

Kristinn Einar Ingvason - hringtorg við grænásbrekku og lengri opnunartími í sund

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir

Ég heiti Kristinn Einar Ingvason og ég er fulltrúi Njarðvíkurskóla í ungmennaráði Reykjanesbæjar.

Áskorun mín til ykkar kæri forseti og bæjarstjórn er að tryggja öryggi barna sem búa í Ásahverfinu og þurfa að fara stórhættulega leið í Njarðvíkurskóla.

Það er eitthvað búið að gera, t.d ljósastaurar við gangbraut í grænásbrekku en það er bara ekki nóg.

Ökumenn og gangandi fólk eru oft í mikilli hættu að koma sér inn á Njarðarbraut og skapast mikil hætta þar á hverjum degi.

Ég hvet ykkur til þess að mæta við Grænásbrekku kl 7.45 og vera til kl. 8.05 og meta það hvort þið mynduð vilja senda barnið ykkar labbandi í skólann.

Besta lausnin væri að setja hringtorg og gangbrautaljós

Annað sem mig langar að nefna er opnunartími sundlaugarinnar – það er áskorun mín að lengja opnunartíma um helgar. Það er ekkert meira pirrandi en þegar ég er búin að keppa og langar að fara í sund með vinum mínum, að þá er búið að loka klukkan 18.

Ég tel að með því að lengja opnunartíma um helgar er vettvangur fyrir ungt fólk að skella sér í sund frekar en að hanga heima í símanum og tölvum.

Gabriel Örn

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir,

Ég heiti Gabriel Örn Ágústsson og ég ætla að tala um skort á ljósastaurum . Íbúðarfjöldi í Keflavík og Njarðvík hefur margfaldast síðastliðin 10 ár og með þessari fjölgun hafa risið mörg ný hverfi sem í dag heitir Reykjanesbær. Það hefur verið byggður aragrúi af blokkum, einbýlishúsum, raðhúsum með tilheyrandi götum og torgum sem við fögnum.....

En því miður í þessari þróun hefur götulýsing orðið útundan. Víða eru vegir í hálfmyrkri og skugga sem er gangandi vegfarendum og umferð til mikilar hættu. Við búum í landi þar sem við erum heppin að hafa löng og björt sumur en veturinn er um leið í miklu myrkri - stundum fleiri vikur þar sem dagsbirta sést ekki. Því er það mjög mikilvægt að götulýsing í þessum nýju bæjarhlutum sé góð og nái ekki bara yfir aðalgötur heldur líka minni vegi, sund og opin svæði.

Ég legg því til að bæjaryfirvöld setjist niður og kortleggji þessa nýju byggð og gera áætlanir fyrir úrbætur og það sem fyrst. Við erum líka heppin að hafa ódýrt rafmagn og tækni sem getur stýrt þessu og því er þetta fjárfesting sem á eftir að skila sér margfalt þegar lýsingin hjálpar okkur að komast hjá slysum og óhöppum.

Ég vona að það verði gert eitthvað í þessu á næstuni og ég vona einnig að þið sjáið ykkur fært um að upplýsa okkur í ungmennaráðinu ef eitthvað verður gert í þessum málum. takk fyrir mig.

Eydís Ásla

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir

Grunnskólar bera mikla skyldu að börn og ungmenni frá aldrinum 6-16 finna öryggi og að móta þau í manneskjunnar sem þau eiga eftir að verða að. Grunnskólar eiga að stuðla að frumkvæði og sjálfstæðri hugsun nemenda og þjálfra hæfni þeirra og samstarf við aðra. Forvarnarstarf í grunnskólum er til vernda nemendur frá því að lenda í vanda vegna neyslu áfengis, annarra vímuefna eða eineltis. Grunnskólinn er kjörinn staður til þess að vinna að forvarnar starfi vegna þess hann er stór þáttur í uppeldi barna o.s.f. Ástæðan fyrir því að ég er að tala um grunnskóla og forvarnir er að ég vil að grunnskólarnir vinni meira með forvarnarstarf og “normalisa” að tala um þetta umræðu efni við ungmenni. Frá minni upplifun frá skólanum mínum hefur hann varla tekið umræðuefnið og eini staðurinn sem hefur rætt þetta við ungmenni eru Fjörheimar. Og þótt starfsfólkið þar eru að vinna starfið sitt vel og eru dugleg að ræða um þetta vil ég líka fá að heyra meira um þetta í daglegu lífi í skólanum. Einnig er gríðarlega nauðsynlegt er að tengja saman félagsmiðstöðvar, heimili, íþróttastörf, framhaldsskóla og grunnskóla í umræðunni um forvarnir.

Ég hef verið að skoða margar greinar um rannsóknir vegna vímuefna neyslu unglunga í 10. Bekk.

Þegar bjórinn var lögleiddur hér á landi 1988 jókst áfengisneyslan margfalt. Munurinn milli 1995 og 2018 er hvernig áfengis neyslan hefur lækkað gríðarlega mikið hjá ungmennum. Og niðurstöðurnar árið 2018 voru að 14% unglunga höfðu drukkið síðustu 30 daga. En árið 1995 var talan 46%, þetta er rosaleg breyting fyrir hið betra. En ekki allt gott hefur jákvæða hlið bak við það. Kannabisneysla hefur aukist gríðarlega síðustliðin ár hjá unglungum i 10. Bekk og það þarf að skoða það mál hvað er hægt að gera í því og snúa þeirri þróun við. Það er alveg ljóst að vímuefnaneysla er að aukast að nýju í formi kannabis. Þess vegna eru forvarnir gríðarlega mikilvægar.

Þetta er svo virkilega stórt vandamál í samfélaginu sem hefur áhrif á andlegu heilsu barna og sérstaklega unglunga. Ekki bara fyrir ungmenni í neyslu sjálf heldur einnig fyrir fólkið í kringum þau. Ég vona þið takið þessu til ykkar og gerið hvað sem þið getið til að koma orðinu fram um forvarnir og mikilvægi þeirra til að hjálpa ungmennum með andlegu heilsuna sína.

Katrín Alda

Kæri forseti bæjarstjórn og aðrir góðir gestir

Vallarhúsið okkar í Njarðvík hefur nú staðið sem bráðabirgðalausn í um átján ár. Átján ár!

Þetta hús átti upphaflega að vera tímabundið, en hefur staðið langt umfram þann tíma. Eins og ég hef nefnt í fyrri ræðum þá er vallarhúsið einfaldlega sprungið og langt frá því að geta uppfyllt þarfir okkar.

Ég er bæði leikmaður í Grindavík/Njarðvík meistaraflokki kvenna og aðstoðarþjálfari yngri flokka í Knattspyrnufélagi Njarðvíkur, og upplifi ég daglega hversu mikil áhrif skortur á aðstöðu okkar hefur á okkur leikmenn, unga iðkendur og þjálfunina í heild. Við höfum nú þegar stigið stórt skref með því að fara í samstarf við Grindavík í meistaraflokki kvenna, sem stuðlar að framþróun bæði fyrir félögin og fyrir bæjarfélagið.

En nú vil ég útskýra ástandið fyrir ykkur enn betur: vallarhúsið er með aðeins tvo klefa. Annar klefinn er fyrir meistaraflokk karla, og hinn er lítil gestaklefi. Þetta er allt of lítil aðstaða fyrir félag af okkar stærðargráðu. Við, stelpurnar, erum að nota gestaklefan, en þegar kemur að leikjum er þetta fyrirkomulag algjörlega óásættanlegt – það er ekki einu sinni hægt að bjóða utanaðkomandi liðum upp á viðeigandi aðstöðu. Það er jafnvel óhugsandi að halda áfram að bjóða liðum hingað þegar það er ekki hægt að úthluta þeim klefa. Þetta er einfaldlega ekki í samræmi við nútímaaðstæður eða þá virðingu sem gestalið eiga skilið.

Knattspyrnufélag Njarðvíkur er alls ekki lítið félag. Bæði meistaraflokkur karla og kvenna eru í Lengjudeildinni, og það er langt frá því að vera boðlegt að fá önnur lið til okkar án þess að geta útvegað þeim klefa og ásættanlega aðstöðu.

Þetta er ekki einungis praktískt vandamál – þetta er spurning um virðingu og fagmennsku. Öll önnur sambærileg félög fá þá virðingu frá sínu bæjarfélagi að hafa góða aðstöðu til þess að halda uppi góðum leik- og æfingaaðstæðum. En við í Knattspyrnudeild Njarðvíkur fáum ekki sömu virðingu og þau. Þetta er ósanngjarnt og hreinlega svindl gagnvart okkur sem leggja líf og sál í þetta félag.

Ég stend hér í dag til að berjast fyrir félaginu mínu – af því að það skiptir miklu máli að eitthvað verði gert! Ég er svo heppin að hafa tækifæri til þess að fá að tala við ykkur.

Ég geri mér grein fyrir því að þetta er kostnaðarsamt verkefni en það sem ég er að biðja um er að staðið verði við það loforð sem gefið var fyrir um 18 árum!. Átján ár höfum við búið við þessa bráðabirgðalausn – það er kominn tími til að gera betur!

Ég geri mér hinsvegar fullkomnlega grein fyrir því að þetta loforð var ekki ykkar, heldur þáverandi bæjarstjórnar og fyrrum bæjarstjóra. Ég skil vel að það getur verið óþægilegt að þurfa að taka upp mál sem var lofað í fortíðinni en aldrei framfylgt. En það er nauðsynlegt. Við getum ekki látið þetta mál dragast lengur, né leyft að félagsstarfið í Njarðvík verði áfram fyrir barðinu á fyrri loforði.

Ég ætlaði að koma hingað í dag með hrós til bæjarins, því það er ótrúlega margt gott í gangi hér í Reykjanesbæ. En þetta mál brennur á mér og skiptir mig mjög miklu máli. Ég hef talað um þetta í síðustu tveimur ræðum og mun ekki hætta fyrr en eitthvað verður gert eða málið tekið alvarlega til skoðunar.

Frosti Kjartan Rúnarsson

Frábæri Forseti, Bæjarstjórn, Sverrir Bergmann og aðrir góðir gestir.

Símar.

Við notum öll símana okkar daglega. Og mörg okkar mjög mikið. En símanotkun er ekki bara vandamál hjá fullorðnu fólki, heldur dreifist þetta líka til okkar ungmennanna, og við erum sennilega verri en þið þegar það kemur að þessu málefni og hvað þá þegar við erum í skólanum.

Þegar ég var í grunnskóla var mikið um símanotkun hjá okkur krökkunum og er staðan algjörlega óbreytt í dag. Þetta hafði mikil áhrif á einbeitingu og margt fleira.

Þess vegna langar mig enn og aftur að tala um símalausa grunnskóla

Ef við myndum stefna að símalausum grunnskólum til framtíðar að þá trúi ég á að það geti haft jákvæð áhrif, og að jákvæðar breytingar gætu átt sér stað. Það er allavega ekkert að því að láta reyna á það.

En hvernig er hægt að láta símalausa grunnskóla ganga upp í okkar nútíma samfélagi.

Gott dæmi er leið sem t.d er notuð í Írlandi og Bretlandi en þar er notað svokallað „Yondr pouch“ í sumum skólum, en það er lítill vasi eða sakkur sem geymir síma nemenda og þeir hafa hann á sér allan skóladaginn, en hann er samt óaðgengilegur þeim. Þar af leiðandi þurfa þau ekki að geyma hann í símakassa né skúffu hjá kennurum. Svona virkar Yondr:

Fyrsta skref, nemendur mæta í skólann og setja símann í sakkinn.

Mynd 1

Annað skref, þeir loka sakknum með segullæsingunni sem virkar líkt og þjófavarnarkerfi í fatabúðum.

mynd 2

Þriðja skref, í lok tímans, eða skóladags, fer eftir hvort þið viljið hafa algerlega símalausa skóla, eða bara í tímum þá pota þeir læsingunni á öflugan segul, rétt eins og við kassann í H&M og þá opnast sakkurinn og nemendur fá aðgang að símanum sínum á ný.

Mynd 3

Þetta er bara dæmi um þær aðgerðir sem hægt er að framkvæma gegn símanotkun í skólum. Svo er auðvitað alltaf hægt að opna sakkinn ef ské kynni að það verði notað símann í verkefni.

Þetta fyrirtæki sendir ekki til Íslands en eins og ég segi þá er þetta bara dæmi.

Kær kveðja,

Frosti K. Rúnarsson



Kolbrún dís

Bæjarstjórnarfundur 2024.

19. nóvember, 2024

Góðan daginn, ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég heiti Kolbrún Dís. Í dag er ég komin til þess að ræða lestur barna og ungmenna í Reykjanesbæ. Hvernig getum við gripið fyrir inn í til að bæta árangur nemenda sem eru undir í lestrarviðmiðum?

Slök lestrafærni getur haft margvíslegar afleiðingar í för með sér eins og t.d. neikvæð áhrif á árangur í öðrum fögum, lægra sjálfstraust, kvíða, félagslega einangrun, skólaforðun og brotthvarf úr skóla.

Út frá minni eigin reynslu get ég sagt að lestrarnámið í grunnskóla var ekki nægur undirbúningur fyrir framhaldsskóla. Það er ekki auðvelt fyrir mig að standa hér og segja ykkur að fyrsta árið mitt í framhaldsskóla hefur reynst mér þung áskorun, þá sérstaklega vegna þess að krafan um sjálfstæðan lestur er meiri.

Þegar ég lít til baka þá man ég eftir því að fyrstu árin mín í grunnskóla var vel fylgst með heimalestri, við áttum að lesa heima daglega og svo lásam við daglega líka fyrir kennarann okkar. Svo hægt og rólega minnkaði það.....og á unglingsárunum var eftirfylgnin svo nánast engin.

Þetta er ekki bara persónuleg reynsla mín, heldur endurspeglar hún t.d. bara vel síðustu PISA könnun sem var gerð árið 2022. Þar sýna niðurstöður okkur að lestrageta íslenskra nemenda sé ábótavant og hefur hrakað mjög mikið síðan árið 2009. Hlutfall þeirra sem náðu viðmiði 1 var hæst í 1.bekk eða 85 %, en svo hrakaði það niður fram að 6. Bekk og hlutfall þeirra sem náðu viðmiði 1 í 7-10 bekk voru svo einungis 62-69 %

Lestrarþjálfun barna og ungmenna krefst auðvitað góðrar samvinnu milli foreldra og skóla. En heimilisaðstæður nemenda eru jafn ólíkar og við erum mörg. Það er því nauðsynlegt að skólinn komi til móts við þá nemendur sem geta ekki fengið aðstoðina heima fyrir sem krafist er fyrir heimalestur, því fyrir sem við hjálpum þeim einstaklingum sem vantar aðstoð, því fyrir getum við komið með nýja lausn á hvernig þeir geta æft lestur heima.

Kennaraskortur er mikið áhyggjuefni þar sem margir starfa sem kennarar en án viðeigandi kennsluréttinda. Ég vil samt taka skýrt fram að allt starfsfólk í grunnskólum er ómetanlegt, en það getur haft áhrif á námsútfærslu þegar kennarinn hefur ekki fengið sértæka þjálfun í að kenna grunnfærni í lestri. Þegar kennarar eru ekki með viðeigandi undirbúning, getur það haft áhrif á hvernig grunnfærni eins og lestur er kenndur og þar með á árangur nemenda.

Síðast en ekki síst, þá er mikilvægt að efla ábyrgðartilfinningu nemenda gagnvart eigin námi. Ég er með nokkrar hugmyndir um hvernig við getum reynt að gera það og er listi yfir þær fyrir neðan ræðuna mína. Ég mun taka ábyrgð á þessu máli og taka þetta fyrir á næsta menntaráðsfundi Reykjanesbæjar

Ég er vel meðvituð um, að það sem ég hef nefnt hér, er aðeins hluti af stærri mynd, þetta er flókið mál. Það eru margar aðrar áskoranir sem spila einnig inn í, svo sem greiningar eins og ADHD, lesblinda og öðrum námsvanda sem hafa áhrif á nemendur. Að lokum vil ég nefna, að í skýrslu sem unnin var hjá Reykjanesbæ, kemur fram að lestur ungs fólks er orðinn áhyggjuefni. Ég vil þakka bæjarstjórn fyrir að hafa haft frumkvæði að því að setja fram slíkar upplýsingar, því þær eru mikilvægur grunnur fyrir aðgerðir til að bæta lestrarstöðu.

Vinum áfram saman og tökum þetta skrefinu lengra. Setjum þetta í forgang og tryggjum að lestrarfærni verði styrkleiki sem styður við áframhaldandi nám og framtíðarmöguleika en ekki hindrun. Takk fyrir mig

Perla Dís

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég heiti Perla Dís og mig langar að ræða stuttlega um hlutverk bókasafna í okkar bæjarfélagi.

Ég passa lítinn strák í Kópavogi og var mikið að passa hann síðastliðið sumar.

Þar sem að ég er ekki með bílpróf.... og erfitt er að koma bílstól fyrir á hopphjólí...

Þá þurfti ég að finna eitthvað fyrir okkur að gera sem er nálægt heimili hans. Það vill svo heppilega til að hann býr nálægt bókasafni Kópavogs. Á bókasafninu er geggjuð barnadeild sem er mjög vel nýtt. Okkur fannst svaka gaman á bókasafninu og á leikvellingum fyrir utan enda var mikið af fólki þar.

Í Reykjanesbæ hefur verið smá bókasafna-vesen eins og við flest vitum og til stendur að flytja bókasafnið. Mig langar að leggja fram nokkrar hugmyndir fyrir bókasafnið. Góðan leikvöll fyrir utan, með rólum, hoppudýnu, kastala, hringekju og nóg af leiktækjum ásamt barnadeild með aðstöðu fyrir smábörn. Barnadeildin ætti að hafa notalega staði til þess að setjast niður og lesa bækur, lítið safn með t.d. plánetum eða sjávardýrum. Mér finnst að það ætti líka að vera salur á bókasafninu fyrir börn og ungmenni til þess að vinna að heimanámi og tómstundastörfum, einskonar „Fablab“ eins og er í FS.

Einnig ættum við að hafa í huga að mæta þörfum eldri borgara á þessum sama stað til að tengja saman þau yngri og eldri. Einnig legg ég til að almennings samgagnakerfi Reykjanesbæjar verði sameinað samgöngum flugstöðvar og Strætó BS. Gæði almenningsamgagna þarf að auka og fá aðila á svæðinu til að vinna betur saman.

Takk fyrir áheyrnina

Sóley Guðjóns

Góðan daginn ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

-----  
Ég vil byrja á því að þakka kærlega fyrir að fá að vera hér í dag og fyrir tækifærið sem ungmenni, til að taka þátt í umræðum sem snerta samfélagið okkar. Það er mikill heiður að fá að sitja þessa fundi og leggja mitt af mörkum. Hins vegar vil ég vekja athygli á ákveðnu atriði sem hefur reynst mér og öðrum ungmönnum í Ungmennaráði nokkuð erfitt, og ég vona að bæjarstjórnin sjái möguleika á úrbótum.

Fundir Menninga- og þjónusturáðs eru yfirleitt haldnir á föstudagsmorgnum frá klukkan 8:30 til 11:00, og eins og staðan er núna þarf ég að sleppa fyrstu þremur tímum í skólanum til að mæta. Áfangarnir sem ég missi úr eru yfirleitt stærðfræði, danska og íslenska. Þetta eru mikilvægar námsgreinar þar sem við vinnum oft að verkefnum sem byggja á fyrri kennslu, og það getur komið upp upprifjun eða jafnvel próf í þessum tímum.

Þetta hefur bein áhrif á framvindu mína í náminu og getur valdið því að ég þurfi að eyða tíma í að vinna upp það sem fór fram. Það er auðvitað í lagi ef þetta gerist einu sinni, en þegar fundirnir eru alltaf á sama tíma skapar þetta smá vandræði fyrir mig og aðra nemendur í sömu stöðu. Ég vil því undirstrika að það er mikilvægt fyrir mig að mæta í þessa tíma til að tryggja góða námsframvindu.

Ég vil því koma með hugmynd að lausn. Ef bæjarstjórnin gæti skoðað möguleikann á að dreifa fundartímunum meira, eins og til dæmis að hafa þá einstaka sinnum eftir hádegi eða jafnvel á öðrum vikudögum, þá gætu fleiri ungmenni tekið þátt án þess að þurfa að missa úr skólanum. Þetta myndi bæði auðvelda okkur sem vilja vera virk í samfélaginu að mæta, og gefa fleiri tækifæri til þátttöku.

Ég skil að fundartímar ráðast af ýmsum þáttum og að þeir þurfa að henta bæði ykkur og öðrum fundargestum. Ég vil þó leggja áherslu á að ef við viljum virkilega stuðla að þátttöku ungmenna í sveitarstjórnarmálum, þá er þetta lítið skref sem gæti skipt máli. Ég vona að þessi athugasemd verði tekin til umhugsunar og að við í Ungmennaráðinu getum haldið áfram að eiga góð samskipti við bæjarstjórnina og leggja okkar framlag í bæjarmálin án þess að þurfa að velja á milli skóla eða samfélagsþátttöku.

Linda Líf Hinriksdóttir

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Í dag langar mig að tala um andlega heilsu ungmenna.

Ég hef sjálf lent í því hversu erfitt það getur verið að glíma við andlega erfiðleika. Ég gekk í gegnum tímabil þar sem ég vildi ekki mæta í skólann af því mér leið illa og ég beið í **Fjóra mánuði** eftir að fá tíma hjá sálfræðing. Á þessum tíma þorði ég ekki að tala við neinn um mínar tilfinningarnar, ekki einu sinni við foreldra mína...

---

Þegar ég fékk loksins tækifæri til að fá stuðning breyttist allt. Ég fékk loksins tíma hjá sálfræðing og svo talaði ég við foreldrana mína um hvernig mér leið. Stuðningur þeirra hjálpaði mér að komast í gegnum erfiða tíma. Ég var opnari fyrir nýjum tækifærum, var virk í félagsstarfi og kynntist nýjum krökkum, ég fann stuðning og fékk meira sjálfstraust sem hjálpaði mér að opna mig og tjá mig með tilfinningarnar mínar. Það sýndi mér að það er hægt að komast í gegnum erfiða tíma með réttum stuðning.

---

**En..** nú er komið að okkur, hvað getum við gert til að bæta heilsu ungmenna í Reykjanesbæ., Þetta er ekki bara eitthvað sem við viljum, þetta er eitthvað sem við **ÞURFUM** að gera....

Við þurfum að fá fleiri sálfræðinga í Reykjanesbæ, því enginn ætti að þurfa að bíða mánuðum saman eftir aðstoð. Félagsráðgjafar ættu að vera í öllum skólum, svo það sé alltaf einhver til staðar til að hlusta á okkur þegar við viljum opna okkur með erfið mál, því þeir ættu að geta veitt stuðning og ráðgjöf fyrir okkur öll.

Einnig ættum við að koma með fræðslu um andlega heilsu í skólum, þar sem við getum rætt um þreytu, kvíða og hvernig best er að takast á við þau. Félagsráðgjafarnir í skólunum gætu t.d. fengið það hlutverk. Við ættum að skapa öruggt og styðjandi umhverfi þar sem enginn á að skammast sín fyrir að leita og biðja um hjálp og öll hafa aðgengi að einhverjum til þess að tala við.

Ef að ungt fólk fær aukin tækifæri til að blómstra, þá blómstrar samfélagið okkar líka.

Andrea

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég geng mikið yfir daginn bæði með vinum og ein til að komast í skólann og á æfingar í Reykjanesbæ. Ég hef oft þurft að labba á götunni, bílaplani eða á grasi sem við getum verið sammála um að er ekkert sérstaklega hentugt fyrir börn og ungmenni. Ég vil benda ykkur á þá staðreynd að það að ganga á götunni og bílaplönunum í myrkri er ekkert sérstaklega öruggt og við búum frekar norðarlega í heiminum þannig að á veturna er frekar dimmt meirihluta sólarhringsins.

Ég er virkur þátttakandi í unglingadeildinni Kletti hjá björgunarsveitinni Suðurnes og sæki æfingar þangað ásamt 25 öðrum unglingum. En það er enginn gangstétt né gangbraut fyrir okkur sem koma gangandi eða hjólandi auk þess sem götulýsingin er nánast engin í götunni hjá björgunarsveitinni á Holtsgötu.

Ég er einnig nemandi í Háaleitisskóla og geng heim daglega úr skóla ásamt tæplega 450 öðrum nemendum skólans sem flest gera það líka eða taka strætó heim til sín. Við Háaleitisskóla eru nánast engar gangbrautir, fáar gangstéttir og götulýsingin á ásbrú ekki góð.

Börn og ungmenni eru ekki dugleg að nota endurskinsmerki og eru oft í símanum á meðan þau ganga sem þýðir að þau eru líklegari en aðrir að verða fyrir bíl. Þetta eru líka hópur íbúa sem gengur hvað mest milli staða í Reykjanesbæ. Því er mikilvægt að passa vel upp á að staðirnir sem við sækjum mest séu eins öruggir og hægt er.

Ég hvet ykkur til þess að byrja á því að setja fleiri gangbrautir við Háaleitisskóla auk þess að laga umferðaröryggi við holtsgötuna þar sem björgunarsveitin er staðsett og huga betur að gangstéttum og götulýsingu þar sem börn og ungmenni eru oft á stjá

Það er frábært starf í gangi á báðum stöðum en við sem sækjum það þurfum að vera örugg og þið fullorðnu eigið að tryggja öryggi okkar. Eina sem við biðjum um eru gangbrautir, gangstéttir og góð lýsing!!!

Ísey Rún

Kæri forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Þetta er annað árið mitt sem varaformaður í nemendaráði Stapaskóla. Á þeim þremur árum sem ég hef starfað í nemendaráði hef ég fundið fyrir miklum ágreiningi á milli skóla varðandi hvað hver skóli fær að gera.

Það er ekki samræmi á milli hvað er í boði hjá á hverjum stað, þar af leiðandi upplifum við ríg á milli skóla. Það skiptir máli fyrir okkur nemendur að það sé félagsstarf í skólunum.

Að okkar mati þyrfti það að vera þannig að þeir skólar sem vilja gera mikið megi það, en að það sé lágmark sem hvert nemendaráð þurfi að gera í hverjum mánuði fyrir nemendur. Það að sum nemendaráð geri ekkert fyrir nemendur utan skólatíma skapar leiðindi á milli skóla sem er ekki gott fyrir okkur sem samfélag.

En staðreyndin er sú að sumir skólar fá ekki sömu tækifæri til halda viðburði bæði á og utan skólatíma, sumir fá ekki að vera með aðgang inná samfélagsmiðla og hafa ekki eða fá ekki aðstoðu fyrir viðburði meðan aðrir eru með viðburði nokkrum sinnum í mánuði.

Kennararnir þurfa að treysta krökkunum í nemendaráði og aðstoða þau við að skapa skemmtilega stemningu og félagslíf fyrir nemendur í skólanum. Mér finnst að við eigum öll að hafa tækifæri til að vera með gott og öflugt félagslíf í skólanum og það verði meira samræmi milli skólanna því við höfum öll svipuð markmið og viljum getað unnið saman í staðin fyrir að vera á móti hvort öðrum.

Krakkar í öðrum skólum eiga ekki að þurfa að horfa á aðra skóla gera margt skemmtilegt en þau fá hreinlega bara að gera ekki neitt. Mig langar svo að sjá þetta breytast og vona að við getum breytt þessu saman.

Mér finnst að allir eigi skilið að geta gert ýmislegt skemmtilegt og fá að taka þátt í öflugum félagslífi bæði á skólatíma og eftir skóla.

## Aðalheiður Ísmey Davíðsdóttir

Ágæti forseti, bæjarstjórn og aðrir góðir gestir.

Ég heiti Aðalheiður Ísmey, og er hér komin til að ræða svefn unglunga.

Táningar fá lítinn svefn, það vitum við öll. En vitum við hvers vegna?

Á seinasta ári var gerð tilraun í Vogaskóla tengt svefn venjum unglunga. Niðurstöðurnar sýna að unglingar í Vogaskóla, sem byrjuðu skóladaginn klukkan 9:10, 40 mínútum síðar en venjulega, fengu betri svefn og upplifðu minni klukkupreytu samanborið við unglunga í öðrum skólum.

„Það eru ákveðnir þættir sem gerast á unglingsaldri við kynþroskann. Þá seinkar dægursveiflu unglunga, þannig að þau byrja seinna á kvöldin að framleiða svefnhormón og verða seinna þreytt. Þannig að unglingar verða gjarnan svona náttúrulegir náttþrafnar.“ Segir Erla Björnsdóttir, sálfræðingur og doktor í svefnrannsóknnum.

Erla segir einnig að klukkan hér á landi hefur mikil áhrif á svefn og að við á Íslandi förum seinna að sofa en nágretta lönd okkar. Við höfðum barist lengi til að breyta íslensku klukkunni en það hefur ekki verið gert. Erla telur að það að klukkan í okkar samfélagi sé stillt á röngum tíma hafi mikil áhrif á svefnleysi unglunga.

Flestir unglingar sinna tómstundum, íþróttum eða félagsstörfum sem dragast seint til kvölds og eru þá komin heim til sín enn seinna, og eiga þá eftir að sinna heimilisstörfum og heimavinnu.

Okkar fyrsta skref til að bæta svona vanda væri t.d að seinka byrjun skólatíma á unglingastigi.

Reykjavíkurborg tók þetta til sín og í byrjun vorannar var skrifað undir samning sem mun seinka byrjun skólatíma unglunga í Reykjavík til í fyrsta lagi 08:50 næstu þrjú árin.



Flestir skólar í Reykjanesbæ byrja klukkan 8:15-8:30 nema Myllubakkaskóli, sem seinkaði byrjun skólatíma til klukkan níu.

Hér er frásögn frá formanni nemendaráðs Myllubakkaskóla.

Við seinkuðum okkar skólatíma til klukkan niu til að bæta svefn unglunga. Perla Dís segir að kennarar og nemendur hafa orðið hressari og einbeiting nemenda hefur bæst mikið. Hún segir einnig frá að svefn í tíma á unglingastigi hefur fækkað ótrúlega mikið.

Við viljum öll betri svefn fyrir kennara, unglunga og starfsfólk skólans okkar. Ég skora á ykkur til að prófa þessa tilraun og sjá niðurstöður sem ég trúi að verði allar jákvæðar.