



Dagsetrið Ronja

Skaðaminnkandi dagsetur fyrir heimilisláusar konur á Íslandi

Sara Linneth Lovísud. C.

Lokaverkefni til BA-prófs

Deild heilsuefningar, íþróttar og tómstunda



HÁSKÓLI ÍSLANDS
MENNTAVÍSINDASVIÐ

Dagsetrið Ronja

Skaðaminnkandi dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi

Sara Linneth Lovísud. C.

Lokaverkefni til BA-prófs í tómstunda- og félagsmálafræði

Leiðbeinandi: Eygló Rúnarsdóttir

Deild heilsueflingar, íþróttar og tómstunda

Menntavísindasvið Háskóla Íslands

Desember 2020

Dagsetri Ronja: Skaðaminnkandi dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi

Greinargerð þessi ásamt handriti um tillögu er 10 eininga lokaverkefni til BA-prófs í tómstunda- og félagsmálafræði við deild heilsueflingar, íþróttar og tómstunda

Menntavísindasviði Háskóla Íslands

© Sara Linneth Lovísud. Castaneda 2020

Óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi höfundar.

Ágrip

Verkefni þetta skiptist í tvo hluta: Í fyrsta lagi greinargerð sem er fræðilegur bakgrunnur tillögunnar „*Dagsetrið Ronja: Skaðaminnkandi dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi*. Í öðru lagi er það tillagan sjálf sem byggir á rannsóknum og hugmyndafræði sem fjallað er um ítarlega í greinargerðinni. Leitast er eftir því að svara hver ávinningur dagseturs með skaðaminnkandi hugmyndafræði fyrir heimilislausar konur sé og hvernig þátttaka í slíku starfi geti aukið velferð þátttakendanna. Greinargerðin er kaflaskipt eftir viðfangsefnum tillögunnar og í hverjum kafla er leitast við að skilgreina hugtök og kenningar sem mikilvægt er að þekkja í umræðunni um heimilisleysi kvenna. Fjallað er meðal annars um velferð, mannréttindi, skaðaminnkandi þjónustu og heimilisleysi. Fram kemur hverjar helstu orsakir heimilisleysis eru á Íslandi samanborið við erlendar rannsóknir og sérstaklega verður rýnt í heimilisleysi kvenna. Heimilisleysi kvenna hefur gjarnan aðra birtingarmynd en heimilisleysi karla og er leitast við að gefa skýra mynd af aðstæðum þessara kvenna. Markmið verkefnisins er að sýna fram á það að brýn þörf er á vettvangi sem getur tekið á móti heimilislausum konum á daginn.

Dagsetrið Ronja býður upp á skaðaminnkandi þjónustu og er sérstaklega sniðið að þörfum heimilislausra kvenna út frá þeirri faglegu vitneskju sem til er um þennan hóp. Hugtök á borð við tómsundur, frítími, þverfaglegt starf og öruggt rými einkennir meðal annars hugmyndafræði dagsetursins. Dagsetrið Ronja hefur það eina markmið að bæta velferð þátttakenda og tryggja að ekki sé brotið á grundvallarmannréttindum þeirra. Áherslur og hugmyndafræði sem Dagsetrið Ronja byggir á eru hagkvæmar þegar kemur að starfi með heimilislausum konum. Með því að bjóða upp á vettvang sem nýtir sér hugmyndafræði Ronju myndi það hafa jákvæðar afleiðingar í för með sér á þann hátt að konurnar fá að upplifa öruggt rými, frelsi og tækifæri til þess að bæta lífsgæði sín. Síðast en ekki síst hefur þjónusta sem þessi jákvæðar afleiðingar á samfélagið sem heild.

Efnisyfirlit

Ágrip	3
Formáli	5
1 Inngangur	7
2 Velferð	9
2.1 Samfélagsleg velferð	9
2.2 Mannréttindi.....	10
3 Skaðaminnkun	12
3.1 Ávinningur skaðaminnkandi þjónustu	12
4 Heimilisleysi	15
4.1 Ástæður og afleiðingar heimilisleysis	16
4.1.1 Fíknisjúkdómur	16
4.1.2 Andleg veikindi.....	18
4.2 Heimilisleysi á Íslandi	18
5 Heimilislausar konur	21
5.1 Kynbundið ofbeldi.....	22
5.2 Úrræði fyrir heimilislausar konur á Íslandi.....	22
5.2.1 Konukot.....	23
5.2.2 Dyngjan	23
5.2.3 Hringbraut.....	24
6 Dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi	25
6.1 Dagsetrið Ronja.....	25
6.1.1 Þverfaglegt starf.....	26
6.1.2 Tómsundur og frítími	26
6.1.3 Frítímatengd vandamál.....	28
6.1.4 Öruggt rými.....	29
7 Lokaorð	30
Heimildaskrá	31

Formáli

Hugmyndin að þessu lokaverkefni kom til þegar ég las frétt í Fréttablaðinu þar sem var viðtal við Ölmú Lind og Emilie Jacob um stöðu heimilislausra kvenna á Íslandi, en þær hafa verið heimilislausar um hríð. Löngu fyrir lesturinn hafði ég haft mikinn áhuga á fíknisjúkdómnum og öllum ólíku afleiðingum hans. Mannréttindi og jafnrétti kynjanna er einnig mitt hjartans mál og brenn ég fyrir það að allir eigi jafnan rétt til góðs lífs. Ég fór að velta því fyrir mér hvort það væri til vettvangur á Íslandi fyrir heimilislausar konur sem hefði aðeins það markmið að auka vellíðan þátttakenda. Svo var ekki þannig að ég hófst handa með hjálp leiðbeinanda míns Eyglóar Rúnarsdóttur að skapa slíkan vettvang. Ég hafði eitt markmið þegar ég hófst handa við hugmyndavinnu að viðfangsefni fyrir lokaverkefnið mitt sem var það að skrifa um eitthvað sem ég brenn fyrir. Á þann hátt trúi ég því að maður fái bestu útkomuna og hafi gaman af því í leiðinni. Ég stóð við þetta markmið sem ég setti mér í byrjun því ég fann viðfangsefni sem er mitt hjartans mál.

Ég vil byrja á því að þakka Eygló Rúnarsdóttur, leiðbeinanda mínum fyrir að hafa hjálpað mér að móta þessa hugmynd, fyrir að vera alltaf hvetjandi og alltaf reiðubúin að hjálpa mér með uppbyggjandi ábendingum. Ég vil sérstaklega þakka ömmu minni, Laufeyu Eyjólfsdóttur og mömmu minni, Lovísu Ásgeirsdóttur fyrir að vera með son minn, Björgvin Úlf, þegar ég virkilega þurfti tíma til þess að vinna að verkefninu. Einnig vil ég þakka kærasta mínum, Árna Páli Árnasyni, fyrir að vera til staðar fyrir mig, draga mig niður á jörðina þegar mér þótti verkefnavinnan óyfirstíganleg og hvetja mig áfram. Án þeirra hefði ég ekki getað skilað þessu lokaverkefni núna og er ég þeim ævinlega þakklát. Ég vil einnig þakka tengdababba mínum, Árna Magnússyni og vinkonum mínum, Aldísi Rós Hrólfsdóttur, Söru Valgeirsdóttur og Sædísi Hörpu Stefánsdóttur, fyrir að gefa sér tíma til að lesa yfir verkefnið. Að lokum langar mig til þess að þakka kennurum í tólmstunda- og félagsmálafræði við Háskóla Íslands og samnemendum mínum fyrir samveruna, lærdóminn og ógleymanlegu minningarnar sem ég mun taka með mér út í lífið. Námið hefur ekki aðeins fært mér faglega vitneskju sem mun nýtast mér á starfsvettvangi og í frekara námi, heldur einnig þroskað mig og fært mér reynslu sem mun nýtast mér á öllum sviðum lífsins.

Þetta lokaverkefni er samið af mér undirritaðri. Ég hef kynnt mér *Síðareglur Háskóla Íslands* (2003, 7. nóvember, <http://www.hi.is/is/skolinn/sidareglur>) og fylgt þeim samkvæmt bestu vitund. Ég vísa til alls efnis sem ég hef sótt til annarra eða fyrri eigin verka, hvort sem um er að ræða ábendingar, myndir, efni eða orðalag. Ég þakka öllum sem lagt hafa mér lið með einum eða öðrum hætti en ber sjálf ábyrgð á því sem missagt kann að vera. Þetta staðfesti ég með undirskrift minni.

Reykjavík, ____ . _____ 20__

1 Inngangur

Það er ekki sjálfsagt að þekkja þá öryggistilfinningu sem gjarnan fylgir því að eiga heimili og getur það komið fyrir að þeir sem eiga þak yfir höfuðið telji það sjálfsagt. En svo er ekki raunin, heimilisleysi er vandamál sem á sér stað út um allan heim og ekki síður á Íslandi. Það er ekki langt síðan það var byrjað að rannsaka aðstæður heimilislausra á Íslandi og hafa heimilislausir einstaklingar gjarnan verið jaðarsettir í samfélaginu. Með árunum hefur íslenskum rannsóknum sem fjalla um þessi málefni fjölgað en aukin þekking ætti að leiða til betri þjónustu við heimilislausu einstaklinga og að hún verði sérstaklega sniðin að þeirra þörfum. Það er ennþá langt í land og alltaf hægt að gera betur.

Heimilisleysi er mannréttindabrot og það er hlutverk yfirvalda að mæta heimilislausum einstaklingum þar sem þeir eru og tryggja að mannréttindum þeirra sé fylgt (FEANTSA Youth, 2019). Þjónusta með skaðaminnkandi hugmyndafræði er ein af þeim hagkvæmu leiðum sem eru til þess að tryggja mannréttindi heimilislausra. Hún er oftast notuð í tengslum við einstaklinga sem eiga við áfengis- og vímuefnavanda að stríða. Í stuttu máli má skilgreina þjónustu með skaðaminnkandi hugmyndafræði á þann hátt að hún veitir þjónustu sama í hvaða ásigkomulagi viðkomandi er og hvar viðkomandi er staddur í lífinu (Harm Reduction International, e.d.). Til dæmis ef einstaklingur er í vímuefnaneyslu þá er ekki gerð krafa um að viðkomandi hætti neyslu til þess að eiga rétt á þjónustunni. Heimilisleysi stafar ekki af einum ákveðnum atburði í lífi einstaklings heldur er það röð margra atburða. Eins er það fjöldi ólíkra þátta sem getur verið ástæðan fyrir því að einstaklingur upplifi heimilisleysi. Það eru aðstæðurnar sem skapa vanda heimilislausra einstaklinga en ekki einstaklingurinn sjálfur. Fjöldi rannsókna hefur verið gerður á högum heimilislausra einstaklinga og þá sérstaklega karla. Í þessari greinargerð verður meðal annars leitast við að skoða stöðu heimilislausra á Íslandi og þá sérstaklega kvenna með hugtökin velferð, mannréttindi og skaðaminnkun í huga.

Tilgangur þessarar greinargerðar er að færa rök fyrir því að þörf sé á skaðaminnkandi dagsetri sem heimilislausar konur geta nýtt sér allan ársins hring. En slíkt úrræði er ekki til hér á landi. Rannsóknir hafa varpað ljósi á að heimilislausar konur eru sérstaklega viðkvæmur hópur, þær eru líklegri til að verða fyrir ofbeldi af hendi karlmanns og eru ólíklegri til þess að nýta sér þjónustu sem er í boði fyrir heimilislausu einstaklinga (de Vet, Beijersbergen, Lako, van Hemert, Herman og Wolf, 2019). Minna er til af rannsóknum um hagi heimilislausra

kvenna í Evrópu (Pleace, 2017) og sama á við Íslandi. En þrátt fyrir það er það staðreynd að heimilislausar konur á Íslandi þurfa aukna þjónustu sem er sérstaklega sniðin af þörfum þeirra.

Í þessari greinargerð verður rýnt í rannsóknir og hugtök sem tillaga að starfsemi *Dagsetursins Ronju* byggir á. Dagsetrið er unnið út frá skaðaminnkandi hugmyndafræði og er ætlað heimilislausum konum á Íslandi. Dagsetrið Ronja hefur það markmið að auka velferð þessara kvenna meðal annars með því að skapa örugga aðstöðu fyrir konurnar. Þangað geta þær mætt að degi til og eiga kost á að taka þátt í tómstundum og annarri afþreyingu gjaldfrjálst. Dagsetrinu Ronju er ætlað að bjóða upp á þverfaglega þjónustu og geta konurnar nýtt sér hana ef þær hafa áhuga á því. Hugtök eins og tómstundir, frítími og frítímatengd vandamál verða skoðuð en þessi hugtök eiga vel við í umræðunni um dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi. Leitast er við að svara því hver ávinningur dagseturs með skaðaminnkandi hugmyndafræði fyrir heimilislausar konur sé og hvernig þátttaka í slíku starfi geti stuðlað að aukinni velferð þátttakenda.

2 Velferð

Margar skilgreiningar eru til á hugtakinu velferð (e. well being) en skilningur á hugtakinu getur verið ólíkur milli menningarheima og gilda sem eru ríkjandi þar hverju sinni. Það gerir það að verkum að erfitt hefur verið að festa eina ákveðna skilgreiningu við hugtakið þar sem það er í raun og veru afstætt (Margrét Héðinsdóttir, Fanný Gunnarsdóttir og Erla Kristjánsdóttir, 2013). Embætti landlæknis (2012) hefur skilgreint velferð sem hugtak sem snertir öll svið mannlífsins, sá sem býr við andlega, líkamlega og félagslega velferð er einstaklingur sem lifir góðu lífi. Þegar talað er um velferð er átt við æskilega, hagfellda eða hagsæla stöðu einstaklings og hópa í efnislegu og félagslegu tilliti (Margrét Héðinsdóttir, o.fl., 2013). Notkun þessa hugtaks er oft notað til að lýsa persónulegum árangri en fyrir aðra nær þetta miklu lengra og svarar ekki aðeins spurningum um hvað sé gott fyrir einstaklinga heldur hvað er gott fyrir samfélagið í heild (White, 2008).

Rannsóknir hafa sýnt að fólk sem býr við góða velferð hefur hærri tekjur, stendur sig betur í atvinnu, er hjálpsamara gagnvart öðrum einstaklingum og á betri og innihaldsríkari félagsleg samskipti (Diener og Seligman, 2004). Það er ljóst að velferð á vel við efni þessarar greinargerðar þar sem að allir einstaklingar eiga skilið að lifa við velferð. Þess vegna er mikilvægt að hafa þetta hugtak hugfast þegar kemur að þjónustu fyrir heimilislausa og þegar unnið er að leiðum til þess að tryggja þeim góð lífsgæði.

2.1 Samfélagsleg velferð

Velferð samfélagsins (e. community well being) tekur mið af því hversu vel einstaklingum þess líður og gengur. Þess vegna ætti að líta á velferð sem fyrirbæri sem felst í því hvað sé gott fyrir samfélagið sem heild. Ef allir einstaklingar samfélagsins eru ómögulegir er ekki hægt að tala um velferð í samfélaginu og öfugt (White, 2008). Til þess að skilja hvernig velferð tengist einstaklingum og samfélaginu jafn mikið er mikilvægt að skilja þrjú hugtök sem velferð hefur verið skipt niður í. Í fyrsta lagi er það huglæg velferð (e. subjective well being) sem snýr að miklu leiti að einstaklingnum sjálfum, gildum, skynjun hans og reynslu. Huglæg velferð tekur mið af skilningi einstaklingsins um sjálfið, vonum hans, ótta og væntingum til dæmis. Í öðru lagi er það efnisleg velferð (e. material well being) en hún snýr að þáttum sem taka mið af ýmsum efnislegum gæðum og möguleikum einstaklingsins í daglegu lífi eins og tekjum, atvinnuþátttöku, athöfnum sem auka lífsgæði, menntun, hæfni og aðgengi að þjónustu og þægindum. Þessir þættir snúa að möguleikum

sem samfélagið býður upp á og skipta aðstæður einstaklingsins máli til þess að hann hafi tækifæri til að upplifa efnislega velferð. Í þriðja lagi eru það tengsl og félagslegir þættir velferðar (e. relational well being) en hugtakið snýr að persónulegu tengslaneti, áhrifum og félagslegu öryggi einstaklingsins. Til dæmis tengsl og sambönd sem einkennast af ást og umhyggju, tengslanet sem býður upp á stuðning, tengsl við ríkið, lög, stjórnsmál, velferðarkerfið og rými fyrir persónulega og félagslegar aðgerðir og áhrif (White, 2008).

Hvergi í þessum þremur hugtökum snýr velferðarhugtakið aðeins að einstaklingnum sjálfum heldur einnig að möguleikum sem samfélagið býður upp á. Þar sem að heimilislausir einstaklingar eru oft jaðarsettur hópur þarf að skapa rými fyrir þá þar sem þeir geta fengið aðstoð og stuðning og fengið tækifæri til þess að upplifa velferð eins og hver annar samfélagsþegn.

2.2 Mannréttindi

Mannréttindi (e. human rights) eru algild siðferðileg réttindi sem allir jarðarbúar búa yfir einfaldlega vegna þess að hann, hún, hán, þau, eru manneskja (FEANTSA Youth, 2019). Þau ná yfir öll landamæri og eru alþjóðleg. Hvar einstaklingur býr, hvaða trúarbrögðum hann tilheyrir, hvaða ríkisstjórn er við völd í landinu hans gildir einu þegar mannréttindi eiga í hlut. Mannréttindi hafa það markmið að allir fái uppfylltar grundvallarþarfir eins og fæði og húsnæði. Líta má á mannréttindi sem vörn gegn ofbeldi í hvaða mynd sem það birtist, þau sjá til þess að draga úr vanþekkingu og hatri og að manneskjur lifi við jafnrétti og virðingu sama við hvaða aðstæður viðkomandi býr við (Mannréttindastofa Íslands, e.d.).

Heimilisleysi er gróft brot á grundvallarmannréttindum okkar. Í alþjóðasamningi um efnahagsleg, félagsleg og menningarleg réttindi (nr.11/1979) kemur fram að aðildarríkin ættu að stuðla að aðgengi að viðunandi lífsafkomu fyrir einstaklinginn og fjölskyldu hans, þar á meðal fæði, klæði og húsnæði. Einnig ættu ríkin sem tilheyra þessum samningi að sjá til þess að allir njóti líkamlegrar og andlegrar heilsu til fulls (nr.12/1979). Í Mannréttindastefnu Reykjavíkurborgar kemur fram að „tryggja beri aðgengi að þjónustu, óháð heilsufari fólks.“ Og að „allir borgarþátttakendur njóti jafns réttar, án tillits til uppruna, þjóðernis, litarháttar, trúarbragða, stjórnsmálaskoðana, kynferðis, kynhneigðar, aldurs, efnahags, ætternis, fötlunar, heilsufars eða annarar stöðu.“ (Reykjavíkurborg

mannréttindaskrifstofa, 2013). Með því að bjóða heimilislausum einstaklingum upp á jafna þjónustu við aðra borgarbúa er verið að tryggja mannréttindi þeirra. Ef ekki er um mannréttindabrot að ræða. Að nota mannréttindi í umræðunni um heimilisleysi er nauðsynlegt til að skilja kerfistengd vandamál sem leiða til heimilisleysis þar sem það er ekki einn einstakur atburður sem veldur heimilisleysi heldur röð ólíkra þátta (FEANTSA Youth, 2019). Ef einstaklingur er heimilislaus vegna fíknar og/eða geðrænna vandamála gefur hann ekki upp mannréttindin sín og hvað þá réttindi sín til góðrar heilsu, til félagsþjónustu, vinnu og til frelsis svo eitthvað sé nefnt (Harm Reduction International, e.d.).

Mannréttindi skipa stóran sess í lífi allra einstaklinga og þess vegna þarf að hafa þau hugföst í málefnum heimilislausra einstaklinga. Þá er hægt að koma í veg fyrir að brotið sé á mannréttindum þeirra sem lifa við heimilisleysi og bjóða þeim upp á þá þjónustu sem þeir eiga rétt á samkvæmt þeim gildum sem mannréttindi standa fyrir.

3 Skaðaminnkun

Skaðaminnkun (e. harm reduction) er hugtak sem er yfirleitt notað í tengslum við eiturfjanganotkun. Þessi hugmyndafræði hefur það markmið að draga úr skaðlegum heilsufarslegum, félagslegum og efnahagslegum afleiðingum á þann sem notar lögleg eða ólögleg vímuefni án þess að draga endilega úr notkuninni. Þessi hugmyndafræði gagnast ekki aðeins vímuefnanotandanum heldur einnig fjölskyldu hans og samfélaginu sem sést til dæmis best á umgengni á almenningsstöðum, þar sem að skaðaminnkandi þjónusta býður upp á það að farga vímuefnabúnaði á réttan hátt (Harm Reduction International, e.d.). Megin markmið hugmyndafræðinnar er að mæta einstaklingum sem nota vímuefni þar sem þeir eru og veita þeim þá þjónustu sem þeir þurfa á að halda til þess að takmarka skaða sem getur orðið á þeim sem notar efnin og á öðrum.

Dæmi um skaðaminnkandi þjónustu á Íslandi er „Frú Ragnheiður“. Þangað geta einstaklingar sem nota vímuefni í gegnum æð leitað og fengið hreinan sprautubúnað, nálabox og annað sem þarf til að draga úr smitum á sjúkdómum eins og lifrabólgu C og HIV. Þar geta einstaklingarnir fengið skaðaminnkandi ráðgjöf um það hvernig öruggast er að nota sprautur og leiðir til þess að lágmarka hættuna á of skömmtun. Að auki fá einstaklingarnir hlý föt, næringu, tjalddýnur og sálrænan stuðning svo að eitthvað sé nefnt (Rauði Krossinn, e.d.-b). Sem slík er skaðaminnkandi þjónusta hönnuð til að koma til móts við þarfir fólks þar sem það er stótt í lífinu. Lítil ávinningur hjá mörgum einstaklingum hefur meiri ávinningur fyrir samfélagið en hetjulegur ávinningur fárra útvalda. Fólk er mun líklegra til að taka mörg örmá skref í átt að bata heldur en eitt eða tvö stór skref. Aðgerðir til þess að draga úr skaðlegum áhrifum vímuefnaneyslu er mun auðveldari en að þvinga einstaklinginn til að gera eitthvað sem hann vill ekki eða hefur ekki getu í eins og að fara í vímuefnaferð. Skaðaminnkandi hugmyndafræði er því byggð á þörfum einstaklinga.

3.1 Ávinningur skaðaminnkandi þjónustu

Margir velja því fyrir sér hvers vegna ætti að nota skaðaminnkandi hugmyndafræði. Margir halda að hún hvetji fólk til þess að halda áfram neyslu sinni og jafnvel auki fíkniefnaneyslu. Svo er ekki raunin en ávinningur skaðaminnkandi hugmyndafræði er gríðarlega mikill fyrir einstaklinginn, samfélagið og efnahaginn. Samkvæmt henni er ekki í boði að leyfa fólki að þjást og deyja af orsökum sem hægt er að koma í veg fyrir (Harm Reduction International, e.d.).

Niðurstöður íslenskrar rannsóknar sem gerð var á samfélagslegum ávinningi Frú Ragnheiðar leiddi í ljós að með þjónustunni sparar heilbrigðiskerfið meiri pening en það leggur í þjónustuna sem Frú Ragnheiður býður upp á (Elín Guðný Gunnarsdóttir, 2019). Árið 2018 kostaði 18 milljónir að reka Frú Ragnheiði. Lyfjameðferðir og læknisheimsóknir vegna HIV og lifrabólgu C, ásamt innlögnum á smitsjúkdómadeild vegna vímuefnaneyslu fyrir einn einstakling kostar ríkið 11.345.458 krónur á mánuði. Samhliða því hve mikið Frú Ragnheiður hjálpar vímuefnanotendum á Íslandi þá hefur starfsemin gríðarlegan ávinning fyrir fjárhag heilbrigðiskerfisins (Elín Guðný Gunnarsdóttir, 2019).

Einnig hefur verið gerð töluleg rannsókn í Sidney í Ástralíu á skaðaminnkandi þjónustu fyrir vímuefnaneytendur. Yfir 18 mánaða tímabil greip starfsfólk inn í hjá 329 einstaklingum sem höfðu tekið of stóran skammt af eiturfjögum og bjargaði allt að 4 mannlífum (MSIC Evaluation Committee, 2003). Þá voru samfélagsleg áhrif skaðaminnkandi þjónustu rannsökuð. Viðtöl voru tekin við íbúa sem bjuggu í nágrenni við þjónustuna. Áður en þjónustan hóf störf sögðu íbúar að algengt hefði verið að sjá notaðan sprautubúnað sem reynt hafi verið að farga á óæskilegan hátt hér og þar um bæinn. En eftir að skaðaminnkandi þjónustan hóf starfsemi sína sögðu þeir að það að sjá notaðan sprautubúnað á víðavangi væri mun óalgengari sjón. Einnig sýndu niðurstöður að eftir að byrjað var að bjóða uppá skaðaminnkandi þjónustu voru færri ábendingar til lögreglu um glæpsamlegt athæfi á svæðinu (MSIC Evaluation Committee, 2003). Það má því draga þá ályktun að vegna þess að það er verið að sinna þeim sem eiga við vímuefnavanda að stríða á viðunandi hátt dregur það úr glæpatíðni. Skaðaminnkandi þjónusta bíður gjarnan upp á fæði og klæði, vöntun á þessum tveimur þáttum gæti haft þær afleiðingar að einstaklingur brjóti lög til þess að verða sér út um fæði og klæði til dæmis.

Nánast allar rannsóknir sem hafa verið gerðar á skaðaminnkandi úrræðum sýna að þau auka ekki ólöglega vímuefnaneyslu með því að laða einstaklinginn að svæðinu eða verða til þess að fleiri fari að nota fíkniefni (Patel, 2007). Með því að vinna með þessum hætti er verið að virða og vernda grundvallarmannréttindi einstaklingsins og sjá til þess að viðkomandi geti átt möguleikann á bestu mögulegu heilsu miðað við aðstæður (Harm Reduction International, e.d.).

Með því að bjóða upp á skaðaminnkandi þjónustu er verið að tryggja grundvallarmannréttindi einstaklinga og á sama tíma auka velferð þeirra. Það skiptir ekki

máli á hvaða stað viðkomandi er í sinni neyslu, hann hefur alltaf rétt á þjónustu sem fer eftir skaðaminnkandi hugmyndafræði. Til þess eins að auka velferð viðkomandi burt séð frá því hvar hann er staddur í lífinu. Eins og með mannréttindi er eina krafan til þess að fá skaðaminnkandi þjónustu sú að viðkomandi er manneskja og allar manneskjur eiga rétt til betra lífs.

4 Heimilisleysi

Til þess að hægt sé að móta stefnu og mæta öllum birtingarmyndum heimilisleysis er ítarleg skilgreining nauðsynleg. Það hefur komið fyrir að þegar yfirvöld skilgreina heimilisleysi hafi þau tilhneigingu til þess að einbeita sér að þeim hópi heimilislausra sem er sýnilegur almenningi en raunin er sú að hópurinn er mun stærri (Amore, Baker og Howden-Chapman, 2011). Það var ekki fyrr en árið 2005 í kjölfar umræðu um aðstæður heimilislausra á Alþingi sem þáverandi félagsmálaráðherra, Árni Magnússon, lagði til að gerð yrði íslensk skilgreining á hugtakinu heimilisleysi. Fyrir þann tíma var skilgreining á hugtakinu óljós (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.). Skilgreining félagsmálaráðuneytisins hljómar svo:

Húsnæðislaus er sá sem ekki hefur aðgang að hefðbundnu húsnæði, hann hefur ekki húsaskjól að staðaldri á sama stað og gistir þar sem kostur er hverja nótt, þar með talið í gistiskýli, á gistiheimili eða inni á öðru fólki. Þeir sem koma úr tímabundnu húsaskjóli, svo sem úr fangelsi eða úr vímuefnaferð, eiga sögu um margháttða húsnæðis- og félagslega erfiðleika og eiga ekki tryggt húsaskjól einum til tveimur mánuðum áður en þeir fara úr hinu tímabundna húsnæði, eru taldir hér með (Félagsmálaráðuneytið, 2005).

Árið 2005 var viðburðaríkt ár fyrir málefni heimilislausra því framkvæmdarstjórn Evrópusambandsins setti einnig fram skilgreiningu á heimilisleysi. Þeirra skilgreining European typology of homelessness and housing exclusion (ETHOS) var mun ítarlegri en sú íslenska. Hugmyndafræðin sem ETHOS gengur út frá er að það sé þrennt sem skilgreinir „heimili“ og ef það er ekki til staðar jafngildir það heimilisleysi. Til þess að geta skilið heimilisleysi þarf að skilgreina hugtakið heimili. Samkvæmt ETHOS er að eiga heimili að eiga öruggan dvalarstað fyrir viðkomandi og hans fjölskyldu. Að viðkomandi geti haft næði út af fyrir sig og notið þess að eiga í samskiptum við aðra. Síðast en ekki síst þarf húsnæðið sem viðkomandi býr í að vera lagalega samþykkt (Edgar, 2009).

Samkvæmt ETHOS er viðkomandi heimilislaus ef a) hann er á götunni, b) upplifir húsnæðisleysi, c) lifir við ótryggar húsnæðisaðstæður og d) lifir í ófullnægjandi húsnæði.

Ólíkt íslensku skilgreiningunni þá getur einstaklingur verið talinn heimilislaus þó hann hafi húsnæði þar sem að ETHOS skilgreinir heimilislaust fólk út frá húsnæðisaðstæðum þess en ekki aðeins út frá húsnæði eins og sú íslenska. Íslenska skilgreiningin segir fólk einfaldlega

heimilislaust þegar það hefur ekki tryggt húsnæði. Það er hægt að draga þá ályktun að íslenska skilgreiningin sé full einföld miðað við það hvað heimilisleysi er flókið fyrirbæri.

4.1 Ástæður og afleiðingar heimilisleysis

Ástæða heimilisleysis hjá einstaklingi stafar af samspili margra þátta. Efnahagur, andleg og líkamleg heilsa og félagsleg staða eru dæmi um þætti sem hafa áhrif. Heimilisleysi er kerfislæg orsök. Einstaklingur er ekki heimilislaus út af einum atburði í lífi hans heldur stafar það af ýmsum vandamálum sem tengjast aðgengi að húsnæði á viðráðanlegu verði, atvinnumöguleikum, aðgengi að heilbrigðisþjónustu og menntun (FEANTSA Youth, 2019). Rannsóknir hafa meðal annars sýnt að ungt fólk sem hefur upplifað fátækt í æsku, vanrækslu á heimili sínu og hefur verið sett í fóstur eru líklegra til að vera heimilislaust í framtíðinni (DeForge, Belcher, O'Rourke og Lindsey, 2008). Íslenskar rannsóknir hafa leitt í ljós að áfengisvandi og vímuefnanotkun sé helsta orsök heimilisleysis hér á landi en á eftir því koma geðræn veikindi (Stjórnarráð Íslands, 2018). Vegna þessara ólíku áhrifapátta þurfa aðferðir til að koma í veg fyrir heimilisleysi að mæta mismunandi ástæðum og aðstæðum heimilislausra. Það er ekki aðeins eitt svar þar sem áhrifapættirnir eru margir og ólíkir (Barile, Pruitt og Parker, 2018).

Til þess að draga úr afleiðingum heimilisleysis þarf að grípa inn með því að styðja einstaklinga með öruggri búsetu. Markviss nærþjónusta sem er veitt af fagfólki er sá þáttur sem er talinn hafa mestu áhrifin á stöðugleika. Að það sé fagaðili sem heldur utan um þjónustuna og allt sem að henni kemur er mikilvægur hlekkur í keðjunni (Velferðasvið Reykjavíkurborgar, e.d.). Þjónusta fyrir heimilislausum einstaklinga er margþætt og flókin og krefst þverfaglegs starfs margra aðila. Þar sem að vandi heimilislausra einstaklinga er oft margþættur og flókinn þá kallar þjónustan á náið samstarf milli félagsþjónustu, heilbrigðisþjónustu, fangelsismálastofnunar og fleiri stofnanna samfélagsins.

4.1.1 Fíknisjúkdómur

Niðurstöður rannsókna hafa sýnt að flestir sem eru heimilislausir á Íslandi nota áfengi og önnur hugbreytandi efni að staðaldri eða allt að 62%. Hlutfall kvenna og karla er jafnt hvað varðar vímuefnaneyslu (Stjórnarráð Íslands, 2018). Ólíkt niðurstöðum rannsóknar sem gerð var í Hollandi á heimilislausum konum en þar kom fram að þær séu ólíklegri til að eiga við vímuefnavanda að stríða heldur en heimilislausir karlar (de Vet o.fl, 2019). Ekki kemur fram í

rannsókninni hvers vegna það er en í henni kemur fram að ástæðan fyrir því að konurnar lifðu við heimilisleysi séu aðrar en hér á landi. Til dæmis að þær séu atvinnulausar, lítið menntaðar og þungaðar en hér á landi er áfengisvandi og neysla annarra vímuefna talinn vera helsta ástæða heimilisleysis hjá bæði konum og körlum (Stjórnarráð Íslands, 2018).

Hér er hugtakið fíknisjúkdómur (e. alkoholism) notað yfir áfengissýki eða alkóhólisma þar sem hann á við um einstaklinga sem ánetjast áfengi og/eða öðrum vímuefnum og hefur það skaðlegar afleiðingar á líf þeirra. Fíknisjúkdómur er sjúkdómur sem er frábrugðin öðrum sjúkdómum, hann getur þróast hægt í gegnum ævi einstaklings en einnig getur þróunin verið hröð og getur sjúkdómurinn komið upp hjá fólki á öllum aldri (Vaillant og Hiller-Sturmhöfel, 1996). Erfitt er að fyrirbyggja þennan sjúkdóm því hann hefur enga eina orsök. Eins og með ástæður heimilisleysis þá er það samspil ólíkra þátta sem hefur áhrif á sjúkdóminn, til dæmis erfðir, menning og samfélag (Vaillant og Hiller-Sturmhöfel, 1996). Til þess að veikjast af fíknisjúkdómnum þarf viðkomandi að byrja að nota hugbreytandi efni hvort sem það er áfengi og/eða önnur vímuefni. Notkunin getur leitt til hugrænna og líkamlegra einkenna hjá þeim sem neytir efnisins og eftir hverja efnanotkun þróast einkennin og einstaklingurinn þróar með sér fíknivanda (e. substance abuse). Þegar einstaklingur hefur þróað með sér fíknivanda upplifir hann mikla löngun í efnið og á í erfiðleikum með að stjórna notkun þess. Það eru til einstaklingar sem nota áfengi og/eða vímuefni en eiga ekki við fíknisjúkdóminn að stríða, það er stjórnleysið sem aðgreinir viðkomandi og einstakling sem hefur fíknisjúkdóminn. Einstaklingur sem hefur þróað með sér sjúkdóminn notar efnið endurtekið þrátt fyrir skaðann sem efnið hefur á andlega, líkamlega og félagslega heilsu viðkomandi. Vímuefnaneyslan yfirtekur allar athafnir einstaklingsins sem verður oft til þess að allt annað í lífi viðkomandi vikir til þess að hann geti fengið að nota efnið (WHO, e.d.-b).

Vogur er eina sjúkrahúsið á Íslandi sem býður upp á sérhæfða meðferð við fíknisjúkdómnum. Árið 2017 voru 2219 innlagnir á sjúkrahúsið Vog (1665 einstaklingar), 629 manns eða 38% höfðu ekki húsnæði til umráða. Án húsnæðis voru 14%, 10% höfðu ekkert húsnæði og 2% bjuggu á götunni (SÁÁ, 2018). Þessar tölur sýna greinilega að tenging er á milli fíknivanda og heimilisleysis. Mikilvægt er að horfa á vímuefnaneyslu sem heilbrigðisvandamál og þurfa stjórnvöld að líta á vandann frá því sjónarhorni ef þau vilja

endurheimta heilsu einstaklinga sem verða veikir af sjúkdómnum og/eða koma í veg fyrir hann (WHO, e.d.-b).

4.1.2 Andleg veikindi

Geðrænn vandi er talin ein aðal orsök heimilisleysis á Íslandi á eftir áfengis- og vímuefnavanda (Stjórnarráð Íslands, 2018). Andleg heilsa er afar mikilvægur þáttur í lífi einstaklingsins. Sem betur fer eru til ýmis ráð, meðferðir og lækningar við andlegum veikindum. En til þess að hægt sé að hjálpa fólki með geðrænan vanda þarf að horfast í augu við þá staðreynd að andleg veikindi eru oft það fyrsta sem einstaklingar upplifa áður en þeir upplifa annan vanda sem gæti orðið til þess að einstaklingur endar heimilislauð.

Allar manneskjur hafa geðheilsu og er það partur af því sem gerir okkur mennsk. Líkamlegir, andlegir og félagslegir þættir heilsu spila allir saman og hafa áhrif hver á annan. Það er eðlilegt að upplifa alls konar erfiðar tilfinningar eins og depurð, reiði, sektarkennd, kvíða og ótta en það er ekki eðlilegt þegar þessar tilfinningar vara lengi. Ef þessar tilfinningar vara lengi og hafa enga gilda ástæðu er það oft merki um geðheilsuvanda sem mikilvægt er að bregðast við (Embætti landlæknis, 2012). Það er þekkt vandamál að fordómar ríkja gegn geðrænum veikindum sem gerir það að verkum að einstaklingar sem upplifa hann fela gjarnan vandann og leita sér síður aðstoðar.

Samkvæmt gögnum Alþjóðaheilbrigðisstofnunar (WHO) glímir stór hluti þeirra sem lifa við fátækt við andleg og/eða líkamleg veikindi. Þetta er viðkvæmur hópur sem verður fyrir fordómum og mismunun daglega og er líklegri til þess að vera fórnarlömb líkamlegs, andlegs og kynferðislegs ofbeldis. Ein af afleiðingum andlegra veikinda er að einstaklingarnir hafa stundum takmarkaða getu til að taka þátt í opinberum málefnum. Mikið af andlega veiku fólki mætir alls konar hindrunum sem þeir sem ekki glíma við andleg veikindi þurfa ekki að upplifa eins og til dæmis þegar kemur að atvinnu og skólagöngu (WHO, e.d.-a).

4.2 Heimilisleysi á Íslandi

Lengi vel var heimilislauð fólk á Íslandi kallað utangarðsfólk. Hugtakið var notað yfir fólk sem var ekki samþykkt af samfélaginu. Þessi hugtakanotkun ein og sér er full af fordómum og sýnir að heimilislauð fólk hefur alltaf verið jaðarsettur hópur í samfélaginu. Hugtakið hefur sætt gagnrýni síðustu ár og í dag er er notast við skilgreininguna „heimilislauðir með miklar og flóknar þjónustubarfir“ (Velferðasvið Reykjavíkurborgar, e.d). Eins og fram hefur komið er

fíknivandi aðal orsök heimilisleysis á Íslandi sem er að vissu leiti flókin sjúkdómur að eiga við en rannsóknir sýna að það eru 62% heimilisláusra sem eiga við þann vanda að stríða (Reykjavíkurborg, e.d.). Á eftir fíknivanda er geðrænn vandi talinn aðal orsök heimilisleysis hér á landi, því má ætla að hin 38% geti átt við geðrænan vanda að stríða. Það geta líka verið aðrar orsakir eins og skortur á tekjum og/eða viðkomandi skorti félagslegt stuðningsnet en samkvæmt erlendri rannsókn er það oft stór áhrifaþáttur (de Vet o.fl, 2019). Þess vegna má velta því fyrir sér hvort að allir þeir sem upplifa heimilisleysi séu með miklar og flóknar þjónustufarir og hvort það sé enn verið að jaðarsetja þennan hóp með notkun þessarar skilgreiningar.

Áður fyrr var talið að heimilisleysi stafaði af ákvörðunum einstaklinganna sem upplifðu slíkt en í dag er frekar horft á aðstæðurnar sem skapa vanda fólks heldur en að einstaklingurinn hafi skapað hann sjálfur (Reykjavíkurborg, e.d.). Fyrst og fremst er þetta fólk og því mikilvægt að koma fram við það eins og aðra almenna borgara. Árið 2018 samþykkti borgarstjórn Reykjavíkur að móta stefnu á vegum velferðarsviðs Reykjavíkurborgar í þjónustu við heimilisláust fólk en síðasta stefna gilti út árið 2018. Stefna í málefnum heimilisláusra með miklar og flókar þjónustufarir 2019-2025 hefur það að leiðarljósi að starfsfólk Velferðarsviðs og allt starfsfólk Reykjavíkurborgar sem vinnur með heimilisláusum einstaklingum sýni virðingu á öllum stigum þjónustunnar. Áhersla er lögð á að auka sjálfvirðingu þeirra sem nýta þjónustuna og stuðla að valdeflingu einstaklingsins. Markmiðið er að draga úr fordómum í samfélaginu og öll þjónusta sem er í boði fyrir heimilisláusa í Reykjavíkurborg skal stuðla að framangreindum þáttum. Stefnan fer eftir skaðaminnkandi hugmyndafræði í starfi með heimilisláusum (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.).

Til þess að hægt sé að meta þarfir heimilisláusra einstaklinga og mæta þeim er mikilvægt að hafa tölur yfir fjölda þeirra sem lifa við þessar aðstæður. Velferðarsvið Reykjavíkurborgar hefur unnið í því að halda utan um þessar tölur en það skilgreinir heimilisleysi út frá ETHOS skilgreiningunni (Edgar, 2009). Árið 2012 voru 121 einstaklingar taldir heimilisláusir í Reykjavík, árið 2017 var kortlagningin endurtekin og sýndu nýjustu tölur alls 349 heimilisláusa einstaklinga í Reykjavík sem sýnir töluverða hækkun eða nærri þreföldun (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.). Samkvæmt tölunum voru 21% eða 76 einstaklingar sem bjuggu á götunni, 118 einstaklingar gistu í gistiskýli eða um 33% og alls 153

sem bjuggu við ótryggar aðstæður eða allt að 42%. Af þessum 349 voru 58 einstaklingar sem bjuggu í langtímabúsetuúrræðum. Talningin varpaði ljósi á aukningu meðal ungra einstaklinga á aldrinum 18-30 ára en 91 einstaklingur var í þeim hópi eða 28%. Á aldrinum 31-40 ára voru einstaklingar 72 eða 20,6%. Einstaklingar sem neyttu áfengis og/eða annarra vímuegjafa að staðaldri voru 227 af þessum 349. Af þeim 227 voru 121 sem neyttu bæði áfengis og vímuefna. Hærra hlutfall karla mældist heimilislúsir eða 68% en hafa þarf í huga að birtingarmynd heimilisleysis kvenna er oft ólík. Niðurstaða þessarar rannsóknar leiddi í ljós að vandi heimilislúsra einstaklinga er fyrst og fremst heilbrigðisvandamál þar sem að stór hluti einstaklinganna á við geðrænan vanda og/eða áfengisvanda og/eða annan vímuefnavanda að stríða (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.). Tölur frá árinu 2017 yfir heimilislúsra í Bretlandi sýna einnig að konur eru í minnihluta. En af 4.751 heimilislúsrum einstaklingum eru aðeins 14% heimilislúsra kvenna og á síðustu fimm árum hefur þeim fjölgað mikið (Homeless link, 2017).

Við leit að upplýsingum um heimilisleysi á Íslandi kom í ljós að Reykjavíkurborg vinnur markvisst í málum heimilislúsra en upplýsingar frá öðrum sveitarfélögum voru hvergi sjáanlegar. Áhugavert væri að vita ástæðuna fyrir því og hvort að heimilisleysi á Íslandi sé aðeins viðfangsefni höfuðborgarinnar.

5 Heimilislausar konur

Fram kemur í Stefnu í málefnum heimilislausra með miklar og flóknar þjónustubarfir 2019-2025 (e.d.) að heimilislausar konur eiga það oft sameiginlegt að hafa oft orðið fyrir áfalli í æsku, vanrækslu og eiga við hegðunarvanda að stríða. Margar hverjar byrja að nota vímuefni mjög snemma á lífsleiðinni sem hefur slæmar afleiðingar á líf þeirra. Sá sorglegi veruleiki birtist einnig að þær konur sem eiga við vímuefnavanda að stríða eru oft upp á ofbeldismann komnar og hafa þurft að gera ýmislegt til þess að fjármagna neysluna. Eins eru þær útsettari fyrir ofbeldi og eru jaðarsettar í félags- og heilbrigðiskerfinu (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.).

Þegar leitað er að upplýsingum um heimilisleysi kvenna er ekki til jafn mikið af upplýsingum um stöðu þeirra og er til um heimilisleysi karla. Í Evrópu er lítið vitað um aðstæður heimilislausra kvenna, hvort þær séu að fara á milli sófa eða hvort þær sofi á götunni. Minna er vitað um líðan þessara kvenna og er aðeins að finna tölulegar upplýsingar um heimilislausa karla í Evrópu (Pleace, 2017). Þetta misræmi sýnir að heimilisleysi kvenna er gjarnan dulið og ein af ástæðunum er sú að þessar konur nýta sér síður þá þjónustu sem er í boði fyrir þær og forðast það að nýta sé kerfið til stuðnings (Mayock og Bretherton, 2017). Niðurstöður sýna að heimilislausar konur eru sérstaklega viðkvæmur hópur og þarf að gefa aðstæðum þeirra meiri athygli til þess að hægt sé að aðstoða þennan hóp. Til þess að það sé hægt þarf að skoða hvers vegna og hvernig heimilisleysi kvenna er ekki jafn sýnilegt og karla. Í Hollandi var gerð rannsókn sem skoðaði hvort konur sem nýti sér skýli fyrir heimilislausa (e. home shelters) séu ólíkar karlmönnum sem nýta sér sama úrræði á félagslegan hátt (de Vet o.fl., 2019). Alls voru 183 þátttakendur yfir 9 mánaða tímabil árið 2010-2012, konurnar voru marktækt yngri en karlarnir. Það kom í ljós að aðstæður þeirra voru ólíkar karlanna, þær voru lítið menntaðar, atvinnulausar og höfðu orðið fyrir ofbeldi af hendi karlmanns. Konurnar sýndu fram á lægra sjálfsmat, meiri óhamingju og andlega vanlíðan frekar en karlar. Þær voru ólíklegri til að eiga við vímuefnavanda að stríða sem er ólíkt stöðu heimilislausra kvenna á Íslandi, þar sem að tölulegar upplýsingar sýna fram á að vímuefnaneysla er ein helsta orsök heimilisleysis hér á landi (Félagsmálaráðuneytið, 2005). Niðurstaða rannsóknarinnar leiddi einnig í ljós að heimilislausar konur eru sérstaklega viðkvæmur hópur. Mikil þörf er á þjónustu fyrir þessar konur til þess að auka félagsleg gæði

þeirra á meðan þær nýta sér úrræðið og þegar þær eru búnar að nýta sér úrræðið (de Vet o.fl, 2019).

Heimilisleysi kvenna er staðreynd og þess vegna þarf að skoða þennan hóp vel og styðja við þær. Eins og fram hefur komið er vandi heimilislausra kvenna gjarnan flóknari en karla og tilraunir til þess að mæta þörfum þeirra með sérstökum úrræðum hafa ekki borið nægilegan árangur (Bretherton og Pleace, 2018).

5.1 Kynbundið ofbeldi

Að eiga ekki heimili, að vera óöruggur og vita ekki hvað bíður manns á næturnar hefur miklar afleiðingar á hvern þann sem er í þessari stöðu. Eins og fram hefur komið eru heimilislausar konur líklegri til að verða fyrir ofbeldi heldur en karlar og lifa þar af leiðandi í meiri ótta um öryggi sitt heldur en karlar. Kynbundið ofbeldi (e. gender-based violence) er ofbeldi sem er á grundvelli kyns þess sem verður fyrir ofbeldinu. Að vera fórnarlamb kynbundins ofbeldis getur haft líkamlegar, sálrænar og félagslegar afleiðingar á viðkomandi og hafa heimilislausar konur verið skilgreindar sem áhættuhópur fyrir því að verða fórnarlömb kynbundins ofbeldis (Kahan, Lamanna, Rajakulendran, Noble og Stergiopoulos, 2020).

Alma Lind segir í viðtalið við Kristlínu Dís Ingilínardóttur fyrir Fréttablaðið að það sé ekki til manneskja á götunni sem hefur ekki lent í óteljandi áföllum og hryllingi. Alma tekur fram að sérstaklega hafi konur það slæmt þar sem þær sæta ýmiskonar þvingunum frá karlmönnum og traðkað sé á þeim (Kristlín Dís Ingilínardóttir, 2020). Aðrar rannsóknir tala einnig um að heimilislausar konur sýna hærri tíðni áfalla (e. trauma) vegna kynferðisofbeldis heldur en jafnöldur þeirra sem eru ekki heimilislausar (Cronley, Hohn og Nahar, 2018).

Út frá þessum rannsóknum má sjá að heimilislausar konur upplifa frekar ofbeldi vegna þess hvers kyns þær eru og upplifa þar af leiðandi fleiri áföll sem lita framtíð þeirra til muna. Vegna þessa er mikilvægt að bjóða upp á þjónustu þar sem heimilislausar konur þurfa ekki að lifa í ótta við að lenda í slíku ofbeldi.

5.2 Úrræði fyrir heimilislausar konur á Íslandi

Heimilisleysi kvenna er ekki síður dulinn vandi á Íslandi og þess vegna er lítið til af upplýsingum um þennan hóp. Í bréfi Rauða Krossins (2020) til Velferðarsviðs Reykjavíkurborgar kemur fram að hópur kvenna sem nýtir sér Konukot sem er neyðarskýli

aðeins ætlað heimilislásum konum hefur stækkað gríðarlega í gegnum árin. Árið 2005 nýttu 42 konur sér athvarfið í 977 nætur. En það sem liðið er af árinu 2020 eru konurnar orðnar 112 sem nýttu sér athvarfið, þar af 48 sem höfðu ekki nýtt sér athvarfið áður og gistinæturnar töldu 3.616. Hér má sjá margföldun á fjölda kvenna sem nýtir sér úrræðið. Samkvæmt nýjustu tölulegu upplýsingum frá Reykjavíkurborg um fjölda heimilisláusa kvenna á Íslandi kemur fram að 349 einstaklingar hafi verið heimilisláusir árið 2017. Þar af 32% konur sem gera 112 heimilisláusar konur árið 2017 (Velferðasvið Reykjavíkurborgar, e.d.). Tölurnar frá Rauða krossinum sýna að 112 konur nýta sér Konukot árið 2020, jafn margar konur og voru taldar heimilisláusar á Íslandi árið 2017. Það má draga þá ályktun að fjöldi heimilisláusa kvenna á Íslandi hafi aukist gríðarlega þar sem að hægt er að gera ráð fyrir því að ekki nýti allar heimilisláusar konur á Íslandi sér úrræðið. Fram kemur í Stefnu í málefnum heimilisláusa með miklar og flóknar þjónustuparfir 2019-2025 (e.d.) að heimilisláusar konur þurfa á skjóli og öryggi að halda, þar sem þeim er mætt á jafningjagrundvelli með stuðningi og skilningi á aðstæðum þeirra. Hér að neðan má sjá úrræði sem eru aðeins ætluð fyrir heimilisláusar konur. Þau eru alls þrjú.

5.2.1 Konukot

Konukot er neyðarathvarf fyrir heimilisláusar konur sem vinnur eftir skaðaminnkandi hugmyndafræði. Markmið Konukots er að mæta grunnþörfum hvað varðar húsnæði, hreinlæti og mat. Í Konukoti er lögð áhersla á að skapa þægilegt og heimilislegt andrúmsloft. Starfsfólk veitir einstaklingsmiðaða þjónustu og mætir hverri konu eins og hún er stödd (Rauði Krossinn, e.d.-a). Athvarfið er opið frá klukkan 17:00 til 10:00 daginn eftir og getur hýst allt að 12 konur og þurfa þær ekki að greiða neitt fyrir þjónustuna.

Rauði krossinn hefur rekið Konukot frá árinu 2004 en árið 2020 tók Rótin, félag um konur, áföll og vímuefnabætur, við rekstrinum samkvæmt þjónustusamningi við Reykjavíkurborg (Rótin, e.d.).

5.2.2 Dyngjan

Dyngjan er áfangaheimili fyrir konur sem hafa lokið áfengis- og vímuefnabætur. Pláss er fyrir 14 konur og greiða íbúar fyrir leigu og fæði. Dyngjan er langtíma úrræði og geta konur dvalið þar allt upp í eitt og hálf ár. Lagt er upp úr því að taka tillit til sérþarfa heimiliskvenna og eru börn kvenna ávallt velkomin í heimsókn. Konurnar eru með dagsverk sem þær sinna á

hverjum degi eins og að þrifa baðherbergið, sjá um morgunmat eða þvott svo eitthvað sé nefnt. Þær hjálpast að við að sjá um heimilið ásamt því að sinna sínu bataferli (Dyngjan, e.d.).

5.2.3 Hringbraut

Hringbraut er úrræði fyrir heimilislausum með 11 íbúðum. Fimm íbúðanna eru sérstaklega ætlaðar konum. Úrræðið er byggt á skaðaminnkandi hugmyndafræði en ekki er gerð krafa um að umsækjandi sé hættur notkun hugbreytandi efna. Markmið úrræðis er að veita öruggt heimili (Velferðarsvið Reykjavíkurborgar, e.d.).

Aðeins eru til þrjú úrræði á Íslandi sem eru aðeins ætluð heimilislausum konum. Konukot er neyðarskýli og því ekki opið allan sólarhringinn, Dyngjan er ekki skaðaminnkandi úrræði þar sem að starfsemin gerir kröfur um að konurnar hafi lokið meðferð og séu hættar allri vímuefnaneyslu og Hringbraut bíður aðeins upp á fimm íbúðir fyrir fimm konur. Það má því segja að úrræði fyrir heimilislausar konur á Íslandi eru af skornum skammti. Miðað við töluverða hækkun á tölum um heimilislausar konur á Íslandi þyrfti að auka þjónustu fyrir þennan hóp í samræmi við þær.

6 Dagsetur fyrir heimilisslausar konur á Íslandi

Ekki er um mörg úrræði að velja fyrir heimilisslausar konur á Íslandi og svo er heldur ekki sjálfsagt að komast að. Til dæmis er Konukot aðeins opið seinni part dags og yfir nótt og hefur aðeins rúm fyrir 12 konur, þrátt fyrir það er enginn sendur í burtu. Klukkan 10:00 að morgni lokar Konukot og konurnar þurfa að fara út og geta mætt aftur klukkan 17:00 sama dag. Alma Lind og Emilie Jacob segja frá því í fyrrnefndu viðtali við Fréttablaðið að erfitt sé að þurfa að fara út að morgni án þess að vita hvar þær muni dvelja þar til opnað verður aftur klukkan 17:00. Þær nefna báðar að þær upplifa mikla óvissu um hvað þær skuli gera þar til það opnar aftur á Konukoti og yfirleitt er lausnin að útvega sér fíkniefni og nota þau til þess að drepa tímann (Kristlín Dís Ingilínardóttir, 2020).

Á Íslandi er ekki til dagsetur sem er aðeins ætlað heimilisslausum konum en augljóst er að það myndi henta vel. Eins og fram hefur komið eru aðstæður heimilisslausra kvenna ólíkar aðstæðum heimilisslausra karla. Þessi staðreynd sýnir að úrræði sem einbeitt sér að þessum hópi kvenna og býður upp á sérhæfða þjónustu sem er aðlöguð að þörfum þeirra myndi nýtast vel hér á landi.

6.1 Dagsetrið Ronja

Dagsetrið Ronja yrði skaðaminnkandi dagúrræði fyrir heimilisslausar konur. Þangað gætu konur komið hvenær sem er yfir daginn allan ársins hring. Þar sem það er notast við skaðaminnkandi hugmyndafræði er þeim konum sem eiga við vímuefnavanda að stríða ekki gerð sú krafa að þær hætti neyslu vímuefna þegar þær nýta sér dagsetrið. Lögð er áhersla á að mæta þeim á jafningjagrundvelli á þeim stað sem þær eru hverju sinni. Þegar talað er um jafningjagrundvöll er átt við þegar fagmenn og einstaklingar með persónulega reynslu af andlegum áskorunum tala saman og starfa sem jafningjar (Hugarafi, e.d.). Allir þátttakendur hafa fulla nafnleynd og starfsfólk gætir 100% trúnaðar.

Eitt af markmiðum dagsetursins er að konurnar nýti frítíma sinn á jákvæðan og uppbyggilegan hátt. Með því að mæta þangað hefur þessi hópur eitthvað fyrir stafni á daginn í öruggu umhverfi. Dagsetrið Ronja vill stuðla að aukinni velferð heimilisslausra kvenna á Íslandi og berst gegn því að brotið sé á mannréttindum þeirra.

Eins og fram hefur komið hér að ofan eru heimilisslausar konur sérstaklega viðkvæmur hópur og aðstæður þeirra ekki jafn sýnilegar og hjá heimilisslausum

körlum. Þess vegna þarf að gefa aðstæðum þeirra meiri athygli. Rannsóknir hafa sýnt að þær eru líklegri til þess að verða fyrir líkamlegu, andlegu og kynferðislegu kynbundnu ofbeldi af hendi karlmanns (Kahan o.fl., 2020). Niðurstöður eins og þessar eru ein megin ástæðan fyrir því að Dagsetrið Ronja er aðeins ætlað konum. Hugmyndin er sú að konur geti nýtt sér vettvanginn án þess að eiga á hættu á að rekast á karlmann sem hefur kannski beitt þær ofbeldi. Eitt af megin markmiðum dagsetursins er að konurnar finni fyrir öryggi og trausti í garð starfseminnar. Þangað geta þær leitað og fengið þá aðstoð sem þær sækjast eftir og á sama tíma haft aðgang að jákvæðri afþreyingu sem vinnur gegn frítímatengdum vandamálum.

Dagsetrinu Ronju er ætlað að bjóða upp á vettvang sem konurnar geta nýtt sér á daginn. Það myndi veita þeim öryggi og á sama tíma myndi starfsemin hafa jákvæð og hvetjandi áhrif á þær. Eins og með aðra skaðaminnkandi þjónustu hefur hún einnig jákvæðar afleiðingar á samfélagið sem heild. Þannig njóta allir góðs af ef boðið yrði upp á úrræði sem þetta.

6.1.1 Þverfaglegt starf

Ronja mun bjóða upp á þverfaglega þjónustu sem þýðir að mismunandi fagaðilar vinna saman að sameiginlegu markmiði. Hver og ein fagstétt hefur ákveðnu hlutverki að gegna og kemur með sína reynslu og þekkingu inn í starfið. Ávinningur þverfaglegs samstarfs er sá að ólíkir fagaðilar koma með mismunandi sérþekkingu inn í starfið og komast saman að því hvað best sé að gera hverju sinni (Jones, Holmes og Powell, 2005). Með starfi sem þessu eru ákvarðanir, atburðir og aðstæður skoðaðar frá öllum sjónarhornum einstaklingsins og verður til þess að hægt sé að bjóða konunum upp á sem fjölbreyttustu þjónustuna sem hentar hverri og einni. Dagsetrið mun til dæmis bjóða konunum upp á ráðgjöf og sálfræðiþjónustu ef þær hafa áhuga en einnig er þeim velkomið að nýta sér dagsetrið aðeins upp á félagsskapinn eða tómstundirnar að gera.

6.1.2 Tímstundir og frítími

Stuðst verður við skilgreiningu Vöndu Sigurðardóttir (2010) á hugtakinu tímstundir í þessu verkefni. En hún segir tímstundir vera athöfn, hegðun eða starfsemi sem á sér stað í frítíma einstaklings. Viðkomandi þarf að líta sjálfur svo á að um tímstund sé að ræða til þess að athöfnin, hegðunin eða starfsemin flokkist sem tímstund og þarf að iðka þær af fúsum og

frjálsum vilja. Samkvæmt Vöndu þarf athöfnin, hegðunin eða starfsemin að hafa jákvæð áhrif á einstaklinginn og veita honum ánægju. Með því að iðka tómstundir veitir það einstaklingnum vellíðan og eykur lífsgæði hans. Til þess að fá betri skilning á hugtakinu tómstundir þarf að þekkja hugtakið frítími (e. free time) en eins og Vanda segir í sinni skilgreiningu þá á tómstund sér stað í frítímanum.

Leitner og Leitner (2012) skilgreina frítíma sem þann tíma þegar vinnu og öðrum skyldum er lokið, einstaklingur á tvöfalt meiri tíma í frítíma yfir ævina heldur en allur sá tími sem fer í að sinna skyldum eins og vinnu og menntun. Í frítíma skapast rammi þar sem einstaklingur getur mætt andlegum og líkamlegum þörfum sínum. Það gefur viðkomandi tækifæri til þess að velja hvað hann vill gera, með hverjum og hvaða athöfnum hann hefur áhuga á að taka þátt í. Hvað við eyðum frítíma okkar í endurspeglar gjarnan hvar viðkomandi er staddur í lífinu. Þó svo að frítími sé mikill tími af lífi einstaklings og hann hafi val um hvað hann eyðir honum í er ekki þar með sagt að hann nýti hann á jákvæðan og uppbyggilegan hátt.

Í samhengi við efni þessarar greinargerðar þarf að skoða hver frítími heimilisláusra einstaklinga er og ef þeir hafa engum skyldum að gegna á daginn og upplifa stefnuleysi, á þessi hópur þá endaláusan frítíma? Dagsetrið Ronja vill líta svo á að þegar konurnar nýta sér úrræðið er það í frítíma þeirra en það er undir hverri konu komið að skilgreina hver frítími hennar er. Það er því afar flókið að henda reiður á hver frítími heimilisláusra einstaklinga er. Að taka þátt í dagskrá dagsetursins hefur það markmið að konurnar upplifi aukna vellíðan og hafi jákvæð áhrif á þær en eins og kemur fram í skilgreiningu Vöndu þarf einstaklingurinn að líta svo á að um tómstund sé að ræða svo að tiltekin athöfn, hegðun eða starfsemi teljist sem slík.

Árið 2014 setti Velferðarráð Reykjavíkur á laggirnar verkefni fyrir heimilisláusa karla á Íslandi en það var byggt á hugmyndafræði Mel Young og Harald Schmied sem stofnuðu Heimsmeistarakeppni heimilisláusra í fótbolta árið 2001. Heimsmeistarakeppnin er einstakt frumkvöðlaverkefni sem notar fótbolta til að hvetja heimilisláusa einstaklinga til jákvæðra breytinga á eigin lífi (Homeless World Cup Foundation, e.d.). Hér á landi stóð verkefnið yfir í eitt ár og var það Sigríður Arndís Jóhannsdóttir starfsmaður Velferðarsviðs Reykjavíkur sem kom verkefninu af stað. Ein megin ástæða verkefnisins er að virkja þennan hóp félagslega. Verkefnið varð afar vinsælt meðal heimilisláusra karla og talar Sigríður Arndís (munnleg

heimild, 10.nóvember 2020) um að verkefnið hafi skapað jákvætt andrúmsloft meðal þátttakenda sem var góð tilbreyting fyrir þátttakendur þar sem neikvæð samskipti og andrúmsloft ríkir oft meðal þessa hóps. Öll þessi jákvæða virkni sem fótboltaíðkunin hafði á karlanna hafði gríðarlega góðar afleiðingar í för með sér burt séð frá því á hvaða stað mennirnir voru staddir á í lífinu. Þeir töluðu um að finna fyrir tilhlökkun að mæta á æfingar og að þeir upplifðu meiri gleði með tilkomu þessa verkefnis. Sigríður Arndís (munnleg heimild, 10.nóvember 2020) sagði að sumir þátttakendur reyndu meira að segja að minnka vímuefnaneyslu til þess að vera betur í stakk búnir til að taka þátt í æfingunum. Það er einmitt ein af jákvæðum afleiðingum þess að bjóða upp á þjónustu með skaðaminnkandi hugmyndafræði. Aðspurð hvers vegna verkefnið stóð aðeins yfir í eitt ár miðað við hversu vel það gekk svarar Sigríður Arndís að hún hafi fengið önnur verkefni í hendurnar og því hafi það fjarað út. Það eru sorgarfréttir þar sem að knattspyrnuliðið veitti þátttakendum gleði og stuðlaði að bættum lífsstíl (Sigríður Arndís, munnleg heimild, 10.nóvember 2020).

Út frá skilgreiningu Vöndu má draga þá ályktun að verkefnið hafi boðið upp á tólmstund sem hafði jákvæðar afleiðingar í för með sér. Þetta verkefni sýnir það að þegar frítíminn er nýttur á jákvæðan og uppbyggjandi hátt hefur það góðar afleiðingar fyrir einstaklinginn og lífsgæði hans. Þar sem að heimilislausir einstaklingar hafa gjarnan ekki jafn mikið fyrir stafni og upplifa sig kannski ekki velkomna í öllu framboði á tólmstunda- og frístundastarfi er nauðsynlegt að bjóða upp á þjónustu sem stuðlar að jákvæðri virkni og eykur vellíðan þátttakanda.

6.1.3 Frítímatengd vandamál

Þegar einstaklingur nýtir frítíma sinn á þann hátt að hann hefur neikvæðar afleiðingar í för með sér er talað frítímatengd vandamál (e. leisure-related problems). Frítímatengd vandamál fela í sér að viðkomandi notar frítíma sinn á andfélagslega og heilsuspillandi hátt eins og með áfengis- og vímuefnaneyslu, hreyfingarleysi, ofbeldi, spilafíkn og streitu. Þessi hegðun hefur ekki aðeins slæm áhrif á einstaklinginn heldur einnig fjölskylduna hans, vini hans, heilbrigðiskerfi, félagsþjónustu og löggæslu. Þessi vandamál geta einnig verið afar kostnaðarsöm fyrir einstaklinginn og allt samfélagið þar sem þessi hegðun hefur oft í för með sér að viðkomandi þurfi að nýta sér meðferðarúrræði, lækniþjónustu og sálfræðiþjónustu svo eitthvað sé nefnt (Leitner og Leitner, 2012). Þess vegna má draga þá ályktun að heimilisleysi sé í sumum tilvikum afleiðing frítímatengdra vandamála. Eins og fram hefur

komið er fíknivandi ein af megin orsökum heimilisleysis á Íslandi og fer neysla á vímuefnum oft fram í frítíma einstaklings. Það bætir ekki úr skák að þegar einstaklingur er heimilislaus þá hefur hann mikinn tíma og eins og fram hefur komið upplifir viðkomandi mikið stefnuleysi þar sem hann hefur í engin hús að venda.

Dagsetrið Ronja á að vera svar við þessum vanda hjá heimilislásum konum. Þar geta þær mætt í frítíma sínum og sinnt tómstundum. Konurnar munu hafa aðganga að tölvu, sjónvarpi, myndlist, geta gert handverk og/eða notið stunda í góðum félagsskap. Í hverri viku verður boðið upp á skapandi og lærdómsrík námskeið á borð við leiklistar-, tölvu- og/eða núvitundar námskeið sem konunum er frjálst að taka þátt í. Markmiðið með allri þessari afþreyingu er að hafa gaman og njóta líðandi stundar.

6.1.4 Öruggt rými

Öruggt rými (e. safe space) er kenning sem er algeng í femínskri umræðu en þá er talað um vettvang þar sem aðeins konur geta mætt. Komið hefur í ljós að heimilisláusar konur hafa meiri þörf fyrir að finna fyrir öryggistilfinningu heldur en karlar (de Vet o.fl., 2019). Niðurstöður rannsókna hafa sýnt að með því að bjóða upp á öruggt rými þá veitir það þeim konum sem nýta sér vettvanginn aukna öryggistilfinningu og það hefur jákvæð áhrif á sjálfsmynd þeirra og félagsleg tengsl (Lewis, Sharp, Remnant og Redpath, 2015). Rannsókn sem var gerð á 30 konum sem sóttu femíníska kvennasamkomu í Newcastle í Englandi leiddi í ljós að konunum fannst þær upplifa meira frelsi til þess að vera þær sjálfar í öruggu rými og sérstaklega þær konur sem hafa orðið fyrir ofbeldi af hendi karlmanns. Einnig tjá þær að aðstæðurnar verða til þess að þær upplifi meira tilfinningalegt frelsi sem gerir það að verkum að þeim finnst þær fá aukið rými til þess að vera manneskja og þurfa ekki að hafa áhyggjur af því að verið sé að kyngera þær (Lewis o.fl., 2015). Einnig sýndu niðurstöður að konurnar sem nýttu sér vettvanginn upplifðu minni streitu og ótta um að sett sé út á þær og þar af leiðandi upplifða þær meira sjálfstraust þegar þær eru í öruggu rými með öðrum konum (Lewis o.fl., 2015).

Vegna niðurstöðu rannsókna eins og þessara þá er það ein megin áhersla Ronju að konurnar upplifi öryggi til að vera þær sjálfar. Með því að bjóða upp á kynjað úrræði telur Dagsetrið Ronja að starfsemin mæti miklu betur raunverulegri þörf heimilisláusra kvenna.

7 Lokaorð

Við vinnslu þessarar greinargerðar liggur fyrir að dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi myndi henta vel í íslenskt samfélag. Út frá rannsóknum á aðstæðum og hugtökum sem tengjast Dagsetrinu Ronju má draga þá ályktun að starfsemin myndi hafa gríðarlega jákvæðar afleiðingar í för með sér, bæði á þátttakendur og samfélagið sem heild.

Heimilislausar konur þurfa á öruggu rými að halda til þess að fá að vera þær sjálfar og til þess að gleyma sér um stund. Með því að bjóða upp á Dagsetrið Ronju er verið að tryggja að fylgt sé grundvallarmannréttindum kvennanna og á sama tíma er verið að skapa aðstæður sem auka velferð kvennanna ef þær nýta sér úrræðið.

Heimilislausar konur á Íslandi þurfa á meiri athygli að halda til þess að hægt sé að sjá til þess að þær fái þá þjónustu sem þær eiga skilið. Það er ósk mín að tillagan um *Dagsetrið Ronju; skaðaminnkandi dagsetur fyrir heimilislausar konur á Íslandi*, eða svipað úrræði fyrir heimilislausar konur verði að veruleika einhvern tímann í náinni framtíð. Ég tel að þær áherslur og hugmyndafræði sem Dagsetrið Ronja er byggt á séu afar hagkvæmar þegar kemur að starfi með heimilislausum konum. Með því að bjóða upp á vettvang sem nýtir sér hugmyndafræði Ronju myndi það hafa jákvæðar afleiðingar í för með sér á þann hátt að konurnar fá að upplifa frelsi, upplifa tilhlökkun fyrir því að hafa eitthvað fyrir stafni og síðast en ekki síst upplifa bætta velferð.

Heimildaskrá

Alþjóðasamningur um efnahagsleg, félagsleg og menningarleg réttindi nr.11/1979

Alþjóðasamningur um efnahagsleg, félagsleg og menningarleg réttindi nr.12/1979

Amore, K., Baker, M., Howden-Chapman, P. (2011). *European Journal of Homelessness*, 5(2). 20-37. Sótt af <https://www.feantsa.org/download/article-1-33278065727831823087.pdf>

Barile, J. P., Pruitt, A. S. og Parker, J. L. (2018). A latent class analysis of self-identified reasons for experiencing homelessness: Opportunities for prevention. .
<https://doi.org/10.1002/casp.2343>

Bretherton, J. og Pleace, N. (2018). Women and Rough Sleeping : A Critical Review of Current Research and Methodology.
http://eprints.whiterose.ac.uk/138075/1/Women_and_Rough_Sleeping_Report_2018.pdf

Cronley, C., Hohn, K. og Nahar, S. (2018). Reproductive health rights and survival: The voices of mothers experiencing homelessness. *Women & Health*, 58(3).
<https://doi.org/10.1080/03630242.2017.1296060>

De Vet, R., Beijersbergen, M., Lako, D., van Hemert, A., Herman, D., og Wolf, J. (2019). Difference between homeless women and men before and after the transition from shelter to community living: A longitudinal analysis. *Health and Self Care: in the community*, 28(6). DOI: 10.1111/hsc.12752

DeForge, B. R., Belcher, J. R., O'Rourke, M. og Lindsey, M. A. (2008). Personal Resources and Homelessness in Early Life: Predictors of Depression in Consumers of Homeless MultiService Centers. *Journal of Loss and Trauma*, 13(2-3). <https://doi.org/10.1080/15325020701769105>

Diener, E. og Seligman, M. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. *Sage journals*, 5(1). <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>

Dyngjan. (e.d.). Starfið. Sótt af <https://dyngjan.is/starfid>

Edgar, B. (2009). European Observatory on Homelessness. European Review of Statistics on Homelessness. FEANTSA..

Elín Guðný Gunnarsdóttir. (2019). *Er samfélagslegur ávinningur fyrir samfélagið af Frú Ragnheiði?* (Meistararitgerð). Háskólinn í Reykjavík, Reykjavík.

- FEANTSA Youth. (2019). *Homeless Rights are Human Rights: Report of the study organised by FEANTSA Youth in Cooperation with European Youth Centre of the Council of Europe*. Sótt af <https://rm.coe.int/2019-feantsa-studysession-report/168093bc54>
- Félagsmálaráðuneytið. (2005, október). Skýrsla samráðshóps um heimilislausa: Aðstæður húsnæðislausra í Reykjavík og tillögur til úrbóta. https://www.stjornarradid.is/media/velferdarraduneyti-media/media/acrobat-skjol/skyrsla_heimilislausir.pdf
- Guðbjörg Daníelsdóttir og Guðrún Guðmundsdóttir. (2012, 15. júní). Tengslin milli líkamlegrar og andlegrar heilsu. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/um-embattid/greinar/grein/item14823/Tengslin-milli-likamlegrar-og-andlegrar-heilsu>
- Harm Reduction International. (e.d.). What is harm reduction: A position statement from Harm Reduction International. Sótt af <http://www.ihra.net/what-is-harm-reduction>
- Homeless link. (2017). *2017 Rough Sleeping Statistics*. Sótt af https://www.homeless.org.uk/sites/default/files/site-attachments/Homeless%20Link%20-%20analysis%20of%20rough%20sleeping%20statistics%20for%20England%202017_0.pdf
- Homeless World Cup Foundation. (e.d.). Mission and Vision. Sótt af <https://homelessworldcup.org/>
- Hugarafli (e.d.). Hvað felst í jafningjagrundvelli?. Sótt af <http://hugarafi.is/tag/jafningjagrundvollur/>
- Jones, L., Holmes, R. og Powell, J. (2005). *Early childhood studies; a multiprofessional perspective*. England: Open University Press.
- Kahan, D., Lamanna, D., Rajakulendran, T., Noble, A. og Stergiopoulos, V. (2020). Implementing a trauma-informed intervention for homeless female survivors of gender-based violence: Lessons learned in a large Canadian urban centre. *Health & Social Care in the Community*, 28(3). <https://doi.org/10.1111/hsc.12913>
- Kristlín Dís Ingilínardóttir. (2020, 29. ágúst). Enginn endar áfallalaust á götunni. Fréttablaðið. Fréttablaðið. Sótt af https://www.frettabladi.is/frettir/enginn-endar-afallaust-gotunni/?utm_medium=Social&utm_source=Facebook&fbclid=IwAR1cuQNLnGeLBpp0PFc2mfAFyvdhbCrGFrMcJ1B3EU2vBJc1Juj7lyicdt8#Echobox=1598688777

- Leitner, M. J. og Leitner, S. F. (2012). *Leisure enhancement* (4. útgáfa). Urbana: Sagamore
- Lewis, R., Remnant, J., Sharpe, E. og Redpath, R. (2015). „Safe space“ Experiences of Feminist Women-Only Space. *Sociological Research Online*, 20(4). Doi: 10.5153/sro.3781
- Mannréttindastofa Íslands. (e.d.). Hvað eru mannréttindi?. Sótt af <https://www.humanrights.is/is/spurningar-og-svor/hvad-eru-mannrettindi>
- Margrét Héðinsdóttir, Fanný Gunnarsdóttir og Erla Kristjánsdóttir. (2013). Heilbrigði og velferð. Í Aldís Yngvadóttir og Sýlvía Guðmundsdóttir (ritstjóri ritraðar), *Ritröð um grunnþætti menntunnar*. Sótt af http://kennarinn.is/wp-content/uploads/2017/06/grunnthaettir_heilbrigdi-1.pdf
- Mayock, P. og Bretherton, J. (2017). *Women's Homelessness and Domestic Violence: (In)visible Interactions*. https://doi.org/10.1057/978-1-137-54516-9_6
- MSIC Evaluation Committee. (2003). *Final report of the evaluation of the Sydney Medically Supervised Injecting Centre*. Sótt af https://www.drugsandalcohol.ie/5706/1/MSIC_final_evaluation_report.pdf
- Patel, K. (2007). Research Note: Drug Consumption Rooms and Needle and Syringe Exchange Programs. *Journal of Drug Issues*, 37(3). <https://doi.org/10.1177/002204260703700312>
- Pleace, N. (2017). Exclusion by Definition: The Under-representation of Women in European Homelessness Statistics. Í P. Mayock og J. Bretherton (ritstjórara ritraðar), *Women's Homelessness in Europe*. https://doi.org/10.1057/978-1-137-54516-9_5
- Rauði Krossinn. (2020). *Efni: Framtíð Konukots og rekstur þess*. Sótt af https://fundur.reykjavik.is/sites/default/files/agenda-items/framtid_konukots_og_rekstur.pdf
- Rauði Krossinn. (e.d.-a). Konukot. Sótt af <https://www.raudikrossinn.is/hvad-gerum-vid/konukot/>
- Rauði Krossinn. (e.d.-b). Skaðaminnkun. Sótt af <https://www.raudikrossinn.is/hvad-gerum-vid/skadaminnkun/>
- Reykjavíkurborg mannréttindaskrifstofa. (2013). *Mannréttindi utangarðsfólks: þjónusta án fordóma*. Sótt af

https://reykjavik.is/sites/default/files/yomis_skjol/skjol_utgefid_efni/skilgreining_mannre_tti_nda_utangar_sfo_lks_-_thjonusta_an_fordoma.pdf

Reykjavíkurborg. (e.d.). Heimilislaust fólk með miklar og flóknar þjónustubarfir. Sótt af <https://reykjavik.is/heimilislaust-folk-med-miklar-og-flokna-thjonustutharfir>

Rótin. (e.d.). Konukot. Sótt af <https://www.rotin.is/konukot/>

SÁÁ. (2018). *Minnisblað vegna fundar hjá velferðarráði um málefni utangarðsfólks*. Sótt af <https://saa.is/wp-content/uploads/2018/11/minnisblad-10.8.2018.pdf>

Stjórnarráð Íslands. (2018, 22. mars). Tillögur Velferðarvaktarinnar um bættar aðstæður utangarðsfólks. Sótt af <https://www.stjornarradid.is/efst-a-baugi/frettir/stok-frett/2018/03/22/Tillogur-Velferdarvaktarinnar-um-baettar-adstaedur-utangardsfolks/>

University of York, (2018). *Homelessness Services in Europe. EOH Comparative Studies on Homelessness*. Brussels.

Vaillant, G. E. og Hiller-Sturmhöfel, S. (1996). The Natural History of Alcoholism. *Alcohol Health and Research World*, 20(3), 152–161.

Vanda Sigurgeirsdóttir. (2010, 31. desember). Skilgreining á hugtakinu tómstundir. *Ráðstefnurit Netlu – Menntavika 2010*. Menntavísindasvið Háskóla Íslands. Sótt af <https://netla.hi.is/menntavika2010/025.pdf>

Velferðarsvið Reykjavíkurborgar. (e.d.). *Stefna í málefnum heimilislausra með miklar og flóknar þjónustubarfir 2019-2025*. Sótt af https://reykjavik.is/sites/default/files/yomis_skjol/skjol_utgefid_efni/stefna_i_malefnum_heimilislausra_2019-2025_10.10.pdf

White, S. C. (2008). *But what is Wellbeing?*. Sótt af https://people.bath.ac.uk/ecscsw/But_what_is_Wellbeing.pdf

World Health Organization. (e.d.-a). Mental Health, poverty and development. Sótt af https://www.who.int/mental_health/policy/development/en/

World Health Organization. (e.d.-b). Substance abuse. Sótt af http://www.who.int/topics/substance_abuse/en/

