



ÁRSSKÝRSLA 2021

PÍETA SAMTÖKIN

Yfirlit

ÍÖBj

Stjórn Píeta samtakanna	2
Húsnæði Píeta samtakanna	2
Markmið og hugmyndafræði Píeta samtakanna:	2
Starfsemi Píeta samtakanna 2021	3
Fastráðnir starfsmenn.....	3
Verktakar.....	4
Þjónustan	4
Píetasíminn.....	4
Píeta Akureyri.....	5
Tölur	6
Fræðsla og kynningar	8
Ýmsir viðburðir og fjáröflun	8
Build verkefnið	9
Yfirlýsing Píeta samtakanna	10
Mynd 1 - Nýir skjólstæðingar í hverjum mánuði árið 2021.	6
Mynd 2 - Fjöldi nýrra skjólstæðinga skipt eftir ári.	6
Mynd 3 - Aldursskipting skjólstæðinga árið 2021.	7
Mynd 4 - Kynjaskipting nýrra skjólstæðinga árið 2021.	7

Píeta samtökin 2021

Píeta samtökin eru frjáls félagasamtök sem sinna forvarnarstarfi gegn sjálfsvígum og sjálfskaða og styðja við aðstandendur einstaklinga í sjálfsvígshættu og einstaklinga sem hafa tekið eigið líf. Píeta samtökin starfa eftir hugmyndafræði samnefndra samtaka á Írlandi. Þau njóta styrkja almennings á Íslandi og eru því í eigu þjóðarinnar og háð henni varðandi rekstrarfé. Við upplifum mikinn hlýhug frá þjóðinni og erum þakklát fyrir ótrúlegan velvilja og stuðning sem samtökunum er sýndur frá einstaklingum, samtökum og fyrirtækjum.

Verndari samtakanna er Eliza Reid forsetafrú.

Stjórn Píeta samtakanna

Á aðalfundi samtakanna 7. júní 2021 var sitjandi stjórn endurkjörin:

Sigríður Björk Þormar formaður

Sólrún Kristjánsdóttir varaformaður

Guðlaug Ósk Gísladóttir ritari

Arna Pálsdóttir meðstjórnandi

Davíð Þór Jónsson meðstjórnandi

Sólrún Kristjánsdóttir vék úr stjórnarsæti sínu í október.

Katla Þorsteinsdóttir þáverandi stjórnarmaður lést þ. 1. mars. Píeta samtökin eru afar þakklát Kötlu fyrir hennar mikilvæga framlag til starf samtakanna.

Húsnæði Píeta samtakanna

Píetasamtökin eru til húsa á Baldursgötu 7 í Reykjavík. Húsnæði og leiga eru í boði Ölmú leigufélags. Það er orðið þröngt um þjónustuna sem hefur vaxið hratt og sett í forgang að leita leiða til að fá stærra húsnæði. Í tilefni af 100 ára afmæli Oddfellowstúkunnar Hallveigar ákváðu bræður stúkunnar að styrkja samtökin með því að vinna að því að finna nýtt húsnæði fyrir starf samtakanna. Vegna Covid frestaðist þetta ferli fram á næsta ár, en er nú í höfn.

Í júlí hófst starfsemi Píeta á Akureyri í heimilislegu og fallegu húsnæði við Aðalstræti 14. Húsnæðinu er deilt með félagasamtökunum Aflinu og Bjarmahlíð.

Markmið og hugmyndafræði Píeta samtakanna:

Markmið Píeta-samtakanna er:

- Að veita fólki sem er í sjálfsvígshugleiðingum eða stundar sjálfsskaða meðferð í fallegu og heimilislegu umhverfi.
- Að veita aðstandendum sem misst hafa ástvin í sjálfsvígi stuðning og fræðslu.
- Að hvetja til aukinnar þekkingar og vitundar um orsakir og afleiðingar sjálfsvíga og sjálfsskaða.
- Að vera vettvangur fyrir fræðslu og umfjöllun um sjálfsvíg og sjálfsskaða.

Píeta samtökin hafa það á stefnuskrá sinni að byggja upp forvarnarfræðslu um sjálfsvíg og sjálfsskaða til að fara með inn í grunn- og framhaldsskóla landsins og byggja upp tengslanet og þekkingu á málaflokknum innan íþróttafélaganna. Frá upphafi hefur verið á stefnuskránni að opna útibú Píeta í öllum landsfjórðungum

Öll vinna með einstaklinga sem til samtakanna leita er mótuð af samúð, skilningi og virðingu fyrir hverjum og einum. Áhersla er lögð á að bjóða öllum sem til samtakanna leita upp á rólegt og notalegt umhverfi. Lögð er áhersla á lausnir og uppbyggingu. Miðað er að því að leysa yfirstandandi vanda með viðkomandi einstaklingi og glæða von viðkomandi um líf sem er þess virði að lifa. Kennd eru ýmis bjargráð til að fást við erfiðar tilfinningar ásamt streitu- og tilfinningastjórnun og samskiptafærni.

Það er ljóst að vakning hefur orðið með tilkomu Píeta samtakanna, einstaklingar og aðstandendur þeirra sem eru að kljást við sjálfsskaða og sjálfsvígshugsanir leita í auknu mæli til samtakanna eftir stuðningi. Starfsemi samtakanna hefur vaxið ört á milli ára.

Starfsemi Píeta samtakanna 2021

Fastráðnir starfsmenn

Framkvæmdastjóri 100% staða. Kristín Ólafsdóttir lét af störfum sem framkvæmdastjóri í byrjun október, Þórunn Finnsdóttir fagstjóri samtakanna tók þá tímabundið við stöðunni. Fagstjóri er 100% staða. Þórunn tók við starfi fagstjóra í febrúar, Birgir Örn Steinarsson gegndi þeirri stöðu í janúar. Tveir fagaðilar voru hækkaðir úr 50% í 100% stöður; Lora Elín Einarsdóttir félagsráðgjafi og Guðbjörn Lárus Guðmundsson sálfræðingur. Forstöðumaður Píeta á Akureyri 80% staða frá 1. nóvember, var í upphafi 70%. Birgir Örn Steinarsson sinnir þeirri stöðu. Tveir móttökuráðgjafar; Steinn Jónsson og Guðný Önnudóttir skipta með sér 100% stöðu og Guðný sinnir auk þess píetasímanum í 30% stöðu.

Verktakar

Í lok árs eru 5 fagaðilar sem sinna meðferðarstörfum með verktakasamning við Píeta; þrír félagsráðgjafar, iðjuþjálfari og læknir. Hjá samtökunum starfa einungis meðferðaraðilar með viðurkennda menntun og opinber starfsleyfi á sviði sálfræði eða geðheilbrigðis. Auk þess eru þrír ráðgjafar og prestur sem sinna stuðningi við aðstandendur með verktakasamningi við Píeta.

Þjónustan

Þeir sem leita til samtakanna eru einstaklingar sem eru að kljást við sjálfsskaða og sjálfsvígshugsanir og/eða aðstandendur þeirra. Meðferðaraðilar sinna fyrst og fremst einstaklingsviðtölum. Einstaklingum á landsbyggðinni er boðið upp á fjarviðtöl. Almenna reglan er allt að 15 viðtöl fyrir einstaklinga í sjálfsvígshættu og 5 viðtöl fyrir aðstandendur en hvert tilfalli er metið fyrir sig. Meðalfjöldi einstaklingsviðtala er 7.5 viðtöl. Heimsfaraldur hafði áhrif á störf samtakanna líkt og árið áður en það tókst að veita samfellda þjónustu með því að nota fjarviðtöl í auknum mæli. Biðlisti er bannorð hjá samtökunum, sem leggja áherslu á að fólk fái þjónustuna þegar það þarf á henni að halda án þess að þurfa að bíða eftir henni. Fólk fær þjónustu innan fárra daga eftir að það leitar til samtakanna. Píeta samtökin gefa sig ekki út fyrir að veita bráðþjónustu, en þau bregðast við fólki sem er í bráðakrísu og reynir að veita þeim viðtöl innan þriggja ef ekki samdægurs. Í fyrsta viðtali er gert sjálfsvígsmat og ef viðkomandi er metinn í bráðri sjálfsvígshættu er honum vísað á bráðamóttöku geðsviðs LSH. Ef það er metið svo að viðkomandi einstaklingur heyrir ekki til þjónustuhóps Píeta er leitast við að aðstoða við að finna málinu annan farveg.

Það eru starfandi fjórir stuðningshópar fyrir aðstandendur. Einn fyrir aðstandendur einstaklinga sem eru í sjálfsvígshættu og þrír hópar fyrir syrgjendur; tveir blandaðir hópar í Reykjavík og á Akureyri og karlahópur í Rvk. Stjórnendur hópanna eru ráðgjafar og prestur. Hóparnir eru opnir og haldnir mánaðarlega.

Píetasíminn

Píetasíminn var settur á laggirnar 1. Júlí 2020 sem tilraunaverkefni til að ná til víðari hóps fólks. Mikilvægi símans sannaði sig fljótlega og fjölgaði símtölum ört. Meðalfjöldi símtala á vakt 2020 voru 4,7 en 7,6 2021. Heildarfjöldi símatala 2021 voru 2,789.

Síminn er opinn allan ársins hring utan skrifstofutíma. Hann er mannaður af sjálfboðaliðum sem fá þó væga þóknun fyrir störf sín, tæpar 1.000 kr á tímann.

Hlutverk sjálfboðaliða er að mestu að veita virka hlustun og vera til staðar fyrir fólk sem líður illa. Í tilfellum sem við á þarf sjálfboðaliði að getað lagt mat á sjálfsvígshættu viðmælanda. Ef þörf krefur hringir sjálfboðaliði í 112 til aðstoðar fólks í mikilli hættu. 2021 var 51 sinnum leitað til 112.

2021 komu 138 nýir skjólstæðingar beint í gegn um vakt símann. Vaktahafandi sjálfboðaliði býður einstaklingum sem hringja inn að haft verði samband við þá daginn eftir til að bjóða þeim tíma. Það er mikilvægt að fólk finni að mál þeirra sé komið í farveg og finnur það yfirleitt fyrir miklum létti þegar það veit að hringt verði í það til að bjóða þeim tíma hjá fagaðila. Enn fleiri einstaklingar eiga sín fyrstu samskipti við samtökin í gegn um vakt símann og hafa svo sjálfir samband til að þanta tíma. Enginn vafi er á mikilvægi sólahringsopnunar síma samtakanna.

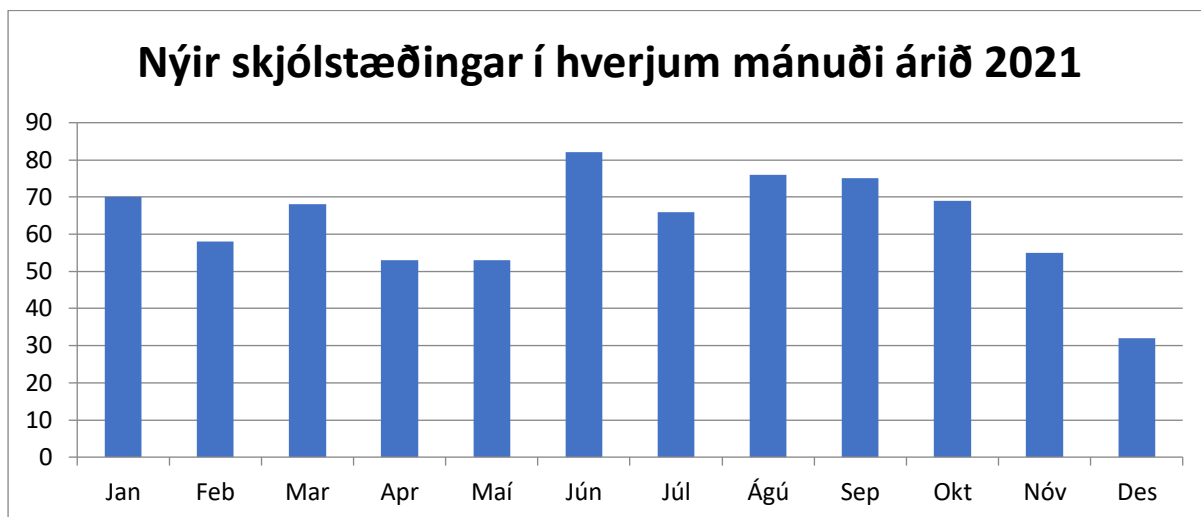
Umsjónamanneskja símans er í 30% stöðu, hún sér um mönnun símans, vaktaskipulag, þjálfun sjálfboðaliða, utanumhald skráninga, fundi með sjálfboðaliðum, þróun verkferla, eftirfylgd mála auk þess að vera ætíð á bakvakt ef upp kemur sú staða að sjálfboðaliðar geta ekki tekið sína vakt en einnig vaktahafandi sjálfboðaliða til halds og trausts.

Píeta Akureyri

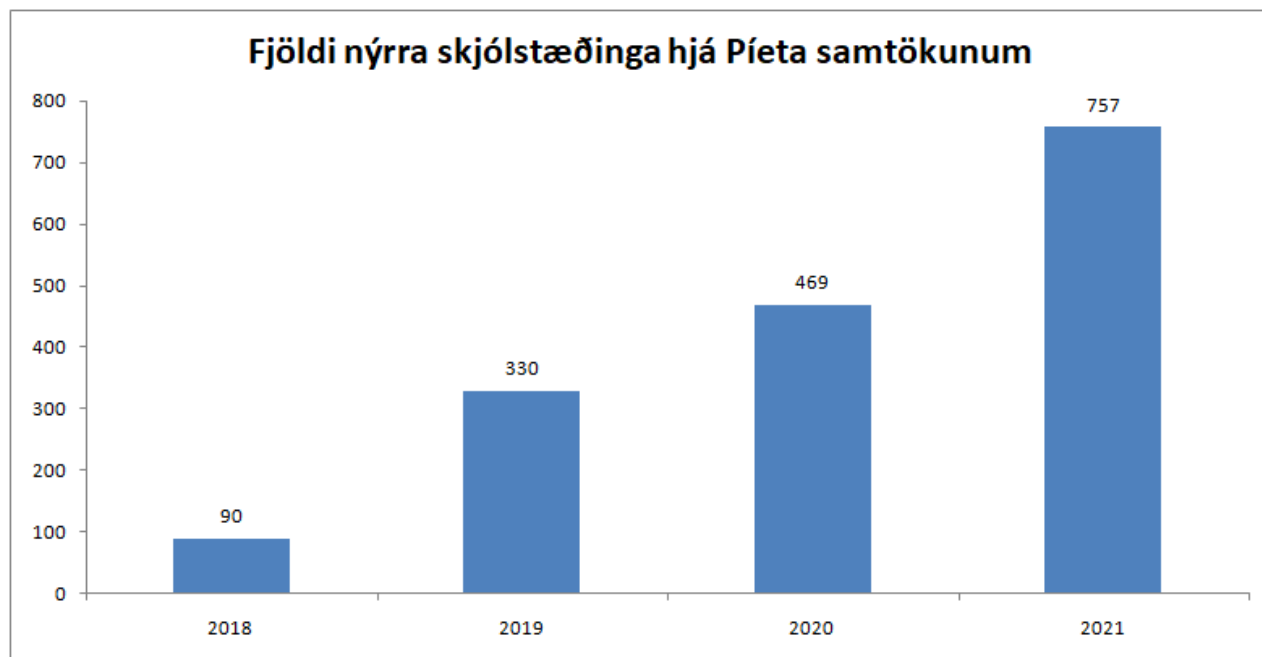
Starfsemi hófst formlega á Akureyri 1. júlí. Í kjölfarið var haldin vel heppnuð vígsluhátíð með þátttöku fagfólks, bæjaryfirvalda og velunnurum Píeta fyrir norðan. Samtökin þakka sérstaklega fyrirtækjum og sjálfboðaliðum (Ljósberum) á Akureyri og tónlistarfólkinu sem kom fram og gaf vinnu sína. 39 einstaklingar sóttu þjónustu á Akureyri á árinu og komu þeir víðs vegar að frá Norðurlandi. Auglýst var eftir verktaka í nóvember til að taka að sér meðferðarvinnu vegna aukinna umsvifa, en engar umsóknir bárust frá fagaðila með löggildingu. Gerður var verktakasamningur við ráðgjafa, Sigríði Ástu Hauksdóttur, sem tekur að sér stuðningsviðtöl við aðstandendur og stýrir syrgjendahópi. Syrgjendahópur var stofnaður í ágúst og tók Benedikt Jónsson, sem sinnir sorgarráðgjöf hjá Píeta, að sér að koma hópnum í gang. Kiwanis klúbburinn Kaldbakur leggur til frítt húsnæði fyrir hópinn. Forstöðumaður gaf fjölda kynninga á starfseminni hjá hinum ýmsu stofnunum; þar á meðal fyrir Rauða krossinn, Félagssvið Akureyrarbæjar og Háskólann á Akureyri. Á árinu tók forstöðumaður við styrktarfé upp á rúmar 2 milljónir króna frá einstaklingum sem báðu um að yrði eyrnamerkt starfseminni fyrir norðan. Þetta fé safnaðist m.a. á opunarhátíð samtakanna í júlí, tónleikum í Húsavíkirkirkju og með kótiletthátíð ToyRun.

Tölur

Á árinu sóttu 757 einstaklingar þjónustu hjá Píeta. Skipting á milli mánaða kemur fram á súluritinu hér fyrir neðan (mynd 1). Töluverð fjölgun þjónustuþega átti sér stað á milli ára (mynd 2)



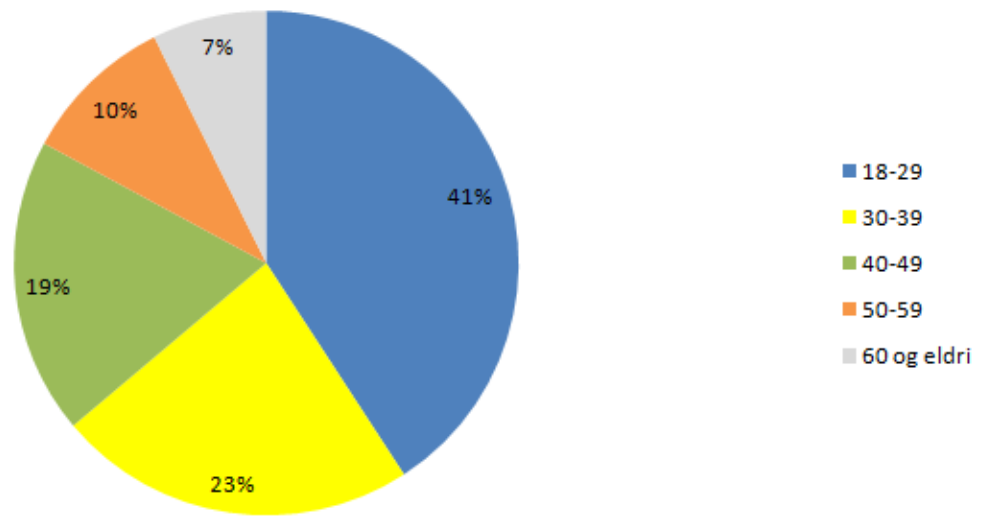
Mynd 1 - Nýir skjólstæðingar í hverjum mánuði árið 2021.



Mynd 2 - Fjöldi nýrra skjólstæðinga skipt eftir ári.

Þegar aldursdreifing er skoðuð (mynd 3) kemur fram að flestir þjónustuþegar árið 2021 voru á aldursbilinu 18-29 ára eða um 41%. Þjónustuþegar á aldrinum 30-39 ára voru um 23%, og þar með voru tæp 65% nýrra skjólstæðinga árið 2021 undir 40 ára aldri.

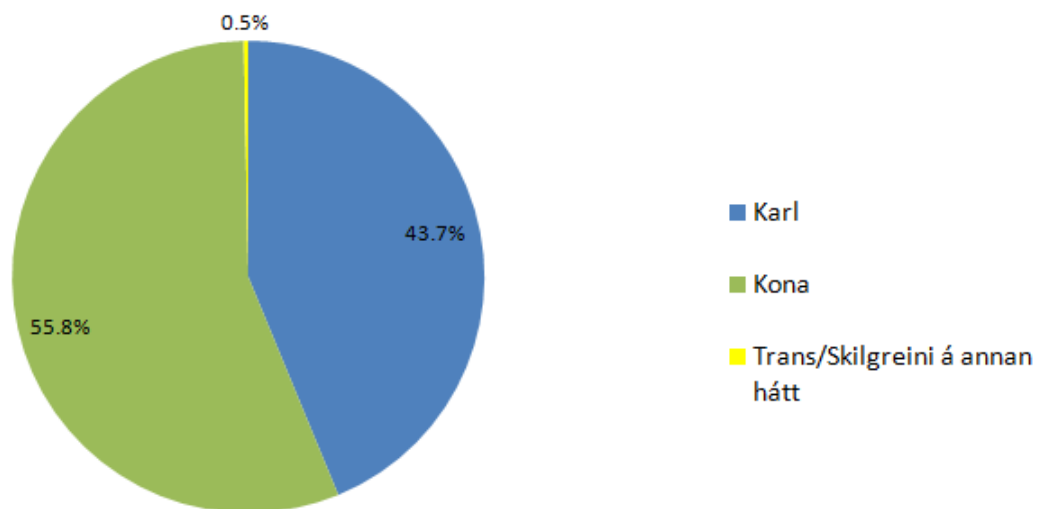
Aldursskipting nýrra skjólstæðinga 2021



Mynd 3 - Aldursskipting skjólstæðinga árið 2021.

Þegar kynjahlutfall er skoðað (mynd 4) má sjá að meirihluti nýrra skjólstæðinga á árinu voru konur, eða tæp 56% og karlar voru tæp 44%. Um það bil 0.5% skjólstæðinga skilgreindu sig sem trans eða annað.

Kynjahlutfall nýrra skjólstæðinga 2021



Mynd 4 - Kynjaskipting nýrra skjólstæðinga árið 2021.

Það er ljóst þegar þessar tölur eru skoðaðar að Píeta samtökin eru að mæta mikilli og aukinni þörf fyrir þjónustu við fólk í sjálfsvígsvanda og fjölskyldur þeirra.

Fræðsla og kynningar

Áfram var lögð áhersla á að kynna samtökin og veita fræðslu um sjálfsvíg og sjálfsvígsvarnir. Það var farið í 5 framhaldsskóla: Menntaskólann við Sund, Fjölbraut Ármúla, Verslunarskólann, Fjölbrautaskólann á Laugavatni og MSA. Árbæjarskóli þáði fræðslu og ráðgjöf fyrir kennara eftir að nemandi í skólanum tók eigið líf. Fagaðilar Píeta veittu kennurum Hagaskóla ráðgjöf og tóku þátt í sálrænni skyndihjálp fyrir nemendur skólans í 9. og 10. bekk, eftir að samnemandi tók eigið líf. Þessir tveir harmleikir minna okkur á hversu mikilvægt það er að leggja áherslu á forvarnir í skólum og efla þrautseigju hjá börnum með góðri geðfræðslu í skólunum. Við höfum fengið þó nokkrar heimsóknir frá nemendum í framhaldsskólum, sem eru að gera skólaverkefni sem tengjast sjálfsvígum og leita sér ráðgjafar svo þetta efni virðist þeim hugleikið.

Það var einnig farið í Bataskólann og ýmsar stofnanir og samtök, m.a. Krabbameinsfélagið og geðsvið Landspítalans, auk stúka innan Oddfellow. Það var tekið upp fræðslumyndband um sjálfsvíg fyrir Samkaup, sem er notað sem fræðsluefni fyrir nýtt starfsfólk þar. Kvikmyndagerðarfólk sem gerði teiknimynd um sjálfsvíg fékk ráðgjöf varðandi nálgun á málefninu og útskriftanemar í leiklist við Listaháskóla Íslands fengu ráðgjöf varðandi leikrit sem fjallaði um sjálfsvíg svo eitthvað sé nefnt. Þetta sýnir að einhverju leiti útbreiddan áhuga í samfélaginu á að fræðast um sjálfsvíg og hvernig hlutverk Píeta er að aukast sem ráðgefandi og fræðandi afl í þeim efnum.

Ýmsir viðburðir og fjáröflun

Heimsfaraldurinn hafði óneitanlega áhrif á ýmsa fasta viðburði hjá Píeta en þrátt fyrir takmarkanir tókst að halda/ taka þátt í ýmsum viðburðum sem einstaklingar og fyrirtæki stóðu fyrir og samtökin voru hluti af. Það kemur fjöldi beiðna í hverjum mánuði og góður meðbyr með samtökunum þegar kemur að fjáröflun:

- Í maí stóðu samtökin að viðburði sem tengdist göngunni Úr myrkrinu í ljósið, en sú ganga hefur verið farin í minningu þeirra sem hafa fallið fyrir eigin hendi og sem hvatning til þeirra sem glíma við sjálfsvígshugsanir að gefast ekki upp heldur þiggja hjálp og velja lífið. Í þetta sinn var fólk hvatt til að halda sinn eigin viðburð og hvetja aðra til að taka þátt. Þátttakan varð vonum framfar og bærust samtökunum skilaboð og myndir frá öllum landshlutum.

- Píeta samtökin tóku þátt í Reykjavíkurmaraþoninu og hlupu rúmlega 300 einstaklingar fyrir samtökin og söfnuðu áheitum. Góð tenging náðist við hlauparana og fengu allir hlaupaból að gjöf frá samtökunum.
- Toyrun englarnir okkar hjóluðu kringum landið enn og aftur til stuðnings Píeta, auk styttri ferða og öfluðu örláttra styrkja fyrir samtökin
- 10. september er alþjóðadagur sjálfsvígsforvarna. Píeta samtökin sameinuðust með öðrum forvarnarsamtökum að dagskrá í Dómkirkjunni í Reykjavík og samverustund í Akureyrarkirkju. Einnig áttum við fulltrúa á samverustund í Hveragerði.
- Vetrarsólstöðugangan var haldin 21. desember með góðri þátttöku. Sr Bjarni Karlsson leiddi gönguna. Gangan er innihaldsrík samverustund á dimmasta kvöldi ársins og haldin í minningu þeirra sem látist hafa fyrir eigin hendi. Að þessu sinni var engin formleg dagskrá, en aðstandendur gátu gengið út að vitanum við Skarfagarða og skrifað kveðjur til sinna nánustu á minningarplötur sem hafði verið komið þar fyrir. Rótary fólk úr Garðabæ tendraði kerti við vitann og mikill fjöldi fólks átti góða stund við vitann þetta kvöld.
- Stöð 2 stóð fyrir söfnunarátaki fyrir Píeta samtökin á árinu með klukkustunda þætti, Sagan þín er ekki búin, í opinni dagskrá. Áhersla í þættinum var á viðtöl við einstaklinga sem hafa verið í sjálfsvígshættu en völdu lífið og sögur ástvina af missi. Verndari samtakanna, Eliza Reid kom einnig fram í þættinum.

Við viljum þakka öllum þeim sem stóðu fyrir viðburðum árið 2021 og öfluðu fjár fyrir samtökin, og sérstakar þakkir til allra sjálfboðaliða.

Build verkefnið

Píeta samtökin unnu með samstarfsaðilum sínum í Hafnarfirði, Írlandi og Litháen að BUILD verkefninu. Það er Erasmus+ þróunarverkefni sem snýr að því að þýða og þróa námsefni til þess að auka þrautseigju meðal unglinga í grunnskólum. Í byrjun árs sneri vinnan að þýðingum, staðfæringu og gerð nýs efnis. Þegar leið að hausti þá hófst prufukeyrsla á námsefninu í 8. bekk í þremur skólum í Hafnarfirði. Fyrir prufukeyrsluna fóru allir þeir sem áttu að kenna efnið ásamt fagstjóra Píeta og verkefnastjórum til Írlands á þriggja daga námskeið hjá höfundum þess. Prufukeyrslan í skólunum átti sér stað frá miðjum október og lauk í miðjum desember með ágætum árangri. Áætlað er að prufukeyra í fimm skólum til viðbótar í Hafnarfirði eftir áramót og ná þar með öllum grunnskólum Hafnarfjarðar.

Yfirlýsing Píeta samtakanna

“Ég vil vera til staðar fyrir alla sem líður illa og leita til mín. Ég ætla ekki að standa aðgerðarlaus hjá ef mig grunar að einhver nálægt mér glími við vanlíðan og gera mitt besta til að aðstoða, án þess þó að ganga of nærri mér eða viðkomandi – en hvetja hann/ hana/það til að leita aðstoðar sérfræðinga ef þurfa þykir. Enginn ætti að burðast einn með sársaukann”.

Samtökin eru stolt af þeirri vinnu sem fram fer með þeim einstaklingum sem til þeirra leita. Við teljum okkur vera mikilvæg bjargráð fyrir fólk sem upplifir vonleysi og tilgangssleysi og er að hugsa um að taka eigið líf. Við viljum trúa því að við eigum mikilvægan þátt í að þetta fólk nær að vekja hjá sér von og velji lífið í stað dauðans. Þessi upplifun veitir okkur styrk og trú á það að við erum að sinna mikilvægu og oft lífsnauðsynlegu starfi. Það er gefandi og gleður að fá að fylgja einstaklingi úr myrkrinu í ljósið, það eykur löngun til að gera betur og efla samtökin enn fremur. Við erum stolt af og þakklát öllum þeim einstaklingum sem hafa veitt okkur styrk til starfseminnar og sýna þannig að þeir telja starf okkar mikilvægt í þágu þjóðarinnar.

Að lokum viljum við þakka öllu því frábæra fólki sem að starfi samtakanna hefur komið, hvort sem um er að ræða starfsmenn, sjálfboðaliða, styrktaraðila, stjórn og ráðgjafaráð. Megi þessi samtök eflast og vaxa á komandi árum.

Takk fyrir.