

# 112

EINN EINN TVEIR



MIÐVIKUDAGUR 11. FEBRÚAR 2015

# 112-DAGURINN

er haldinn um land allt í dag



## Þarf ekki að óttast að hringja í 112

Neyðarverðir 112 leitast við að draga fram tiltekna grunnupplýsingar í ákveðinni röð. Neyðarvörðurinn Vilhjálmur Halldórsson fer yfir ferlið.

SÍÐA 2



## Hægt að bregðast strax við

Þýðingarmiklar barnaverndartilkynningar koma í gegnum 112. Þær eru að jafnaði 5-6 prósent af heildarfjölda barnaverndartilkynninga.

SÍÐA 4



## Slysum ungra barna fjölgar

Slysum barna fyrstu fimm æviárin hefur fjölgað, samkvæmt slyskrá Íslands. Langflest slysin verða inni á eða við heimilið.

SÍÐA 4



## Björgunarsveitarfólk framtíðarinnar

54 unglingsdeildir eru starfandi innan Landsbjargar. Meginmarkmið þeirra er að þjálfa upp björgunarsveitarfólk framtíðarinnar.

SÍÐA 6



Slökkviliðsmenn fræða börn í 3. bekk grunnskólanna ár hvert um eldvarnirnar heima fyrir og leyfa þeim svo gjarnan að skoða og prófa búnað slökkviliðsins. Myndin var tekin þegar börn úr Grundaskóla, Brekkubæjarskóla og Heiðarskóla heimsóttu Slökkvilið Akraness og Hvalfjarðarsveitar í haust. SÍÐA 2

MYND/ GUÐNI HANNESSON

# 112-dagurinn – mikilvægt samstarf í almannabágu



**Illugi Gunnarsson**  
mennta- og menningarmálaráðherra

Í dag verður 112-dagurinn haldinn víða um land líkt og undanfarin ár með það að markmiði að kynna neyðarnúmerið einn-einn-tveir og mikilvægi þess.

Hlutverk neyðarnúmersins er að efla öryggi og velferð á Íslandi og því er mikilvægt að allur almenningur, börn sem fullorðnir, geri sér grein fyrir eðli þjónustunnar og kunni að nota hana rétt. Neyðarnúmerið er hvort tveggja neyðarnúmer sem skal hringja í þegar slys ber að höndum og númer sem gegnir mikilvægu velferðarhlutverki í þágu barna. Sé grunur um að börn búi við óviðeigandi uppeldisaðstæður

ber að tilkynna um slíkt í gegnum númerið 112.

Öll viljum við búa við öryggi og velferð. Við sem eldri erum berum þá samfélagslegu ábyrgð að finna leiðir til að tryggja sem best öryggi þeirra sem yngri eru, m.a. með því að stuðla að aukinni hæfni þeirra til að takast á við daglegt líf. Skólasamfélagið er góður vettvangur til að miðla fræðslu um mikilvægi þess að hafa sameiginlegt öryggisnet sem 112 neyðarnúmerið er og hefur mennta- og menningarmálaráðuneytið átt í góðu samstarfi við forsvaradila 112-dagsins undanfarin ár um framkvæmd dagsins. Ráðuneytið hefur nýlega

gefið út rafrænar handbækur um öryggi og velferð barna í leik- og grunnskólum þar sem m.a. er fjallað um neyðarnúmerið 112.

Í ár verður sjónum sérstaklega beint að börnum og ungmennum, öryggi þeirra og velferð. Markmiðið er að vekja athygli á því víðtæka öryggis- og velferðarkerfi sem börn og ungmenni hafa aðgang að í gegnum neyðarnúmerið 112 og að benda á mikilvægi þess að þau stuðli að eigin öryggi og annarra, meðal annars með þekkingu á neyðarnúmerinu, skyndihjálpi og slysavörnum.

Ég hef hvatt skóla til að nýta þennan dag til að beina

kastljósinu að öryggis- og velferðarmálum nemenda eftir því sem tók eru á. Skólum ber að vinna að því að auka vitund nemenda um borgaralega ábyrgð og skyldur, um líkamlega og andlega velferð, og ábyrga umgengni við líf og umhverfi. Með því að tengja námið við daglegt líf og starfsvettvang er unnt að efla læsi nemenda á umhverfi sitt og að þeir læri að bregðast við ólíkum aðstæðum.

Vinnum saman að því að kynna neyðarnúmerið 112 sem víðast og oftast til að allir viti að það á að hringja í 112 þegar upp koma áföll þar sem velferð og öryggi einhvers er í húfi.

## • 112-DAGURINN – ÖRYGGI OG VELFERÐ BARNNA OG UNGMENNA

### 112-dagurinn hefur verið haldinn hér á landi samfleytt frá árinu 2005 og er því haldinn í ellefta sinn í dag.

Að þessu sinni er áhersla lögð á öryggi og velferð barna og ungmenna. 112-dagurinn er ævinlega haldinn 11. febrúar (11.2.) Hann er samstarfsverkefni Neyðarlínunnar og fjölda aðila sem tengjast neyðarnúmerinu með ýmsum hætti.

### Þeir eru:

Barnaverndarstofa, Embætti landlæknis, Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins, Landhelgisgæslan, Landspítalinn, Landssamband slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna, Mannvirkjastofnun, Rauði krossinn,

Ríkislögreglustjóri, Slysavarnafélagið Landsbjörg, Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins og Vegagerðin.

112 er samræmt neyðarnúmer Evrópu og er dagurinn haldinn víða um álfuna til að minna á að aðeins þarf að kunna þetta einfalda númer til þess að fá aðstoð í neyð.

Markmiðið með 112-deginum er að kynna neyðarnúmerið 112 og starfsemi aðilanna sem tengjast því, efla vitund fólks um mikilvægi þessarar starfsemi og hvernig hún nýtist almenningi. Markmið dagsins er enn fremur að efla samstöðu og samkennd þeirra sem starfa að forvörnum, björgun og almannavörnum og undirstrika mikilvægi samstarfs þeirra og samhæfingar.

# 11.2

EINN EINN TVEIR  
dagurinn





## Að hringja í 112

**Vilhjálmur Halldórsson** neyðarvörður  
 Það þarf enginn að óttast það að hringja í 112 ef á þarf að halda. Neyðarvörður leiðir innhringjanda í gegnum símtalið með því að veita viðeigandi leiðbeiningar og spyrja einfaldra spurninga. Það er gert til þess að meta hvernig viðbragð þarf að boða, hvað mikið, hversu hratt (á hvaða forgangi) og til að viðbragðsaðilar fái sem besta útkallsýsingu á leið á vettvang.

Verkferill neyðarvarða er eins í upphafi allra símtala og því leitast þeir við að draga fram tilteknar grunnupplýsingar í ákveðinni röð og er áætlað fyrir innhringjendur að hafa það í huga. Fyrst er spurt um vettvang, það er hvert á að senda hjálpinna, og getur það verið sem dæmi heimilisfang, örnefni, sumarbústaðarnúmer, GPS-hnit eða gatnamót. Næst er spurt nánar um vettvanginn ef þörf er á, til dæmis íbúðarnúmer ef um fjölbýlishús er að ræða, heiti fyrirtækis, aðkomulýsingu, kennileiti eða nafn á bjöllu. Loks er innhringjandi spurður að nafni. Þetta ferli tekur alla jafna aðeins örfáar sekúndur og þá er komið að því að innhringjandi lýsi erindi sínu í stuttu og hnitmiðuðu máli. Mikilvægt er að fara ekki of mikið í smáatriði á þessu stigi símtalsins til að tefja ekki greiningu málsins og boðun viðbragðs. Nægur tími gefst til þess síðar í símtalinu.

Út frá þessum upplýsingum velur neyðarvörður viðeigandi verkferil og spyr nokkurra spurninga í viðbót sem eiga við það tilfelli og gefur í lokin leiðbeiningar um hvað skuli gera þangað til hjálpin berst. Eftir atvikum er símtalið flutt áfram á annan aðila, til dæmis lögreglu eða bakvakt barnaverndar ef erindið er barnaverndarmál sem ekki þolir bið. Í sumum tilfellum er símtali ekki slitið fyrr en hjálpin er komin á staðinn.

Útgangspunkturinn er að sá sem þarf á aðstoð að halda fái sem besta þjónustu á sem skemmstum tíma. Mikilvægt er að gera sér grein fyrir því að um leið og neyðarvörður greinir alvarleika málsins getur hann boðað viðeigandi viðbragðsaðila með einum músarsmelli þótt hann haldi áfram að afla upplýsinga frá innhringjanda.

Oft er fólk í vafa um hvort það á að hringja eða ekki og byrjar jafnvel á að taka fram að ekki sé um neyðartilvik að ræða. Það er í raun óþarfi. Ef þig vantar aðstoð viðbragðsaðila þá hringir þú í 112. Hægt er að hringja í þjónustusíma lögreglustöðva um allt land til að fá upplýsingar og ráðleggingar ef ekki er um að ræða útkall. Í stuttu máli: Hringdu þótt þú sért í vafa.

● 112-BLAÐIÐ, 11. FEBRÚAR 2015  
**Útgefandi:** Neyðarlínan ohf., Skógarhlíð 14, 105 Reykjavík, sími 570 2000.  
**Ábyrgðarmaður:** Tómas Gíslason. **Umsjón:** Garðar H. Guðjónsson.  
 Blaðið er gefið út í tilefni af 112-deginum. Að honum standa: 112, Barnaverndarstofa, Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins, Landhelgisgæslan, Embætti landlæknis, Landspítalinn, Landsamband slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna, Mannvirkjastofnun, Rauði krossinn, Ríkislögreglustjórnin, Slysavarnafélagið Landsbjörg og Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins.

# Börnin eru áhugasöm um slysavarnir

Á 112 daginn, þann 11. febrúar eða þar um kring, hafa börn í fjórðu bekkjum grunnskóla landsins fengið fræðslu um slysavarnir.

Heilsuvernd skólalabarna er starfrækt í öllum skólum landsins og eru það skólahjúkrunarfræðingar sem sinna henni að mestu. Markmið heilsuverndar skólalabarna er að efla heilbrigði nemenda og stuðla að vellíðan þeirra. Fræðsla og heilsuefning er því stór þáttur í starfinu. Fræðslan er samræmd um allt land og bjóða skólahjúkrunarfræðingar meðal annars upp á fræðslu um holla næringu, hreyfingu, hvíld, hreinlæti, geðheilbrigði og slysavarnir svo eitthvað sé nefnt.

Undanfarin ár hefur verið fræðsla um slysavarnir fyrir fjórða bekk grunnskóla á vegum heilsuverndar skólalabarna en það er starfsemi heilsugæslunnar innan skólanna. „Um 3.100 börn, eða áttatíu prósent barna í fjórða bekk fengu þessa fræðslu viðs vegar um landið í fyrra,“ segir Ragnheiður Ósk Erlendsdóttir, sviðsstjóri skólaheilsugæslu hjá þróunarsviði Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins.

„Fræðslan snýst um það að börn þekki helstu slysaáættingar á skólalóðinni og í nánasta umhverfi, að þau viti hver eru fyrstu viðbrögð við slysum, læri að nota leiktæki rétt og læri að nota hiltæki rétt. Eins að þau varist öryggisþúða í framsætum. Krakkarnir eru mjög áhugasamir í þessari fræðslu og þau eru



Fræðslan snýst um það að börn þekki helstu slysaáættingar á skólalóðinni og í nánasta umhverfi.

áköf í að deila með okkur sögum úr fjölskyldunni sem tengjast slysum og 112 númerinu og það skapast oft mjög fjórugar umræður.“

Ragnheiður segir börn yfirleitt vera vel meðvituð um 112 númerið sem slysa- eða neyðarnúmer en það sé einnig mikilvægt að halda opinni umræðunni um 112 númerið sem barnanúmerið á Íslandi. „Það þýðir að ef þau búa við eða þekkja einhvern sem býr við vanhírðu, áreitni og/eða ofbeldi, þá geta þau hringt í 112 og fengið viðeigandi aðstoð.“

Hún bætir við að það sé álítmál hversu mikla skyndihjálpi eigi að kenna börnum. „Það er þó nauðsynlegt að kenna þeim hvernig þau eiga að bregðast við og það er að kalla á fullorönn eða hringja í 112 til að fá hjálpi. Einnig er mikilvægt fyrir þau að þekkja skyndihjálpi við bruna, höfuðhöggum og tannslýsum þar sem þetta eru áverkar þar sem einföld atriði geta komið í veg fyrir frekari skaða. Þetta eru allt atriði sem rík áhersla er lögð á í fræðslunni.“

## Hundrað þúsund manns fengið fræðslu hjá LSS

Slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn halda upp á 112 daginn með því að veita 32 börnum um allt land viðurkenningu fyrir rétt svör í eldvarnagetraun.

Þetta er lokapunkturinn í árlegu eldvarnaátaki okkar,“ segir Valdimar Leó Friðriksson, framkvæmdastjóri LSS. „Í nóvember fara slökkviliðsmenn í alla þriðju bekk grunnskólanna og fræða börnin um eldvarnir. Þau kynnastr jafnframt slökkviliðsmönnum, hlífðarfatnaði þeirra og tækjabúnaði.“

Börnin fá afhenta sögu um Loga og Glóð. „Sagan er miðuð við átta ára börn og í textanum kemur fram allt það sem börnin þurfa að vita til að geta leyst Eldvarnagetraunina sem fylgir með sögunni. Þau vinna verkefnið í samvinnu við foreldra og þannig breiðist fræðslan inn á 4.500 heimili ár hvert,“ útskýrir Valdimar.

Átakið byrjaði fyrir 22 árum, þannig að rúmlega hundrað þúsund manns á aldrinum níu til 32 ára hafa fengið þessa fræðslu hjá LSS. „Í skólaheimsóknunum kennum við jafnframt kennurum að



Reynslan sýnir okkur að eldvarnafræðsla til barna skilar sér inn á heimili þeirra.

slökkva eld með handslökkvitæki. Átakið byrjaði fyrir 22 árum, þannig að rúmlega hundrað þúsund manns á aldrinum níu til 32 ára hafa fengið þessa fræðslu hjá LSS. „Í skólaheimsóknunum kennum við jafnframt kennurum að

fyrir leggja þeir megináherslu á að reynslan sýnir okkur að eldvarnafræðsla til barna skilar sér inn á heimili þeirra.“ Slökkviliðs- og sjúkraflutningamenn leggja áherslu á að allir til-einki sér grunnatriði eldvarna. Sem

# Börnin eru mikilvægasta fólkið



Mikilvægasta fólkið verðskuldar mesta öryggið. Í PATRULL línunni er úrval vara sem gera heimilið öruggara fyrir yngstu fjölskyldumeðlimina, enda gerast flest slys á börnum innan veggja heimilisins. Með PATRULL KLÄMMA öryggishliðinu getur þú auðveldlega stúkað af svæði fyrir barnið með því að festa hliðið upp á milli tveggja dyrakarma og það hentar bæði fyrir hurða- og stigaop. Skoðaðu fleiri öryggisvörur fyrir börn á [www.IKEA.is](http://www.IKEA.is)

**8.900,-**  
 PATRULL KLÄMMA öryggishlið  
 Með viðbótareiningu B6,5-13cm  
 B73-87, H73cm. Hvítt



Verslun opin 11-21 alla daga - Veitingastaður opin 9:30-20:30 - [www.IKEA.is](http://www.IKEA.is)







Langflest slys verða inni á eða við heimilið enda er mestum tíma barnanna varið þar.

## Börnin geta sjálf valdið slysum

Dagbjört H. Kristinsdóttir  
Slysavarnafélagið  
Landsbjörg

**Langflest slysin verða inni á eða við heimilin enda er mestum tíma barnanna varið þar.**

Samkvæmt tölum frá Slysaskrá Íslands hefur slysum barna fyrstu fimm æviárin fjölgað og drengir slasast oftar en stúlkur. Langflest slysin verða inni á eða við heimilið enda er mestum tíma barnanna varið þar. Foreldrar og forráðamenn þurfa því að vera á tánun alla daga en það getur létt lífið að fara yfir umhverfi barnanna og gera ráðstafanir sem varna slysum.

Fall er ein af algengustu orsökum slysa á börnum. Það þarf ekki hátt fall til að barn beinbrotni eða hljóti höfuðáverka. Aldrei skal fara frá barni sem liggur á skiptiborði og hljó fyrir stiga eru nauðsynleg á heimilum ungra barna. Ekki ætti að þurfa að minnast á öryggislaesingar á gluggum. Hlifar á hvöss horn húsgagna og innréttinga hafa bjargað mörgum litlum kollinum frá áverkum og koma má í veg fyrir klemmda putta með frauðplasti á hurðum. Lyf, uppþvottaefni og þvottaefni á að geyma í læstum skápum sem eru það hátt að börn geti alls ekki komst í þau.

Gera þarf sérstakar ráðstafanir varðandi „heita bletti“ á heimilinu, þ.e. við eldavél, strauaðstöðu og þar sem heitt vatn er til staðar. Vatnið er þó ekki bara hættulegt heitt. Sé barn

baðað eða óvarinn heitur pottur í nágrenninu þarf ávallt einhver fullorðinn að vera viðstaddur. Ung börn geta druknað í grunnu vatni og munum að drukkun er hljólát.

Leikföng vilja rata upp í litla munna og því þarf að ganga úr skugga um að þau henti aldri og þroska barnsins til að koma í veg fyrir köfnun. Aðrir smáhlutir eins og smátt sælgæti, hnetur og ísmolar geta auðveldlega staðið illa í börnum og plastumbúðir eru lífshættulegar.

Því miður hafa alvarleg slys orðið þar sem fatnaður barna hefur verið barninu hættulegur. Hálmál, hettur, treflar eða reimar geta fest í leiktækjum og valdið köfnun. Einnig eru nokkur dæmi um það að börn hafi nánast hengt sig í gardínusúrum. Því þarf að henga þær upp þar sem börn ná ekki í þær. Gætum vel að ungunum okkar, þeir eru það dýrætasta sem við eigum.

## Viðbragðskeðjan virkar þegar velferð barns er í húfi

Starfsfólk barnaverndarnefnda er til staðar allan sólarhringinn til að bregðast við ef velferð barns er í húfi. Frá árinu 2004 hefur Neyðarlínan 112 tekið á móti tilkynningum til barnaverndarnefnda. Rúmlega 10 ára reynsla er því komin á þetta fyrirkomulag.

Starfsfólk 112 hefur fengið þjálfun í að greina þau erindi sem berast. „Í þeim tilfellum þar sem nauðsynlegt er að grípa strax til aðgerða vegna aðstæðna barns er erindinu þegar vísað til starfsfólks barnaverndarnefndar viðkom-

andi sveitarfélags, annars er send skýrsla um símtalið næsta virka dag. Þegar grunur er um yfirvofandi ofbeldi er lögreglu einnig gert viðvart sem mætir á staðinn ásamt starfsfólki barnaverndarnefnda.“ Útskýrir Steinunn Bergmann, félagsráðgjafi hjá Barnaverndarstofu. Hún segir líka koma fyrir að börn hringi í 112 vegna ofbeldis, hvort heldur um er að ræða heimilisofbeldi, líkamlegt ofbeldi eða kynferðislegt ofbeldi.

Steinunn segir þá stöðu geta komið upp að barn er vistað utan

heimilis í kjölfar aðkomu lögreglu og starfsfólks barnaverndarnefndar. „Byrjað er á því að athuga hvort barn geti dvalið hjá ættingjum eða öðrum tengdum aðilum. Annars er leitað til heimila á vegum barnaverndarnefnda. Aðstæður barns eru kannaðar í kjölfarið á grundvelli barnaverndarlaga nr. 80/2002 og frekari úrræðum beitt eftir atvikum. Ef málið þarfnast einnig aðkomu lögreglu, s.s. ef grunur er um ofbeldi gagnvart barni fer jafnframt af stað lögreglurannsókn. Ef þörf er á vistun barns

utan heimilis er leitast við að takmarka þann tíma eins og kostur er og foreldrar jafnframt aðstoðir við að bæta aðstæður á heimili svo barn geti snúið aftur heim. Það getur þó komið upp sú staða að barn á ekki afturkvæmt á heimili sitt og er ráðstafað í fóstur til sjálfræðisaldurs.“

Svona virkar að sögn Steinunnar viðbragðskeðja sem hefur það hlutverk að tryggja öryggi barna. „112 er barnanúmerið á Íslandi og það er mikilvægt að kynna það fyrir börnum og fullorðnum.“



Starfsfólk barnaverndarnefnda er, að sögn Steinunnar, til taks allan sólarhringinn.

## Þýðingarmiklar tilkynningar til 112

112 hóf að taka við barnaverndartilkynningum í ársbyrjun 2004, eða fyrir rétt rúmum tíu árum. Tilgangurinn var að greiða fyrir því að almenningur gæti fullnægt tilkynningaskyldu sinni og að gera fólki auðveldara að koma á framfæri ábendingum og upplýsingum – tafarlaust. Samstarf 112 og barnaverndarnefnda hefur reynst afar vel og er fyrirmynd annarra þjóða í Evrópu.



Fimm til sex prósent af heildarfjölda barnaverndartilkynninga hafa að jafnaði komið í gegnum 112 á ári hverju frá því samstarf 112 og barnaverndarnefnda hófst fyrir rúmum tíu árum.

frá upphafi samstarfsins. 4.800 þeirra hafa greinst sem barnaverndarmál. Meirihluti tilkynninga kemur eftir sem áður frá lögreglu og þeim stofnunum þar sem börn dvelja.

„Þótt hlutfallið sé ekki hátt eru þetta engu að síður afar þýðingarmiklar tilkynningar. Sumar þeirra fengjum við jafnvel ekki inn á borð.“

stæðinn á meðan aðstæður eru augljósar,“ útskýrir Bragi. Hann segir einnig koma mikilvægar tilkynningar frá börnunum sjálfum í gegnum 112 og sömuleiðis frá foreldrum sem eiga börn í vanda.

Bragi er ánægður með hvernig samstarfið hefur tekið og hefur það orðið fyrirmynd annarra þjóða í Evrópu. „Við erum fyrst til verði úr frekari aðgerðum. Glugginn er bara opin á þessu tiltekna augnabliki og mikilvægt að koma barninu til hjálpar þá og fara á

Samstarfið er einkum og sér í lagi hugsað fyrir tilvik utan daglegs vinnutíma því barnaverndarnefndir starfa eins og aðrar stofnanir að degi til. Með því að hringja í 112 er hins vegar hægt að tilkynna til barnaverndar,“ útskýrir Bragi Guðbrandsson, forstjóri Barnaverndarstofu. „Áður gat það vafist fyrir fólki hvert það átti að hringja utan hefðbundins vinnutíma. Þá var haft samband við lögreglu en málin eru ekki alltaf þess eðlis að það þyki rétt að blanda lögreglu í þau.“

Bragi segir enda mjög mikilvægt að gera skýran greinarmun á barnaverndartilkynningu og kæru til lögreglu. „Kæra er upphaf að sakamáli þegar einhver er grunaður um refsiverða háttsemi en í barnaverndartilkynningu felst aðeins beiðni um að hagir og aðstæður barns séu skoðaðar með tilliti til þess hvort tilefni sé að koma til hjálpar. Fólk ætti óhikað að geta tilkynnt til barnaverndarnefnda þegar það hefur áhyggjur af umönnun, heilsu eða velferð barns án þess að það þurfi að þýða upphaf að sakamáli.“

Bragi segir tilganginn með samstarfinu við 112 ekki síður hafa verið að koma á einu númeri yfir allt landið. „Það hafði mjög mikla þýðingu því á þeim tíma sem samstarfið hófst skipti fjöldi barnaverndarnefnda í landinu tugum og gerir enn. Það fór því eftir því hvar fólk bjó hvert það átti að hringja og það gat verið svolið flóki að finna úr því. Nú þarf bara að hringja í eitt númer.“

Fimm til sex prósent af heildarfjölda barnaverndartilkynninga hafa að jafnaði komið í gegnum 112 á ári hverju. Þær eru tæplega 5.200

ÞVOTTAEFNI | HREINLÆTISVÖRUR | HÚÐVÖRUR | ANDLITSLÍNA | BARNAVÖRUR

## VIÐKVÆM HÚÐ? PRÓFAÐU ALLA LÍNUNA...

...fyrir heimilið, fjölskylduna og þig.

Neutral er sérstaklega þróað fyrir viðkvæma húð og inniheldur engin ilmfni, litarefni eða paraben – þannig hjálpar Neutral þér að vernda húð allra í fjölskyldunni.

Skoðaðu allar Neutral vörurnar í næstu verslun eða kaktu á [Neutral.is](http://Neutral.is)

ASTMA- OG OFNÆMISFÉLAG ÍSLANDS  
MÆLIR MEÐ VÖRUM FRÁ NEUTRAL

# Neutral®





Sífeltil fleiri börn koma með bangsann sinn til aðhlyningar á barnaspítala Hringins. MYNDIERNIR

## Veikir bangsar fá lækningu

Einu sinni á ári er boðið upp á sérstakan bangsaday á barnaspítala Hringins. Þá koma leikskólabörn með bangsann sinn til aðhlyningar en það er Lýðheilsufélag læknanema sem sér um daginn.

rætt sé við börnin en ekki foreldra," segir Anna Kristín, en það eru læknanemar á fyrsta ári sem taka á móti börnunum. Um leið fá læknanemarnir þjálfun í samræðu með börnunum.

„Börnin fá að skoða líffæradúkku og lækningarnar bendir þeim á hvað líffærin heita, einnig skoða þau röntgentæki og svo er auðvitað mikilvægt að bangsinn fái plástur," segir Anna Kristín.

„Það er gaman að sjá hversu vinsæll þessi dagur er. Við höfum veit því fyrir okkur hvort þörf sé á fleiri bangsadögum. Við höfum verið með bangsaday á Selfossi á vorin og höfum rætt um að vera með fleiri slíka daga á heilbrigðisstofnunum úti á landi. Auk þess langar okkur að bjóða upp á heimsóknir á leikskóla. Það er gaman að sjá hvað börnin lifa sig inn í þetta hlutverk og flest koma frá lækningum með bros á vör.“

Anna Kristín Gunnarsdóttir, formaður félagsins, segir að sífeltil fleiri börn komi með bangsann sinn. „Síðast var algjör sprenging þegar hátt í eitt þúsund börn mættu," segir hún.

„Markmiðið með þessum degi er fyrst og fremst að draga úr hræðslu barna við heilbrigðisstarfsfólk. Börnin eiga að upplifa spítalann á jákvæðan hátt. Þau fá tækifæri til að tjá sig við lækni og segja hvað ami að bangsanum. Það er mikilvægt að



„Þetta er mjög gefandi og skemmtilegt starf í góðum félagsskap," segir Katrín Lóa Sigurðardóttir, meðlimur Hafbjargar í Grindavík sem hér er önnur frá hægri. MYND/UR EINKASAFNI

## Fjölbreytt starf og skemmtilegir félagar

Innan Landsbjargar eru starfandi 54 unglingsdeildir um allt land. Þær eru að öllu jöfnu ætlaðar unglimum á aldrinum 13-18 ára og þar fer fram öflugt starf með það meginmarkmið að þjálfa upp björgunarsveitarfólk framtíðarinnar.

Allar unglingsdeildir innan Slysavarnafélagsins Landsbjargar eru starfræktar sem einingar innan björgunarsveita. Björgunarsveitin Þorbjörn er staðsett í Grindavík og þar hefur unglingsdeildin Hafbjörg verið starfrækt síðan árið 1992 þegar hún var stofnuð af félagum björgunarsveitarinnar og 56 unglimum.

Einn meðlima Hafbjargar er Katrín Lóa Sigurðardóttir en hún hefur verið meðlimur deildarinnar í rúm tvö ár. Hún segir starf deildarinnar mjög fjölbreytt og skemmtilegt og eiga erindi við flesta unglunga. „Meðlimir Þorbjörns voru með kynningu í skólanum okkar

og þetta leit út fyrir að vera mjög spennandi starfsemi. Ég hafði líka áður kynnst starfsemi gegnum eldri vini mína og svo var þabbi einnig meðlimur í sjöbjörgunarsveitinni í Grindavík áður fyrr.“

Deildin fundar yfirleitt vikulega þar sem meðlimir fá meðal annars kynningu á og kennslu í hinum ýmsu þáttum björgunarsveitarinnar, til dæmis ferðamennsku, rötun, kortalestri, fjallamennsku, sigi, fyrstu hjálp, leitartækni og ýmsu öðru. „Stundum eru æfingar í ofangreindum þáttum og við tökum þátt í æfingum björgunarsveita þar sem við leikum slasað fólk sem þarf á aðstoð að halda.“

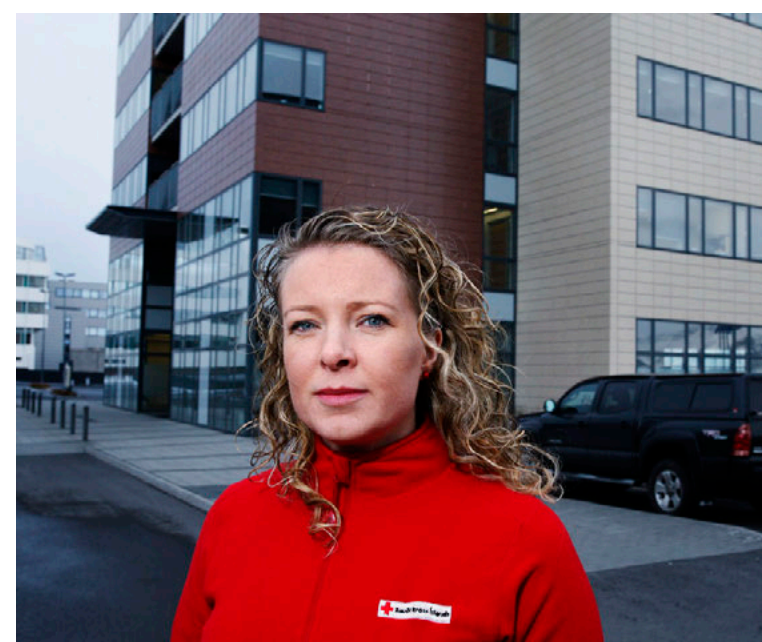
Auk reglulegra funda fer hópurinn í ýmsar skemmtilegar ferðir, tjaldútilegur og á landsmót fyrir unglingsdeildir. „Bráðum verður til dæmis slöngubátanámsskið þar sem við megum taka þátt og síðan fáum við að mæta á fyrstu fundina með Þorbirni síðar á árinu. Við förum bæði í dags- og helgarferðir og heimsækjum viðbragðsaðila, svo sem lögreglu, slökkvilið eða Neyðarlínuna. Svo heimsækjum við líka aðrar unglingsdeildir þar sem



Auk reglulegra funda fer hópurinn í ýmsar skemmtilegar ferðir, tjaldútilegur og á landsmót fyrir unglingsdeildir. MYND/UR EINKASAFNI

það er töluvert samstarf milli unglingsdeilda landsins.“

Sjálf stefnir Katrín Lóa á að starfa innan Þorbjörns þegar hún verður eldri. „Þetta er mjög gefandi og skemmtilegt starf í góðum félagsskap. Ég hef einnig mikinn áhuga á að taka þátt í starfi unglingsdeildarinnar þegar ég verð eldri og starfa þá sem umsjónarmaður. Nú þegar hef ég farið á nokkra fundi sem aðstoðarum- sjónarmaður hjá yngri unglingsdeild okkar og hefur það verið mjög skemmtilegt.“



Rauði krossinn hefur boðið öllum grunnskólum landsins kennslu í skyndihjálpi. Um 35.000 nemendur hafa fengið kennslu og stendur verkefnið enn yfir.

## Áhugasöm og námsfús

Rauði krossinn hefur undanfarið ár heimsótt grunnskóla landsins og kennt skyndihjálpi. Gunnhildur Sveinsdóttir heldur utan um verkefnið.

Við lögðum sérstaka áherslu á að ná til allra aldurhópa og allra landsmanna á þessu 90 ára afmælisári Rauða krossins og buðum öllum grunnskólum landsins kennslu í skyndihjálpi," útskýrir Gunnhildur.

Alls eru skólarnir 170 og á bilinu 42 til 43 þúsund nemendur sem sækja þá. Tvö hundruð sjálfboðaliðar buðu sig fram í verkefnið og

hafa þegar heimsótt 135 skóla. Um 35.000 grunnskólanemendur hafa því fengið kennslu í skyndihjálpi en farið var yfir endurlífing, losun aðskotahluta úr öndunarvegi, stöðvun á blæðingu og kælingu á bruna.

Gunnhildur segir verkefnið umfangsmikið en fræðslu í skyndihjálpi þurfi stöðugt að halda á lofti. „Þetta er risavaxið verkefni sem stendur enn yfir en áætlað er að því ljúki fyrir lok febrúar. Skyndihjálpi er þekking sem þarf að kynna snemma til að hún verði okkur töm. Það þarf einnig að fara oft yfir þessa hluti á ævinni en á skyndihjálpi þarf fólk að halda í erfiðum og stressandi aðstæðum. Við viljum að krakkar kynnist þessu á grunn-

skólastigi, aftur á framhaldsskólalagstigi og svo þegar þau fara út í atvinnulífið," útskýrir Gunnhildur.

„Á fimm ára fresti verða breytingar sem miða við nýjustu rannsóknir á þessu sviði. En þekkingin er þó aldrei úrelt í sjálfa sér ef hægt er að nýta sér 112 og taka leiðsögn í gegnum síma. Mikilvægasta atriðið er að skipta sér af, vera tilbúinn til að aðstoða og hringja í 112.“

Gunnhildur segir verkefnið hafa mælst vel fyrir og sjálfbodaliðarnir hafi fengið góðar móttökur í skólanum. „Okkur var alls staðar vel tekið. Krakkarnir eru áhugasamir á þessum aldri og mjög fróðleiksfúsir um þessi mál.“



Nyátum  
lífsins





## Börn eru hrein og bein

Börn sem hringja í 112 í neyðartilfellum standa sig iðulega afar vel, svara spurningum neyðarvarða skilmerkilega og lýsa því sem fyrir augu ber án þess að lesa meira út úr aðstæðunum sem oft er hjálplegt.

Elva Björk Björnsdóttir, varðstjóri hjá 112, segir einn stærsta kostinn við börn vera hversu einlæg þau séu. „Þau svara öllu hreint og beint. Þegar maður biður þau um að lýsa einhverju þá lýsa þau því sem þau sjá en eru ekki að reyna að túlka eða lesa í hlutina eins og fullorðnum er tamt.“

Elva Björk segir krakka einnig síður líklegri til að fyllast skelfingu. „Þau verða vissulega hrædd við aðstæðurnar og fara að gráta en þau missa ekki oft tókin. Ástæðan er líklega sú að þau gera sér oft ekki grein fyrir alvarleika mála.“

Elva Björk Björnsdóttir segir börn standa sig afar vel þegar þau hringja í 112.  
MYND/VALLI



### ● NÝLEG DÆMI UM BÖRN SEM HAFU HRINGT Í 112

● **Ung stúlka, undir tíu ára aldri, hringdi.** Hún hafði verið að rista sér brauð heima með vinkonu sinni og það fór að rjúka úr brauðristinni. Henni var leiðbeint að fara út enda húsið að fyllast af reyk. Hún var með grátstafinn í kverkunum og með áhyggjur yfir því að pabbi sinn yrði reiður. Hún svaraði hins vegar öllum spurningum okkar, lýsti litnum á reyknum og talaði við okkur þangað til slökkviliðið mætti. Hún stóð sig afar vel.

● **Stelpa, um níu ára gömul, hringdi.** Frændi hennar hafði verið að passa hana og systkini hennar en fékk flogakast. Hún hringdi strax í 112, var mjög skýr og lýsti aðstæðum vel. Hún gat sagt hvar hún ætti heima og lýsti því sem hún sá skilmerkilega meðan hann var í kastinu. Þegar hann fór að vakna til meðvitundar vildum við kanna meðvitundarstig hans og létum stúlkuna spyrja hann spurninga, hvað hann héti, hvaða dagur væri og slíkt. Hún gerði það hiklaust og fannst það ekkert kjánalegt eins og mörgum fullorðnum myndi þykja. Síðan kom sjúkrabíllinn og tók við.

● **Ingvar Óli 12 ára og Hafþór Ingi yngsti bróðir hans** voru nýkomnir inn eftir hafa verið að skreyta húsið fyrir Unglistahátíðina Eldur í Húnaþingi sem hófst degi síðar.

„Ég var að horfa á sjónvarpið með Hafþóri litla bróður mínum. Svo bað mamma mig um að koma og þá sá ég að hún lá á gólfinu. Ég spurði hana hvað ég ætti að gera og hún sagði mér að hringja í 112,“ rifjar Ingvar Óli upp.

Hann miðlaði þeim upplýsingum sem mamma hans vildi koma áleiðis til neyðarvarðarins og lýsti fyrir honum hvað var að gerast. „Ég sagði allt sem mamma sagði mér að segja, að hún væri að svitna og svoleiðis. Svo sagði hann mér að hringja í einhvern sem gæti komið fljótlega og að sjúkrabíllinn væri á leiðinni,“ útskýrir Ingvar Óli. Sjúkrabíllinn kom og sótti mömmu hans en eftir beið Ingvar Óli með litla bróður sínum.

# Bio-Kult

Bio Kult Candéa inniheldur góðgerla, hvítlauk og grape seed extract

Styrkir meltinguna, vinnur á Candida sveppasýkingu í meltingavegi



“Mikill munur á húðinni og meltingunni”  
Lilja Dröfn Kristinsdóttir

„Bio Kult Candéa hefur breytt lífi mínu“  
Fjölnir Kvaran

“Loksins laus við ristilkrampaköstin”  
Jóhanna Þorvaldsdóttir