Menntasvið
Frístundadeild

Félagsstarf fullorðinna sumarið 2022
Skýrsla

Skjal sótt af '0000000000' dags: 22.11.2026

Bakgrunnur verkefnis
Félags- og vinnumarkaðsráðuneyti hvatti sveitafélög til þess að efla félagsstarf fullorðinna í sumar í kjölfar Covid-19 með það að markmiði að rjúfa félagslega einangrun. Vegna skertrar samveru og félagslegrar einangrunar að undanförnu taldi ráðuneytið mikilvægt að leggja aukna áherslu á frístundaiðkun, geðrækt, hreyfingu og forvarnir með það að markmiði að auka lífsgæði, heilbrigði, sem og fyrirbyggja og draga úr félagslegri einangrun. Ráðnir voru tveir sumarstarfsmenn sem studdu við frístundir og heilsueflingu fullorðinna í Kópavogi. Lögð var áhersla á fjölbreytta dagskrá og fór starfið fram í þremur félagsmiðstöðvum eldri borgara í Kópavogi Gjábakka, Gullsmára og Boðanum. Starfstímabilið var frá byrjun júní til miðjan ágúst. Boðið var upp á skipulagt hópastarf þar sem þátttakendur hittust reglulega á tímabilinu með stuðningi starfsmanna. Þannig var hægt að aðstoða einstaklinga við að sinna frístundum sem þeir kusu að stunda eftir langa veru innandyra, sem og þeir hvattir til að taka þátt sem höfðu ekki stundað neitt skipulagt frístundstarf eða hreyfingu áður. Viðburðir voru sömuleiðis skipulagðir í samstarfi við Félag eldri borgara í Kópavogi. Með nýja verkefninu Virkni og Vellíðan í Kópavogi hefur heilsuefling eldri borgara verið efld til muna hjá stærstu íþróttafélögunum í Kópavogi. Verkefnastjóri sumarverkefnisins í samstarfi við verkefnastjóra Virkni og Vellíðan skipulögðu hreyfingu sem talið var henta vel aldurshópnum. Skipulögð hreyfing var í boði á öllum stöðum m.a. göngur, stólaleikfimi, boccia og golf. Einnig gaf heimaþjónustan upplýsingar sem komu að góðum notum fyrir verkefnið.

Fjármagn
Hægt var að sækja um fjárframlag að upphæð 1.200 kr. fyrir hvern einstakling 67 ára og eldri innan sveitarfélagsins. Samkvæmt vef Hagstofunnar 1. Janúar 2022 var fjármagnið því 6.540.000. Eftirfarandi fjármagn var samþykkt til að styrkja verkefnið. Áætlað er að nýta áfram það fjármagn sem eftir stóð eftir sumarstarfið inn í vetrarstarf félagsmiðstöðvana. Unnið verður í samvinnu við Félag eldri borgara í Kópavogi hvernig fjármagninu verður varið til að halda áfram að styðja við og leggja áherslu á frístundaiðkun, hreyfingu og forvarnir til að fyrirbyggja og draga úr félagslegri einangrun eldri borgara í Kópavogi.

Umfang
Gróflega skipt má gera ráð fyrir að þjónusta velferðarsviðs og hjúkrunarheimila/dagdeilda nái til tæplega 1.000 aldraðra. Rúmlega 300-400 manns mæta í hádegismat og kaffi í öllum félagsmiðstöðvunum hvern dag og gera má ráð fyrir að vikulega stundi 500-1000 manns skipulagt frístundastarf í félagsmiðstöðvum, kirkjum, félagasamtökum og íþróttafélögunum. Eftir standa þá 3.500 – 4.000 aldraðir utan þjónustu. Ekki er ljóst hversu stór hluti þeirra hefur þurft að þola skerta samveru og félagslega einangrun og þarf stuðning við að ná fullri virkni að nýju, en líklega eru það færri en 1.000 einstaklingar.

Ábyrgðarmaður verkefnis
Amanda K. Ólafsdóttir deildarstjóri frístundadeildar Anna K. Georgsdóttir deildarstjóri þjónustu- og ráðgjafardeildar aldraðra

Ábyrgð á framkvæmd
Amanda K. Ólafsdóttir, deildarstjóri frístundadeildar Tinna Rós Finnbogadóttir, forstöðumaður félagsmiðstöðva eldri borgara

Undirbúningur og framkvæmd verkefnis

Skjal sótt af '0000000000' dags: 22.11.2026

1. Tveir sumarstarfsmenn ráðnir til þess að færast á milli stöðva til þess að halda uppi auknu félagsstarfi.
2. Fræðsla og þjálfun haldin fyrir starfsmenn í upphafi verkefnis. Starfsmönnum afhent handbók.
3. Undirbúningur úrræða og hópastarfs unnið samstarfi við FEBK og aðra aðila sem vinna að málefnum eldri borgara í sveitarfélaginu.
4. Listi yfir notendur heimaþjónustu sem vildu þiggja símtal.
5. Auglýsingar og aðrar leiðar fundnar til að reyna að ná til sem flestra eldri borgara í sveitarfélaginu.
6. Gagnaöflun og skýrslugerð.

Starfsfólk og aðrir samstarfsaðilar
Fríða Karen Gunnarsdóttir, verkefnastjóri Virkni og Vellíðan Herdís Björnsdóttir, félagsráðgjafi á velferðarsviði Herdís Hallsteinsdóttir (ráðin í gegnum styrkinn frá ráðuneytinu) Ragnar Jónasson, formaður FEBK Stjórn Félags eldri borgara í Kópavogi (FEBK) Thelma Líf Theodórsdóttir (ráðin í gegnum styrkinn frá ráðuneytinu) Tinna Rós Finnbogadóttir forstöðumaður félagsmiðstöðva eldri borgara

Dagskrá, viðburðir og hópastarf
Vikulegar gönguferðir Eldri borgari búsettur í Boðaþingi fór út að ganga með hóp alla þriðjudaga milli kl.10:00 og 11:00 og svo kl.14:00 bauðst fólk að mæta sem studdist við göngugrindur og eða þurfti stuðning, vinsælt var að ganga um Fossvogsdalinn og í kringum Boðaþing. Ef einhver treysti sér ekki til þess að ganga einn var sumarstarfsmaður tilbúin að fara út með viðkomandi. Hópurinn hittist svo í kaffi og spjall eftir göngutúrinn.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 22.11.2026

Ferð í Guðmundarlund með FEBK

Farið var í Guðmundalund 15. júní, þar mættu um 200 manns. Kópavogsbær, Skógræktarfélag Kópavogs og Félag eldri borgara skipulagði og kostaði þessa samverustund. Formaður FEBK setti samkomuna og svo hélt nýkjörin bæjarstjóri Ásdís Kristjánsdóttir einnig ræðu, gaman að segja frá því að þetta var hennar fyrsta verk sem bæjarstjóri. Einnig mættu bæjarfulltrúar bæjarstjórnar. Boðið var uppá drykki, samlokur og ávaxtabakka. Fengin var plötusnúður til þess að spila gamla og góða tónlist og fólkið nýtti tækifærið og skellti sér út á gólf og tók sporin. Ferðin heppnaðist vel og mikil ánægja meðal þeirra sem tóku þátt.

Bíósýningar

Bíósýningar voru haldnar í öllum þremur félagsmiðstöðvunum. Vel var mætt á öllum stöðum og fólk ánægt með sýningarnar. Planið er að halda áfram með sýningarnar þegar tækifæri gefst í vetur.

Boccia á miðvikudögum og fimmtudögum

Boccia var á dagskrá í sumar alla miðvikudaga kl. 10:00 í Gjábakka og alla fimmtudaga kl. 13:00 í Gullsmára. Mjög góð mæting var í tímana og mikil ánægja með þá. Þeir sem mættu í boccia í sumar ætluðu svo að halda áfram að mæta í vetur.

Tafl og spil

Sumarstarfsmenn settu upp taflaðstöðu í öllum þremur félagsmiðstöðunum og hvöttu fólk til þess að setjast hjá sér og taka einn leik, þetta varð til þess að karlmenn sem ekki höfðu mætt áður fóru að mæta og tefla við. Við þetta skapaðist skemmtileg stemming og vinátta. Einnig voru gömlu góðu spilastokkarnir teknir til nota og spil eins og ólsen ólsen og veiðimaður voru vinsæl spil að spila þegar tíminn var naumur.

Hannes Guðrúnarson

Hannes Guðrúnarson kom í allar félagsmiðstöðvarnar og spilaði á gítar og söng sígild lög sem allir virtust kunna. Þeir sem voru farnir að gleyma textum gátu þó gripið í söngbækur sem voru í boði. Þetta skapaði fallega og góða stund sem fólk naut saman.

Skjal sótt af '000000000000' dags: 22.11.2026

Bjarni Lárus Hall

Bjarni Lárus Hall eða Baddi eins og hann er kallaður kom einnig og spilaði skemmtileg lög við mikinn fögnuð viðstaddra.

Símtöl

Sumarstarfsmennirnir fengu símalista frá velferðarsviði sem innihélt fólk sem nýtur heimaþjónustu og hafði áhuga á að fá símtal. Fólkið sem fékk símtal þótti gott að heyra í stelpunum við og við og skemmtilegrar umræðum mynduðust eftir nokkur símtöl.

Opin vinnustofa

Í sumar var opin vinnustofa alla þriðjudaga og fimmtudaga milli kl. 13:00 og 15:00 í félagsmiðstöðvunum. Á staðnum var allt sem þurfti til þess að skapa eitthvað fallegt, blöð, málning, penslar og fleira. Fólki fannst gaman að geta gripið í pensil og málað eftir eigin höfði. Fólk hafði orð á því að því þætti gaman að taka þátt í myndlistarhópi í vetur.

Virkni og vellíðan

Fríða Karen Gunnarsdóttir verkefnastjóri Virkni og vellíðan kom í allar þrjár félagsmiðstöðvarnar vikulega með hreyfingu fyrir fólkið. Hún passaði mjög vel uppá að æfingarnar hentuðu öllum, hvort sem þeir voru með göngugrind, í hjólastól eða áttu við önnur stoðkerfisvandamál að stríða. Fólkið var mjög ánægt með þessa hreyfingu og aldrei hafa fleiri sótt í þessa tíma en núna.

Vorhátíð Boðans

Vorhátíð Boðans var haldin með pomp og prakt í sól og blíðu miðvikudaginn 29 júní. Magnús Einarsson íbúi í Boðaþingi kom með stóðhestinn Álfaskegg og hryssuna Rauðbrá frá Kjarnholtum.

Harmonikkuleikarar mættu og spiluðu skemmtileg lög og mikil og góð stemming myndaðist þar sem fólk söng saman. Eldri borgarar sem búa á Hrafnistu komu út og fólkið í blokkunum í kring komu einnig. Boðið var upp á veitingar og sumarstarfsmenn hjálpuðu þeim sem vildu klappa hestunum að komast að þeim.

Skjal sótt af '0000000000' dags: 22.11.2026

Upplýsingaflæði, samskipti og samstarf við mennta- og velferðarsvið

Markmiðið var að ná til fullorðinna í Kópavogi sem hafa einangrast vegna Covid- 19 og verið í nokkurs konar sóttkví heima hjá sér, einnig til þeirra sem vilja geta stundað áhugamál eða aukið virkni sína. Verkefnið gekk eins og í sögu og mikil aukning var á fólki sem gerði sér ferð í félagsmiðstöðvarnar, hvort sem það var að koma í einhverskonar félagsstarf eða bara í einn kaffibolla og spjall. Við finnum einnig mun á þátttöku fólks á haustmánuðum eftir að við höfum fengið þessa frábæru styrki, það sækir starfið betur og heldur sig minna heima. Þetta er frábært framtak sem við erum ævinlega þakklát fyrir að hafa fengið að njóta.

Með vinsemd og virðingu,

Tinna Rós Finnbogadóttir forstöðumaður félagsmiðstöðva eldri borgara

Skjal sótt af '0000000000' dags: 22.11.2026