

# HAMARINN



## VETURINN 2021-2022

Margrét Gauja Magnúsdóttir

Deildarstjóri ungmennahúsa

Hafnarfjarðarbæjar



# Nokkrar staðreyndir um

**H A M A R T N N**

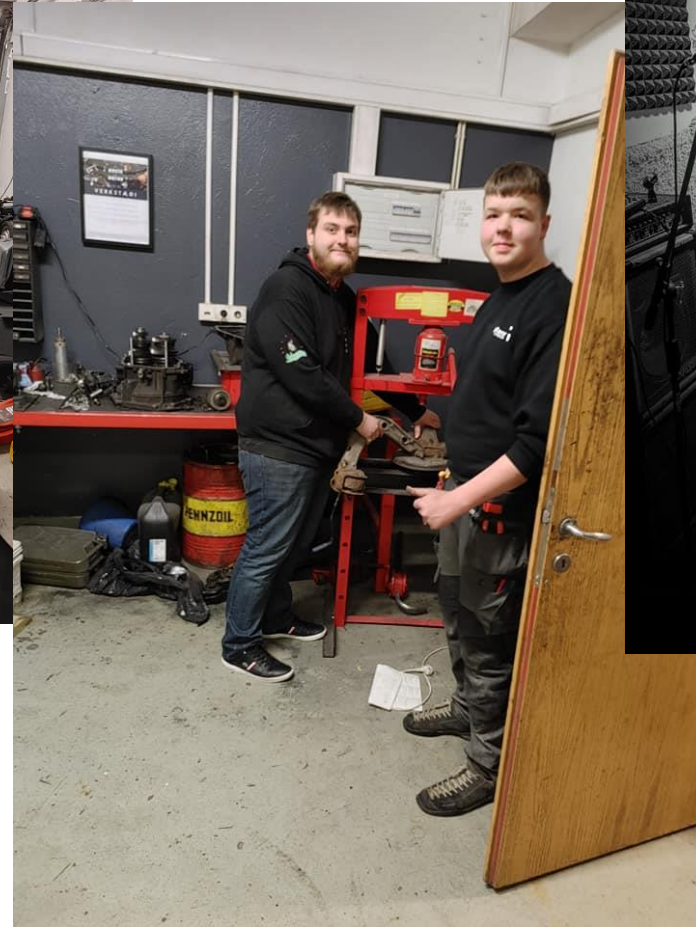
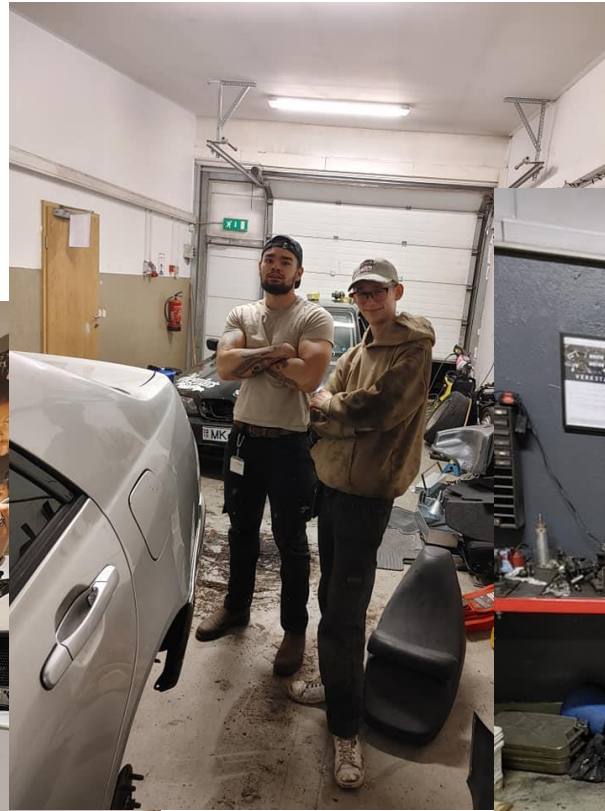
- 20 manna stjórn, nemendur úr Flensborg, Tækniskólanum, öðrum framhaldsskólum og HÍ og á vinnumarkaði.
- Aldursdreifing 17-21 ára
- KK 62% og KVK 38%
- 2.2 stöðugildi sem dreifist á 6 starfsmenn
- Allir tímastarfsmenn nema verkefnastýra í 100% starfi og ein í 50% starfi.
- Einn starfsmaður að auki á vegum VMST
- Kynjadreifing á meðal 7 starfsmanna – 4 KVK og 3 KK
- Fyrir áramót var (meðal)mæting 30 manns á dag
- Opið alla virka daga frá 9:00-23:00.

# Nokkrar staðreyndir um

- Fyrir 13-25 ára ungmenni
- Opið alla virka daga frá 17-22
- Staðsett á Dalshrauni 10, þar sem Hnefaleikafélag Hafnarfjarðar er einnig til húsa.
- 8 rými til útleigu (frítt) fyrir hljómsveitir og listamenn
- Stúdíó með starfsmanni sem tekur upp tónlist
- Bílskúr með öllu nauðsynlegu til að taka í sundur bíl/móturhjól/vespu/hjól/saumavél/hvaðsemer og setja aftur saman.
- Starfsmaður fylgir með bílskúrnum
- Rými til að slaka á, spjalla, skapa, plotta, semja lag, skipuleggja tónleika
- 1.6 stöðugildi – 3 starfsmenn (100% kk) í hlustastörfum og 1 í AMS



# Myndir frá M&M veturinn 2021-2022



# HAMARINN

## - mánaðarþemu 2022

- Janúar – Grænúar
- Febrúar – Ástarmánuðurinn
- Mars – Heilaheilsamánuður
- Apríl – Fokk Ofbeldi mánuður
- Maí – Prófljótumánuður
- September – KOMA SVOOO - mánuður
- Október – Meistaramánuður (líkamleg heilsa)
- Nóvember – GÆS (*get, ætla skal*) mánuður tileinkaður framtíðinni og sjálfböðastarfi
- Desember - Jólaprófamánuðurinn

"GRÆNÚAR"					
PEMA: VEKJA ATHYGLI Á UMHVERFISVERND OG ÁKVEDA Í SAMEININGU GRÆN MARKMÍÐ HAMARSINS ÁRÍÐ 2022.					
	MÁN	ÞRI	MÍÐ	FIM	FÖS
JANÚAR 2022	FYRIRLESTUR FRÁ SAMTÖKUM GRÆNKERA Á ÍSLANDI BEINT STREYMI <b>STREYMI</b> 3	<b>HINSEGIN HAMARINN</b> 4	<b>OPIÐ HÚS &amp; VEGAN HEITTI SÖKKULABI OG KÖSY</b> 5	<b>SPJNASPIL SPUNASPIL</b> HANDAVINNU HAMAR 6	<b>OPIÐ HÚS</b> 7
	<b>OPIÐ HÚS</b> 10	UNG MENNA RÁÐ 11	<i>health beyond</i> WHAT THE HEALTH 12	<b>SPJNASPIL SPUNASPIL</b> HANDAVINNU HAMAR 13	<b>STREYMI</b> 14 TRÖNÓ: Þorsteinn V. Einarsson (hláðvarpiá Karlmennskan) talar við þekktu grækera um hvers vegna og hvernig þeir lifa grænkerallífstíll!
	<i>health beyond</i> COWSPIRACY 17	<b>HINSEGIN HAMARINN</b> 18	<i>health beyond</i> BEFORE THE FLOOR 19	<b>SPJNASPIL SPUNASPIL</b> HANDAVINNU HAMAR 20	<b>OPIÐ HÚS</b> 21
	FYRIRLESTUR fyrir ungt tónlistarfólk: UNNUR SARA ELDJÁRN 24	UNG MENNA RÁÐ 25	FYRIRLESTUR Vottlendissjóður 26	<b>SPJNASPIL SPUNASPIL</b> HANDAVINNU HAMAR 27	<b>OPIÐ HÚS</b> 28

# Spunaspilararnir



H A M A R Þ N N

- Spunaspilararkvöld eru öll fimmtudagskvöld.
- Mæting er í kringum 17:00
- Starfsmaður með þekkingu og reynslu á því sviði tekur á móti öllum.
- Ekki þarf að kunna að spila, byrjendur fá allan stuðning og kennslu sem þeir þurfa.
- Strákar, stelpur og kynsegin ungmenni eru að mæta.
- Haldin eru maraþon um helgar einu sinni á önn.
- Verið er að undirbúa ungmennaskiptaverkefni til Evrópu 2022/2023



# Hinsegin -

# HAMARINN

## Annar hvern þriðjudag:

- 18. janúar
- 1. febrúar
- 15. febrúar
- 1. mars
- 15. mars
- 29. mars
- 12. apríl
- 26. apríl
- 10. maí
- 24. maí

- Óskar Steinn og Sandra sjá um Hinsegin Hamarinn.
- Markmiðið er að búa til „safe space“ fyrir ungmenni 16-26 ára sem skilgreina sig hinsegin með einhverjum hætti
- Starfið er unnið í samstarfi við Samtökin '78
- Horft á hinsegin kvikmyndir, haldin Dragnámskeið, fengnir fyrirlesarar o.fl.
- Hinsegin ungmenni frá öðrum sveitarfélög hvött til að koma, the more, the merrier.
- Hægt að mæta hvenær sem er eftir kl: 18:00

# Handavinnu -

# HAMARINN

- Öll fimmtudagskvöld frá kl: 19:00
- Sandra Karlsdóttir handavinnukona sér um starfið
- Ef fólk er byrjendur og eiga ekki þrjóna eða garn þá er ALLT til í Hamrinum, bara mæta.
- Setið í kósýhorninu, spjallað og unnin handavinna.
- Handavinna kennd sem skapandi form og einnig sem verkfæri til að ná fókus og sem mindfulness tæki.
- Planið að fá fyrirlesara og kynningar í vetur.
- Öll kyn velkomin





# ÚTI - HAMARINN

- 8 vikna verkefni þar sem farið er 1 x í viku í göngu/kayak/klifur eða aðra útivist
- Opið öllum á aldrinum 16-25 ára
- Tilvalin leið til að kynnst útivist og tækifærunum sem þar liggja
- Hópurinn kemur sér saman um stærri göngu í lokinn t.d í fyrra var gengið yfir Fimmvörðuháls og gist í Þórsmörk eina nótt.
- Á dagskrá að kynna með þessum hætti nýliðastarf Björgunarsveitar Hafnarfjarðar og fleiri leiðir/samtök/nám til að stunda útivist



# HAMARINN



LANDVERND



- Hamarinn er eina grænfána ungmennahús landsins.
- Erum með sístarfandi starfshóp um umhverfismál í Hamrinum og stefnum á að viðhalda grænfánaviðurkenningu Landverndar
- Mikil áhersla lögð á að flokka og viðhalda fræðslu og samtali um umhverfismál.

# HAMRINN

## & Ungmennaráðið

- Ungmennaráð Hafnarfjarðar undir stjórn Óskars Steins og Guðnýjar Helgu hittist og fundar í Hamrinum annað hvert þriðjudagskvöld og plottar heimsyfirráð.
- Yfir 20 starfandi ungmenni
- Hafa sterka rödd og áhrif Hafnarfirði
- Eru með allskonar plön fyrir 2022 að heimsækja og vinna með Akureyrar o.fl.



# HAMARINN

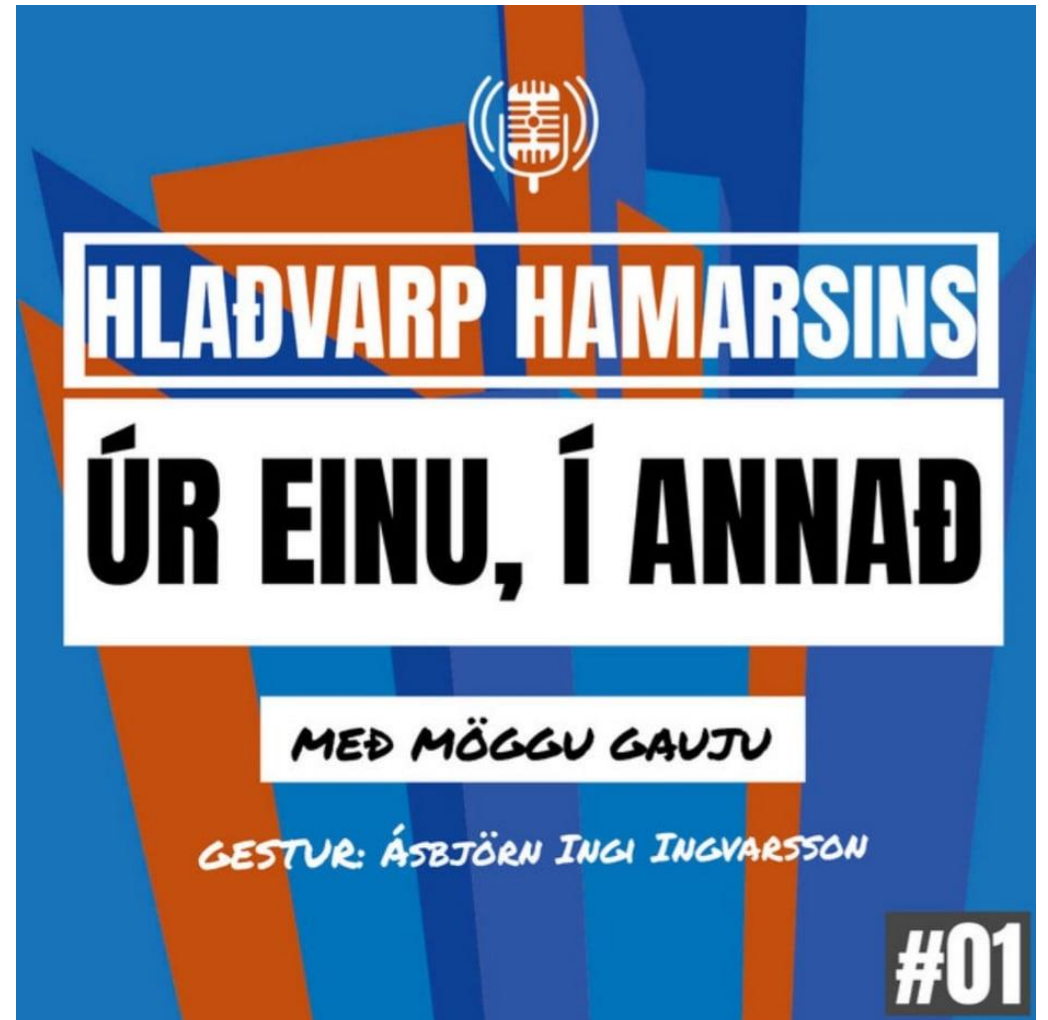
## & Rauði krossinn



- ✓ Hamarinn og Red Cross Youth Club eru í virku samtali og samstarfi.
- ✓ Þau nýta sér aðstöðuna í Hamrinum fyrir sitt starf.
- ✓ Hamarinn og Red Cross Youth Club fengu styrk í fyrra frá Æskulýðssjóði og buðu ungu fylgdarlausu flóttafólki og ungu hafnirsku fólki í ævintýraferðir (dagsferðir) frá Hafnarfirði í samstarfi við Trölluferðir.

# Hlaðvarp Hamarsins: Úr einu í annað

- Markmiðið er að taka viðtöl við unga hafnfirðinga sem eru að gera áhugaverða og eftirtektarverða hluti
- Nýta hlaðvarpsrými Bókasafns Hafnarfjarðar og unga fólkið í Hamrinum kemur að eftirvinnslu.
- Markmiðið að gera a.m.k 6 þætti á ári.
- Vonandi hægt að vekja athygli á ungu hafnfirsku fólki, Hamrinum og Músik & mótor.



# HAMARINN

# - styrkir

- Fengum styrk frá Ferða- og menningarmálanefnd Hafnarfjarðar 2021 og erum að vinna að vegglistaverki á veggi Músik og mótor.
- Fengum styrki til að halda Appolló listahátíð ungs fólks í Hafnarfirði og Hafnfirskar stelpur rokka! í haust frá Ferða- og menningarmálanefnd núna í febrúar.
- Fengum styrk frá Æskulýðssjóði í samstarfi við Rauða krossinn fyrir verkefninu „Stelpur á flóttu“
- Erum að sækja um styrk í lýðheilsusjóð í samstarfi við Flensborg fyrir Úti-Hamrinum

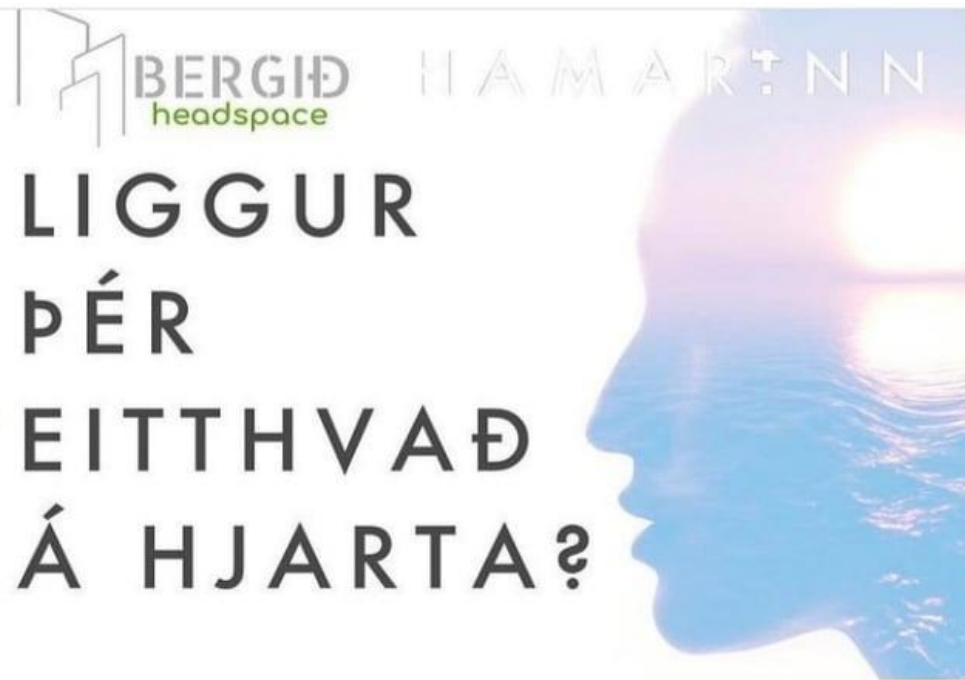


# HAMARINN

&



- Alla mánudaga er Eva Rós Ólafsdóttir, félagsráðgjafi og starfsmaður Bergsins í Hamrinum og veitir viðtöl.
- Frá 1. febrúar 2021 höfum við þjónustað yfir 40 ungmenni á aldrinum 13-25 ára
- Ef Eva metur sem svo að ungmennnið þurfið aukið inn grip erum við með aðgengi að 2 sálfræðingum.



Í HAMRINUM GETUR  
ÞÚ HITT RÁÐGJAFNA  
FRÁ BERGINU,  
SAMTÖKUNUM 78 OG  
SÁLFRÆÐINGA

Fullum trúnaði heitið  
Saman finnum við útúr þessu



HVERNIG PANTA ÉG TÍMA?

SÍMI: 664-5551

EMAIL: MGM@HAFNARFJORDUR.IS

WWW.BERGIÐ.IS



HVAÐ KOSTAR?

EKKERT. NÚLL. ZERO.



HVAR HITTI ÉG  
RÁÐGJAFNA/SÁLFRÆÐINGINN?

- Hamrinum
- Online Samtal
- Sálfræðistofu í Hafnarfirði
- Berginu Headspace í Reykjavík.

# HAMRINN

# & sálfræðipjónusta

Elvar Friðriksson er með stofu á Bæjarhrauni. Hægt er að hitta hann þar.



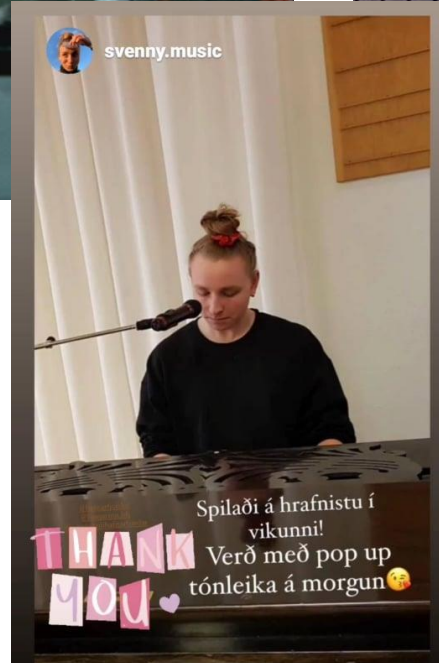
Sigríður Helgadóttir er með sálfræðiviðtölin sín hér í Hamrinum, kvöld og helgar.





# HAMARINN

# & SKAPANDI SUMARSTÖRF





**Official  
Selection  
Artistic  
Music Video**  
at Shortfish  
Stockfish  
Film Festival  
**2022**

# Það sem þarf að bæta & það sem okkur langar að gera árið 2022

- Fleiri stelpur
- Meira hinsegin
- Meiri listsköpun
- Fleiri styrkir
- Vekja athygli á sveitarstjórnarkosningunum vorið 2022 og hvetja ungt fólk til þátttöku.
- Fleiri af erlendu bergi brotnu, aðrir en ungt fylgdarlaust flóttafólk
- Vonandi fleiri listrænir viðburðir, tónleikar o.fl. eftir Covid
- Hópastarf – nauðsyn – samstarf við Féló og Heilsugæsluna
- Stærra húsnæði, jafnvel sameina Hamarinn og Músik og mótor undir eitt þak. 😊

# Linkar á starf Hamarsins og Músik & mótor:

- [Geggjað videó um Hamarinn, gert af unga fólkinu sjálfu](#)
- [Hlaðvarp Hamarsins: Úr einu í annað](#)
- [Facebooksíða Hamarsins](#)
- [Facebooksíða Músik og mótor](#)
- [Instagramsíða Hamarsins](#)
- [Instagramsíða Músik & mótor](#)
- [Um Hamarinn og Músik & mótor á heimasíðu Hafnarfjarðarbæjar](#)