



SUMAR
2025

ÖLVER SUMARBÚÐIR

UPPLÝSINGAR TIL FORELDRA/FORSJÁRAÐILA

ÖLVER

Ölver stendur á fallegum stað í nágrenni Hafnarfjalls, skammt frá Borgarnesi. Þar eru ævintýri og góðar samverustundir frá morgni til kvölds. Á hverjum degi er skipulögð dagskrá sem samtvinnar skemmtilega leiki, óvæntar uppákomur auk þess að halda í ómissandi sumarþúðarhefðir. Alla morgna er hugleiðing úr Biblíunni og á hverju kvöldi er kvöldvaka þar sem stelpurnar fá tækifæri til þess að láta ljós sitt skína og skemmta hver annarri. Í Ölveri dvelja allt að 46 stelpur í senn og gist er í 6-8 manna herbergjum.

FARANGUR

Pökkunarlisti:

- Lak, koddi og sæng/svefnpoki
- Daglegur fatnaður
- Útiföt, stígvél
- Betri fatnaður fyrir veilsukvöld
- Íþróttafatnaður
- Náttföt
- Handklæði
- Sundföt
- Snyrtivörur
- Inniskór
- Vatnsbrúsi
- Góða skó fyrir útileiki og stuttar göngur

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

Munið að merkja allt dótið ykkar!

Gott er að merkja allan farangur skilmerkilega. Til að auðvelda börnunum að pakka niður til heimferðar er gott að gera nákvæman lista yfir farangur barnanna. 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 sumarþúðirnar sér rétt á að ráðstafa ósóttum óskilamunum.

Símar eru ekki leyfðir í Ölveri en mörgum stelpum finnst gaman að hafa með sér einnota eða litla stafræna myndavél. Það er einnig ekki leyfilegt að taka með sér sælgæti, tyggjó, kex eða annan mat og drykk.

BROTTFÖR OG HEIMKOMA

Rútur fara frá húsi KFUM og KFUK að Holtavegi 28 **klukkan 11:00** á brottfarardegi og koma til baka á sama stað **klukkan 15:00** á heimkomudegi.

Forstöðukona hvers flokks er til staðar við brottför og tekur við öllum lyfjum. Hægt er eiga samræður við hana áður en haldið er af stað.

Gjald fyrir rútu greiðist með dvalargjaldi, en mælt er með því að öll börn komi og fari með rútu. Þau sem kjósa að skutla börnum eða sækja þau þurfa að tilkynna það. Í þeim tilfellum eru börnin velkomin í Ölver frá klukkan 12:00 á komudegi og skulu sótt fyrir klukkan 14:00 á brottfarardegi.

SAMSKIPTI Á MEÐAN DVÖL STENDUR

Símatími forstöðukonu er á milli klukkan **18:00 og 19:00** alla daga. Á þeim tíma geta foreldrar/forsjáraðilar hringt og spurst fyrir um barnið sitt. Símanúmerið er **433 8860**. Ekki er gert ráð fyrir því að foreldrar/forsjáraðilar tali við börnin sín á meðan dvölinni stendur. Forstöðukona mun alltaf hringja í foreldra/forsjáraðila ef eitthvað kemur upp á.

Reglulega eru skrifaðar fréttir af flokknum á heimasíðunni **www.kfum.is/olver** en þar er einnig hægt að nálgast myndir af hverjum degi. Þið getið einnig fundið okkur á Instagram.

Ekki er heimilt að heimsækja börnin á meðan á dvöl þeirra stendur.

VEIKINDI, OFNÆMI, ÓÞOL

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

LÚSMÝ

Vakin er athygli á því að lúsmýið hefur uppgötvað paradísina sem Ölver er og er gjarnt á að heimsækja okkur á sumrin þrátt fyrir alls kyns tilraunir til að sporna við því. Það eru lúsmýnet fyrir öllum svefnherbergisgluggum. Þetta er hluti af náttúrunni og lítið hægt að gera, við reynum þó að vera með fyrirbyggjandi ráðstafanir eins og kostur er. Við mælum með að börnin klæðist langermabolum, háum sokkum, síðum buxum og náttfötum á næturnar sem þekja vel.

Ef bit á sér stað má búast við óþægilegum kláða sem í flestum tilfellum er hægt að róa með Aloe vera kremum, Afterbite stifti, ofnæmislyfinu Histasín/Lóritín, eða sterakremi líkt og Mildison. Einnig hefur hlaupabólufroða reynst vel. Vinsamlega láta vita ef barnið ykkar má ekki taka eða fá eitthvað af framangreindu. Mjög gott gæti verið að láta börnin hafa framangreind úrræði meðferðis þegar haldið er í sumarþúðirnar. Þess má þó geta að úrræðin eru að öllu jöfnu í boði í sumarþúðunum. Kláðinn líður yfirleitt hjá á nokkrum dögum og bitin gróa.

HEIMPRÁ

Í hverjum flokki eru stelpur sem fá heimprá og eru þessar tilfinningar fullkomlega eðlilegar. Margar stelpur eru að fara í fyrsta skipti að heiman og það getur tekið tíma að venjast sumarbúðalífinu. Heimpráin, ef hún kemur fram, gerir það yfirleitt á kvöldin og fyrstu dagana en dregur yfirleitt úr henni þegar líður á flokkinn. Kvöldin eru viðkvæmur tími og sá tími sem maður er vanur að vera heima hjá sér og fylgja sinni eigin rútínu. Dagskráin og skipulagið í Ölveri er gert með þetta í huga. Eftir kvöldvöku er kvöldkaffi og svo fara stelpurnar að gera sig til fyrir háttinn. Hvert herbergi fær sína bænakonun. Bænakonan fylgir þeim á kvöldin. Hún passar að allir bursti tennurnar, séu með lak og komi sér í háttinn. Hún sér líka um að svæfa. Hún fer ekki fyrr en allir eru komnir í ró og sofnaðir. Stelpurnar vita því alltaf af einhverjum sem þær geta leitað til. Það er alltaf einn foringi sem er á næturvakt og er tilbúinn að aðstoða þær sem vakna yfir nóttina. Foringjarnir okkar eru snillingar í að aðstoða við heimprá. Við viljum mæta stelpunum með skilningi og hvetja þær. Okkar markmið er að öllum líði vel og skemmti sér.

Stundum kemur það upp að stelpurnar vilji hringja heim. Það er hins vegar okkar reynsla að það hjálpar sjaldnast og gerir stundum illt verra. Forstöðukona hefur alltaf samband við foreldra/forsjáraðila ef heimpráin reynist barni mjög erfið. Þó svo að við höfum samband þýðir alls ekki að við teljum að það sé best að barn fari heim. Við vitum að þekking foreldra/forsjáraðila á barninu getur nýst okkur til að hjálpa okkur að finna leiðir til að aðstoða barnið.

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/skilmalar-vegna-netskraningar/>).

VARNINGUR

Hægt er að festa kaup á varningi merktum Ölveri við brottför eða heimkomu, eða á opnunartíma skrifstofu KFUM og KFUK á Holtavegi 28. Tekið er við reiðufé en einnig millifærslum.

Í sumar verða seldir bleikir Dry-Fit Ölversstuttermabolir (3000 kr), Ölvershúfur (1000 kr), og Ölversbrúsar (3000 kr). Þrennutilboð er á bleikum bol, húfu og brúsa. Tilboðið kostar 6000 kr.



Bolurinn
kostar
3000 kr.





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 Ölveri 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 unglinga, 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 Ölvers



KFUM
KFUK