



Börn og fjölskyldur



Fjölskyldan og heimilishald

- Flestir á Íslandi búa með öðrum fjölskyldumeðlimum eða vinum/samleigjendum en aðrir einir.
- Heimili samanstendur af fólki sem býr saman og deilir kostnaði eða einstaklingi sem býr út af fyrir sig.
- Fjölskylduformin eru margvísleg, t.d. einstætt foreldri með börnum sínum, hjón með börn úr fyrri samböndum, samkynhneigð hjón með börn eða fólk í sambúð.
- Gæludýr eru nokkuð algeng á Íslandi, sérstaklega hundar og kettir.
- Aldraðir búa á eigin heimili eins lengi og hægt er. Margir fá þjónustu frá sínu sveitarfélagi eins og tilbúinn mat sendan heim, þrif á heimilinu og heimahjúkrun.
- Hjúkrunarheimili eru fyrir aldraða sem þurfa mikla aðstoð og aðhlynningu.

Fjölskyldan og heimilishald - framhald

- Á Íslandi fæðast rúmlega 4000 börn á ári. Meðalaldur kvenna við fæðingu er 28 ár.
- Það er algengt að fólk búi saman sem par og eignist börn áður en það giftir sig.
- Samsetning fjölskyldna er með ýmsum hætti. Börn búa oft til skiptis hjá móður sinni og föður sínum ef foreldarnir búa ekki saman. Stundum eru nýir makar og hálf systkini hluti af fjölskyldum.
- Samkynhneigð pör mega giftast, ættleiða börn og/eða fara í frjósemismeðferðir.
- Einhleypum konum stendur einnig til boða að ættleiða barn og/eða fara í tæknifrjóvgun. www.island.is/ofrjosemi-og-taeknifrjovgun
- Staðgöngumæðrun er óheimil á Íslandi.



Mynd frá VMST

Húsnæði

- Á Íslandi býr fólk í einbýlishúsum, raðhúsum, fjölbýlishúsum eða á sveitabæjum.
- Á Íslandi eru flest hús hituð upp með hitaveituvatni.
- Húsin eru sterkbyggð og þola vel kulda og jarðskjálfta.
- Flestir búa í eigin húsnæði en leigumarkaðurinn er einnig stór.
- Stundum leigir fólk iðnaðarhúsnæði til að búa í en það getur verið hættulegt og heilsuspillandi.
 - Mikil hættu getur skapast í eldi vegna þess að brunavarnir í iðnarhúsnæði eru ekki miðaðar við íbúðarhúsnæði.
 - Slíkt húsnæði er kallað ósamþykkt og geta yfirvöld lokað því.

Húsnæði – að kaupa

- Fólk kaupir íbúð eða hús í gegnum fasteignasölu. Húsnæði til sölu er auglýst í blöðum og á netinu. Fasteignasölu eiga að gæta hagsmuna bæði kaupenda og seljenda og sjá um að allt sé gert á löglegan hátt.
- Það er hægt að fá lán í banka eða hjá lífeyrissjóðum. Það þarf samt alltaf að eiga eitthvað eigið fé sjálfur fyrir útborgun í íbúð.
- Kaupendur þurfa að skoða vel sjálfir hvernig húsnæðislán þeir vilja taka. Lán eru verðtryggð eða óverðtryggð, með misháa vexti og til mislangs tíma. www.aurbjorg.is
- Hlutdeildarlán er úrræði fyrir tekju- og eignaminni einstaklinga sem eru að kaupa íbúð í fyrsta skipti. www.hlutdeildarlan.is
- Vaxtabætur fást af húsnæðislánnum. Þær eru bæði tekju- og eignatengdar.



Mynd frá VMST

Húsnæði – að leigja

- Það er hægt að leigja húsnæði í gegnum einstaklinga, leigufélög eða sveitarfélög.
- Félagsstofnun stúdenta í Háskóla Íslands og Háskólanum á Akureyri leigja íbúðir til háskólanema. www.studentagardar.is, www.festaha.is
- Réttindi fólks eru betur tryggð með því að gera leigusamning. https://hms-web.cdn.prismic.io/hms-web/74f02966-f2ff-46ba-97eb-55768f5eff41_Husaleigusamningur_EN_12112020_FORM.pdf
- Ef að leigusamningi er þinglýst (hjá embætti sýslumanns) er hægt að sækja um húsnæðisbætur.
- Þinglýsing er opinber skráning skjala.
- Húsnæðisbætur eru tekjutengdar. www.hms.is/husnaedisbaetur
- Það er ekki hægt að fá húsaleigubætur fyrir að leigja einungis herbergi eða fyrir að leigja iðnaðarhúsnæði. www.leigjendasamtokin.is

Húsnæði – helstu gjöld

- Ef að fólk á íbúð eða hús þarf að borga:
 - Afborgun af húsnæðisláni.
 - Fasteignagjöld (skattur af húsnæði til sveitarfélagsins).
 - Tryggingar af húsnæði (brunatrygging og innbústrygging).
 - Hita og rafmagn.
 - Vatns- og frárennslisgjald.
 - Hússjóð (ef fólk býr í fjölbýlishúsi borgar það fyrir sameiginlegan kostnað fyrir húsið).
- Ef að fólk leigir íbúð eða hús eru yfirleitt öll gjöld innifalin í leiguverðinu.

Húsnæði – Þrif, raki og mygla

- Á Íslandi er oft heitt inni í húsum og kalt úti og þá myndast raki í gluggum sem getur valdið myglu og skemmdum. Þess vegna er mikilvægt að þurrka raka, opna glugga og lofta vel út daglega. Líka á veturna. Raki og mygla skemma húsnæði.
- Það er mikilvægt að hella **ekki** vatni á gólf og innréttingar til að þrífa. Gólf á Íslandi eru yfirleitt parketlögð og innréttingar eru úr tréplötum. Of mikið vatn eyðileggur gólf og innréttingar. Slíkt getur verið skaðabótaskyld hjá leigjendum.
- Venjuleg heimilisþrif felast í að þurrka af með rökum klút, ryksuga gólf og þvo gólfín með rakri moppu sem er undin vel upp úr heitu (sápu)vatni. Vaskar og hreinlætistæki eru skrúbbuð með svampi og viðeigandi hreinsiefnum.
- Allskonar hreinsiefni eru til og sjálfsagt að velja umhverfisvænar vörur.



This Photo is licensed under CC BY-NC

Fjölbýli – Sameign og umgengni

- Sameign heitir sameiginleg eign íbúa í fjölbýli.
- Sameign er: Stigagangur, hjólageymsla og ruslageymsla, bílastæði (eða bílastæðahús) og lóð. Það á ekki að geyma neitt auka dót eins og húsgögn, tæki eða dekk í sameign.
- Stundum skiptast íbúar á að ryksuga stigagang, skipta um ruslatunnur og slá gras en stundum kaupa húsfélög slíka þjónustu.
- Að flokka rusl er mikilvægt. Langflest hús hafa endurvinnslutunnur. Oftast er flokkað í pappír, plast, lífrænt (matarafgangar) og svo annað rusl.
- Líka skal flokka dósir, gler og ál (niðursuðudósir) og fara með það sjálfur í endurvinnslugáma í hverfinu sínu.
- Það á að setja allt óendurvinnanlegt rusl í poka og loka honum vel áður en ruslinu er hent í ruslatunnur/ruslarennur í sameign.



Húsnæði - fjölbýlishús

- Húsfélög eru í fjölbýlishúsum. Kosið er í stjórn húsfélaga (formaður og gjaldkeri) Fyrir öllum meiriháttar ákvörðunum um framkvæmdir í húsinu þarf samþykki meirihluta íbúa á fundi.
- Það er mikilvægt að þekkja hvaða reglur eru í gildi í þínu fjölbýlishúsi. Ef þú ert ekki viss skaltu bara banka hjá nágretta og spyrja – það þykir hið besta mál.
- Góð umgengni, tillitssemi og samvinna íbúa er mikilvæg í fjölbýlishúsum

Fæðing barns – réttur til fæðingarorlofs

- Fæðingarorlof eru samtals 12 mánuðir frá árinu 2021.
- Sjálfstæður réttur hvors foreldris um sig er 6 mánuðir, heimilt er að framselja allt að 6 vikur til hins foreldrisins.
- Fæðingarorlofssjóður greiðir fæðingarorlof og er það tekjutengt. Rétturinn til að fá fæðingarorlof tengist bæði tíma og hlutfalli á vinnumarkaði áður en barn fæðist. Fólk vinnur sér inn þessi réttindi.
- Námsmenn geta einnig sótt um fæðingarorlof ef þeir eignast barn á meðan á námi stendur, að uppfylltum skilyrðum um námsframvindu.
- Þeir sem eignast barn og eru hvorki að vinna né í námi geta sótt um fæðingarstyrk. Sá styrkur er ekki hár. www.vinnumalastofnun.is/faedingarorlofssjodur

Umönnunarbætur vegna fatlaðra barna

- Umönnunarbætur eru fyrir forráðamenn fatlaðra eða langveikra barna.
- Þær eru til að veita fjárhagslegan stuðning við umönnun þeirra og mæta útgjöldum sem fylgja börnunum. www.tr.is/fjolskyldur/umonnunargreidslur
- Umönnunargreiðslur má greiða frá fæðingu til 18 ára aldurs.
- Dæmi um þjónustu fyrir foreldra fatlaðra barna er regluleg *skammtímavistun* fyrir fatlaða sem er hvíldarúrræði fyrir foreldra og systkini. *Liðveisla* er t.d. þegar starfsmaður sinnir afþreyingu fyrir barn eða fullorðinn með fötlun.
- Ef grunur leikur á um þroskafrávik barns er fyrsti viðkomustaður heilsugæslan (sjá kafla 4).

Dagforeldrar

- Hjú dagforeldrum er hægt að fá dagvistun í heimahúsi fyrir börn frá 6 mánaða aldri. Dagforeldrar sinna umönnun og uppeldi og bera ábyrgð á andlegri og líkamlegri velferð barna í þeirra umsjón.
- Þeir starfa sjálfstætt en samkvæmt leyfi frá sveitarfélaginu þar sem þeir starfa, sem sinnir jafnframt lögbundnu eftirliti og ráðgjöf til dagforeldra.
- Dagforeldrar sjá sjálfir um skráningu og innritun barna.
- Gjaldskrá er frjáls og hvert dagforeldri setur fram sína gjaldskrá en sveitarfélög greiða niður hluta dagvistunargjalda.
- Til að gerast dagforeldri þarf að uppfylla ýmis skilyrði, sækja námskeið og fá leyfi frá sveitarfélagi.

Réttur barna og unglunga á Íslandi

- Það er 10 ára skólaskylda á Íslandi. Frá 6-16 ára (1.-10. bekkur).
- Ungmennni eiga rétt á framhaldsskólamenntun (16-18 ára).
- Foreldrar bera ábyrgð á því að börn þeirra gangi í skóla og sinni heimanámi.
- Foreldrar hafa bæði rétt á og ber skylda til að taka þátt í og fylgjast með menntun barna sinna.
- Nemendur af erlendum uppruna eiga rétt á sérstakri kennslu í íslensku.
- Grunnskólar nota túlka og þýðingar á upplýsingum sem eru nauðsynlegar vegna samskipta kennara og foreldra.
- Almenna reglan er að börn fara í grunnskóla í sínu hverfi og fylgja sínum aldri í bekk, óháð getu eða skólagöngu áður en þau komu til Íslands.



Mynd frá VMST

Nokkur atriði varðandi rétt barna og unglunga

- 10 ára barn má fara eitt í sund (ef það er synt), en það er á ábyrgð foreldra að senda ekki ósynt barn eitt í sund.
- 12 ára barn á rétt á því að vera með í ráðum varðandi lækni meðferð.
- 12 ára barn má ákveða sjálf hvort það vill ganga í trúfélag eða segja sig úr því.
- 15 ára unglingur er sjálfstæður aðili barnaverndarmáls.
- 15 ára unglingur er sakhæfur. Refsa má fyrir afbrot.
- Refsivert er að stunda kynlíf með einstaklingi yngri en 15 ára.
- 16 ára unglingur má leita til læknis/á heilsugæslu án vitundar foreldra.
- Á árinu sem unglingur verður 16 ára ber honum að greiða skatta af tekjum sínum og að greiða iðgjald í lífeyrissjóð.
- 17 ára ungmenni geta tekið bílpróf eða próf á mótórhjól.
- Einstaklingar verða lögráða við 18 ára aldur og eru þá sjálfráða og fjárráða.

Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna – nokkur mikilvæg atriði úr sáttmálanum

- Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna er í gildi á Íslandi.
- Þegar barn fæðist er skylt að tilkynna fæðinguna til Þjóðskrár (læknir, ljósmóðir eða móðirin). Skrá þarf nafn móður og föður auk upplýsinga um hvort þau búi saman. www.skra.is
- Foreldrar bera ábyrgð á börnum sínum og börn eiga rétt á umhyggju þeirra.
- Foreldrum er skylt að sjá um framfærslu barna sinna, það er að þau fái mat, klæði, húsaskjól og annað sem fylgir uppbyggilegu líferni. Framfærsluskyldan varir á meðan ungmenni eru í framhaldsskóla, þótt 18 ára aldri hafi verið náð.

Barnasáttmálinn - framhald

- Foreldrum er skylt að taka ákvarðanir í persónulegum málum barna sinna. Skoðun barns fær aukið vægi samfara auknum þroska þess og á 7 ára gamalt barn rétt á að láta skoðun sína í ljós.
- Foreldrum er skylt að setja hagsmuni barna ávallt í fyrsta sæti.
- Barnasáttmálinn bannar ofbeldi og misnotkun gagnvart börnum.
- Barn á rétt á að þekkja báða foreldra sína og umgangast þá báða þótt þeir búi ekki saman.



Mynd frá VMST

Barnauppeldi

- Hugmyndir um barnæskuna og barnauppeldi hafa breyst í gegnum tíðina.
- Nú til dags er bernskan tími leiks og lærdóms. Foreldrar vilja eyða tíma með börnum sínum og vita sem mest um hvað fer fram í skóla og frístundalífi barna sinna.
- Samvinna milli heimilis og leikskóla/skóla er mikilvæg.
- Flestir foreldrar vilja líka þekkja vini barna sinna og foreldra þeirra.
- Á Íslandi eiga foreldrar oft í óformlegum samskiptum í gegnum samskiptamiðla í tengslum við vinskap eða frístundastarf barna sinna.

Barnauppeldi - framhald

- Börn læra margt utan heimilis og verða fyrir áhrifum af samfélaginu. Mikilvægt er að leyfa börnum að tjá sig um sínar upplifanir, skoðanir og vangaveltur.
- Flestum foreldrum finnst uppeldið stundum taka á.
- Líkamlegar refsingar eru ólöglegar á Íslandi. Hvorki kennarar né foreldrar mega beita börn líkamlegum refsingum.
- Heilsugæslan og félagsþjónustur sveitarfélaga bjóða upp á góð námskeið fyrir foreldra um uppeldi sem virkar og leiðir til að laða fram jákvæða hæfni. Dæmi: www.heilsugaeslan.is/serthjonusta/namskeid/uppeldi-sem-virkar
- Í uppeldi er gott að hafa rúttínu og fáar en skýrar reglur um hvað má og má ekki – og fylgja þeim. Til að styrkja jákvæða hegðun er nauðsynlegt að taka eftir henni og hrósa börnum þegar vel gengur.



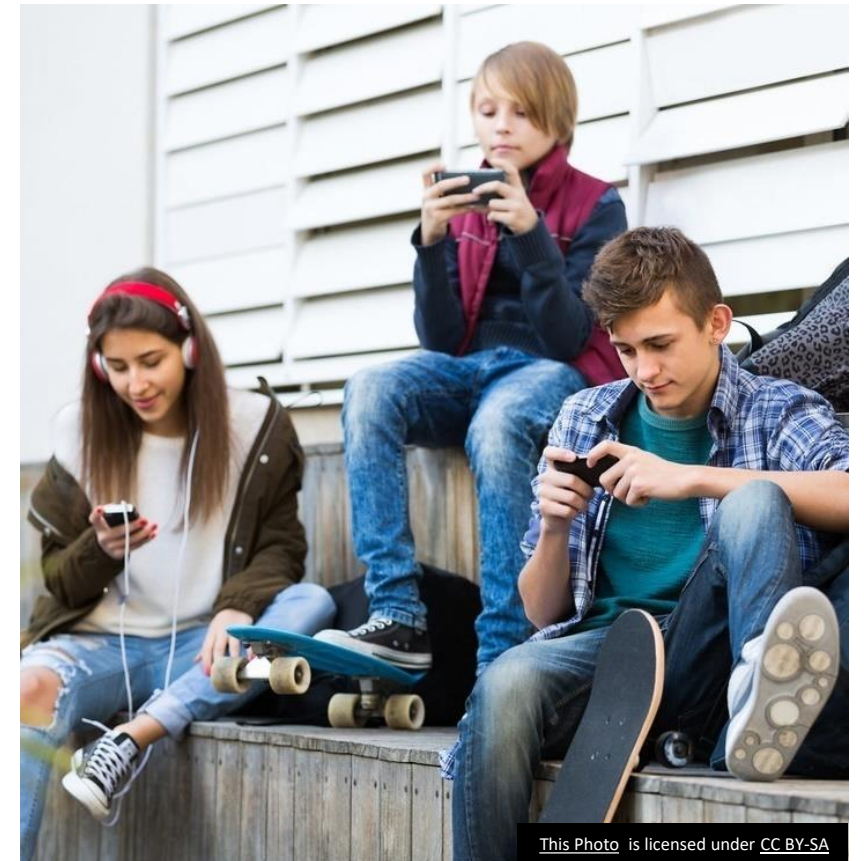
Mynd frá VMST

Barnauppeldi - framhald

- ADHD (athyglisbrestur og ofvirkni) er dæmi um röskun sem getur valdið vanlíðan og erfiðleikum hjá börnum bæði í einkalífi og skóla og hægt er að fá hjálp með. www.adhd.is
- Síðan www.heilsuvera.is er opinber síða með ógrynni af gagnlegum upplýsingum og fræðsluefni um líkamlega og andlega heilsu og þroska fyrir öll æviskeið.
- Einnig er hægt að leita ráða hjá fagfólki eða vinum, lesa greinar eða bækur, hlusta á fyrirlestra, sækja námskeið eða finna (áreiðanlegar) upplýsingar á netinu.

Unglingar

- Unglingsárin frá 13-18 ára reyna oft á bæði unglingana og foreldra þeirra.
- Sjálfsmýndin er í mótun og ungt fólk er áhrifagjarnt.
- Rannsóknir sýna að áhrifaríkasta forvörnin gegn áfengis- og vímuefnanotkun ungs fólks er jákvæð samvera með foreldrum og skipulagt íþrótta- og frístundastarf.
- Það er mikilvægt að taka eftir breytingum á hegðun ungmenna og leita strax aðstoðar, t.d. hjá skóla, heilsugæslu, sálfræðingi eða viðurkenndum samtökum ef þörf er á.



Síma- og skjánotkun barna og unglunga

- Börn í dag alast upp í umhverfi sem er hlaðið tækjum og tækninýjungum. Með skynsamri umgengni við þessi tæki geta þau verið hluti af góðu uppeldi.
- Fyrstu kynni barna af snjalltækjum ættu alltaf að fara fram undir handleiðslu fullorðinna og skjátími barna er á ábyrgð foreldra.
- Of mikill skjátími getur haft neikvæð áhrif þegar hann kemur í stað jákvæðrar virkni, svo sem félagslegra samskipta, hreyfingar, nægilegs svefns og heilbrigðs lífennis. Sjá leiðbeiningar um skjátíma út frá aldri barna.

www.heilsuvera.is/efnisflokkar/throskaferlid/uppeldi-barna/skjarinn-og-bornin



Mynd frá VMST

Útivistartími barna og unglinga

- Reglur eru um útivistartíma barna og ungmenna:
 - Börn yngri en 13 ára eiga ekki að vera úti á almannafæri eftir klukkan 20.00
 - Unglingar á aldrinum 13-16 ára skulu ekki vera á almannafæri eftir klukkan 22.00, nema þeir séu að fara beint heim eftir viðurkennda skóla-, íþróttá- eða æskulýðssamkomu.
 - Á tímabilinu frá 1. maí til 1. september lengist útivistartíminn um tvær klukkustundir fyrir báða hópa (til kl. 22.00 og miðnættis).
 - Foreldrar hafa rétt á að hafa útivistartíma barna sinna styttri. www.samanhopurinn.is

Frelsi barna og unglunga

- Mörgum sem flytja til Íslands finnst frelsi barna og unglunga á Íslandi mikið.
- Börn og unglungar eru oft úti að leika sér eftirlitslaus og á sumrin eru þau stundum úti fram á kvöld.
- Samfélagið á Íslandi er almennt talið mjög öruggt og vegna fámennis hafa börn getað farið meira einsömum eða með vinum um nærumhverfi sitt en í mörgum öðrum löndum.
- Ávallt skal þó miða við aldur og þroska barna til að vera ein úti og tryggja öryggi þeirra.
- Mikilvægt er fyrir öll börn að hafa ramma, t.d. ákveðinn tíma sem þau eiga að koma heim, tíma fyrir heimanám, matartíma og háttatíma.

Þátttaka í frístundastarfi skiptir máli

- Að taka þátt í frístundastarfi, t.d. íþróttum hjálpar börnum og unglingum á margan hátt, m.a. með:
 - Að eignast vini.
 - Að læra og æfa sig í íslensku.
 - Að eignast sameiginlega reynslu með skólafélögum sínum.
 - Að öðlast nýja færni.
- Rauði krossinn og fleiri samtök veita styrki fyrir frístundastarfi flóttabarna og/eða efnalítilla fjölskyldna. Einnig er hægt að fá leiðsögu- og tungumálavin í gegnum Rauða krossinn: <https://www.raudikrossinn.is/verkefni/innanlandsverkefni/flottafolk-og-innflytjendur/flottafolk-og-innflytjendur/to-do/>
- Það er mikilvægt að finna að maður tilheyri samfélaginu sem maður býr í. Það gerist til dæmis með því að taka þátt í sömu hlutum og aðrir og sitja þar við sama borð og þeir.
- Í íþróttum eða ýmsu frístundastarfi reynir ekki eins mikið á íslenskukunnáttu og í skólanum svo börn og unglingar hafa tækifæri til að blómstra frá upphafi búsetu sinnar á Íslandi með þátttöku í slíku starfi.



Barnavernd

- Sumir foreldrar þurfa stuðning til langs eða skamms tíma. Sum börn eru vanrækt eða búa við aðstæður sem ógna öryggi þeirra og velferð.
- Hvert sveitarfélag sér um barnavernd meðal sinna íbúa.
- Hlutverk barnaverndar er að styðja fjölskyldur með hagsmuni barnsins að leiðarljósi, óháð uppruna eða ríkisfangi.
- Barnavernd reynir að vinna öll mál í samvinnu við foreldra og forráðamenn barna.
- Þetta er gert í samræmi við íslensk lög um barnavernd og Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna.
- Barnaverndarstofa hefur eftirlit með barnaverndarnefndum landsins.
www.bvs.is

Barnavernd – þjónusta

- Þjónusta getur verið í formi ráðgjafar og leiðsagnar, jafnvel inni á heimilum eða sem aðstoð við þátttöku í frístundastarfi barna eða annarri virkni.
- Börn fara stundum til stuðningsfjölskyldu í hverjum mánuði eða í tímabundið lengra fóstur. Sum börn fara í langtíma fóstur hjá fósturfjölskyldum.
- Barnaverndarnefndir geta úrskurðað um vistun utan heimilis til tveggja mánaða. Lengri vistanir þurfa dómstólar að fjalla um, þ.e. héraðsdómur og stundum landsréttur.

Ofbeldi og vanræksla gagnvart barni

- Ofbeldi og vanræksla geta haft mjög skaðleg áhrif á þroska barns.
- Barn sem býr við aðstæður þar sem það upplifir mikinn ótta eða það er brotið á því er viðkvæmara seinna meir í lífinu.
- Vanræksla gagnvart barni á líka við ef móðir stofnar lífi ófædds barns síns í hættu.
- Bæði almenningur og opinberir aðilar hafa tilkynningaskyldu til barnaverndarnefnda ef þeir telja að barn:
 - búi við óviðunandi uppeldisaðstæður.
 - verði fyrir ofbeldi eða annarri vanvirðandi háttsemi.
 - stofni heilsu sinni og þroska í alvarlega hættu.



This Photo is licensed under CC BY

Vanræksla - framhald

- Líkamleg vanræksla á við þætti eins og skort á mat, lélegan fatnað sem samræmist ekki veðri og árstíðum, skort á hreinlæti og óviðunandi húsnæði. Einnig að ekki sé farið með barn til tannlæknis og læknis og örvun fyrir hreyfingroska ekki sinnt.
- Vanræksla varðandi umsjón og eftirlit er t.d. að skilja barn eftir eitt heima þegar það hefur ekki aldur eða þroska til eða langtímum saman. Einnig útivist eftir að löglegum útivistartíma lýkur. Það á líka við þegar barn er ekki verndað eða í hættu vegna annarlegs ástands foreldris, t.d. vegna áfengis- eða vímuefnaneyslu.

Vanræksla - framhald

- Vanræksla varðandi nám er t.d. að sinna því ekki að barn mæti í skóla og sinni heimanámi. Einnig að sinna ekki ábendingum skóla um að barn þurfi á sértækri þjónustu að halda. (Aðstoð við heimanám býðst í skólum og hjá samtökum eins og Rauða krossinum og Hjálpræðishernum)
- Tilfinningaleg vanræksla er skortur á tilfinningalegum stuðningi, öryggi, athygli og hvatningu. Í því felst einnig að veita barni ekki eðlilegan aga og mörk í uppeldinu.
- Fagleg og samfélagsleg vanræksla á við skort á úrræðum skóla og félags- og heilbrigðisþjónustu til að jafna kjör og aðstæður fólks og leita leiða til úrbóta. Einnig að bregðast ekki við tilkynningum um vanrækslu eða ofbeldi.

Ofbeldi gagnvart barni

- Allar andlegar og líkamlegar refsingar teljast ofbeldi og getur beiting þeirra verið refsiverð með fangelsisvist.
- Allt ofbeldi á heimili þar sem börn eru telst jafnframt ofbeldi gagnvart börnum.
- Ofbeldi birtist á mismunandi vegu og það að flengja börn, slá þau með höndum eða belti, hrinda eða hrista þau og nota hendur eða hluti gagnvart börnum er líkamlegt ofbeldi.
- Hverskonar niðurlæging, lítilsvirðing, öskur og hótanir er andlegt ofbeldi.
- Um áhrif ofbeldis á börn er m.a. fjallað um í myndinni *Tölum um ofbeldi*

www.youtube.com/watch?v=WrxnAtUPmMw&feature=youtu.be

www.kvennaathvarf.is

Barnavernd - tilkynning

- Barnaverndarmál hefjast oft af því foreldrar eða barn hafa samband og leita sér aðstoðar.
- Einnig berast tilkynningar frá skóla, leikskóla, spítala, heilsugæslu, lögreglu, nágranna eða öðrum sem er umhugað um velferð barns.
- Það er hægt að senda inn tilkynningu nafnlaust og rafrænt eða hringja.
- Öllum sem starfa hjá hinu opinbera er skylt að senda inn tilkynningu hafi þeir áhyggjur af barni. Það er aldrei nafnlaust.
- Allar tilkynningar eru skoðaðar. Mál eru annaðhvort lätin niður falla eða komið með tillögur til að hjálpa barninu og fjölskyldu þess.
- Barnavernd og neyðarlínan 112 taka við tilkynningum um aðstæður barns.
- Tilkynna þarf til þess sveitarfélags þar sem barnið býr eða vegna bráðatilvika hafa samband við neyðarlínuna í síma 112.

Barnavernd - ýmislegt

- Meginmarkmið með starfi Barnaverndar á Íslandi er að tryggja velferð barna og ekki síst með því að hjálpa fjölskyldum að skapa sér gott fjölskyldulíf.
- Ekki láta börnin ykkar hræða ykkur foreldrana með Barnavernd og leyfa þeim að gera hluti sem þið eruð ósátt við eða sleppa eðlilegum aga og mörkum í uppeldinu.
- Á vef Reykjavíkurborgar er bæklingur á nokkrum tungumálum um börn sem er gott að lesa:
www.reykjavik.is/sites/default/files/ymis_skjol/skjol_utgefid_efni/vid_og_bornin_okkar_2018_is_en_baeklingur.pdf

Hjónaband: Réttindi og skyldur – nokkur atriði úr hjúskaparlögum

- Allir sem hafa náð 18 ára aldri og eru ógiftir mega ganga í hjónaband.
- Ekki má þvinga neinn í hjónaband.
- Hjón eru jafnrétt há í hjúskap og bera jafnar skyldur gagnvart hvort öðru og börnum sínum.
- Hjón eiga að annast uppeldi barna sinna saman og skulu skipta með sér verkefnum á heimili eins og hægt er og einnig útgjöldum vegna heimilisreksturs og framfærslu fjölskyldu.
- Fjárhagur hjóna er sameiginlegur. Hjónum er skylt að veita hvort öðru upplýsingar um fjármál sín.
- Eignir hjóna eru sameiginlegar og kallast hjúskapareign. Hjón geta átt séreign hvort um sig en svo það sé löglegt þarf að gera svokallaðan *kaupmála* og skrá hjá sýslumanni.
- Það er hægt að gifta sig hjá presti og forstöðumanni trúfélags, hjá sýslumanni eða fulltrúa hans eða hjá borgaralegum vígslumanni (til dæmis hjá Siðmennt).



Mynd frá VMST

Sambúð

- Þegar fólk býr saman sem hjón en er ekki gift er það í sambúð.
- Það er hægt að skrá sig í sambúð hjá Þjóðskrá Íslands.
- Fólk getur þá t.d. nýtt skattkort maka síns til skattafrádráttar en nýtur þó alls ekki sömu réttinda og gift fólk.

Hjónaskilnaður

- Hjón geta saman eða sitt í hvoru lagi sótt um skilnað *að borði og sæng* (og búa þá á sitthvorum staðnum). Hægt er að sækja um lögskilnað sex mánuðum eftir skilnað að borði og sæng. Það er gert hjá embætti Sýslumanns.
- Við skilnað eða sambúðarslit hjóna þarf að gera samning hjá sýslumanni um forsjá barna, skráningu lögheimilis og meðlagsgreiðslur. Sýslumaður boðar foreldra til fundar eða til rafrænnar fyrirtöku.
- Þegar hjón skilja og eiga börn saman eru foreldrarnir yfirleitt með jafnt forræði yfir börnum sínum.
- Við hjónaskilnað fellur dvalarleyfi á grundvelli hjúskapar úr gildi. Sækja þarf um nýtt dvalarleyfi á öðrum forsendum ef vilji er til að búa áfram á Íslandi. www.utl.is

Meðlagsgreiðslur

- Foreldri sem barn á lögheimili hjá getur krafist meðlags frá hinu foreldrinu til að standa straum af framfærslu barnsins.
- Einfalt meðlag frá 1. júlí 2023 er 43.700 kr. á mánuði.
- Meðlag er réttur barnsins og skal nota til að fæða, klæða og sjá barninu fyrir húsnæði.
- Fæðist barn utan sambúðar eða hjónabands geta foreldrar gert með sér meðlagssamning.
- Foreldrar mega sjálfir sjá um innheimtu og greiðslu meðlags.
- Tryggingastofnun ríkisins getur einnig séð um milligöngu greiðslna til lögheimilisforeldris sé þess óskað, sótt um á www.tr.is
- Upplýsingar á www.island.is/medlag

Ofbeldi í samböndum

- Ofbeldi er bannað með lögum á Íslandi. Þar á meðal innan fjölskyldna, í ástarsamböndum, hjá sambúðarfólki og hjónum.
- Hvað telst t.d. ofbeldi samkvæmt lögunum?
 - Að misnota aðra manneskju líkamlega, kynferðislega, andlega og/eða fjárhagslega.
 - Að valda annarri manneskju ótta eða meiðslum.
 - Að einangra aðra manneskju eða brjóta hana niður andlega.
 - Að flengja börn eða slá þau utan undir.
- **Ofbeldi í nánum samböndum (heimilisofbeldi)** á sér stað þegar sá sem beitir ofbeldinu er skyldur eða tengdur þér, til dæmis maki, fyrrverandi maki, fjölskyldumeðlimur, vinur eða umönnunaraðili.



Ofbeldi og hjálp

- Lögreglan á Íslandi tekur jafnt heimilisofbeldi sem annað ofbeldi alvarlega. Alltaf er hægt að hringja í síma 112.
- Á www.112.is er hægt að taka þátt í netspjalli í rauntíma við neyðarvörð og fá hjálp og upplýsingar.
- 1717 er hjálparsími Rauða krossins og netspjall á www.1717.is þar er veittur sálfélagslegur stuðningur og leiðbeint um úrræði.
- Ofbeldi er það þegar einhver gerir eitthvað sem meiðir þig eða lætur þér líða illa. Ofbeldi á sér stað óháð kyni, aldri, kynhneigð eða hverju öðru. Ofbeldi er til dæmis andlegt ofbeldi, líkamlegt ofbeldi, kynferðislegt ofbeldi, fjárhagslegt ofbeldi og stafrænt ofbeldi.

Hjálp vegna ofbeldis - framhald

- **Kvennaráðgjöf** er starfrækt. Þar er hægt að fá ókeypis lögfræði- og félagsráðgjöf fyrir konur og karla. Það þarf ekki að gefa upp persónuupplýsingar. www.kvennaradgjofin.is
- Í Reykjavík er rekið **Kvennaathvarf** fyrir konur og börn sem þurfa að yfirgefa heimili sín vegna ofbeldis. Þar er hægt að dvelja og fá ráðgjöf og stuðning. www.kvennaathvarf.is
- **Bjarkarhlíð** í Reykjavík og **Bjarmahlíð** á Akureyri eru miðstöðvar fyrir þolendur líkamlegs, andlegs eða kynferðislegs ofbeldis. Þær eru opnar fyrir bæði konur og karla og veita ráðgjöf, fræðslu og stuðning. www.bjarkarhlid.is og www.bjarmahlid.is
- **Stígamót** eru ráðgjafar- stuðningsmiðstöð fyrir bæði konur og karla frá 18 ára aldri sem hafa verið beitt hverskonar kynferðisofbeldi. www.stigamot.is
- **Heimilisfriður** er þekkingarmiðstöð um ofbeldi í nánnum samskiptum og meðferðarmiðstöð fyrir karlmenn og konur sem beita ofbeldi. www.heimilisfridur.is

Áhrif ofbeldis

- Að verða fyrir ofbeldi hefur langvarandi slæmar afleiðingar í för með sér fyrir þolandann.
- Það hefur slæm áhrif á börn að verða vitni að ofbeldi á heimili sínu, t.d. milli foreldra sinna. Áhrifin geta verið langvinn og m.a. valdið börnum og unglingum óöryggi, kvíða og hræðslu.
- Það þykir óeðlilegt og rangt á Íslandi að beita ofbeldi innan fjölskyldunnar. Oft er slíkt þó feimnismál en til mikils að vinna fyrir alla, hvort sem þeir eru gerendur, þolendur eða börn, að búa ekki við slíkt og leita sér hjálpar.

Jafnrétti og jöfn tækifæri

- Ákvæði um jafnrétti og sömu tækifæri eru mikilvægur þáttur í lögum á Íslandi.
- Mikilvægt gildi í íslensku samfélagi er jafnrétti fyrir alla. Þetta þýðir að óháð kyni, aldri, hæfni, menningarlegum bakgrunni, uppruna, fötlun, trú, kynvitund og kynhneigð eru allir jafnir.
- Kynjajafnrétti hefur fleygt fram síðustu áratugi. Konum á vinnumarkaði hefur fjölgað til muna og eru núna jafnmargar körlum.
- Enn eru þó ákveðnar stéttir dæmigerðar kvennastéttir en stjórnvöld hvetja bæði karla og konur til að mennta sig í öllum greinum atvinnulífsins.
- Samtök kvenna af erlendum uppruna starfa á Íslandi. www.womeniniceland.is
- Jafnréttisstofa hefur gefið út bækling á nokkrum tungumálum um mikilvægar upplýsingar fyrir innflytjendur á Íslandi.
<https://www.jafnretti.is/is/samfelag-og-vinumarkadur/rettur-thinn/rettur-thinn-mikilvaegar-upplýsingar-fyrir-innflytjendur-a-islandi>



Heimislífið

- Heimislíf á Íslandi er svipað og í flestum öðrum samfélögum: Fólk fer til vinnu eða í skóla, kemur heim, eldar kvöldmat og sinnir heimanámi og heimilisstörfum og slakar á.
- Þátttaka í frístundastarfi er algeng á Íslandi, bæði hjá börnum og fullorðnum. Margar konur og karlar stunda líkamsrækt fyrir eða eftir vinnu. Margir taka líka þátt í einhverju félagsstarfi, kórum eða sjálfboðaliðastarfi.
- Hjón með börn skipta því gjarnan jafnt á milli sín tímanum sem þau eiga fyrir sín áhugamál eða líkamsrækt og hverjir eiga að keyra og sækja börnin í þeirra frístundastarf.

Endurnýting

- Á Íslandi nýtir fólk gjarnan sölusíður á facebook eða á netinu til að kaupa og selja notaðar vörur, til dæmis föt, húsgögn, leikföng, tæki og bíla.
- Nytjamarkaðir eru einnig víða sem selja föt, húsbúnað og húsgögn á mjög litlu verði. Góði hirðirinn er stór nytjamarkaður, en allur ágóði af sölu þar rennur til góðgerðamála.
- Rauði krossinn rekur fataverslanir með notuð föt.
- Kolaportið er opið um helgar en það er stór markaður í miðbæ Reykjavíkur með mat og bæði gamla og nýja hluti til sölu. Hægt er að panta bás til að selja þar. www.kolaportid.is
- Sorpa rekur endurvinnslustöðvar víða á höfuðborgarsvæðinu. Þar er hægt að fara með allt í endurvinnslu eða örugga eyðingu. www.sorpa.is



Mynd frá godihirðirinn.

Afþreying

- Á heimasíðu Rauða krossins er listi yfir ókeypis og ódýra afþreyingu sem er í boði á stórhöfuðborgarsvæðinu.
- Bókasöfn eru um allt land. Þar er hægt að fá bækur á ýmsum tungumálum, sérstaklega barnabækur. Bókasöfn eru með notalegum leskrókum og góðri aðstöðu fyrir börn að leika sér og skoða bækur.
- Sum bókasöfn eru einnig með tölvur, þrívíddarprentara, saumavélar og margt fleira til afnota fyrir fólk.
- Fjölbreyttir menningartengdir viðburðir er m.a. það sem er boðið uppá á bókasöfnum.
www.borgarbokasafn.is

Afþreying - framhald

- Sundlaugar eru fyrir bæði kynin. Laugar eru út um allt land og margar á höfuðborgarsvæðinu. Sund er ódýrt og góð heilsubót.
- Á Íslandi eru heitir pottar og gufubað í sundlaugunum og rennibrautir og leiktæki fyrir börn. Það að fara í sund er ríkur þáttur í menningu landsins.
- Sundkennsla er skyldufag í grunnskólum á Íslandi og stundum eru í boði sundnámskeið fyrir fullorðna hjá sundlaugum.
- Sérstakir karla- og kvennaklefar eru í sundi. Allir fara í sturtu án baðfata fyrir sundferð og á Íslandi þykir það ekkert mál.
- Börn mega fara ein í sund árið sem þau eru 10 ára en einungis ef þau eru synd. Börn eru alltaf á ábyrgð forráðamanna í sundi.



Mynd frá VMST

Afþreying - framhald

- Leiksvæði eru víða um borgina og í öllum bæjum. Á opnum svæðum má einnig oft finna leiktæki og sums staðar má finna útigrill.
- Gönguferðir eru sívinsælar og margar skemmtilegar gönguleiðir og útivistarsvæði eru um allt land. Á höfuðborgarsvæðinu er vinsælt að fara í Laugardalinn, Elliðaárdalinn, Heiðmörk og í Öskjuhlíð. Það er nauðsynlegt að vera í skóm sem henta fyrir göngur og klæða sig nógu vel.
- Hjólreiðaferðir eru skemmtilegar á sumrin og víða eru hjólreiðastígar í Reykjavík.
- Í Nauthólsvík í Reykjavík er manngerð strönd og heitu vatni hleypt í sjóinn. Á góðviðrisdögum er gaman að fara í strandferð þar. Sumir stunda reyndar sjósund allan ársins hring.
- Fjölskyldu- og húsdýragarðurinn er í Laugardal í Reykjavík. Þar má sjá íslensk húsdýr og nokkur villt dýr. Í garðinum eru einnig margs konar leiktæki fyrir börn.



Afpreying - framhald

- Á sumrin fara margir í ferðalag um landið eða í sumarbústað. Það er hægt að leigja sumarbústaði hjá stéttarfélögum.
- Bæjarhátíðir eru víða um land á sumrin sem er skemmtilegt að heimsækja. Á sumardaginn fyrsta eru skemmtanir í hverfum og bæjum fyrir börn. Á Þjóðhátíðardegi Íslendinga (17. júní) eru stór hátíðarhöld í öllum sveitarfélögum. Í ágúst í Reykjavík eru einnig Menningarnótt og Gleðiganga hinsegin fólks stórar hátíðir.
- Samtök um móðurmálskenndu fyrir börn bjóða upp á móðurmálskenndu fyrir börn á mörgum tungumálum.
- Sunnudagaskóli fyrir börn er starfræktur á sunnudagsmorgnum í flestum kirkjum. Mörg trúfélög eru með barnastarf á sínum snærum.

Afþreying - framhald

- Á veturna fara margir á skíði. Það er mjög vinsælt hjá börnum að fara á snjópotur og sleða og renna sér niður brekkur.
- Þjóðleikhúsið og Borgarleikhúsið eru stærstu atvinnuleikhús landsins. Þau bjóða upp á fjölbreyttar leiksýningar, líka fyrir börn. Á sumrin eru starfræktir leikhópar fyrir börn sem fara um landið.
- Harpa er tónlistar- og ráðstefnuhús þjóðarinnar og stendur við hafnarbakkann í Reykjavík. Fjölbreyttir tónleikar og óperusýningar eru haldnar þar.
- Bíó eru mörg á landinu. Bíómyndir fyrir börn eru talsettar á íslensku en aðrar myndir með íslenskum texta.
- Á Íslandi eru ótal söfn með fjölbreyttum sýningum.



Mynd frá VMST

Afþreying - framhald

- Margir fara líka í verslunarmiðstöðvar eða í bæinn til að skoða sig um. Að fara í heimsóknir til ættingja og vina er einnig sígilt.
- Ísbíltúrar eru skemmtileg hefð en þá er farið í bíltúr og stoppað og keyptur ís á leiðinni – líka á veturna. Kósýkvöld eru kvöld þar sem fjölskyldan er saman og horfir saman á skemmtilega mynd eða spilar og borðar eitthvað gott.
- Facebook er mikið notað á Íslandi til að auglýsa vörur og viðburði. Skemmtilegir viðburðir fyrir börn og fullorðna eru undir „events“.
- Einnig eru margir hópar á Fb sem auglýsa vörur og þjónustu ódýrt eða ókeypis. Hverfi bæja og bæjarfélög eru einnig með facebook hópa þar sem fólk getur spurt og spjallað um ýmislegt sem við kemur þeirra hverfi eða bæ.

Gott að vita – margt er rafrænt

- Á Íslandi eru upplýsingar um smátt og stórt á netinu.
- Öll fyrirtæki hafa heimasíðu þar sem má finna upplýsingar um opnunartíma, þjónustu og verðskrá.
- Það er líka hægt að kaupa miða á tónleika, bíó og á leiksýningar í gegnum netið og fá rafrænan aðgöngumiða.

Vefsíður

Myndbönd um réttindi fatlaðrar barna á Íslandi

- Íslenska 1: <https://youtu.be/N-vRkyMWDyg>
- Íslenska 2: <https://youtu.be/ZEBelSwz1og>
- Íslenska 3: https://youtu.be/dkwt7U_Ukvs
-
- Pólska 1: <https://youtu.be/yrH8EStyOxA>
- Pólska 2: <https://youtu.be/9TjOeuPNW-M>
- Pólska 3: <https://youtu.be/MFZkV6iBxPw>
-
- Arabíska 1: <https://youtu.be/Ws2knub159s>
- Arabíska 2: <https://youtu.be/f0Fc2kIr69k>
- Arabíska 3: <https://youtu.be/3Oxrm32IPo8>
-
- Enska 1: <https://youtu.be/sl10sJeLiQo>
- Enska 2: <https://youtu.be/5v431cpjQB8>
- Enska 3: <https://youtu.be/8tzltnVcJWk>
-
- Spænska 1: <https://youtu.be/eP6aA2JxThA>
- Spænska 2: <https://youtu.be/1BbVrmBsMK8>
- Spænska 3: https://youtu.be/bky0P_CUYAw

www.112.is

www.1717.is

www.adhd.is

www.aurbjorg.is

www.bjarkarhlid.is

www.bjarmahlid.is

www.borgarbokasafn.is

www.bvs.is

www.facebook.com/Midjamalsoglaesis

www.facebook.com/samtokleigjenda

www.festaha.is

Vefsíður - framhald

www.heilsugaeslan.is

www.heilsuvera.is

www.heimilisfridur.is

www.hlutdeildarlan.is

www.hms.is/husnaedisbaetur

www.island.is

www.jafnretti.is

www.kolaportid.is

www.kvennaathvarf.is

www.kvennaradgjofin.is

www.leigjendasamtokin.is

www.mcc.is

www.ns.is

www.raudikrossinn.is

www.reykjavik.is

www.samanhopurinn.is

www.skra.is

www.sorpa.is

www.stigamot.is

www.stjornarradid.is/

www.studentagardar.is

www.syslumenn.is

www.tr.is/fjolskyldur/umonnunargreidslur

www.utl.is

www.vinnumalastofnun.is/faedingarorlofssjodur

www.womeniniceland.is



Stjórnarráð Íslands
Félagsmálaráðuneytið