



Góður bær og betra líf

Umsjón: Héðinn Svarfdal Björnsson og Ellert Örn Erlingsson

09:00 – 10:00

Hvað er lýðheilsa? Heilsa? Heilsuefling? Umræður um af hverju það skiptir máli að hreyfa sig, borða hollan mat og velja heilbrigðan lífsstíl.

Umsjón: Héðinn Svarfdal Björnsson og Ellert Örn Erlingsson

Staður: Stofa M202 – Háskólinn á Akureyri

10:00 – 10:15

Nestispása

10:15 - 11:30

HREYFING: Hvaða tækifæri höfum við á Akureyri til að hreyfa okkur reglulega?

Hvaða hindranir þurfum við að yfirstíga? Hvernig getur frístundastyrkur

hjálpað? Hvað finnst ykkur að mætti vera öðruvísi á Akureyri?

NÆRING: Hvað er hollt nesti og hvað kostar það? Skiptir máli hvar við kaupum matinn okkar? Hvernig eru matvöruverslanir uppstilltar og af hverju?

Umsjón: Héðinn Svarfdal Björnsson og Ellert Örn Erlingsson

Staður: Stofa M202 – Háskólinn á Akureyri

11:30 – 12:00

Hádegismatur

12:00 – 13:30

NÆRING: Gönguferð niður í tvær matvöruverslanir og myndir teknar af vörunum. Vegalengdin mæld og tíminn sem fór í ferðina.

Umsjón: Héðinn Svarfdal Björnsson og Ellert Örn Erlingsson

Staður: Stofa M202 – Háskólinn á Akureyri og gönguferð í verslanir

13:30 – 13:45

Nestispása

13:45 – 15:00

Kortlagning á búðunum. Hvað fóru margar hitaæiningar í þessa gönguferð?

Úrvinnsla á upplýsingunum og samanburður á verði. Rýnt í innihaldslýsingar.



Háskólinn
á Akureyri
University
of Akureyri

Vísindaskóli unga
fólksins
Science School
for Kids

Umsjón: Héðinn Svarfdal Björnsson og Ellert Örn Erlingsson

Staður: Gönguferð í verslanir og stofa M202 – Háskólinn á Akureyri

Kvikt og lifandi land í myrkri og sól

Umsjón: Sævar Helgi Bragason og Sigríður Kristjánsdóttir

09:00 – 10:00

Náttúra og náttúruvá á Íslandi.

Farið yfir helstu náttúruvá sem getur orðið á Íslandi og af hverju hún verður: eldgos, jarðskjálftar, jökulhlaup, skriður og snjóflóð.

Umsjón: Sævar Helgi Bragason og Sigríður Kristjánsdóttir

Staður: Stofa M203 – Háskólinn á Akureyri

10:00 – 10:15

Nestispása

10:15 - 11:30

Vöktun á náttúruvá.

Hvernig þössum við upp á Ísland? Hvað getum við gert til þess að fylgjast með náttúrunni og náttúruvá og minnkað áhrifin á atburðum í náttúrunni.

Umsjón: Sævar Helgi Bragason og Sigríður Kristjánsdóttir

Staður: Stofa M203 – Háskólinn á Akureyri

11:30 – 12:00

Hádegismatur

12:00 – 13:45

Sólin, tunglið og sjávarföll. Fara út í sólskoðun.

Umsjón: Sævar Helgi Bragason og Sigríður Kristjánsdóttir

Staður: Stofa M203 – Háskólinn á Akureyri

13:30 – 13:45

Nestispása



13:45 – 15:00

Sólmyrkvinn 12. ágúst 2026. Hvernig mun hann líta út á Akureyri og nágrenni? Hvernig er best að fylgjast með sólmyrkvanum?

Umsjón: Sævar Helgi Bragason og Sigríður Kristjánsdóttir

Staður: Stofa M203 – Háskólinn á Akureyri

Þegar þröskuldur verður hindrun, jafnrétti og mismunun

Umsjón: Anna Lilja Björnsdóttir, Bryndís Elfa Valdemarsdóttir og Sigrún Óskarsdóttir

09:00 – 10:00

Tölum saman um jafnrétti og mismunun. Hvað er jafnrétti? Hvað er mismunun? Hópnum verður skipt í minni hópa þar sem þau vinna saman og fá tækifæri til að leita sér upplýsinga, bæði með því að fletta upp á netinu og fara út úr stofunni og spyrja fólk á förnum vegi.

Umræður í lokin þar sem við ræðum niðurstöður hópanna og gerum tilraun til að skilgreina og skilja hvað felst í þessum hugtökum, jafnrétti og mismunun.

Umsjón: Anna Lilja Björnsdóttir og Bryndís Elfa Valdemarsdóttir

Staður: Stofa L103 – Háskólinn á Akureyri

10:00 – 10:15

Nestispása

10:15 – 11:00

Mismunun og öráreitni. (Myndasögur sýndar).

Hvernig birtist mismun í daglegu lífi einstaklinga? Verða sumir hópar oftari fyrir mismunun? Hvað þýðir „öráreitni“? Farið yfir birtingarmyndir öráreitni í daglegu lífi ýmissa hópa. Er öráreitni sem er sett fram í gríni meinlaus? Hvenær er grín meinlaust og hvenær særir það?

Hópnum skipt í minni hópa og þau beðin um ræða hvort og þá hvernig þau hafi orðið fyrir mismunun og/eða öráreitni í sínu lífi.

Hver hópur velur svo tvær sögur og teikna upp í anda meinlaust verkefni Jafnréttisstofu.



Umsjón: Anna Lilja Björnsdóttir og Bryndís Elfa Valdemarsdóttir

Staður: Stofa L103 – Háskólinn á Akureyri

11:00 - 12:00

Hvernig notar þú orðin þín? Hvaða áhrif hafa orðin þín?

Myndbandið „Orðin okkar“ sýnt.

Farið yfir áhrif orðanna okkar, jákvæð og neikvæð áhrif.

Orð geta sært, sundrað og brotið niður en þau geta einnig nært, huggað og sameinað. Hvaða orð byggja upp og hvaða orð brjóta niður?

Hvað er hatursorðræða? Af hverju eru sum orð særandi þó að þau séu sögð í gríni? Samtal um hatursorðræðu og hvernig maður getur bæði hafa orðið fyrir henni en jafnframt tekið þátt í henni án þess að ætla sér það. Vekja upp meðvitund.

Umsjón: Anna Lilja Björnsdóttir og Bryndís Elfa Valdemarsdóttir

Staður: Stofa L103 – Háskólinn á Akureyri

12:00 – 12:30

Hádegismatur

12:30 – 13:30

Sumir ferðast í hjólastól aðrir sjá ekki. Hvernig er lífið fyrir þá sem eru í hjólastól? Af hverju þurfa sumir hjólastól og hvernig er að sjá aldrei vini sína?

Að setja sig í spor annara.

Umsjón: Sigrún Óskarsdóttir

Staður: Stofa N102 – Háskólinn á Akureyri

13:30 – 13:45

Nestispása

13:45 – 15:00

Nemendur fá að prófa fara um í hjólastól. Hvernig er að fara úr hjólastól og inn í bíl? Salerni fyrir hreyfihamlaða. Hver kemur fyrstur á áfangastað, sá sem er blindur, sá sem er í hjólastól eða sá sem er á tveimur jafnfljótum?

Umsjón: Sigrún Óskarsdóttir

Staður: Stofa N102 - Háskólinn á Akureyri



Háskólinn
á Akureyri
University
of Akureyri

Vísindaskóli unga
fólksins
Science School
for Kids

Ungmenni á norðurslóðum og barnasáttmálinn

Umsjón: Hildur Sólveig Elvarsdóttir, Helga Guðrún Númadóttir, Salvör Nordal og Nanna Birgisdóttir Hafberg

09:00 – 10:00

Um norðurslóðir (og Suðurskautslandið).

Kynning á norðurslóðum og Suðurskautslandinu. Hvað er skilgreint sem norðurslóðir? Af hverju erum við að læra um norðurslóðir á Íslandi?

Verkefni: teikna myndir af ýmsum hlutum sem hægt er að finna á Íslandi og/eða Grænlandi

Umsjón: Hildur Sólveig Elvarsdóttir og Helga Guðrún Númadóttir

Staður: Stofa M201 – Háskólinn á Akureyri

10:00 – 10:15

Nestispása

10:15 - 11:00

Grænland eða Ísland.

Kynning á Grænlandi. Fólkið, umhverfið, lífið, tónlist ofl.

Verkefni: Hvað er sameiginlegt við Akureyri (Ísland) og Nuuk (Grænland) og hvað er það ekki? Sett verður upp Venn-diagram þar sem krakkarnir festa á töfluna hvar þeim finnst hlutirnir passa. Á meðan ræðum við um hlutina og svörum spurningum frá krökkunum.

Umsjón: Hildur Sólveig Elvarsdóttir og Helga Guðrún Númadóttir

Staður: Stofa M201 – Háskólinn á Akureyri

11:00 - 11:30

Aðeins koma inn á loftlagsbreytingar á norðurslóðum.

Verkefni: skoða þá minnisgripir sem við erum með. Hægt verður einnig að fara í leik með krökkunum, teikna meira, hlusta á tónlist, skoða myndbönd af lífinu á Grænlandi.

Kahoot-spurningaleikur

Umsjón: Hildur Sólveig Elvarsdóttir og Helga Guðrún Númadóttir

Staður: Stofa M201 – Háskólinn á Akureyri

12:00 – 12:30

Hádegismatur



Háskólinn
á Akureyri
University
of Akureyri

Vísindaskóli unga
fólksins
Science School
for Kids

12:00 – 13:30

Starfsfólk embættis umboðsmanns barna mun kynna hlutverk embættisins og starfsemi. Þá verður farið yfir barnasáttmálann og helstu réttindi barna á skýran og aðgengilegan hátt.

Umsjón: Salvör Nordal og Nanna Birgisdóttir Hafberg

Staður: Stofa L102 – Háskólinn á Akureyri

13:30 – 13:45

Nestispása

13:45 – 15:00

Nemendur fá tækifæri til að ræða saman og velta fyrir sér stöðu réttinda barna á Íslandi. Lögð verður áhersla á virka þátttöku og samvinnu í gegnum fjölbreytt verkefni, þar á meðal leiki sem tengjast efninu til að stuðla að betri skilningi. Að lokum verður nemendum skipt upp í hópa þar sem þeir vinna að hugmyndum um mögulegar umbætur í málefnum barna á Íslandi.

Umsjón: Salvör Nordal og Nanna Birgisdóttir Hafberg

Staður: Stofa L102 – Háskólinn á Akureyri

Ævintýri í blómabreiðunni og hvar endar ruslið?

Umsjón: Heiðrún Sigurðardóttir, Ísak Már Jóhannesson og Katla Eiríksdóttir.

09:00 – 09:20

Rútuferð í matjurtagarða Akureyrar

09:20 – 10:15

Fræðast um ræktun og grunnatriði í ræktun.

Umsjón: Heiðrún Sigurðardóttir

Staður: Matjurtagarðar Akureyrar

09:00 – 10:15

Fræðast um ræktun og grunnatriði í ræktun.

Umsjón: Heiðrún Sigurðardóttir

Staður: Matjurtagarðar Akureyrar



10:15 – 10:30

Nestispása

10:30 – 11:40

Hópavinna. Fjár sjóðsleit í náttúrunni. Ævintýrin í blómabreiðunni.

Umsjón: Heiðrún Sigurðardóttir

Staður: Matjurtagarðar Akureyrar

11:40 – 12:00

Rútuferð í Háskólann á Akureyri

12:00– 12:30

Hádegismatur

12:30 – 13:45

Hvernig flokkum við það sem við hendum í ruslið heima hjá okkur? Hvað verður svo um allt efnið sem við flokkum? Flokkunarleikur og fræðsla um úrgangsmál.

Umsjón: Ísak Már Jóhannesson og Katla Eiríksdóttir

Staður: Stofa L101 – Háskólinn á Akureyri

13:45 – 14:00

Nestispása

14:00 – 14:15

Rútuferð í Íslenska gámafélagið

14:15 – 14:45

Skoðum saman hvernig ruslið okkar er meðhöndlað í heimsókn í móttökustöð Íslenska gámafélagsins á Akureyri.

Umsjón: Ísak Már Jóhannesson og Katla Eiríksdóttir

Staður: Íslenska gámafélagið

14:45 – 15:00

Rútuferð í Háskólann á Akureyri

Dagskráin er birt með fyrirvara um breytingar.