



Hlýjan

Ráðgjafarþjónusta fyrir ungmennti

*Gunnhildur Gunnarsdóttir, Karítas Lára Rafnkelsdóttir og
Þórdís H. Jónsdóttir*

HVERJAR ERUM VIÐ

Gunnhildur Gunnarsdóttir

BA í uppeldis- og
menntunarfræði
Förstöðumaður í
Fjörheimum félagsmiðstöð
og 88 húsinu ungmennahúsi

Karítas Lára Rafnkelsdóttir

BSc. í sálfræði
MSc. í klínískri sálfræði
Sálfræðingur í FMBT og
geðteymi HSS

Þórdís Halla Jónsdóttir

BSc í sálfræði
Ráðgjafi í Björginni
geðræktarmiðstöð Suðurnesja

UPPHAF

- Hugmyndin að Hlýjunni varð árið 2022 þegar starfsmenn Bjargarinnar og 88 hússins tóku eftir mikilli þörf á lágþröskuldapjónustu fyrir ungmenni í bæjarfélaginu
- Við tók vinna og fundir til að aðlaga úrræðið, finna viðeigandi staðsetningu, ræða við ungmenni o.s.frv.
- Forstöðumaður Fjörheima/88 Hússins, umsjónarmaður Ungmennaráðs og frístundaleiðbeinandi og forstöðumaður Bjargarinnar, Geðræktarmiðstöðvar Suðurnesja hafa verið í nánu samstarfi við vinnu að úrræðinu

MIKILVÆGI ÞJÓNUSTUNNAR

- Blikur eru á lofti þegar kemur að andlegri líðan ungmenna á Íslandi
- Andleg líðan unglinga í 9.–10. bekk mælist verri hér í Reykjanesbæ en á öðrum landsvæðum
- Ungmennaráð Reykjanesbæjar hefur ítrekað kallað eftir aukinni þjónustu sem snýr að andlegri heilsu barna og ungmenna á fundum ráðsins með bæjarstjórn Reykjanesbæjar

MARKMIÐ

FORVARNARGILDI

Að gera þjónustu við börn og ungmenni aðgengilegri og sýnilegri þegar kemur að andlegri heilsu.

ÞJÓNSTUNA Á HEIMASLÓÐUM

Að bjóða ungmendum sem sækja þjónustu í Reykjavík upp á þjónustu í heimabyggð.

SÝNILEGT ÚRRÆÐI

Að gera þjónustu við börn og ungmenni aðgengilegri og sýnilegri þegar kemur að andlegri heilsu.

AUKA VELLÍÐAN

Að bregðast við stöðu andlegrar heilsu ungmenna í Reykjanesbæ

HVERJIR KOMA AÐ ÚRRÆÐINU

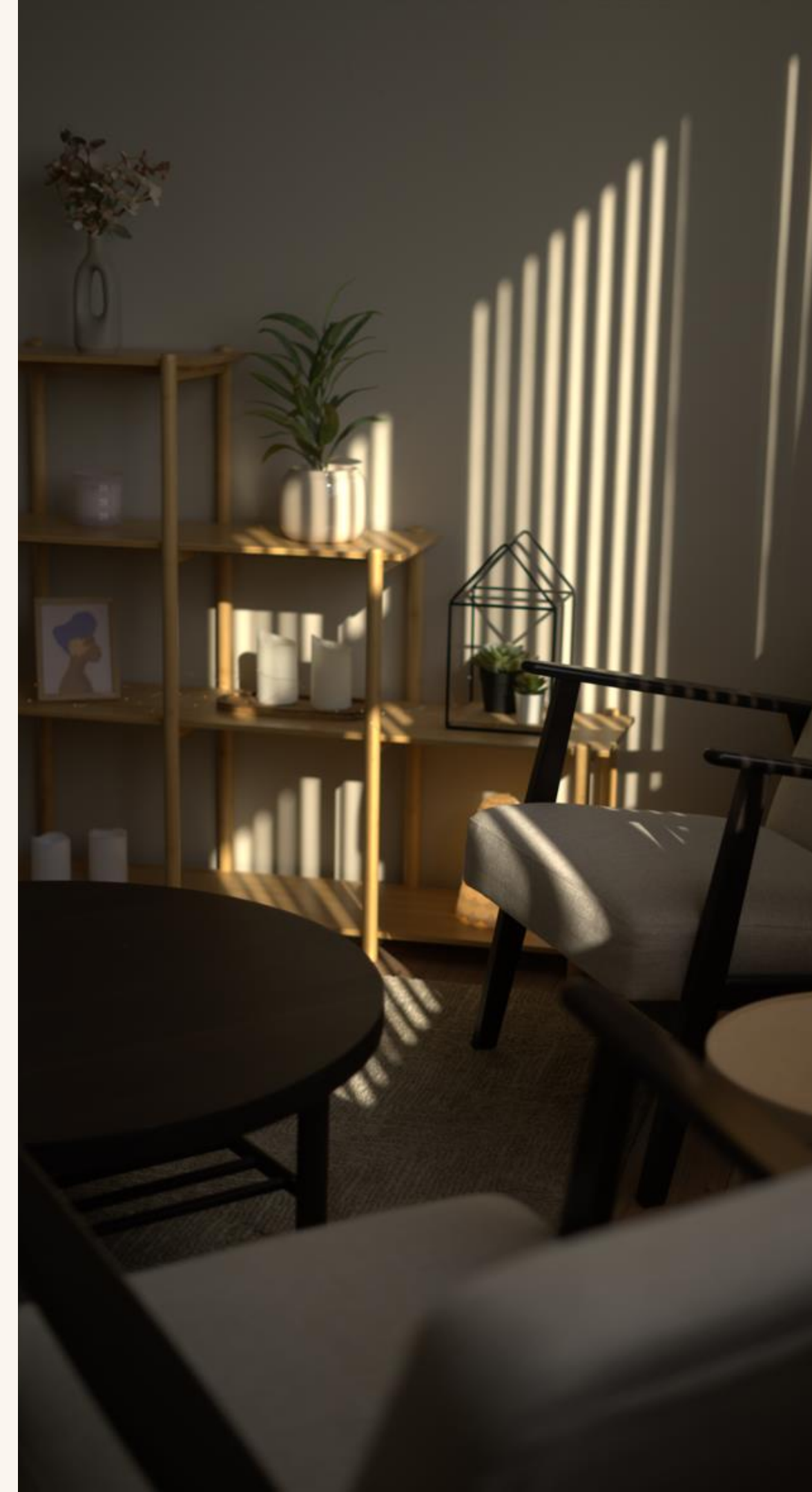
- Díana Hilmarsdóttir, forstöðumaður Bjargarinnar
- Gunnhildur Gunnarsdóttir, forstöðumaður 88 hússins/Fjörheima
- Ólafur Bergur Ólafsson, umsjónarmaður Ungmennaráðs og frístundaleiðbeinandi
- Karítas Lára Rafnkelsdóttir, sálfræðingur í Sálfélagslegri þjónustu HSS
- Þórdís H. Jónsdóttir, ráðgjafi í Björginni

UNDIRBÚNINGUR

- Díana, Gunnhildur og Ólafur Bergur fóru í heimsókn til Bergsins Headspace í lok árs 2024
- Ráðgjafar fóru á Solihull námskeið í mars
- Reglulegir fundir hafa verið haldnir síðan í upphafi árs 2025 til að aðlaga úrræðið

HLÝJAN

- Býður upp á einstaklingsmiðaða ráðgjöf og þjónustu fyrir börn og ungmenni á aldrinum 13 til 18 ára í Reykjanesbæ
- Ungmenni fá viðtal hjá ráðgjafa sem hlustar, veitir stuðning og ráðleggingar við hvers kyns vandamálum, aðstoðar við úrlausnir og/eða hjálpar viðkomandi að komast í viðeigandi úrræði ef þörf er á
- **Hlýjan er fyrir alla**, ekki þarf tilvísun, tengilið eða boð



HLÝJAN

- Viðtöl verða **alla miðvikudaga frá kl. 16:15 – 18:15**, tvö viðtöl á dag
- Viðtalsherbergi er í Tórstundamiðstöð Reykjanesbæjar að Hafnargötu 88
- Þjónustan er ungmennum að kostnaðarlausu

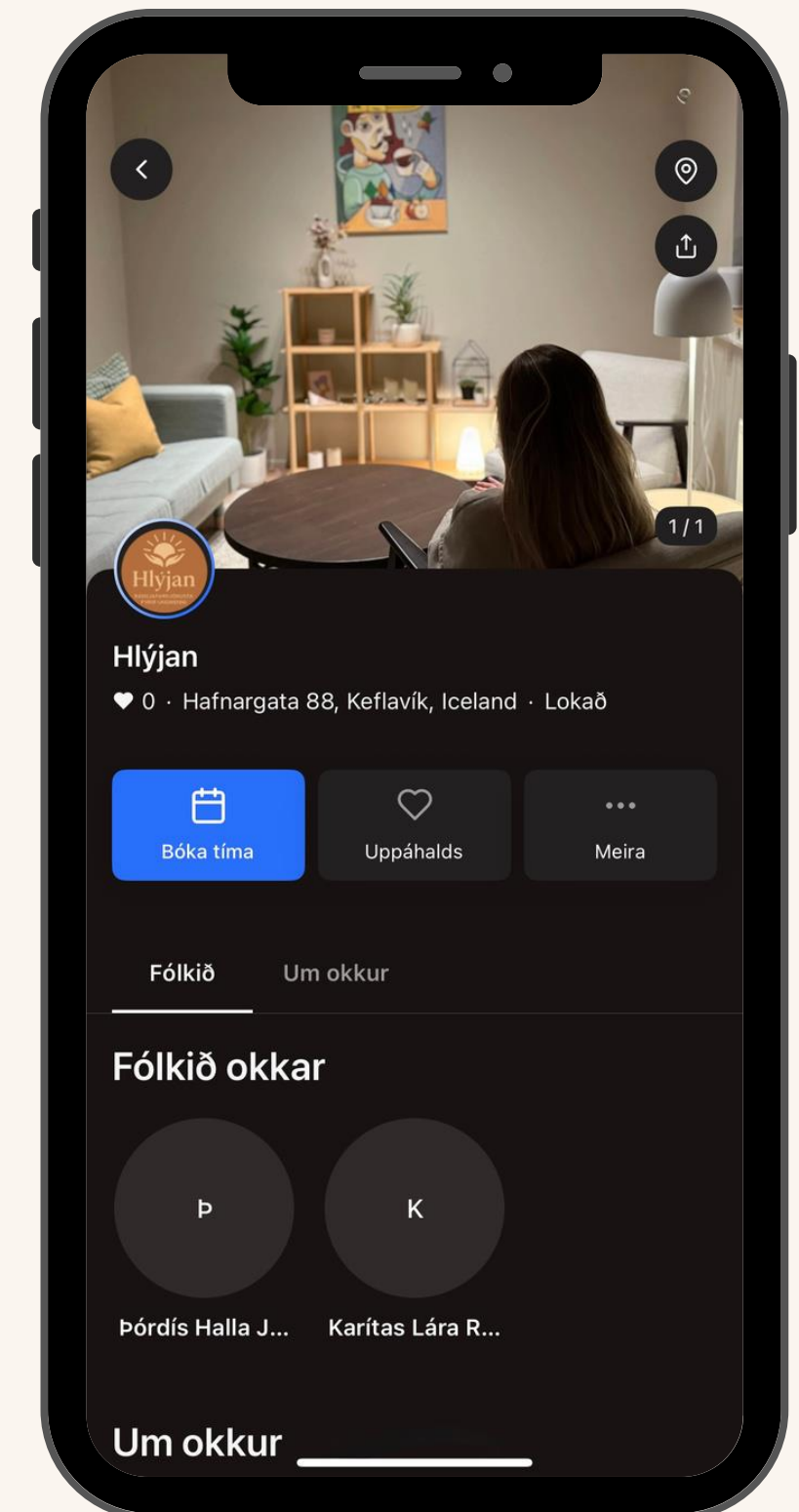


ÚTFÆRSLA

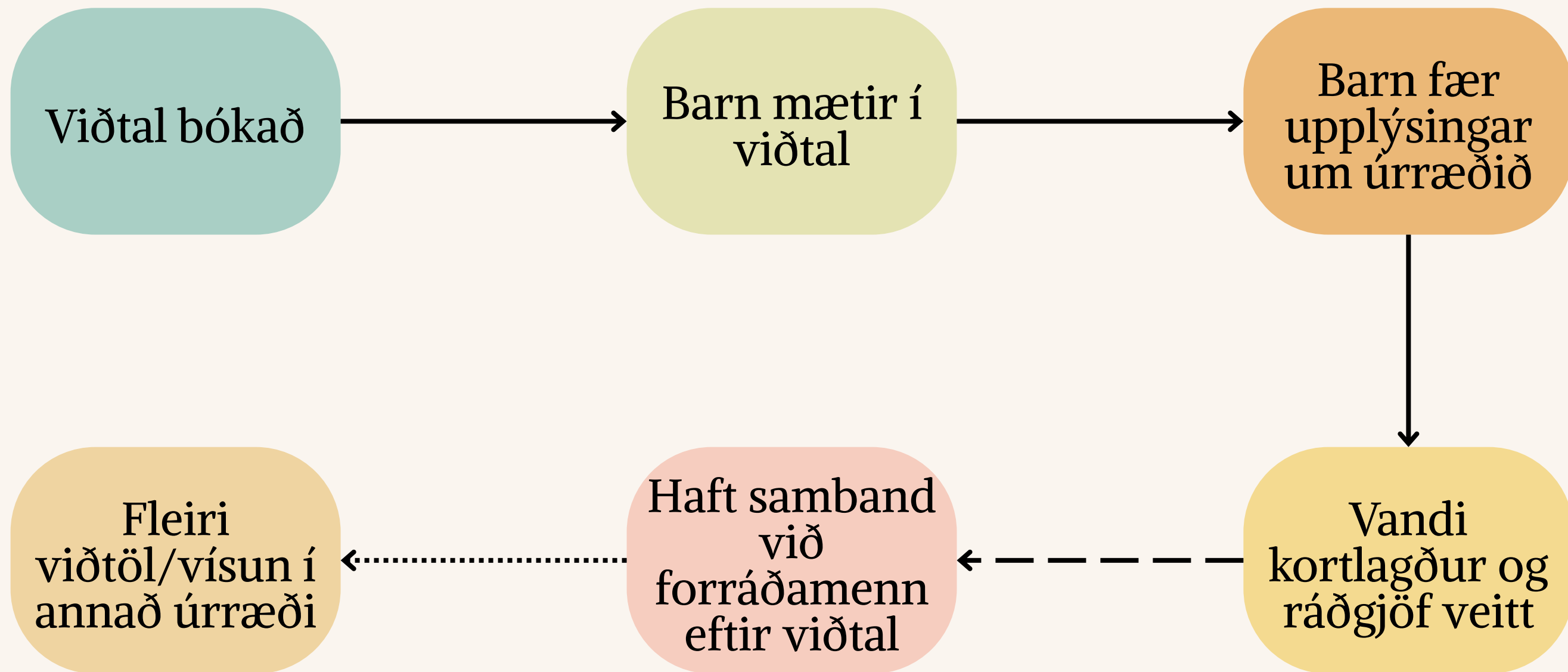
- Engin viðmið verða varðandi fjölda viðtala sem ungmenni geta sótt sér
- Hringt verður í foreldra/forsjáaraðila 15 ára og yngri barna til að upplýsa um að ungmennið hafi leitað til Hlýjunnar
- Rætt er opinskátt við ungmenni í fyrsta viðtali um tilkynningarskyldu til barnaverndar en aldrei er tilkynnt nema ungmennið viti af því
- Í upphafi fær ungmennið upplýsingablað um viðtölin, tilkynningarskyldu og hvert þau geti leitað í bráðatilfellum

UTANUMHALD

- Tímabókanir fara fram í gegnum **NOONA** bókunarkerfi en einnig er hægt að ná á ráðgjafa á staðnum ef tækifæri gefst
- Ráðgjafinn sem tekur viðtali við barn eða ungmanni heldur utan um mál þess, sé þörf á því
- Eftir hvert viðtal skrifar ráðgjafi niður nótur sem geymdar eru í gagnagrunni Reykjanesbæjar
- Fylgt er eftir vísunum í önnur úrræði



Ferlið



Næstu skref

- Ákveða dagsetningu fyrir fyrsta viðtal
- Klára kynningar fyrir krakkana
- Setja inn efni á samfélagsmiðla og vefsíðu
- Fá markaðstjóra Reykjanesbæjar til að fjalla um úrræðið
- Opnunarteiti Hljúnnar

FRAMTÍÐARSÝN

- Náið samstarf við viðeigandi aðila, svo sem Barna- og fjölskylduteymi Reykjanesbæjar, Barnavernd, HSS, skóla, íþróttar- og tómstundastarf
- Handleiðsla ráðgjafa
- Aukin viðvera ráðgjafa
- Viðvera yfir dagvinnutíma
- Að ráðinn yrði málastjóri sem gæti haldið utan um úrræðið
- Aukin reynsla og endurmenntun ráðgjafa



HLÝJAN

Hlýjan er ókeypis
ráðgjafarþjónusta fyrir ungmenni
á aldrinum 13 til 18 ára

MIÐVIKUDAGA 16:15 - 18:15

Hægt er að panta viðtöl á
Noona

BÓKA HÉR



☎ 421-8891

👤 www.hlyjan.is

📍 Hafnargata 88, 230 Reykjanesbær

TAKK
FYRIR
OKKUR



HLYJAN@REYKJANESBAER.IS

WWW.HLYJAN.IS

HAFNARGATA 88