



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

Salvör Nordal, umboðsmaður barna, ásamt ráðgjafahópi umboðsmanns barna. Börnin ætla að segja frá liðan sinni og reynslu af kórónaveirutímanum á fundinum í dag og Salvör segir frá frásögnum barna sem embættið hefur safnað í samstarfið við grunnskóla landsins.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Getum dregið mikilvægan lærdóm af frásögnum barna

Í dag fer fram fundur um liðan barna á tímum Covid, en umboðsmaður barna hefur safnað frásögnum grunnskólabarna, sem gefa innsýn í líf þeirra og mikilvægi þess að huga að bættem svefni og andlegri heilsu og hvernig ólíkar aðstæður geta skapað mismunun. **2**





Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr
@frettabladid.is

Í dag klukkan 14 fer fram fundur um líðan barna á kórónuveiru-tímum í Norræna húsinu. Þar ætla börn úr ráðgjafahópi umboðsmanns barna að segja frá líðan sinni og umboðsmaður barna, Salvör Nordal, kynnir niðurstöður úr samvinnuverkefnum sem embættið hefur unnið með skólum landsins. Safnað var frásögnum grunnskólabarna af líðan þeirra og reynslu á þessu erfiða tímabili og þær varpa ljósi á stöðu barna í íslensku samfélagi og áhrif heimsfaraldursins á líðan þeirra.

„Við söfnuðum frásögnum fyrst vorið 2020, í fyrstu bylgjunni, og svo aftur í nóvember á síðasta ári, þegar þriðja bylgja stóð yfir,“ segir Salvör Nordal, umboðsmaður barna. „Við leituðum til grunnskólanna um samvinnu við að leita eftir frásögnum frá börnum og fengum mjög góð viðbrögð, vel á annað hundrað frásagnir, frá skólum víða af landinu og fengum því mjög fjölbreyttar niðurstöður.“

Erfiðara eftir því sem leið á

„Það var mjög skýr munur á fyrstu og þriðju bylgju. Börnin voru miklu jákvæðari fyrst, þó að auðvitað hafi ýmislegt verið erfitt þá,“ segir Salvör. „Þau nefndu jákvæða hluti eins og að það væri meiri ró yfir daglegu lífi, það hentaði mörgum þeirra betur að vera í minni hópum í skólunum og almennt var álagið minna. Það var sérstaklega talað um betri líðan, minna stress á morgnana, betri svefn og að rólegra væri heima við og í skólastofunum. Það er áhugavert, því við vitum að það er oft mikill hávaði í skólahúsnæðum og þau fundu verulega fyrir því þegar um hægðist, sem sýnir fram á mikilvægi þess að hugað sé sérstaklega að hljóðvist í grunnskólum landsins.

Þau ræddu líka neikvæð áhrif eins og að þeim þætti erfitt að hitta ekki afa og ömmu og sum þeirra höfðu áhyggjur af sínum nánustu, sérstaklega þeim sem eldri voru. Þau söknuðu tólmstundastarfs líka mikið,“ segir Salvör. „Það var meiri ótti við veiruna í fyrstu bylgju, en í þeirri þriðju teiknuðu mörg börn myndir af fólki með grimur, ímynd sem situr greinilega í þeim.

Síðasta vetur sáum við að það var miklu þyngra hljóð í börnunum. Þeim leið ekki eins vel og það var orðið erfiðara að vera svona mikið heima, aukin fjölskyldusamvera var jákvæð fyrst en fór síðan að reyna meira á alla, sérstaklega þegar fólk er líka að vinna heima,“ segir Salvör. „Þau höfðu líka enn áhyggjur af því að nánustu fjölskyldumeðlimir myndu smitast, sérstaklega eldra fólk, og voru farin að sakna afa og ömmu enn meira.“



Það kom skýrt fram í frásögnum barnanna og hjá ráðgjafahópnum að ástandið hefur ólík áhrif á börn í ólíkum aðstæðum og bitnar mest á þeim sem þegar standa höllum fæti í samfélaginu.

MYND/ADSEND

börnum og um leið hefur allt félags- og tólmstundastarf verið í lamasessi, þannig að börnin hafa misst af miklu í lífi sínu á mikilvægum mótunarárum,“ segir Salvör. „Þetta hefur möguleg áhrif á félagsþroskann hjá þessum hópi, ekki síst hjá þeim sem eru í framhaldsskóla og hafa ekki fengið að njóta neins alvöru félagslífs stóran hluta af þessu stutta námi. Við eigum kannski eftir að sjá frekari áhrif þessara takmarkana. Ég held að við þurfum að huga að leiðum til að fyrirbyggja neikvæð áhrif á ungt fólk til lengri tíma, með því að hlúa betur að börnum og ungmennum, tryggja þeim aðgang að nauðsynlegri þjónustu og fleiri stuðningsúrræðum.“

Almennt séð eru það börn og ungmenni sem hafa haft það verst í þessu ástandi og upplifað mest rask á lífi sínu.

Salvör Nordal.

Ólík áhrif á ólík börn

„Það kom líka skýrt fram í þessum frásögnum og hjá ráðgjafahópnum að aðstæður barna eru mismunandi og því hefur ástandið ólík áhrif börn eftir félagslegri stöðu, en þannig verða veikleikar og vandi þeirra sem þegar standa höllum fæti oft meiri í svona aðstæðum en annars,“ segir Salvör. „Börn sem eiga foreldra af erlendum uppruna gátu til dæmis ekki fengið jafn mikinn stuðning í náminu heima eins og þau sem eiga íslenska foreldra og þetta ástand hefur líka bitnað mikið á fötluðum börnum sem hafa sætt miklum takmörkunum á námi sínu og ekki notið nauðsynlegs stuðnings. Börn hafa líka mismunandi góða vinnuáðstöðu heima og aðgang að tölvum til að sinna fjarnámi, slíkur aðstöðumunur skiptir miklu máli.

Sérstaklega bitnaði ástandið á börnum sem eru mjög virk í félagsstarfi og tólmstundum en þeim börnum sem finnst gott að vera ein og vinna í minni hópum og eru jafnvel félagsfælin hefur jafnvel liðið betur við þessar aðstæður,“ segir Salvör.

Börnin þurfa bjargráð

„Þessar frásagnir endurspegla og staðfesta margt af því sem hefur verið talað um á undanförunum árum, eins og að íslensk börn og ungmenni sofi ekki nógu mikið. Þeim leið betur og gátu sofið meira og við vitum að það er oft mjög þétt dagskrá hjá börnum og því mikil streita hjá fjölskyldum og börn gera sér betur grein fyrir því þegar álagið minnkar,“ segir Salvör. „Það er mjög áhugavert að þau finni mikið fyrir áhrifum þess að búa við minna álag og það er til

marks um að það þurfi að ræða hvaða aðstæður börnum er boðið upp á. Það er til dæmis oft mikill hávaði í skólastofum og þau finna að þau geta einbeitt sér betur þegar það verður rólegra.

Það hefur líka verið mikil umræða um andlega líðan barna og unglinga undanfarin ár, bæði hér og víða erlendis,“ segir Salvör. „Það kemur skýrt fram í frásögnum barnanna að þau hafa áhyggjur af andlegri líðan sinni og að þau vilji hafa meiri aðgang að bjargráðum eins og sálfræðisþjónustu og öðru slíku. Þetta kom sérstaklega fram í þriðju bylgju, þegar börnunum leið verr.

Það er mjög mikilvægt að bæta aðengi að sálfræðisþjónustu og huga betur að andlegri heilsu en áður. Ef hægt að grípa inn í snemma vinda vandamálin ekki upp á sig,“ segir Salvör. „Börn og ungt fólk voru byrjuð að kalla eftir þessu fyrir Covid og oft var þörf, en nú er nauðsyn.“

Langtímaáhrif eru líkleg

„Hér á landi var farin sú leið að halda grunnskólum opnum sem skipti öllu máli, þó að það væri með takmörkunum,“ segir Salvör. „Viða um heim hafa skólar verið lokaðir í meira en ár og við eigum eftir að sjá og meta betur hvaða áhrif lokanirnar hafa á ungmenni sem eru að ganga gegnum framhaldsskóla. Við fengum ekki frásagnir frá þeim, en framhaldsskólar voru að mestu lokaðir svo þetta ástand bitnaði meira á þeim.

Almennt séð eru það börn og ungmenni sem hafa haft það verst í þessu ástandi og upplifað mest rask á lífi sínu. Skólastarfi hefur verið raskað, sérstaklega hjá eldri

Eitt hentar ekki öllum

„Það er ýmislegt sem er hægt að læra af þessu og nýta í framhaldinu, en núna er fram undan að fara betur yfir þann lærdóm sem draga má af þessu og leggja mat á það hvaða mótvægisáðgerðir þurfa að koma til svo hægt sé að styðja börn og ungt fólk,“ segir Salvör. „Núna þegar við sjáum fyrir endann á Covid verðum við að hugsa um hvernig við getum styrkt börn í skólastarfi og aukið samfélagslega þátttöku þeirra.

Eitt af því sem gæti komið til álita er að auka sveigjanleikann í skólastarfinu til að mæta ólíkum þörfum ólíkra einstaklinga, því það hentar ekki öllum það sama,“ segir Salvör. „Það væri til dæmis kannski hægt að bjóða upp á eitt-hvert fjarnám fyrir sum börn og láta börn vinna í minni hópum eða mæta seinna í skólann. Þetta er meðal þess sem við erum að fara að ræða á fundinum í dag. Ég verð með stutta kynningu á því sem ég hef rætt hér og svo ætla fjórir fulltrúar úr ráðgjafahópi umboðsmanns barna, þau Kristjana Eldey, Júlíana Rós, Þórey María og Vilhjálmur, að ræða eigin reynslu af því að vera barn í íslensku samfélagi á tímum heimsfaraldurs.“ ■

Málstofan hefst klukkan 14 í sal Norræna hússins og henni verður líka streymt á vef Norræna hússins og vef Fundar fólksins. Það verður einnig hægt að finna streymið með því að finna viðburðinn á Facebook. Málstofan er hluti af dagskrá Fundar fólksins, sem fer fram 3. og 4. september í Norræna húsinu, Grósku og Öskju.

Náttúrulegt & öflugt fyrir góða meltingu



Viltu losna við bjúg & uppþembu?

Róandi meltingarblanda sem inniheldur hreint engifer & íslensk fjallagrös.

Fæst í næsta apóteki, heilsuvörverslun og flestum stórvörumörkuðum.



Allt er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgafandi: Torg ehf.

Ábyrgðarmaður: Björn Viglundsson

Umshjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is, s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Freyr Jónsson starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

ÚTSALAN

ER Í
FULLUM
GANGI



icebreaker®

20-50%

afsláttur

Einnig
fáanleg í
barna-
stærðum



OSPREY BAKPOKAR

Hágæða bakpókar.
Eitt mesta úrval landsins!

Klifurbakpókar

Leiðsögumannabakpókar

Fjallgöngubakpókar • Dufflar

Krakkabakpókar • Fjallaskíðabakpókar

Hjólabakpókar • Ferðatöskur

30-50%

afsláttur



30-50%

afsláttur



30%

afsláttur



30%

afsláttur



20-50%

afsláttur



ALLAR  OG  VÖRUR
MEÐ GÓÐUM AFSLÆTTI

GG SPORT



Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!

 @ggsport.is  @gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30-18, laugardagur 11-18, sunnudagur 12-16

Bílar & Farartæki



EKINN AÐEINS 118Þ.KM!
Gullfallegt eintak af MITSUBISHI PAJERO INSTYLE. Árgerð 2012, ekinn aðeins 118þ.km. Diesel, sjálfskiptur. 7 manna, krókur, glæný dekk, vel þjónustaður. Verð 3.977.000. Rnr.120544. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3C.



VÁ!!!
PLUG IN HYBRID - MERCEDES-BENZ GLE 500 E 4MATIC. Árgerð 2017, ekinn 72þ.km, rafmagn/bensín, sjálfskiptur 7 girar. Þvílíkur billi! Vel búinn, ótrúlegur kraftur og gullfallegt útlit. Sjón er sögu ríkari! Verð 7.777.000. Rnr.120566. Til sýnis og sölu hjá Aðalkaup bílasölu - Skeifunni 3C.

Aðalkaup - Bílasala
Skeifan 3C, 108 Reykjavík
Sími: 888 3715
adalkaup@adalkaup.is
<http://adalkaup.is>



Nú þegar engir sendibílar eru fáanlegir í heiminum eigum við þennan til á lager! Nýr 2021 Ford Transit L2H2. Til afhendingar strax! Verð: 4.700.000,- án vsk.

Þjónusta

Sparibill ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn. is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.
Töfluskripti, myndsimar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Dyrasimar-ljósleiðari-loftnet. Viðhald og endurnýjun Rafeindameistarinn ehf s. 898 4484

Garðyrkja



- » Jarðvinna
- » Drenlagir
- » Hellulagir
- » Þökulagir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

Valdir garðar

Tökum að okkur allskyns verkefni í kirkjugörðum

- Allar stærðir leiða
- Rétting legsteina
- Mála í letur
- Skipta um jarðveg
- Lagning jarðvegisdúks
- Skrautmöl, val um hvíta mól, sjávarmöl eða slípaða steina

Hafðu samband í S. 831 5888

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., planöfl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikæls. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald



- » Smíðavinna
- » Múrvinna
- » Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

Stækkaðu heimilið með svalalokun frá COVER

5ÁRA
ÁBYRGÐ

COVER kerfið er vel þekkt um allan heim og á Íslandi hafa verið settar upp mörg hundruð slíkar svalalokanir og sólstofur á undanförunum árum.

Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · normx@normx.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is