



Áfallaáætlun

Áfallaáætlun skólans skal nýta sem gátlista þegar skipuleggja þarf áfallahjálpmiðal nemenda eða starfsfólks skólans. Nauðsynlegt er að samkomulag og skýr vitneskja sé um hvernig bregðast skuli við áföllum. Allt starfsfólk skólans verður að vera vel undirbúið til að takast á við þá erfiðleika sem fylgja áföllum þegar válegir atburðir knýja dyra. Taka þarf tillit til aðstæðna hverju sinni þegar viðbrögð við áföllum eru ákveðin.

1. Áfallaráð Vallaskóla

Í áfallaráðinu sitja:

Sími

- | | |
|---------------------------|---------|
| • Skólastjóri | 4805850 |
| • Aðstoðarskólastjóri | 4805851 |
| • Ritari skólans | 4805800 |
| • Skólahjúkrunarfræðingur | 4805871 |
| • Náms- og starfsráðgjafi | 4805814 |

Aðstoðarfólk sem áfallaráð getur leitað til:

- Skólasálfræðingur
- Sóknarprestur
- Heilsugæslulæknir
- Lögregla



2. Hlutverk áfallaráðs

- Að hafa verkstjórn við válega atburði
- Að útbúa vinnuáætlanir um hlutverkaskipan hverju sinni, í hvaða röð og hvernig bregðast skuli við í hverju tilviki fyrir sig

Mikilvægt er að huga að óskum þeirra fjölskyldna sem hlut eiga að máli hverju sinni.

- Áfallaráð skal sjá til þess að allt starfsfólk fái kynningu á því hvernig bregðast skuli við áföllum
- Áfallaráð skal sjá til þess að starfsfólk skólans fái stuðning og hjálp
- Áfallaráð skal funda eins fljótt og auðið er ef válegur atburður hefur orðið, óháð dagssetningu og tíma.



3. Skilgreining á áföllum

Áföll eru skilgreind sem:

- Alvarleg slys (nemenda/starfsmanns eða aðstandenda nemenda/starfsmanns)
- Alvarleg veikindi (nemenda/starfsmanns eða aðstandenda nemenda/starfsmanns)
- Langvinnir sjúkdómar (nemenda/starfsmanns eða aðstandenda nemenda/starfsmanns)
- Andlát (nemenda/starfsmanns eða aðstandenda nemenda/starfsmanns)
- Að verða vitni að eða lenda í ógnvekjandi eða voveiflegum atburði

Áfallaráð fundar í byrjun hvers skólaárs og fer yfir hvort breytingar hafi orðið á aðstæðum nemenda/starfsmanna vegna alvarlegra slysa, veikinda, dauðsfalla eða annarra áfalla.

Áfallaráð ræðir þau áföll sem upp hafa komið og tekur ákvörðun um hvort og þá til hvaða aðgerða skuli gripið.

Ef alvarlegt áfall á sér stað í sumarleyfi er nauðsynlegt að skólastjóri kalli áfallaráð saman til að það geti tekið ákvörðun um viðbrögð af skólans hálfu.

Einstaklingar sem lent hafa í áföllum sýna mismunandi einkenni streitu og í mismiklum mæli. Oft er annars vegar talað um bráðaeinkenni og hins vegar langvarandi álag. Hvort sem um er að ræða áfall vegna slyss, sjúkdóms, andláts eða náttúruhamfara, er mikilvægt að allir starfsmenn skólans sýni nærgætni og tillitssemi og beri virðingu fyrir tilfinningum þess sem orðið hefur fyrir áfalli, hvernig sem þær brjótast út.

ATHUGIÐ: Skólastjóri er ALLTAF eini tengiliður skólans við fjölmiðla. Aðrir hafa ekki leyfi til að gefa fjölmiðlum upplýsingar og skulu alltaf vísa á skólastjóra.

4. Nemendur

4.1.1 Langvinnir sjúkdómar/alvarleg veikindi nemenda:

- Viðkomandi starfsfólki og bekkjarfélögum er greint frá því ef nemandi þarf að vera langdvöllum burt frá skóla vegna alvarlegra veikinda sem gætu leitt til dauða.
- Áfallaráð ákveður hvernig taka skuli á náminu hjá viðkomandi nemanda í samráði við umsjónarkennara og metur hve mikið vinna skuli með viðkomandi bekk.
- Fulltrúar áfallaráðs ásamt umsjónarkennara ræða við og vinna með nemendum í einstaka bekkjum sem tengjast málinu eftir aðstæðum.
- Sýna skal atburðinum virðingu án þess að velta sér upp úr honum, m.a. getur bekkurinn sent kveðju.



Athugið að allar aðgerðir skólans þarf að bera undir viðkomandi forráðamenn til samþykkis og þeir þurfa að vera með í ráðum frá upphafi.

Þegar nemandi kemur aftur í skólann:

- Undirbúa þarf bekkjarfélaga undir það hvernig taka skuli á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann, það getur auðveldað viðkomandi endurkomuna.
- Umsjónarkennari og fulltrúi úr áfallaráði ræða við nemandann áður en hann kemur í skólann og hlusta eftir því hvernig honum líður og hverju hann kann að kvíða.
- Umsjónarkennari fylgir viðkomandi nemanda sérstaklega eftir næstu vikur.

4.1.2 Alvarlegt slys á nemanda

Ef slys verður í skólanum:

- Þeir sem koma að slysi, hringja eftir sjúkrabíl og veita fyrstu hjálp. Ekki má skilja nemanda eftir einan undir neinum kringumstæðum.
- Fulltrúi áfallaráðs hefur samband við forráðamenn og lögreglu sem allra fyrst.
- Áfallaráð fundar og ákveður hvernig bregðast skuli við.
- Fulltrúi áfallaráðs og umsjónarkennari ræða við nemendur í einstaka bekkjum sem tengjast málinu.
- Starfsfólki og nemendum er greint frá slysinu eins fljótt og auðið er. Í mjög alvarlegum tilfellum þarf að kalla allt starfsfólk saman til fundar þar sem farið er yfir staðreyndir málsins.
- Skólastjórnendur reyna að koma í veg fyrir það að nemendur eða starfsfólk fari heim með rangar eða misvísandi upplýsingar um málið. Í því sambandi gæti þurft að senda bréf heim með nemendum eða að hringja í hvert og eitt heimili.
- Sýni fjölmiðlar málinu áhuga er skólastjóri eða staðgengill hans eini tengiliður við þá. Allir aðrir skulu, án undantekninga, vísa á þá.

Athugið að allar aðgerðir skólans þarf að bera undir viðkomandi forráðamenn til samþykkis og þeir þurfa að vera með í ráðum frá upphafi.

Ef slys verður utan skólatíma:

- Áfallaráð fundar þegar vitneskja fæst um málið og ákveður hvernig bregðast skuli við.
- Viðkomandi starfsfólki og bekkjarfélögum er tilkynnt um slysið.

Næstu dagar:

- Ört upplýsingastreymi til skólans er mikilvægt.
- Umsjónarkennari sér um að koma upplýsingum til nemenda.



- Fulltrúi áfallaráðs eða umsjónarkennari athuga hvort heimsóknir til viðkomandi séu mögulegar eða heppilegar.
- Sýna verður atburðinum virðingu, án þess að velta sér upp úr honum, m.a. getur bekkurinn sent kveðju.

Þegar nemandi kemur aftur í skólann:

- Umsjónarkennari, ásamt fulltrúa úr áfallaráði, ræða við nemandann áður en hann kemur aftur í skólann og hlustar eftir því hvernig honum líður og hverju hann kvíðir.
- Umsjónarkennari, í samráði við áfallaráð, undirbýr bekkinn undir það hvernig taka skuli á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann, góður undirbúningur getur auðveldað nemandanum endurkomuna.
- Umsjónarkennari fylgist sérstaklega með viðkomandi nemanda næstu vikur.

4.1.3 † Andlát nemanda

- Skólastjórar afla staðfesta upplýsinga um atburðinn og hafa samband við viðkomandi heimili.
- Skólastjórar kalla saman áfallaráð og e.t.v. sóknarprest, óháð tíma og dagsetningu. Á þeim fundi ákveður áfallaráð fyrstu viðbrögð skólans og skiptir með sér verkum.

Athugið að allar aðgerðir skólans þarf að bera undir viðkomandi forráðamenn til samþykkis og þeir þurfa að vera með í ráðum frá upphafi.

- Ganga þarf úr skugga um að náin skyldmenni hins látna, sem eru við nám eða störf við skólann, fái fréttirnar sérstaklega en ekki í stórum hópi.
- Skólastjórar, umsjónarkennari tilkynna andlátið strax í viðkomandi bekkjardeild. Hlúð er að nemendum með aðstoð hjúkrunarfræðings, námsráðgjafa og sálfræðings. Kveikt á kerti, (prestur aðstoðar nemendur við stutta bæn, ef hann hefur verið kallaður til).
- Umsjónarkennarar tilkynna andlátið í öðrum bekkjardeildum og athuga skal að mikilvægt er að allir fái fréttirnar samtímis.
- Skólinn dregur fána í hálfu stöng þegar búið er að tilkynna nemendum andlátið.

Vinna í viðkomandi bekk sama dag:

- Umsjónarkennari verði með sínum bekk það sem eftir er af skóladegi.
- Hafa kerti logandi í kennslustofunni.
- Nemendum gefið tækifæri til að ræða atburðinn og tilfinningar sem gætu hafa kviknað í framhaldinu.
- Sérfræðingar skólans, hjúkrunarfræðingur, námsráðgjafi, skólasálfræðingur, sem og sóknarprestur, verði til taks ef á þarf að halda.



- Fulltrúi áfallaráðs eða umsjónarkennari viðkomandi bekkjar hringi heim og tilkynni foreldrum um atburðinn.
- Bréf sent heim með öllum nemendum skólans þar sem greint er frá atburðinum og því hvernig skólastarfið verði næstu daga.
- Ritara verði falið að kanna hverjir voru ekki mættir í skólann þennan dag og þeim tilkynnt um atburðinn sérstaklega.

Í lok dagsins skal áfallaráð funda ásamt umsjónarkennara, fara yfir stöðuna og gera áætlun um áframhaldandi vinnu.

Fulltrúar skólans fara í heimsókn til aðstandenda með samúðarkveðju einhvern næstu daga á eftir.

Vinna í viðkomandi bekk næstu daga á eftir:

- Umsjónarkennari tekur á móti bekknum næstu daga.
- Kveikt á kerti og það látið loga fram yfir jarðarför.
- Bekkjarsystkini útbúa samúðarkveðju og/eða minningargrein. Einnig geta nemendur teiknað myndir, skrifað bréf, ljóð eða sögur.
- Eigur látna nemandans eru fjarlægðar smátt og smátt úr skólastofunni og þess gætt að fjarlægja ekki allt í einu.
- Áfallaráð gæti fengið sóknarprest til að greina nemendum frá því sem gerist næstu daga, þ.e. kistulagning og jarðarför.
- Ef ákvörðun er tekin í samráði við fjölskyldur viðkomandi, að nemendur verði við jarðarförina, þá þarf að undirbúa það vandlega í samráði við forráðamenn hvers nemanda sem og aðstandendur hins látna. Nauðsynlegt er að forráðamenn hvers nemanda fari með sínu barni á jarðarförina. Sóknarprestur er fenginn til að koma í bekkinn og útskýra hvernig athöfnin fer fram.
- Kennslustundir næstu daga verða að vera sveigjanlegar, ef spurningar vakna hjá nemendum, eða þeir sýna viðbrögð eins og reiði, sorg, sektarkennd o.s.frv. Mikilvægt er að leyfa börnum að tjá tilfinningar sínar og segja frá eigin reynslusögum.
- Skólastjórnendur, umsjónarkennari og þeir sem tengst hafa nemandanum verða við jarðarförina.

Til umhugsunar:

- Gefið sorginni tíma.
- Þegar frá líður þarf að muna eftir dagsetningunni.
- Háttbundinn hrynjandi skólastarfsins veitir öryggi og sefar ótta og kvíða.
- Athugið að veita athygli umsjónarkennaranum sem þarf sjálfur stuðning og hjálp.



5. Aðstandendur

5.1.1 Alvarleg veikindi aðstandenda nemenda

- Skólastjórar eða umsjónarkennari fær staðfestingu á veikindunum hjá forráðamanni nemandans.
- Áfallaráð kemur upplýsingum til þeirra sem málið varðar.
- Nemendaverndarráð fundar um málið og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig unnið skuli að málinu.

5.1.2 Alvarlegt slys aðstandenda nemenda

- Skólastjórar eða umsjónarkennari fær staðfestingu á slysinu hjá forráðamanni nemandans.
- Áfallaráð kemur upplýsingum til þeirra sem málið varðar.
- Áfallaráð fundar um málið og ákveður í samráði við forráðamenn hvernig unnið skuli að því.
- Fulltrúar úr áfallaráði aðstoða umsjónarkennara við að undirbúa bekkjarsystkini undir það hvernig tekið verður á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann.

5.1.3 † Andlát aðstandenda nemenda

- Skólastjórar eða staðgengill hans aflar upplýsinga um atburðinn.
- Áfallaráð tilkynnir umsjónarkennara nemandans um andlátíð.
- Áfallaráð fundar, þar sem ákveðin eru fyrstu viðbrögð skólans.

Athugið að bera skal allar aðgerðir undir forráðamenn nemandans til samþykkis og mikilvægt er að hafa þá með í ráðum frá upphafi.

- Skólastjórar og umsjónarkennari koma upplýsingum til bekkjarsystkina nemandans (ath. hvort náin skyldmenni séu við nám eða störf í skólanum, þau þarf að láta vita sérstaklega en ekki í hópi).
- Skólastjórar og umsjónarkennari tilkynna starfsfólki skólans um atburðinn. Athugið að allt starfsfólk fái upplýsingarnar (þeir sem eru fjarverandi, á útivakt o.s.frv.).
- Umsjónarkennari stjórnar áframhaldandi vinnu í bekknum og leitar aðstoðar hjá áfallaráði eftir þörfum.
- Bekkjarsystkini útbúa samúðarkveðju.
- Skólastjórar sjá um að senda samúðarkveðju frá skólanum til nemandans og fjölskyldu hans.

Áfallaráð ákveður í samráði við fjölskyldu viðkomandi nemanda hvort fulltrúar skólans verði viðstaddir útförina.



Áfallaráð aðstoðar umsjónarkennara við að undirbúa bekkinn undir það hvernig tekið verði á móti nemandanum þegar hann kemur aftur í skólann. Góður undirbúningur getur auðveldað nemandanum endurkomuna í skólann.

6. Starfsfólk skólans

6.1.1 Alvarleg veikindi starfsmanns

Skólastjórar og áfallaráð ákveða í samráði við viðkomandi starfsmann hvernig tilkynna skuli nemendum og öðru starfsfólki veikindin.

6.1.2 Alvarlegt slys starfsmanns

Skólastjórar og áfallaráð ákveða í samráði við viðkomandi starfsmann og/eða aðstandendur hans hvernig tilkynna skuli nemendum og öðru starfsfólki slysið.

6.1.3 ☩ Andlát starfsmanns

- Skólastjórar og áfallaráð leita staðfesta upplýsinga um andlátíð.
- Skólastjórar og áfallaráð tilkynna starfsfólki um andlátíð. Aðstoð prests er fengin ef þörf þykir. Athuga að nán skyldmenni látins starfsmanns sem eru við störf í skólanum fái fréttirnar sérstaklega en ekki í öllum starfsmannahópnum.
- Ritari veitir skólastjórum upplýsingar um allt starfsfólk sem er fjarverandi og skólastjóri tilkynnir þeim andlátíð sérstaklega.
- Áfallaráð skipuleggur samverustund alls starfsfólks, (ásamt sóknarpresti ef hann hefur verið kallaður til), samdægurs eða eins fljótt og auðið er.
- Áfallaráð ákveður hvernig tilkynna skuli nemendum um andlátíð.
- Áfallaráð ákveður hvernig upplýsingum skuli komið til forráðamanna nemenda.
- Ef umsjónarkennari fellur frá þá tilkynna skólastjórar (og sóknarprestur ef hann hefur verið kallaður til) þeim um andlátíð.
- Fulltrúar frá áfallaráði veita umsjónarbekk stuðning og vinna með nemendum næstu daga.
- Fulltrúar úr áfallaráði ræða við nemendur úr öðrum bekkjum eftir því sem þörf er á.
- Skólastjórar heimsækja nánustu aðstandendur.
- Skólastjóri, fyrir hönd skólans, sendir samúðarkveðju til nánustu aðstandenda.

6.1.4 ☩ Andlát maka starfsmanns

- Skólastjórar leita staðfesta upplýsinga um andlátíð.
- Skólastjórar upplýsa allt starfsfólk skólans um andlátíð.
- Ritari veitir skólastjóra upplýsingar um starfsmenn sem eru fjarverandi og skólastjóri hefur sérstaklega samband við þá.
- Ef maki umsjónarkennara fellur frá þá tilkynnir skólastjóri umsjónarbekk um andlátíð.



- Áfallaráð tekur ákvörðun um hvernig upplýsingum skuli komið til forráðamanna nemenda.
- Fulltrúar áfallaráðs veita umsjónarþekk stuðning og vinna með bekkinn næstu daga.
- Fulltrúar áfallaráðs ræða við nemendur úr öðrum bekkjum eftir því sem þörf er á.
- Skólastjórar heimsækja viðkomandi starfsmann.
- Skólastjórar, fyrir hönd skólans, senda starfsmanninum og fjölskyldu hans samúðarkveðjur.

7. Ferðalög

Verði alvarlegt slys eða dauðsfall á ferðalagi á vegum skólans ber að fylgja eftirfarandi aðgerðalista:

1. Hringt í 112.
2. Lögregla lætur aðstandendur viðkomandi nemanda/starfsmanns vita.
3. Kennarar í forsvari fyrir nemendahópnum ákveða hver þeirra verður þeirra forsvarsmaður.
4. Forsvarsmaður kennara lætur skólastjóra/áfallaráð vita af atburðinum.
5. Áfallaráð ákveður í samráði við sóknarprest hvernig aðstandendur viðkomandi skólafélaga eru látnir vita af atburðinum.
6. Kennarar safna nemendum saman. Útskýrt fyrir þeim eftir mætti hvað hefur gerst.
7. Heimför er skipulögð eins fljótt og auðið er.
8. Skólastjórar/áfallaráð láta foreldra þeirra sem í ferðinni eru vita eins fljótt og auðið er.
9. Áfallaráð tekur á móti nemendum þegar komið er í skóla.
Forráðamenn beðnir um að sækja börn sín. Frekari vinna er skipulögð af áfallaráði og kennurum miðað við ofangreinda aðgerðalista fyrir slys og/eða dauðsföll.

Athugið að allar aðgerðir skólans þarf að bera undir viðkomandi forráðamenn til samþykkis og þeir þurfa að vera með í ráðum frá upphafi.

8. Ef kalla þarf sjúkrabíl að skólanum

- Sá sem kallar til sjúkrabíl lætur ritara vita.
- Ritari kallar til skólastjórnendur og húsvörð.
- Skólastjórnendur og húsvörður skipuleggja aðkomu sjúkrabílsins, afmarka svæðið og huga að gæslu fyrir utan skólann ef þörf krefur.



-Heimildalisti-

Bækur og greinar sem fjalla um áföll og áfallahjálp barna og ungmenna

* = er til í bókasafni Vallaskóla eða hjá náms- og starfsráðgjafa

A Whole School Approach to Supporting Loss and Bereavement. (2013). Glasgow City Council, Education Services, City Chambers East, 40 John Street, Glasgow G1 1JL. *

Alex, M. og Alex, B. (1984). *Afi og ég tölum saman um dauðann.* Rvk: Bókaútgáfan Salt.

Auman, M. J. (2007). Bereavement Support for Children. *The Journal of School Nursing*, 23(1), bls. 34-39. Í gagnasafninu ProQuest.

Árelía Eydís Guðmundsdóttir. (2005). *Móti hækkandi sól.* Reykjavík: Salka.

Ástvinamissir vegna sjálfsvígs. (2009). Þýð: Elín Ebba Gunnarsdóttir. Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *

Grétar Sigurbergsson. (1992). Sjálfsvíg og geðlægð. *Geðhjálp 1.tbl.*

<http://gedhjalp.is/wp-content/uploads/2014/09/Ge%C3%B0hj%C3%A1lp-1992-1.pdf>

Baker, J. E. og Sedney, M. A. (1996). How Bereaved Children Cope with Loss: An Overview. Í Corr C. A. og Corr D. M. (ritstj.), *Handbook of childhood death and bereavement* (bls. 109-129). New York: Springer.

Benedikt Jóhannsson. (2004). *Börn og skilnaður.* Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *

Bragi Skúlason. (1992). *Von. Bók um viðbrögð við missi.* Reykjavík: Hörpuútgáfan. *

Bragi Skúlason. (1994). *Sorg barna.* [Garðabær]: Kjalarnessprófastsdæmi. *

Bragi Skúlason. (1993). Systurnar gleði og sorg. *Geðhjálp 2.tbl.*

<http://gedhjalp.is/fraedsla/gedhjalparbladid/>

Böge, P. (1996). *Om sorg. Når nogen man elsker dør. Et undervisningsmateriale til 6.-7.-8. klasse.* København: Kræftens Bekæmpelse. *

Erna Karen Stefánsdóttir. (2010). *Sorg og áföll barna í grunnskóla. Hvað getur skólinn gert?* (Lokaverkefni til B.Ed.-gráðu í HÍ.). *

http://skemman.is/stream/get/1946/6412/13765/1/Sorg_og_%C3%A1f%C3%B6ll_barna_%C3%AD_grunnsk%C3%B3la.pdf

Fræðslurit Krabbameinsfélagsins. (1999). Mamma, pabbi, hvað er að? Reykjavík: Krabbameinsfélag Reykjavíkur.

<https://www.krabb.is/media/baeklingar/2000mamma-pabbihvaderad.pdf>



- Guðrún Eggertsdóttir. (1997). *Sjálfsvíg, hvað svo?* Reykjavík: Íslenska sagnaútgáfan.
- Guðrún Friðgeirsdóttir. (1999). *Námsráðgjöf í skólum*. Reykjavík: Háskólaútgáfan.
- Guðrún Alda Harðardóttir. (1997). *Það má ekki vera satt*. Reykjavík: Mál og menning.
- Haaland, K.R. (2008). *Elli og skilnaðurinn*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *
- Hafsteinn Karlsson og Margrét Héðinsdóttir. (2000). Skóli sem veit og skilur gerir gæfumuninn. *Uppeldi*, 13, (1), bls. 24-27.
- Helga Hannesdóttir. (1992). Sorg barna. *Uppeldi*, 5(4), bls. 60-62.
- Holland, J. (2008). How schools can support children who experience loss and death. *British Journal of Guidance and Counselling*, 36(4), bls. 411-424.
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/03069880802364569>
- Hörður Þorgilsson og Jakob Smári. (1993). *Sálfræðibókin*. Reykjavík: Mál og menning. *
- Jóna Lía Þorsteinsdóttir. (2004). *Mig mun ekkert breyta*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *
- Kirk, U. (1997). *Sálræn skyndihjálp og mannlegur stuðningur*. (Álfheiður Kjartansdóttir þýddi). Rauði kross Íslands.
- Lindgren, A. (1995). *Bróðir minn ljónshjarta*. Reykjavík: Mál og menning *
- Margrét Ólafsdóttir. (1995). Áföll í skóla. *Glæður*, 5(2), bls. 4-9.
- Ólöf Helga Þór. (1994). Sorgin í skólanum. *Ný menntamál*, 12(2), bls. 14-18.
- Pétur Pétursson. (1997). *Um sjálfsvíg*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan.
- Pohl, P. (1996). *Ég sakna þín*. Reykjavík: Mál og menning. *
- Rock, L. (2005). *Að kveðja í síðasta sinn*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *
- Roman, T. (2010). *Hvað í veröldinni gerir maður þegar einhver deyr?* Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *
- Skeie, E. (1995). *Sumarlandið*. (Sigurður Pálsson þýddi). Reykjavík: Skálholtsútgáfan.
- Sigurður Pálsson. (1998). *Börn og sorg*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan. *
- Yeagley, L. (1994) *Tekist á við sorg*. (Þröstur B. Steinþórsson þýddi). Garði: Þröstur B. Steinþórsson. *



-Vefslóðir-

- Doktor.is
 - <http://doktor.is/gagnabankinn>
 - Ef slegið er inn í leitarglugga t.d. sorg, áföll, eða áfallahjálp þá koma upp mjög góðar og gagnlegar greinar.

- Landlæknir.is
 - Áhættuþættir í bernsku
http://www.landlaeknir.is/um-embattid/greinar/grein/item15284/Ahattutattir_i_bernsku

 - Sálræn skyndihjálp
Leiðbeiningar um viðurkennt
verklag á vettvangi
<http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item2135/3898.pdf>

- Missir.is
 - Gagnasafn um sorgarferli, dauða og erfiða lífsreynslu, ætlað almenningi og fagfólki.

- Sorg.is
 - Ný dögur: Samtök um sorg og sorgarviðbrögð.