STARFSÁÆTLUN FÉLAGSMIÐSTÖÐVARINNAR EKKÓ (KÁRSNESSKÓLA) 2021-2022



Maríanna Wathne Kristjánsdóttir
Marianna.w@kopavogur.is

Skjal sótt af '0000000000' dags: 11.11 2026

Starfsáætlun – Ekkó - Félagsmiðstöð

Hagnýtar upplýsingar

Félagsmiðstöðin Ekkó er staðsett í Kársnesskóla, Kópavogsbraut 55, 200 Kópavogi og þjónustar börn og unglinga í 5 – 10. bekk. Fjöldi unglinga á elsta stigi í Kársnesskóla er 150. Forstöðumaður í Ekkó er Maríanna Wathne Kristjánsdóttir. Síminn í Ekkó er 696-1620 og netfang forstöðumanns er marianna.w@kopavogur.is

Opnunartími: Hefðbundinn opnunartími er á mánudögum og miðvikudögum frá kl. 17:00 – 22:00 og annan hvern föstudag frá kl: 19:30-23:00. Einnig er boðið upp á hádegis- og síðdegisopnanir fyrir utan hefðbundinn opnunartíma í félagsmiðstöðinni.

Menntasvið
Frístundadeild

Félagsmiðstöðvadagatal 2021 - 2022

Nafn:

Orkudrykkir — Sexting — Sjúkást/örugg saman

ÁGÚST		SEPTEMBER		OKTÓBER		NÓVEMBER		DESEMBER		JANÚAR		FEBRÚAR		MARS		APRÍL		MAÍ		JÚNÍ		Júlí	
1 S		1 M	Velkomin til starfa	1 F	Landsmót Samfés/Opnun	1 M	Starfsmannafræðsla	1 M	Opnun	1 L	Nýársdagur	1 Þ		1 Þ	Sprengidagur	1 F	Lokað	1 S	Verkalýðsdagurinn	1 M	Undirbúningur -Sumar	1 F	
2 M	Frídagur verslunarmanna	2 F		2 L	Landsmót Samfés	2 Þ	Forstöðumannafundur	2 F		2 S		2 M	Starfsmannafræðsla-Opnun	2 M	Opnun/Öskudagur	2 L		2 M	Opnun	2 F	Undirbúningur -Sumar	2 L	
3 Þ		3 F	Velkomin til starfa	3 S		3 M	Opnun	3 F	Rafbröttamót Samfés og Fellaskóli/Lokað	3 M	Opnun	3 F		3 F		3 S		3 Þ	Forstöðumannafundur	3 F	Undirbúningur -Sumar	3 S	
4 M		4 L		4 M	Forvarnarvika	4 F		4 L	Rafbröttamót Samfés og Fellaskóli	4 Þ		4 F	Lokað	4 F	Lokað	4 M	Opnun	4 M	Skipulagsdagur Hústaðarfsmanna	4 L		4 M	Opnun
5 F		5 S		5 Þ	Forstöðumannafundur	5 F	Lokað	5 S		5 M	Opnun	5 L		5 L		5 Þ	Forstöðumannafundur	5 F		5 S	Hvítasunnudagur	5 Þ	
6 F		6 M	Starfsmannafræðsla-Opnun	6 M	Opnun-Forvarnarvika	6 L		6 M	Opnun	6 F	Þrettándinn	6 S	Dagur leikskólans	6 S		6 M	Opnun	6 F	Opnun	6 M	Annar í Hvítasunnu	6 M	Opnun
7 L		7 Þ	Forstöðumannafundur	7 F		7 S		7 Þ		7 F	Lokað/Samfés Con	7 M	Opnun-Gaddó	7 M	Opnun	7 F		7 L		7 Þ		7 F	
8 S		8 M	Opnun	8 F	Lokað	8 M	Opnun	8 M	Opnun	8 L		8 Þ	Forstöðumannfundur	8 Þ	Forstöðumannafundur	8 F	Opnun	8 S		8 M	Opnun	8 F	Félagsháttl
9 M		9 F	Starfsdagar Samfés	9 L		9 Þ		9 F		9 S		9 M	Opnun-Gaddó	9 M	Opnun	9 L		9 M	Opnun	9 F		9 L	
10 Þ		10 F	Starfsdagar Samfés/Lokað	10 S		10 M	Opnun	10 F	Opnun	10 M	Opnun	10 F		10 F		10 S	Pálmasunnudagur	10 Þ	Skipulagsdagur	10 F	Opnun	10 S	
11 M		11 L		11 M	Motavika	11 F		11 L		11 Þ	Forstöðumannafundur	11 F	Opnun	11 F	Skíðaferð	11 M	Opnun	11 M	Skipulagsdagur	11 L			
12 F		12 S		12 Þ	Motavika	12 F	Rimnaflæði/Opnun	12 S		12 M	Opnun	12 L		12 L	Skíðaferð	12 Þ		12 F		12 S	Sjómannadagurinn		
13 F		13 M	Opnun	13 M	Motavika	13 L	Workshop/Skópun	13 M	Opnun	13 F		13 S		13 S	Skíðaferð	13 M	Opnun	13 F	Rafbröttamót Samfés	13 M	Opnun		
14 L		14 Þ		14 F	Motavika	14 S		14 Þ	Forstöðumannafundur	14 F	Nýársball	14 M	Opnun	14 M	Opnun	14 F	Skírdagur	14 L	Rafbröttamót Samfés	14 Þ			
15 S		15 M	Þróttaleikar	15 F	Motavika	15 M	Félagsmiðstöðvavika	15 M	Opnun	15 L		15 Þ		15 Þ		15 F	Föstudagurinn langi-Lokað	15 S		15 M	Opnun		
16 M		16 F	Dagur íslenskrar náttúru	16 L		16 Þ	Forstöðumannafundur	16 F		16 S		16 M	Opnun	16 M	Opnun	16 L		16 M	Opnun	16 F			
17 Þ		17 F	Opnun/Þróttadagur/Ball	17 S		17 M	Stuttmyndahátíð-Félagsmiðstöðvavika	17 F	Lokað	17 M	Opnun	17 F	Vetrarleyfi	17 F		17 S	Páskadagur	17 Þ		17 F			
18 M		18 L		18 M	Opnun	18 F		18 L		18 Þ		18 F	Vetrarleyfi	18 F	Lokað	18 M	Annar í páskum	18 M	Opnun	18 L			
19 F		19 S		19 Þ	Forstöðumannafundur	19 F	Lokað	19 S		19 M	Opnun	19 L		19 L		19 Þ	Forstöðumannafundur	19 F		19 S			
20 F		20 M	Opnun	20 M	Opnun	20 L	Dagur mannréttinda barna	20 M	Opnun	20 F		20 S	Konudagur	20 S		20 M	Opnun	20 F	Sumardagurinn fyrsti	20 M	Opnun		
21 L		21 Þ	Forstöðumannafundur	21 F		21 S		21 Þ		21 F	Lokað-Öndadagur	21 M	Opnun	21 M	Opnun	21 F	Sumardagurinn fyrsti	21 L		21 Þ			
22 S		22 M	Opnun	22 F	Lokað	22 M	Opnun	22 M	Opnun	22 L		22 Þ	Forstöðumannfundur	22 Þ	Forstöðumannafundur	22 F	Opnun	22 S		22 M	Opnun		
23 M	Skipulagsdagur	23 F		23 L	Fyrsti vetrardagur	23 Þ		23 F	Þorláksmessa/Opið	23 S		23 M	Opnun	23 M	Opnun	23 L		23 M	Opnun	23 F			
24 Þ	Skipulagsdagur forstöðumanna	24 F	Lokað	24 S		24 M	Opnun	24 F	Aðfangadagur jóla	24 M	Opnun	24 F		24 F		24 S		24 Þ		24 F			
25 M	Opnun	25 L		25 M	Vetrarleyfi	25 F		25 L	Jóladagur	25 Þ	Forstöðumannafundur	25 F	Opnun	25 F	Samfés	25 M	Opnun	25 M	Opnn	25 L			
26 F		26 S	Bróðpski tungumáladagurinn	26 Þ	Vetrarleyfi	26 F	Opnun	26 S	Annar í jólum	26 M	Söngkeppni Félagsmiðstöðv	26 L		26 L	Samfés- Söngkeppni	26 Þ		26 F	Uppstigningardagur	26 S			
27 F	Lokað	27 M	Opnun	27 M	Opnun	27 L		27 M	Opnun	27 F		27 S		27 S		27 M	Opnun	27 F	Lokað	27 M	Opnun		
28 L		28 Þ		28 F		28 S		28 Þ		28 F	Opnun/Danskeppni Samfés	28 M	Opnun	28 M	Opnun	28 F	Aðalfundur Samfés	28 L		28 Þ			
29 S		29 M	Opnun	29 F	Opnun	29 M	Opnun	29 M	Opnun	29 L	Stíll-Samfés			29 Þ		29 F	Aðalfundur Samfés-Lokað	29 S		29 M	Opnun		
30 M	opnun	30 F		30 L		30 Þ	Forstöðumannafundur	30 F		30 S				30 M	Opnun	30 L		30 M	Opnun	30 F			
31 Þ				31 S				31 F	Gamlársdagur/Lokað	31 M	Opnun			31 F				31 Þ					

Starfið í vetur

Í Ekkó leggjum við áherslu á að skapa jákvætt og öruggt umhverfi fyrir unglinga á Kársnesinu. Stað þar sem þau geta komið saman og unnið að hugðarefnum sínum undir leiðsögn starfsmanna og í hópi jafningja. Við leggjum áherslu á forvarnir og fræðslu með óformlegum hætti, í gegnum spjall, hópavinnu og tengslamyndun. Við erum með opið á daginn eins mikið og unnt er og eru óauglýstu opnanirnar háðar önnum forstöðumanns. Fastir opnunartímar eru í hádegi á hverjum degi en kvöldopnanir á mánudögum, miðvikudögum og annan hvern föstudag til 22:00 eða 23:00. Samstarf við skólann hefur verið einkar gott í gegnum árin og stefnir þetta ár í að verða betra. Samskipti við stjórnendur skólans eru góð og þægileg og ríkir skilningur og samstarfsvilji í báðar áttir. Forstöðumaður á fasta fundi með námsráðgjafa og hefur greitt aðgengi að skólastjórnendum, kennurum og öðrum eftir þörfum og á víxl. Mikil samvinna er á meðal félagsmiðstöðva í Kópavogi. Forstöðumenn hverrar félagsmiðstöðvar funda aðra hverja viku ásamt deildastjóra frístundadeildar. Á þeim fundum eru forstöðumenn upplýstir um einstaka mál og hugmyndir lagðar fram fyrir starfið.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 11.11 2026

Starfið í vetur – Klúbbastarf

Lagt er upp með að hver starfsmaður tengist einhverskonar klúbbastarfi innan félagmiðstöðvarinnar. Gerð klúbba ræðst af innri hvata starfsmanna ásamt áhugasviði nemenda. Reynt er að nýta allar fyrri opnanir á mánudögum og miðvikudögum fyrir klúbbastarf en það fer auðvitað eftir þörfum hverju sinni. Í vetur erum við með Tik tok klúbb, tónlistarklúbb, Pókemon go klúbb, matarklúbb og er stefnan sett á að hefja rafíþróttastarf og hinseginstarf. Fræðsla er sameiginleg milli félagsmiðstöðva ásamt sérstökum fræðsluáherslum sem settar eru af stað hjá okkur. Í ár leggjum við mikinn móð í hinseginfræðslu.

Miðstigsstarf

Opið einu sinni í mánuði fyrir 5. og 6.bekk og einu sinni í mánuði fyrir 7.bekk. Við tökum við ábendingum frá krökkunum um hvað þeim langar að nota opnanirnar í.

Viðburðir í vetur

Viðburðir Ekkó: Andvökunótt, Dodgeball mót, LAN mót, Draugahús, Ekkó leikarnir, morgunverðarkvöld, pingpong mót, Bíómyndamaraþon, kökukeppni, söngkeppni og fleira. Helstu sameiginlegu viðburðir félagmiðstöðva í Kópavogi eru íþróttavikan, forvarnarvikan, Lanmót, Getkó, Félkóball, stuttmyndahátíðin, sköpunardagurinn, nýársballið, söngkeppnin og lokahátíð Félkó. Viðburðir í samstarfi við skólann er árshátíð og jólaball.

Sumaropnun félagsmiðstöðvarinnar

Ekkó stóð fyrir sumaropnun í félagsmiðstöðinni í annað sinn í sumar. Starfið var fjölbreytt og skemmtilegt. Annarsvegar var boðið upp á sumarsmiðjur fyrir 10 til 13 ára börn og hins vegar dag- og kvöldopnanir fyrir unglinga. Í sumaropnun félagsmiðstöðvarinnar gátu börn og unglingar komið saman í öruggu og uppbyggilegu umhverfi, og hver og einn notið sín. Lögð var áhersla á skemmtilegt og skapandi starf. Unglingastarfið gekk frábærlega og sýndu viðbrögð og mæting unglinganna hversu mikil þörf er á félagsmiðstöðvastarf yfir sumartímann. Í samvinnu við Vinnuskóla Kópavogs gafst unglingunum tækifæri til að mæta í félagsmiðstöðina í kaffipásum og hádegishléi sem gafst afar vel. Mætingar á kvöldopnun héldust á pari við vetrarstarfið, u.þ.b. 50-70 unglingar í húsi á hverri opnun. Sumardagskráin var unnin með Ekkó ráðinu sem var starfandi í allt sumar. Sumarsmiðjurnar gengu vel þrátt fyrir mjög litla þátttöku. Sumarsmiðjurnar voru af ýmsum toga t.d. brjóstsykursgerð, Tie dye bolamálun, hjólaferðir, bakstur o.flr. Miðstigsstarfið (sumarsmiðjurnar) var þó með öðruvísi hætti en í fyrra, en félagsmiðstöðvarnar skiptu á milli sín að halda smiðjur hverja viku, þá skapaðist meiri tími í hverri félagsmiðstöð á daginn fyrir unglingana, sem nýttist vel. Mest var um mætingu á kvöldin en það sem var á dagskrá fyrir unglingana hjá okkur í Ekkó var meðal annars Larp í Ævintýraskógi, Mario Kart mót, folf ferð, prjónaklúbbur, Street ball mót, íspinnar og vöfflur í sólinni og stórglæsilega lokagrill-hátíðin okkar á Rútstúni þar sem mættu nánast allir unglingar skólans, líkt og síðustu ár. Í tengslum við styrk sem félagsmiðstöðvarnar fengu til að auka stuðning við börn í skipulögðu frístundastarfi á aldrinum 12-16 ára var farið af stað með nýsköpunarverkefnið Félkó-Flakkandi félagsmiðstöð. Flakkandi félagsmiðstöð var hugsuð sem áframhald af sumaropnun félagsmiðstöðva en starfaði þvert á Kópavog, og því ekki bundinn við eitt hverfi. Markmið með Félkó-flakkandi félagsmiðstöð var að virkja áfram einstaklinga sem þurftu sérstaka hvatningu og stuðning á að halda vegna félagslegrar stöðu sinnar sem og bjóða ungu fólki í sveitarfélaginu skemmtilegt og uppbyggilegt frístundastarf með sínum jafnöldrum. Unnið var í góðu samstarfi við foreldra, velferðarsvið, lögreglu og aðra sem koma að málefnum ungs fólks í sveitarfélaginu. Félkó flakkandi félagsmiðstöð heppnaðist mjög vel, en þar var einnig mesta mætingin á kvöldin. Hér í neðri byggð vorum við mest í Þebu en einnig hér í Ekkó og Igló. Unglingarnir frá okkur voru dugleg að mæta og taka þátt.

Skjal sótt af '000000000000' dags: 11.11.2026

Sérverkefni

Klúbbarnir okkar eru hannaðir til þessa að ýta undir jákvæð samskipti og draga úr félagslegri einangrun. LAN mótin okkar eru e.t.v. stærstu viðburðirnir okkar þar sem markmiðið er að draga úr félagslegri einangrun. Í vetur munum við leggja áherslu á að efla rafíþróttastarfið hjá okkur en sýnt hefur verið fram á jákvæð tengsl milli rafíþróttaiðkunnar og félagslegrar eflingar og leiðtogahæfni. Einnig er á áætlun að áætla nýtingu á rýmunum okkar betur og þar af leiðandi hefja skipulagt starf í kringum podcast/stúdíó herbergið. Nýjasti starfsmaður Ekkó hann Aron Rafn mun leiða þá vinnu en hann er reyndur tónlistar producer sem hefur mikla reynslu af íslensku tónlistarsenunni.
Einnig er á dagskrá í samstarfi við skólann að halda betur utan um stelpuhópinn í 10.bekk en hann er afskaplega fámennur og þekkist af samskiptavandræðum. Á dagskrá þar er að halda sér dagopnanir fyrir þær til þess að þétta hópinn og vinna í eflingu jákvæðra samskipta. Í starfi Ekkó er unnið eftir greinum Barnasáttmálans t.d. með því að leyfa röddum þeirra að heyrast og að þau sem taka þátt í starfinu okkar upplifi að skoðanir þeirra skipta máli og þau finni fyrir því að þau hafi áhrif á starf Ekkó til dæmis með því að koma að skipulagi mánaðardagskrá og skipulag viðburða. Einnig reynum við að þjálfa þau í lýðræðislegum vinnubrögðum og hugsun. Sömuleiðis er lögð er áhersla á jafnræði í öllu starfi félagsmiðstöðvarinnar.

Unglingaráð

Ekkó og Kársnesskóli eru með sameiginlegt félagsmiðstöðva- og nemendaráð. Ráðið er lýðræðislega kjörið en hver árgangur kýs 4 fulltrúa til að sitja í ráðinu fyrir sína hönd. Fundir í félagsmiðstöð eru þrisvar í mánuði en einu sinni í mánuði með skóla. Starfsmaður félagsmiðstöðvar heldur utan um félagsmiðstöðvahlutann en aðstoðarskólastjóri skólahlutann. Félagsmiðstöðvaráð kemur að öllum ákvörðunum um dagskrá, aðstöðu, stærri búnaðarkaupum og þess háttar í félagsmiðstöðinni. Félkóráð (ráð sem er skipað 2 fulltrúum frá öllum félagsmiðstöðvunum) og svo einn sameiginlegur fulltrúi skóla og félagsmiðstöðvar í Ungmennaráð Kópavogs.

Foreldrasamstarf

Forstöðumaður situr af og til fundi með foreldrafélagi Kársnesskóla. Þegar um stærri viðburði, mikilvægar upplýsingar eða annað í stærri sniðum er sendur póstur í gegnum Mentor á foreldra. Foreldrum er bent á Instagram aðgang Ekkó þar sem dagskrá og fleira er að finna.

Verkferlar

- Neyðaráætlun
  Forstöðumaður fer yfir neyðaráætlun með starfsfólki í upphafi starfsárs og neyðaráætlun er sýnileg starfsfólki á starfsstöðinni.
- Móttaka nýrra starfsmanna.
  Farið yfir starfslýsingu, starfsstöðina, verkefni, starfsmannahandbók og fleira.
- Öryggisgátlisti
  Starfsfólki er kynnt öryggisgátlisti starfsstöðvar í upphafi starfsárs.
- Handbók um starfið
  Starfsfólki er kynnt starfsmannahandbók frístundadeildar í upphafi starfsárs.
- Rýmingaráætlun
  Forstöðumaður tekur þátt í rýmingaræfingum í samstarfi við skóla og upplýsir starfsfólk.
- Gátlistar vegna sértæks hópastarfs

Skjal sótt af '0000000000' dags: 11.11.2026

Móttaka nemanda með annað móðurmál en íslensku og gátlisti vegna eineltis.

Innra mat

Við höldum fjöldatölur yfir heimsóknir unglinga í Ekkó til að sjá aðsóknina og fáum upplýsingar frá R&G um skólann og hverfið sem við störfum í. Við erum með starfsmannafundi að minnsta kosti einu sinni í mánuði þar sem starfsfólk er hvatt til að segja sína skoðun og hafa áhrif á starfið. Starfsánægja er einnig hluti sem er vel mælanlegur og skiptir grundvallarmáli í starfinu okkar þar sem við sköpum það umhverfi sem krakkarnir sækja. Einnig taka starfsmenn þátt í Starfsmannpúlsi annað hvert ár sem er framkvæmt af Skólapúlsinum. Ekkó ráðið sem er skipað unglingum hafa áhrif á starfið og koma upplýsingum frá unglingunum til forstöðumanns og starfsfólk þannig við fáum mynd af því hvað þau vilja að félagsmiðstöðin sé að gera.

Símenntunaráætlun 2021-2022

Fræðslunámskeið er haldið í upphafi starfsárs ásamt starsfmannafræðslum yfir starfsárið sem allir starfsmenn félagsmiðstöðva býðst að mæta á. Þessar fræðslur eru ákveðnar í samstarfi við starfsfólk félagsmiðstöðvanna um það sem er efst á baugi hverju sinni. Starfsfólki býðst einnig að fara á starfsdaga SAMFÉS og sækja þar fyrirlestra og málstofur til þess að nýta í starfinu.

Símenntunaráætlun 2021-2022

Fræðsluerindi	Dagsetning	Efni
Að vera starfsmaður í félagsmiðstöð	1.og 3.september	Leiðtogar, fyrirmynd og gleði í frístundastarfi/Hinsegin /Kynsegin fræðsla.
Skyndihjálp	20. september	Skyndihjálp, áhersla á ungt fólk og viðbrögð við kvíða og annarri vanlíðan.
Klám og ,,sexting‘‘	1.nóvember	Umfjöllun um stafrænt kynferðisofbeldi og umfang kynferðislegra myndsendinga meðal barna.
Lærdómsfundur	2.febrúar	Kynning á BA verkefnum starfsmanna félagsmiðstöðva, verkefnum sem hafa fengið tilnefningu í Kópinn, Forvarnarsjóð Kópavogs og Hvatningaverðlaun Samfés.
Skipulagsdagur hlutastarfsmanna	4.maí	Hlutastarfsmenn félagsmiðstöðva koma með hugmyndir að viðfangsefnum og skipulagi fyrir næsta starfsár í samtali við

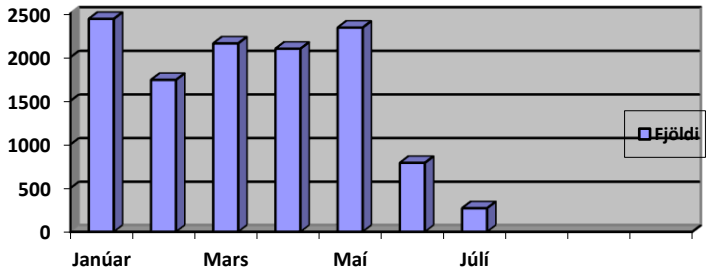
Skjal sótt af '0000000000' dags: 11.11 2026

		deildarstjóra frístundadeildar.

Fræðsluáætlun félagsmiðstöðva í Kópavogi

Fræðsluerindi	Mánuður
Orkudrykkir	september
Sexting /Hinsegin fræðsla	október
Unglingar gegn ofbeldi	nóvember
Örugg Saman	janúar
Fjölbreytnin auðgar (vinna með fjölmenningu í starfi félagsmiðstöðva)	janúar – febrúar
Jafningjafræðsla Velkomin	janúar-febrúar

Fjöldatölur veturinn 2020 - 2021



Listi yfir starfsfólk og starfsheiti

Maríanna Wathne Kristjánsdóttir – Forstöðumaður
Rebekka Þurý Pétursdóttir – Frístundaleiðbeinandi
Elín Unnur Guðmundsdóttir – Frístundaleiðbeinandi
Aron Rafn Gissurarson - Frístundaleiðbeinandi
Guðlaugur Þór Ingvason – Frístundaleiðbeinandi

Skjal sótt af '0000000000' dags: 11.11 2026