



GLEYM  
MÉR  
EI

*10 ÁRA*

Ársskýrsla á  
afmælisárinu 2023

# Inngangur

Fyrir tíu árum stofnuðu þrjár konur Gleym mér ei eftir að hafa misst á meðgöngu. Þeim fannst vanta meiri upplýsingar og stuðning við foreldra í þessari aðstöðu. Þá var oft lítilt sem enginn skilningur á meðgöngumissi, en við hjá Gleym mér ei heyrum oft frá konum sem upplifðu sáran missi hér á árum áður og fengu lítinn stuðning. Slíkur missir situr í fólki í langan tíma og stundum út lífið. Sem betur fer hafa tímarnir breyst og aukinn skilningur er á sorg og sorgarúrvinnslu í dag. Í gegnum árin hefur Gleym mér ei unnið markvisst að því að auka stuðning og bæta aðbúnað þeirra sem upplifa missi á meðgöngu og í eða fljótlega eftir fæðingu. Mikill árangur hefur náðst af þessu starfi – allt frá endurbótum Duftreitsins í Fossvogskirkjugarði og þróun minningarkassa, til stefnubreytinga og aukinna þjónustuúrræða í sorgarúrvinnslu.

Í samvinnu við spítala, stofnanir, ráðuneyti, fagaðila, sjálfbóðalíða og styrktaraðila hefur Gleym mér ei staðið að fjölda verkefna árið 2023. Eins og fyrri ár gaf Gleym mér ei þeim sem missa á meðgöngu Minningarkassa til að varðveita minningu litlu ljósanna sinna, en í ár hefur rúmlega 70 kössum verið dreift. Í tilefni af tíu ára afmæli félagsins var haldin vegleg ráðstefna sem leiddi saman heilbrigðisstarfsfólk og ráðamenn um framþróun og aukinn stuðning við foreldra sem missa í barneignarferlinu.

Á ráðstefnunni ávarpaði heilbrigðisráðherra gesti og hét því að heimavítjanir ljósmæðra myndu ná til þeirra sem missa á öðrum þriðjungi meðgöngu, en gleðilegt var að sjá að samningurinn fór í gegn nokkrum mánuðum síðar.

Gleym mér ei hefur aldrei safnað jafn miklu styrktarfé eins og árið 2023, og réð þar mestu veldvild fyrirtækja sem vildu leggja málefnið lið, sem og metsöfnun í Reykjavíkumaraþoninu þar sem Gleym mér ei var í þriðja sæti í fjáröflun meðal hjálparsamtaka. Í lok árs hóf Gleym mér ei einnig söfnun meðal einstaklinga og gefst fólki nú kostur á að styrkja félagið mánaðarlega eða með eingreiðslum.

Þrátt fyrir að tímarnir hafi breyst hvað varðar skilning á meðgöngumissi, þá má enn bæta um betur og því miður bætist í hóp okkar skjólstaðinga á hverju ári. Við finnum fyrir mikilli veldvild innan samfélagsins og höldum ótraud áfram á þeirri braut sem mörkuð var fyrir tíu árum þegar félagið okkar var stofnað.

## Kærar þakkir fyrir stuðninginn!

Stjórn Gleym mér ei



# Stuðningur og hagsmunagæsla

Gleym mér ei á í samtali við fjölda foreldra sem misst hafa börn sín á meðgöngu og í/eftir fæðingu og reynir að miðla ábendingum um það sem má betur fara í réttan farveg, hvort sem það er til ráðuneyta, áfallateymis LSH, til ljósmæðra, heilsugæslunnar eða til annarra fagaðila. Gleym mér ei stendur vörð um félagsleg réttindi þeirra sem missa á meðgöngu, en hann er enn skertur, t.d. hvað varðar rétt til sorgarleyfis og aðgengi að þjónustu.

## Afmælisráðstefna Gleym mér ei

Gleym mér ei hélt tíu ára afmælisráðstefnu á Hótel Nordica í 19. apríl 2023. Markmið ráðstefnunnar var að leiða saman heilbrigðisstarfsfólk á öllum sviðum og ráðamenn til að vinna saman að framþróun og bættum stuðningi við foreldra sem missa í barneignarferlinu. Heilbrigðisráðherra opnaði ráðstefnuna sem haldin var í samstarfi við Landspítalann, Háskóla Íslands, Ljósmæðrafélagið og Þróunarmiðstöð íslenskrar heilsugæslu.

Á ráðstefnunni komu fram helstu sérfræðingar á Íslandi í þessum málaflokki ásamt erlendum fyrirlesurum. Fjallað var um helstu orsakir andvana fæðinga og missis stuttu eftir fæðingu og leiðir til að draga úr andvana fæðingum. Farið var yfir afleiðingar missis á foreldra og fjölskyldur í barneignarferlinu og mikilvægi andlegs stuðnings í sorgarferlinu. Þá var einnig talað um réttindi foreldra sem missa til sorgarleyfis. Við lok ráðstefnunnar fluttu GDRN og Magnús Jóhann nokkur lög.

Stjórn Gleym mér ei hefur lengi barist fyrir auknum stuðningi við foreldra sem missa í barneignarferlinu og var þetta stór áfangi í þeirri réttindabaráttu.

Á afmælisráðstefnunni hét heilbrigðisráðherra, Willum Þór Þórsson, því að beita sér fyrir að foreldrar sem missa barn sitt á 12. - 22. viku meðgöngu fái heimaþjónustu frá ljósmóður, líkt og þau sem missa á síðustu vikum meðgöngu. Það loforð var efnit og undirritun fór fram í október 2023. Stjórn Gleym mér ei hefur lengi barist fyrir auknum stuðningi við foreldra sem missa í barneignarferlinu og var þetta stór áfangi í þeirri réttindabaráttu.





# Stuðningur og hagsmunagæsla

## Stuðningur við foreldra og samstarf við heilbrigðiskerfið

Þegar foreldrar missa barn á meðgöngu er mikilvægt að hjálpa þeim að skapa minningar um barnið og búa til fallega umgjörð í kringum missinn. Gleym mér ei hefur átt gott samstarf við spítala landsins um árabíl, m.a. með því að gefa Minningarkassa til foreldra, lítill föt á börnin eða öskju fyrir þau allra minnstu, kælivöggur og myndavélar. Þetta hefur verið eitt helsta áherslumál Gleym mér ei síðustu árin og endurspeglar útgjöld félagsins það.

Árið 2023 voru gefnir yfir 70 Minningarkassar á spítala landsins. Hver kassi kostar um 45-50 þúsund krónur og inniheldur fræðsluefni og ýmsa hluti sem hjálpa foreldrum að varðveita minningu litlu ljósanna sinna, t.d. leirmót fyrir fætur og hendur, box fyrir hárlökk, skartgripi og lítill tuskudýr. Gleym mér ei nýtur stuðnings frá Aurum, sem framleiðir skartgripi í kassana, auk þess sem sjálfbodaliðar pakka í kassana.

Gleym mér ei kom því til leiðar að Landspítalanum var fært rúm frá Petit að andvirði 45.800 kr., en spítalanum vantaði slík rúm fyrir allra minnstu börnin sem fæðast andvana. Auk þess hélt Gleym mér ei áfram að vinna með sjálfbodaliðum um allt land sem sauma og prjóna svokölluð englasklæði, sem eru lítill föt eða umslög saumuð úr endurunnum brúðkaupskjólum. Svo hafa einnig verið prjónaðar litlar englahúfur og í lok árs hófum við það verkefni að prjóna teppi fyrir englana og foreldra þeirra. Fjölmargir hafa lagt þessum verkefnum lið og englateppin fara vel af stað. Gleym mér ei kemur svo englasklæðunum á spítala landsins.

Í fyrra vann Gleym mér ei, ásamt Landspítalanum og heilsugæslum landsins, að því að koma á fót innra kerfi sem auðveldar heilbrigðisstofnunum landsins að vera í virku sambandi þegar konur missa á meðgöngu. Nú er auðveldara að koma upplýsingum á milli og þá er minna um það að konur séu óvart bodaðar í mæðravernd eða í sórnarskodun eftir missinn.

Árið 2023 voru gefnir yfir 70 Minningarkassar á spítala landsins. Hver kassi kostar um 45-50 þúsund krónur og inniheldur fræðsluefni og ýmsa hluti sem hjálpa foreldrum að varðveita minningu litlu ljósanna sinna.



# Stuðningur og hagsmunagæsla

## Stuðningur við foreldra í sorgarferlinu

Í samvinnu við Sorgarmiðstöð hefur þjónusta við þau sem missa á meðgöngu og í eða fljótlega eftir fæðingu aukist. Gleym mér ei býður núna upp á stuðningshópa í Sorgarmiðstöðinni, ráðgjafasamtöl og jafningjastuðning. Einn stuðningshópur var skipulagður að vori, auk þess sem hátt í tuttugu einstaklingar komu í ráðgjafasamtal eða jafningjastuðning.

Gleym mér ei hélt einnig fjórar samverustundir haustið 2023 tileinkaðar ákveðnum tegundum missis, þ.e. að binda enda á meðgöngu, upplifun fedra, gamall missir og missir undir 12 vikum. Tilgangur þeirra var að gefa þeim sem missa á meðgöngu tækifæri á að mæta öðrum í svipaðri stöðu og deila reynslu sinni í öruggu umhverfi. Í kjölfarið voru stofnaðir lokaðir Facebook hópar tengdum þessum samverustundum.

## Gleym mér ei gengur í alþjóðasamtök um andvana fæðingar

Gleym mér ei varð aðili að *International Stillbirth Alliance* (ISA) í júlí 2023. ISA eru alþjóðleg samtök sem miða að því að brúa bil milli samtaka og einstaklinga sem vinna að hagsmunum foreldra sem upplifa missi á meðgöngu og í/eftir fæðingu. Samtökin leggja einnig áherslu á fræðslu, þjálfun og rannsóknir til að draga úr meðgöngumissi og styðja syrgjendur.



# Stuðningur og hagsmunagæsla





# Kynningarmál og fjáröflun

Gleym mér ei eykur vitundarvakningu á þeim málefnum sem snerta félagið og vinnur að því að auka skilning samfélagsins á þeirri sorg sem fylgir missi á barneignarferlinu. Félagið aflar frjálsra framlaga til að styrkja hin ýmsu verkefni, s.s. kaup, pökkun og dreifingu á Minningarkössum og þjónustu við syrgjendur.

## Styrktarsöfnun meðal almennings

Við lok árs fór Gleym mér ei af stað með styrktarsöfnun til að gefa einstaklingum kost á að styrkja félagið með eingreiðslum eða gerast mánaðarlegir styrktaraðilar. Vakin var athygli á samfélagsmiðlum með myndböndunum sem gerð voru á árinu, auk þess sem hringt var í fólk. 160 einstaklingar styrktu félagið og 32 gerðust mánaðarlegir styrktaraðilar í gegnum þetta átak.

## Reykjavíkumaraþon

Reykjavíkumaraþonið er sem fyrr ein stærsta fjáröflun félagsins og þrátt fyrir breytt snið var metsöfnun fyrir félagið og söfnuðust hátt í 9 milljónir króna fyrir félagið. Gleym mér ei var í þriðja sæti í fjáröflun meðal hjálparsamtaka fyrir Reykjavíkumaraþonið og fékk viðurkenningu frá Íslandsbanka í kjölfarið. Við erum hlaupurum og þeim sem hétu á þá afar þakklát.



Gleym mér ei var í þriðja sæti í fjáröflun meðal hjálparsamtaka fyrir Reykjavíkumaraþonið og fékk viðurkenningu frá Íslandsbanka í kjölfarið. Við erum hlaupurum og þeim sem hétu á þá afar þakklát.



# Kynningarmál og fjáröflun

## Hannyrðir og föndur

Gleym mér ei hélt hannyrðakvöld þar sem fólk kom saman og þrjónaði, heklaði og spjallaði saman í dásamlegri stund. Eins og oft áður hélt Gleym mér ei föndurkvöld fyrir jólin, eina fyrir barnafjölskyldur og aðra fyrir fullorðna. Fólk föndraði perluskraut og fallegar jólakúlur með fóta- og handaförum litlu englanna sinna.

## Reynslusögur

Gleym mér ei hefur síðustu ár gert myndbönd með reynslusögum foreldra sem misst hafa á meðgöngu en tilgangur þess er að auka skilning almennings á meðgöngumissi og gera reynslusögur aðgengilegri fyrir fólk sem hefur misst. Myndböndin eru nú orðin 13 talsins og má nálgast þau á samfélagsmiðlum Gleym mér ei.

## Styrkir frá fyrirtækjum

Gleym mér ei fann fyrir mikilli velvild meðal fyrirtækja og félaga á árinu. Þá voru einnig hópar sem tóku sig saman og stóðu að söfnun fyrir félagið. Helstu styrkir á árinu komu frá Elko, Húrra, Öskju, A4, Creditinfo, Bílamiðstöðinni, Rebekkustúku nr 4 Sigríður, Avis Bílaleigu, Krambúðinni, starfsmönnum Íslandsbanka, Kvenfélagi Garðabæjar, samstarfsfélögum Þóru Bríetar og Ingvars, Cintamani, Ladies Circle á Íslandi, Landssambandi slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna, Lions klúbbum Fold, Hlaupakonunum Bertu, Grétu og Hildi, o.fl.

Gleym mér ei hefur síðustu ár gert myndbönd með reynslusögum foreldra sem misst hafa á meðgöngu en tilgangur þess er að auka skilning almennings á meðgöngumissi og gera reynslusögur aðgengilegri fyrir fólk sem hefur misst. Myndböndin eru nú orðin 13 talsins og má nálgast þau á samfélagsmiðlum Gleym mér ei.





# Kynningarmál og fjáröflun

## Árleg Minningarstund 15. október

Minningarstund Gleym mér ei, sem haldin er á alþjóðlegum degi meðgöngu- og barnsmissis þann 15. október, er orðinn árlegur viðburður. Á Minningarstundinni gefst syrgjendum og öllum aðstandendum tækifæri til að koma saman og minnst litlu ljósanna, sem aldrei fengu að vaxa úr grasi, með fallegri stund. Minningarstundin var að þessu sinni haldin í safnaðarheimili Kópavogskirkju og mættu um 150 manns.

Ingunn Sif Höskuldsdóttir, stjórnarformaður Gleym mér ei, opnaði stundina í ár með því að segja frá sínum missi. Forseti Íslands ávarpaði gesti og Sr. Sigurður Arnarson hélt erindi. Bjarney Hrafnberg, ljósmóðir, sem hefur lengi veitt fólki sem missir á meðgöngu stuðning, hélt erindi og Gerður Rún deildi með okkur reynslusögu sinni af því þegar þau misstu dóttur sína. Auk þess komu fram þau Bubbi Morthens, Elín Ey og Raket Pálsdóttir, sem fluttu hjartnæma og fallega tónlist.

Minningarstundinni var streymt og við lok árs hafði streymið hátt í 540 áhorf. Stundin hefur því náð til um 700 manns. Einnig voru táknmálstúlkur fengnir til að túlka í fyrsta skipti.



# Kynningarmál og fjáröflun



# Fjármál

Það er viðeigandi að á tíu ára afmælisári Gleym mér ei hefur félagið aldrei safnað eins miklu fé til okkar góða málefnis, eða hátt í 30 milljónir króna. Kostnaður við Minningarkassana var eftir sem áður stærsti útgjaldaliðurinn.

Starfið er að mestu unnið í sjálfboðavinnu stjórnar og velunnara, en tilfallandi störf, sér í lagi umsýsla Minningarkassa og samstarf við heilbrigðisstofnanir hefur verið unnið í verktöku og hlutastarfi.

Í október tók Kolbrún Tómasdóttir við af Þórunni Pálsdóttur sem framkvæmdastjóri. Hún var ráðin í 50% starfshlutfall frá og með október.

Þess má einnig geta að í lok mars 2023 var Gleym mér ei skráð í almannaheillaskrá og í kjölfarið gefst styrktaraðilum kostur á að nýta styrk til félagsins í endurgreiðslu frá skatti.



## Stjórn Gleym mér ei 2023:

Bjarndís Helga Blöndal, Ingunn Sif Höskuldsdóttir, Hólmsfríður Anna Baldursdóttir, Pálína Georgsdóttir, Sigrún Kristínar Valsdóttir.

**Stjórnarformaður:** Ingunn Sif Höskuldsdóttir

**Gjaldkeri:** Pálína Georgsdóttir

**Varastjórn:** Kolbrún Ýr Einarsdóttir, Svandís Edda Gunnarsdóttir, Sigríður Vala Halldórsdóttir.

**Framkvæmdastjóri:** Kolbrún Tómasdóttir



