teikningar ef við á.
 - Sjálfsagt er að gera þeim starfsmönnum og börnum sem þess óska fært að vera við útförina.
- Huga að því hvernig stuðningi við börn og starfsfólk verði háttað í framhaldinu.

5. Andlát aðstandanda barns í starfi Gróttu

- Viðbragðsteymi kallað saman og það hefur samband við aðra fagaðila í hverfinu sem málið snertir. Þar er tekin ákvörðun um til hvaða aðgerða skuli gripið í samráði við aðstandendur, t.d. um hverjir tilkynna hverjum, bænastund, viðtalstíma.
- Yfirmaður sér til þess að allt starfsfólk fái tilkynningu um andlátíð.
- Yfirmaður ásamt fagaðila (t.d. presti eða sálfræðingi) tilkynnir hinum börnunum í starfinu um andlátíð.
- Mikilvægt að halda dagskrá í starfinu áfram.
- Kveikt á kerti inni anddyri íþróttahússins og í vallahúsinu. (Inni íþróttahúsi og vallahúsi er til kassi: með hvítu kerti, hvítum dúk og áfallaáætluninni sem er sóttur þegar andlát á sér stað)
- Samúðarkveðjur frá börnum og starfsfólki útbúnað og þeim komið til fjölskyldunnar.
- Ræða í viðbragðsteyminu og í starfshópnum hvort og þá hverjir úr starfsmannahópnum verða við útförina.

- Viðbragðsteymi aðstoðar starfsfólk á staðnum við að undirbúa hvernig tekið verður á móti barninu þegar það kemur aftur í starfið.
- Hlúa að barninu og vera vakandi yfir því hvernig það tekst á við sorgina.

6. Alvarleg veikindi starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu

- Yfirmaður fái greinargóðar upplýsingar um veikindin.
- Yfirmaður útskýrir veikindin og viðbrögð við þeim fyrir starfshópnum.
- Yfirmaður sýni starfsmanni stuðning/umhyggju, er til staðar fyrir hann og hefur reglulega samband við viðkomandi næstu daga.
- Yfirmaður upplýsir starfsmann um veikindarétt skv. kjarasamningum.
- Upplýsa börn og foreldra ef þörf er á.

6.1. Alvarlegt slys starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu

- Hringja í 112.
- Kanna áverka og veita fyrstu skyndihjálp með leiðbeiningum frá 112.
- Fjarlægja börn af slysstað.
- Hafa samband við aðstandendur og greina þeim frá atburðinum á hlutlausan og nærgætinn hátt. Leitast skal við að svara spurningum á eins nákvæman hátt og kostur er.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða skal láta starfsfólk á slysadeild um að hafa samband við aðstandendur.
- Annar starfsmaður fylgi starfsmanni á slysadeild með sjúkrabíl og er hjá honum meðan þörf krefur.
- Reynt starfsfólk verður eftir á starfsstað til að sinna börnunum í starfinu.
- Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða:
 - Kalla til viðbragðsteymi.
 - Viðbragðsteymi/yfirmaður hefur samband við foreldra þeirra barna sem voru á staðnum ef með þarf.
 - Ekkert barn fari af starfsstaðnum nema búið sé að hafa samband við foreldra þess. Æskilegt að fá ráðgjöf eða aðstoð prests, sálfræðings og/eða hjúkrunarfræðings varðandi áfallahjálp
 - Starfsfólki veitt áfallahjálp.
 - Haft samband við samstarfsaðila í hverfinu ef við á.
 - Koma upplýsingum til þeirra sem ekki voru á staðnum en tilheyra starfinu (starfsfólk/börn/foreldrar/aðrir).

6.2. Andlát starfsmanns/þjálfara í starfi Gróttu

- Sá sem fær fréttir af andláti starfsmanns/þjálfara þarf að koma þeim upplýsingum til framkvæmdastjóra eins fljótt og auðið er.
- Viðbragðsteymi kemur saman eftir að tilkynning berst og aflar upplýsinga um andlátið og aðdraganda þess.
- Viðbragðsteymi tilkynnir starfsfólki um andlátið.
- Ef hinn látni er sérstaklega tengdur einhverjum barnahópi þarf viðbragðsteymi að ákveða sérstaklega hver tilkynnir hópnum um andlátið.
- Mikilvægt er að leitast við að öll börnin sem þekktu starfsmanninn fái sömu upplýsingar á sama tíma til að koma í veg fyrir sögusagnir.
- Mikilvægt er að fylgjast með líðan barnanna og samstarfsfólks og kalla til aðstoð fagaðila ef með þarf.
- Gefa barnahópnum kost á að láta í ljós líðan sína og vangaveltur, t.d. bjóða upp á sérstaka samverustund.
- Æskilegt er að senda bréf eða tölvupóst heim með börnunum þar sem þeim er greint frá andlátinu og væntanlegum breytingum sem kunna að fylgja í kjölfarið.
- Mikilvægt er að starfsemin raskist sem minnst en sjálfsagt er að fresta öllum skemmtunum.
- Sýna hinum látna virðingu. Fara í heimsókn til fjölskyldunnar, senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna.
- Flagga í hálfu stöng eins fljótt og auðið er.
- Kveikt á kerti inni anddyri íþróttahússins og í vallarhúsinu. (Inni íþróttahúsi og vallarhúsi er til kassi: með hvítu kerti, hvítum dúk og áfallaáætluninni sem er sóttur þegar andlát á sér stað)
- Útför.
- Stjórnendur félagsins skrifi minningargrein frá félaginu og séu viðstaddir útförina sem fulltrúar hennar.
- Barnahópurinn fái aðstoð við að skrifa minningargrein og færi aðstandendum blóm ef þeir þekktu starfsmanninn/þjálfarann vel og þau óska þess.
- Sjálfsagt er að gera þeim starfsmönnum og börnum sem þess óska fært að vera við útförina.

7. Samskipti við fjölmiðla

- Viðbrögð starfsfólks ef fjölmiðlar sýna atburðinum áhuga og vilja nálgast upplýsingar hjá starfsfólki sem varð vitni að eða býr yfir upplýsingum um atburðinn.
- Framkvæmdastóri eða annar stjórnandi eru einu tengiliðirnir við fjölmiðla. Annað starfsfólk vísar á þá varðandi upplýsingar.
- Framkvæmdastjóri eða annar stjórnandi kynna sér aðstæður og undirbúa sig vel fyrir viðtöl. Þeir biðja frekar um að fá að hringja síðar í blaðamenn ef þeir þurfa meiri tíma til að skoða málið. Mikilvægt er að þeir séu búnir að fá rétta mynd af atburðinum og viðbrögðum við honum áður en þeir tjá sig um málið við fjölmiðla.
- Æskilegt er að allar upplýsingar sem fjölmiðlum eru gefnar varðandi þá sem lenda í áfallinu séu bornar undir nánustu aðstandendum þess eða þeirra sem fyrir áfallinu urðu.
- Yfirmaður á starfsstað vísar fjölmiðlum sem koma á vettvang í burtu til að skapa vinnufrið og vísar á framkvæmdastjóra eða annan stjórnanda félagsins. Kallar til aðstoðar lögreglu ef með þarf.
- Mjög mikilvægt er að starfsfólk haldi þagnarheit og trúnað sinn við þá sem lenda í áfalli.
- Upplýsingar berist til skrifstofu og aðalstjórnar Gróttu.

8. Ítarefni

<http://doktor.is/>

<http://almanavarnir.is/>

<http://nydogun.is>

<https://skyndihjalp.is/skyndihjalp/>

<https://www.raudikrossinn.is/hvad-gerum-vid/salraenn-studningur/> (Sálrænn stuðningur)

<https://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item2135/3898.pdf> (Sálræn skyndihjálpi)

Dæmi um bækur:

Benedikt Jóhannsson. (2004). *Börn og skilnaður*. Skálholtsútgáfan.

Bragi Skúlason (1992). *Von. Bók um viðbrögð við missi*. Reykjavík: Hörpuútgáfan.

Bragi Skúlason (1994). *Sorg barna*.

Gunnar Finnbogason. (1998). *Áföll í nemendahópnum - sorgin hefur mörg andlit*.

Landlæknisembættið o.fl. (2004). *Að koma í veg fyrir sjálfsvíg og sjálfsvígstilraunir meðal unglinga*.

Marilyn Harvey (1999). *Loss and Grief, it hurts*. Youth Clubs UK

Ólöf Ásta Faresveit o.fl. (2006). *Verndum þau - hvernig bregðast á við grun um vanrækslu eða ofbeldi*. Mál og menning.

Sigurður Pálsson (1998). *Börn og sorg*. Útg. ekki getið.

Skýrsla nefndar (1996). *Könnun á tíðni og orsökum sjálfsvíga á Íslandi og tillögur...* Háskólaútgáfan.

Wilhelm Norðfjörð o.fl. (án árs). *Sjálfsvígsfræði með sérstöku tilliti til sjálfsvíga ungs fólks*.

Endurmenntunarstofnun HÍ.

Þóroddur Bjarnason o.fl. (2002). *Sjálfsvíg og sjálfsvígstilraunir meðal íslenskra ungmenna*. Landlæknisembættið.

Rauði kross Íslands (2007) *Skyndihjálpi og endurlífgun, þú getur hjálpað þegar á reynir*.

Bæklingar:

DeWolf, Debora Ph.d (2006). *Aðstoð við börn eftir áfall*. Rauði kross Íslands.

https://www.raudikrossinn.is/media/baeklingar/adstod_vid_born_nov06.pdf