

Fréttabréf Félags fósturforeldra

*Autt pláss fyrir
límmiða*

Fræðsludagur 26. október 2013 Ókeypis námskeið fyrir fósturforeldra

Guðbrandur Árni Ísberg og Sæunn Kjartansdóttir

Guðbrandur Árni og Sæunn hafa **sérniðið námskeið** fyrir Félag fósturforeldra þar sem Sæunn ætlar að einbeita sér að fyrstu árum barnanna og Guðbrandur að Grunnskólaaldrinum.

Fjallað verður um hvað er mikilvægast að börn fái frá foreldrum sínum fyrsta árið og hvaða áhrif það hefur á börnin þegar eitthvað fer úrskaiðis. Á fyrstu árunum byggist grunnurinn að framtíðarpersónuleika barnsins og því mikilvægt að skilja hvað gerðist á þessum tíma. Síðan verður fjallað um börn sem hafa alist upp við illa meðferð og hvernig það kemur fram í hegðun þeirra. Hér verður að hluta upprifjun frá í fyrra en einnig ýmislegt nýtt. Þar næst verður farið yfir hvernig fósturforeldrar geta tekist sem best á við ýmsa hegðun. Að lokum verður umræður og tími fyrir spurningar með þeim Sæunni og Guðbrandi.

Guðbrandur Árni var einnig með námskeið á Fræðsludeg FFF haustið 2012. Heppnaðist það námskeið afskaplega vel og sköpuðust líflegar umræður á eftir sem gögnuðust okkur fósturforeldrum mjög vel.

Námskeiðið verður haldið á sal Barnverndarstofu í Borgartúni 21, laugardaginn 26. október og hefst það stundvíslega kl. 13.

Um morguninn verður aðalfundur félagsins og verður boðið uppá léttan hádegisverð í beinu framhaldi af aðalfundinum.

Mörg ykkar þekkja bækur sálfræðinganna Guðbrands Árna og Sæunnar Kjartansdóttur. Sæunn hefur skrifað bókina **“Árin sem enginn man”** og Guðbrandur Árni bókina **“Í nándinni – innlifun og umhyggja”**.

Félagið hefur óskað eftir að þau komi með bækurnar á námskeiðið og bjóði félagsmönnum þær til sölu á hagstæðu verði.

Ný reglugerð varðandi kjaramál fósturforeldra

Nefndin sem skipuð var til að semja nýja reglugerð um greiðslur vegna barna í fóstri lauk störfum í vor sem leið.

Ráðherra voru send drögin síðsumars og hefur hún undirritað nýja reglugerð. Þegar þetta er skrifað hefur reglugerðin ekki verið birt, og því er ekki vitað hvert endanlegt innihald hennar er. Vera má að ráðherra hafi breytt einhverjum greinum, en einnig er hugsanlegt að hún hafi skrifað undir hana í þeirri mynd sem hún var eftir umfjöllun nefndarinnar. Í nefndinni áttu sæti:

Heiða Björg Pálmadóttir, formaður, Barnaverndarstofa

Steinn Kristín Pétursdóttir, Félag fósturforeldra

Gyða Hjartardóttir, Samband íslenskra sveitarfélaga

Helga Sveinsdóttir, Barnavernd Reykjavíkur

Guðjón Bjarnason, Barnaverndarstofa sat nokkra fundi.



Það sem FFF hefur lagt mesta áherslu á er að gera sterkari greinarmun á **framfærslueyri, fósturlaunum** og **öðrum kostnaði** í fóstursamningum. Stjórn félagsins mun senda félagsmönnum ítarlegar leiðbeiningar um túlkunaratriði þeirra efnisgreina sem máli skipta fyrir fósturforeldra eftir að reglugerðin hefur verið birt og gefin út. **Munið að láta vita um ný nefföng.** SKP

Gátlistar FFF

Félagið hefur útbúið tvennskonar gátlista sem við hvetjum fósturforeldra til að nota. Mikilvægt er að réttar upplýsingar liggi fyrir um fósturbarn til að hægt sé að vinna sem best með því og einnig skiptir máli að muna að ganga frá öllum þáttum fóstursamnings.

- Bakgrunnsupplýsingar
- Koma barns – fóstursamningur

Allir félagsmenn fengu gátlistana senda í pósti haustið 2012. Þessa lista má ljósrita og nota í hvert sinn sem nýtt barn kemur á fósturheimili. Hafðu samband ef þig vantar eintak tjarnarstigur@hotmail.com

Rannsókn á stuðningi við fósturforeldra

Silja Rós Guðjónsdóttir rannsakaði síðast liðinn vetur stöðu fósturforeldra. Flestir fósturforeldrar segjast ekki fá nægar upplýsingar með fósturbörnunum og stuðning og fræðslu vantar. Niðurstöður rannsóknarinnar er að finna á <http://skemman.is/item/view/1946/13507>

Vissir þú ? að Endurmenntun Háskólans er með mörg áhugaverð námskeið sem gagnast fósturforeldrum:

- Markvissar leiðir til hegðunarbreytinga
- Sálgaesla og áfallahjálpi
- Kvíði barna og unglinga
- Samskipti foreldra og barna
- Jákvæð menntun
- Þunglyndi
- Vakandi athygli (núvitund)

Aðalfundur

Aðalfundur félagsins verður haldinn laugardaginn **26. október kl. 10:30**, á sal Barnaverndarstofu, Borgartúni 21, 3. hæð. Hefðbundin aðalfundarstörf skv. lögum félagsins sjá: www.fostur.is Áhugasamir hvattir til að bjóða sig fram í störf á vegum félagsins.

Útilegur FFF

2014	Atlavík
2013	Hólar í Hjaltadal
2012	Arnarstapi, Snæfellsnesi
2011	Aratunga, Biskupstungum
2010	Borgarfjörður Eystri
2009	Varmahlíð, Skagafirði
2008	Birkimelur, Barðaströnd
2007	Flúðir

Markmið með útilegum FFF

Mörgum fósturbörnum finnst þau vera allt öðruvísi en önnur börn og jafnvel skammast sín fyrir að vera fósturbörn. Í útilegunni hitta þau fósturbörn sem eru bara ósköp venjulegir og skemmtilegir krakkar. Við það fara þau að sjá sjálfa sig í öðru og jákvæðara ljósi.

Útilegan er því grundvöllur til að hjálpa fósturbörnum að verða stolt og sáttari í sínu skinni.

Að auki er útilegan góður staður fyrir fósturforeldra til að kynna öðrum fósturforeldrum. Sem svo leiðir til þess að við eigum auðveldara með að leita ráða hjá hvort öðru.

Mundu

að senda nýtt neffang til Maríu á:
tjarnarstigur@hotmail.com

Stjórn félags fósturforeldra 2012-2013

Guðbergur Birkisson, formaður

Eva Dögg Þorsteinsd., varaformaður

Árni Arnórsson, meðstjórnandi

Steinunn Kristín Pétursdóttir, ritari

María Sólbergisdóttir, gjaldkeri

Dóra Hjálmarsdóttir, varamaður

Soffía Ellertsdóttir, varamaður

Félagar: 88 fjölskyldur

Árgjald: 3.000 kr. á fjölskyldu

Kaffihúsafundir

Kaffihúsafundir eru ætlaðir fósturforeldrum til að bera saman bækur sínar og fá stuðning hvort af öðru. Fundirnir eru haldnir fyrsta þriðjudagskvöld í hverjum mánuði og eru staðfestir með tölvupósti, þar sem kemur fram tími og staðsetning.

Árleg útilega

Hin árlega útilega félagsins var farin að Hólum í Hjaltadal helgina 28.-30.júní. Fósturfjölskyldur hittust og áttu góðar stundir saman í yndislegu veðri á fallega tjaldstæðinu að Hólum. Þar var grillað, farið í gönguferðir, farið á Lummudaga á Sauðárkróki, farið sund á Hofsósi, spilað og leikið sér.

Í útilegunum hittast fósturbörn og fósturforeldrar frá mismunandi landshlutum, kynna og eiga skemmtilegar stundir saman. Upplagt er fyrir fósturfjölskyldur í nágrenninu að líta við dag- eða kvöldstund og hitta ferðalangana. Fyrir okkur sem farið höfum undanfarin ár, eru útilegurnar orðnar ómissandi hluti af skipulagningu sumarsins. Til að ná til sem flestra hefur verið lögð áhersla á að halda útileguna til skiptis í hverjum landsfjórðungi. Eftir margra ára hlé á útilegum var fyrsta útilegan farin 2007 að Flúðum, en síðan höfum við flakkað um landið.

Á hringferð okkar um landið verðum við næst á Austurlandi. Ferðinni er heitið í **Atlavík**. Ávallt er farið síðustu helgina í júní og hvetjum við ykkur öll til að taka frá helgina **27.-29. júní 2014**. Í Atlavík er frábær aðstaða og fjölbreyttir möguleikar til útivistar. Á Vísindavefnum má finna söguna af Graut-Atla, en fræðimenn greinir á um hvort vikin heiti eftir Graut-Atla eða hvort nafn hans sé dregið af örnefninu. Hlökkum til að sjá ykkur sem flest í útilegunni næsta sumar. Hvetjum Austfirðinga sérstaklega til að mæta. DH



Gómsætir réttir að hætti Árna Þórs Arnórssonar!

Árni Þór er stjórnarmaður í Félagi Fósturforeldra

Mexíkanskar

osta kjötbollur fyrir 3-4

Reyklaxasalat með rjómaosti og grískri jógúrt

200 g reyktur lax
50 g blaðlaukur
350 ml grísk jógúrt
125 g rjómaostur með kryddblöndu
salt
nýmalaður svartur pipar

Aðferð:

Maukið reykta laxinn í matvinnsluvél ásamt blaðlauknum. Takið úr matvinnsluvélinni og setjið í skál. Hrærið saman við grísku jógúrtinni og rjómaostinum með kryddblöndu. Kryddið með salti og nýmuldum svörtum pipar. Hægt er að nota þetta laxasalat á brauðertur.

500 g nautahakk
1 bréf taco krydd
100 g rifinn mexikóostur
1 stk egg
1 dl brauðraspur
50 g rifinn laukur
100 g kotasæla
5 dl salsasósa
200 g gratínostur

Aðferð:

Hrærið vel saman hakk, tacokrydd, mexikóost, egg rauðrasp, lauk og kotasælu.

Lagið lítilar bollur og setjið í eldfast mót. Hellið salsasósunni yfir og stráðið yfir gratínostinum. Bakið í 25-35 mín á 180°.

Berið fram með salati, nachosflögum, guqamole og sýrðum rjóða.

Býrðu úti á landi ?

Stjórn félagsins hefur lagt metnað sinn í að skipuleggja viðburði með tilliti til þeirra sem búa úti á landi. Reynt er að hafa tímasetningar þannig að sem flestir geti mætt og einnig tilkynna viðburði með góðum fyrirvara.

- ✓ Fræðsludagur er á haustin. Flestir þurfa að skutlast suður fyrir jólin og þá er hægt að samnýta ferðina.
- ✓ Kaffihúsafundir eru alltaf á sama tíma. Auðvelt að skipuleggja ferðir í bæinn með það í huga að koma á fund.
- ✓ Útilega. Haldin eftir sauðburð en fyrir slátt. Einnig á þeim tíma sem fæstir eru á ættarmótum og öðrum týpískum sumarviðburðum.
- ✓ Útilegan færast á milli landshluta til þess að sem flestir geti tekið þátt og vegalengdir komi ekki í veg fyrir þátttöku. Allir ættu að geta mætt, í það minnsta fjórða hvert ár.

Hafðu samband við stjórnina ef þú ert með hugmyndir að breytingum eða nýjungum. Við viljum alltaf gera betur og skoðun þín skiptir máli. MS