



SUMAR
2025

KALDÁRSEL

SUMARBÚÐIR

UPPLÝSINGAR TIL FORELDRA/FORSJÁRAÐILA KALDÁRSEL

Sumarbúðirnar Kaldársel standa á ævintýralegum stað í hrauninu fyrir ofan Hafnarfjörð. Þar taka hugmyndaríkir foringjar og hressir krakkar sig saman við að gera hvern dag að skemmtilegri upplifun en einstök náttúra í kringum Selið leikur þar stórt hlutverk. KFUM og KFUK hafa rekið sumarbúðir í Kaldárseli síðan árið 1925 og því munu sumarbúðirnar fagna 100 ára afmæli sumarbúðanna í ár.

Það er gaman í Kaldárseli og allir geta fundið sér eitthvað skemmtilegt að gera. Útileiksvæðið er heillandi þar sem að hraunið og Kaldá spila stóran sess í leikjum dagsins. Gerð eru virki þar sem mörg ævintýrin gerast, farið er í búleiki þar sem að allskyns kökur og annað er framreitt og skreytt á skemmtilegan máta. Ekki má gleyma smíðavellinum þar sem að arkítektar, smíðir og hönnuðir stíga sín fyrstu skref. Á góðviðrisdögum er gott að geta sallað í ánni og þá getur borgað sig að vera með auka föt. Farið er í gönguferðir á hverjum degi, hvort sem það er í fjallgöngu, hellaferð eða ævintýraferð í skógarlundinn. Ef veður er slæmt erum við með góða aðstöðu í íþróttahúsinu þar sem farið er í leiki.

Hver dagur í Kaldárseli hefur ákveðið skipulag. Þar er veitt fræðsla um kristna trú, sungnir söngvar auk þess sem alltaf er farið í útivist og leiki. Í Kaldárseli er lögð áhersla á vinskap, kærleika og að hvert og eitt barn fái að njóta sín, því öll erum við mikilvæg í augum Guðs. Í þessum bækling verða útlistaðir nokkrir hlutir sem gott er að hafa í huga til að undirbúa sig fyrir dvölina í Kaldárseli.

FARANGUR

Pökkunarlisti:

- Hlý föt og góðir skór.
- Regnfatnaður og stígvél.
- Vettlingar og húfa.
- Auka föt og sokkar (því að oft blotna börnin þegar sullað er í ánni).
- Skór sem að má vaða í.
- Inniskór.

Lítill bakpoki og vatnsbrúsi (fyrir gönguferðir), vasaljós fyrir hellaferðir.

Svefnpoka eða sæng, kodda, lak, náttföt, tannbursta, tannkrem.

- Á fimmtudagskvöldi er veislukvöld og þá mega börnin hafa með sér snyrtileg föt fyrir veisluna.

Símar eru **ekki** leyfðir í Kaldárseli. Dýr raftæki svo sem spjaldtölvur og fleira má ekki koma með í Kaldársel. Engin ábyrgð er tekin á slíkum tækjum. Einnig er börnum óheimilt að taka með sér hættuleg tæki á borð við hnífa vegna hættu á skemmdum eða slysum. Þátttakendur eru skaðabótaskyldir vegna skemmda sem þeir kunna að valda.

Ekki leyfilegt að taka með sér sælgæti, tyggjó, kex eða annan mat og drykk.

Gott er að merkja allan farangur skilmerkilega. Athugið að föt og aðrar eigur þátttakenda eru á eigin ábyrgð. Óskilamunir eru sendir á skrifstofu KFUM og KFUK að Holtavegi 28 eftir hvern flokk. Í lok sumars áskila sumarbuðirnar sér rétt á að ráðstafa ósóttum óskilamunum.

Óskilamunum er safnað saman í aðalstöðvum KFUM og KFUK við Holtaveg 28.

Munið að merkja allt dótið ykkar!

BROTTFÖR OG HEIMKOMA

Rútur fara frá húsi KFUM og KFUK að Holtavegi 28 klukkan 10:00 með stoppi í Lækjarskóla í Hafnarfirði um kl. 10:20. Gott er að vera kominn minnst 15. mín. fyrir brottför.

Foreldrar sækja börnin í Kaldársel á heimafarardegi kl. 15:00 (ath. að hlið er á staðnum sem verður opnað kl. 14:30.)

SAMSKIPTI Á MEÐAN DVÖL STENDUR

Ef foreldrar vilja ræða við forstöðumanneskju er hægt að hringja í Kaldársel í síma 555 6211. Símatími er kl. 11:15-12:00 alla daga. Vinsamlega athugið að það getur verið erfitt að sækja börnin fyrr eða koma með þau seinna yfir daginn því oft eru allir í göngu eða ævintýraferð langt frá húsinu sem getur leitt af sér að foreldrar grípa í tómmt þegar þeir birtast. Ef sérstakar ástæður eru fyrir hendi er best að ræða það við forstöðumanneskju í símatíma daginn áður eða samdægurs ef annað gengur ekki.

MYNDBIRTING

Myndir úr flokkum sumarsins eru birtar á heimasíðu Kaldársels (kaldarsel.is), stundum koma þær seint inn vegna slaks netsambands svo endilega fylgið okkur á facebook (facebook.com/kaldarsel) en þar látum við vita þegar myndir eru komnar inn ásamt fleiri skemmtilegum færslum.

MATUR OG AÞPREYING

Börnin hollan og góðan heimilismat á meðan dvölinni stendur sem er eldaður frá grunni í eldhúsinu okkar.

Á fimmtudegi er veisludagur með hátíðarkvöldverði.

VEIKINDI, OFNÆMI, ÓÞOL

Tilkynna skal um ofnæmi og/eða óþol að minnsta kosti sjö dögum áður en barn mætir í Kaldársel til skrifstofu KFUM og KFUK í síma **588-8899**. Ef barn kemst ekki í Kaldársel vegna veikinda skal einnig tilkynna það til skrifstofu.

Ekki þarf að koma með læknisvottorð, nema eins og segir í reglugerð: "Ef barn á við einhvers konar veikindi að stríða skal sá sem vistar barn sitt gefa rekstraraðila upplýsingar um veikindin og skýr fyrirmæli læknis um meðferð, lyfjagjöf o.s.frv. að svo miklu leyti sem slíkt á við." Ef barnið tekur lyf, látið skriflegar leiðbeiningar fylgja með lyfinu og afhendið forstöðukonu við brottför. Það sama á við ef eitthvað annað sérstakt gæti skipt máli varðandi heilsu barnsins og líðan.

SKILMÁLAR

Við minnum á skilmála vegna skráninga í dvalarflokka sumarbúðanna, en þar er að finna svör við mörgum algengum spurningum (<https://www.kfum.is/sumarstarf/skilmalarvegnanetskraningar/>).



HEIMÞRÁ

Það eru alltaf einhver börn sem fá heimþrá fyrsta sólarhringinn eða svo og eru þessar tilfinningar fullkomlega eðlilegar.

Mörg börn eru að fara að heiman í fyrsta skipti og tekur það smá tíma að venjast sumarþúðarlífinu.

Þrátt fyrir að heimþrá hafi ekki mikil áhrif nema á mjög lítinn hluta þeirra sem hér dvelja hverju sinni er heimþrá mikilvæg tilfinning og getur snert okkur öll. Heimþrá snýst um missi og er þannig nátengd sorg. Þegar heimþrá nær tökum, geta börnin komið með ásakanir, lokað sig af, reiðst og/eða notað samningatækni til að takast á við vanlíðan/sorgina. Stundum fylgir líkamleg vanlíðan, oftast nær í tengslum við magann (eða meltingarkerfið) en getur einnig komið fram sem hausverkur.

Fullorðnir einstaklingar þekkja væntanlega flest þessi einkenni, enda fullkomlega eðlileg viðbrögð við áfalli og breyttum aðstæðum. Fyrir mörg börn í sumarþúðum eru þessar sveiflukenndu og sterku tilfinningar hins vegar nýjar og jafnvel áður óþekktar og þau hafa ekki hugmynd um hvernig hægt er að takast á við þær.

Í Kaldárseli leggjum við áherslu á að takast á við þessar tilfinningar í samráði við foreldra/forsjáaraðila og höfum samband strax og við teljum að tilfinningarnar hefti tækifæri barnanna til að njóta dvalarinnar. Það að við höfum samband merkir samt alls ekki að við teljum að viðkomandi barn þurfi að fara heim, heldur miklu fremur viljum við að þekking foreldra á barninu nýtist til að hjálpa okkur að finna leiðir til að leyfa barninu að njóta sín.

Aðferðafræðin í heimþrármálum í Kaldárseli er sú að hjálpa barninu að brjótast út úr sorgarferlinu, sættast við umhverfi sitt og sjá tækifærin í dvölinni. Þannig viðurkennum við og skiljum tilfinningarnar en reynum að beina athygli þeirra frá vanlíðaninni, að tækifærunum. Við trúum því að þessi reynsla barnanna og það að láta ekki stjórnast af vanlíðan, þó hún sé viðurkennd, sé mikilvæg fyrir þau og hjálpi þeim til að þroska tilfinningar sínar og andlegt atgervi. Við skiljum þó líka að það getur gerst að aðstæður, upplifun og tilfinningar barnanna séu þess eðlis að þau eru einfaldlega ekki tilbúin til að takast á við dvölinu og þurfa að vera skemur en áætlað var í upphafi. Það gerist þó mjög sjaldan.

Samskipti og
samstarf
milli allra
aðila, barns,
foreldra og
starfsfólks

er lykill að Öllum þeim sem koma að rekstri sumarbúðanna er annt um það að börnin sem til okkar komi njóti dvalarinnar. Réttur og velferð hvers barns sem dvelur í Kaldárseli stendur framar öllu öðru og leggjum við mikinn metnað í að tryggja barninu þínu jákvæða og góða upplifun.

KFUM og KFUK leggur mikið upp úr því að starfsmenn félagsins séu bæði hæfir og vel undirbúnir fyrir starf sitt. Öllu starfsfólki er tryggður fjölbreyttur undirbúningur með námskeiðum þar sem lögð er áhersla á fræðslu um þroska barna og unglunga, skyndihjálp og brunavarnir. Starfsmenn KFUM og KFUK eru skyldaðir til að sækja námskeið í barnavernd. Starfað er eftir siðareglum Æskulýðsvettvangsins. Við höfum einnig í áraraðir gert þær kröfur til starfsmanna okkar að þeir skili inn sakavottorði.

Takk fyrir að treysta okkur fyrir barninu þínu.

Virðingarfyllst,

Stjórn og starfsfólk Kaldársels.

