



## Verksamhetsberättelse

2022

## Innehållsförteckning

Förord .....	3
Kort om Trygga Barnen .....	4
Styrelsen 2022 .....	6
Ekonomi.....	6
Stödverksamheten .....	7
Påverkansarbete.....	16
Media och synlighet .....	18
Expertgranskningar .....	18
Tack.....	19
Kontakt .....	19

## Förord

2022 kommer vi alla förknippa och minnas som året då Ryssland invaderade Ukraina. Kriget kom nära inpå och blev väldigt närvarande. Det kastade av naturliga skäl om bidragsströmmen i Sverige, vilket varit kännbart för Trygga Barnen.

För Trygga Barnen var 2022 ett utmanande, omskakande och utvecklande år. Året inleddes dessutom med interna utmaningar, men som med lite tid blivit utvecklande och stärkande för teamet och organisationen. Vi har dessutom äntligen fått återgå till att arbeta på kontoret tillsammans, och det har varit värdefullt och givande.

Trots en utmanande ekonomisk situation överskred vi våra uppsatta mål gällande att nå ut till barn och unga. Genom våra kostnadsfria föreläsningar och genom våra hjältar spred vi budskapet om Trygga Barnen till drygt 15 000 barn. Detta genom personligt möte och delandet av egna bearbetade erfarenheter från våra hjältar och föreläsare. Starkt, genomträngande och ärligt är vägen för att bryta igenom skammen, skulden och känslan av ensamhet hos alla de barn och unga som behöver oss.

För första gången någonsin höll vi öppet på själva julafton, och bjöd in till en trygg vit jul i våra lokaler på Rindögatan. Så fint och viktigt, det blev en julafton att minnas.

Tack till alla som på olika sätt bidrar till Trygga Barnen. Tillsammans kan vi skapa förändring, så att fler barn och unga får det stöd de har rätt till.

Malin Böhmer Generalsekreterare

## Kort om Trygga Barnen

Trygga Barnen är en religiöst och partipolitiskt oberoende stiftelse vars syfte är att ge stöd till barn och unga i familjer med missbruk. Stiftelsen grundades 2010 i Stockholm utifrån Agneta Tryggs och hennes dotter Olivia Trygg Larsens egna erfarenheter av en make/pappa som blev sjuk i alkoholism och därefter avled i sviterna av sin sjukdom. Tillsammans ville de arbeta för att inga barn och unga skall behöva uppleva den skam och maktlöshet som de själva känt.

Den ursprungliga tanken med Stiftelsen Trygga Barnen var att våga prata om problematiken och att fungera som en portal som skulle hjälpa barn och unga vidare till det stöd som de behövde. När arbetet påbörjats visade det sig ganska tidigt att det var en utmaning då det stöd som barnen behövde och efterfrågade ofta saknades. Det var svårt att komma i kontakt med stödverksamheter inriktade på anhörigproblematik. Detta var något som familjen Trygg själva också upplevt och därigenom växte verksamheten till att också innefatta egen stödverksamhet. Trygga Barnen kom således att stå på två ben; ett med handfast stödverksamhet riktad till barn och unga och ett med utbildning, informationsspridning och påverkansarbete.

### Snabbfakta

Antal anställda under 2022: 9st heltid och 9st deltid

Styrelsens säte: Stockholm

Ordförande: Véronique Lönnerblad

Målgrupp: Barn och unga upp till 25 år

Antal volontärer: 64

### Vision och ledord

Alla barn och unga utvecklas till trygga individer trots missbruk i familjen.

Trygga Barnen arbetar med FN:s barnkonvention som utgångspunkt. Visionen är att inga barn och unga ska behöva växa upp i en familj med missbruk.

”Du är inte ensam. Det finns hopp. Det finns hjälp att få”, är ledorden i Trygga Barnens verksamhet. Barnen och de unga själva är de som bäst känner till sin egen situation och utifrån deras tankar och erfarenheter utvecklar vi vår verksamhet. Vi utger oss inte för att vara några terapeuter, vi är medmänniskor med egna bearbetade erfarenheter som förstår och lyssnar till barnens bästa.

### Mål

Trygga Barnens övergripande mål:

- Trygga Barnen ska erbjuda en trygg fysisk och digital plats för barn och unga som växer upp i hem med missbruk.
- Trygga Barnen ska se till att alla barn och unga i vår verksamhet får den hjälp och det stöd de önskar och behöver.
- Trygga Barnen ska öka medvetenheten kring konsekvenserna av att växa upp i ett hem med missbruk.

# TRYGGA Barnen

- Trygga Barnen ska ta bort skammen, skulden och ensamheten som många barn upplever kring problematiken, förebygga destruktiva beteenden och bryta det sociala arvet.

## Året som gått

2022 var ett omtumlande år för Trygga Barnen med längre vakanser på ledningsnivå och på ekonomifunktionen. Detta påverkade organisationens styrning och kontrollmöjligheter medan själva verksamheten med barnen kunde fortgå med framgång.

Glädjande var beskedet att Covid-19 inte längre klassades som samhällsfarlig sjukdom och att restriktionerna avskaffades i början av året.

Kriget i Ukraina, inflation med höjda räntor, ökade el- och matpriser har i stället präglat 2022. Detta har visat sig i att samarbetspartners som har valt att avsluta på grund av ökade kostnader. Många barn har känt en ökad oro och vi har därför haft fler barn och unga än någonsin i vår verksamhet.

På grund av sjukskrivning och viss personalomsättning ökade kostnaderna för redovisning och revision oväntat mycket under 2022. Organisationen har även behövt anlita externa konsulter under året på grund av nämnd personalsituation.

I augusti började en ny ekonomi- och administrationsansvarig och den 1 oktober tillträdde en ny generalsekreterare till organisationen. Den tidigare generalsekreteraren tilldelades en ny roll som Senior advisor and founder. Denna tjänst skapades inom kommunikation/påverkan i syfte att tillvarata tidigare generalsekreterarens kompetens i dessa områden.

## Här kommer några utvalda händelser som verksamheten genomfört:

I år gick vi med i folkrörelsen Generation Pep och var med när Pep dagen arrangerades i Hagaparken. Via initiativet Barndom utan baksmälla medverkade vi på scouternas stora läger Jamboore.

Trygga Barnen medverkade på Socionomdagarna i november där vi hade ett informationsbord och nådde ut med information om Trygga Barnen och Barndom utan baksmälla.

Vi har hållit i ett webinarium för elevhälsan under Hälsoveckan och ett under Spela Roll veckan för allmänheten.

Vi blev inbjudna till Skolverket för att berätta om barn som lever i hem med missbruk.

Den tidigare generalsekreteraren fick ta emot Oscar Hirsch eldsjälspris på 500 000 kr under en ceremoni i december.

I år arrangerade vi Trygg Jul både i Stockholm och Göteborg och på självaste julafton öppnade vi upp vår lokal i Stockholm och firade jul med 17 barn, unga och vuxna.

## Styrelsen 2022

Styrelsen har varit mycket aktiv under året och rekryterade en ny generalsekreterare. På grund av det högre kostnadsläget 2022 har styrelsen initierat tätare kontroller av ekonomin och genomlysning av en del av internrutinerna. Organisationen slimmades, likaså budgeten för 2023.

På styrelsedagen i augusti valdes två nya ledamöter in i styrelsen (Susanne Carlzon och Pontus Braunerhjelm), medan två andra ledamöter lämnade styrelsen under året (Marcus Enochson och Annica Smith).

Under 2022 har styrelsen haft fyra ordinarie styrelsemöten, tre extra styrelsemöten, en styrelsedag samt månatliga telefonavstämningar där uppdatering från verksamheten skett.

### **Styrelsens sammansättning 2022-12-31**

Véronique Lönnerblad, styrelseledamot tillika ordförande

Agneta Trygg, styrelseledamot

Maria Arneng, styrelseledamot

Ida Trygg Andersson, styrelseledamot

Susanne Carlzon, styrelseledamot

Pontus Braunerhjelm, styrelseledamot

Oskar Brobacke, styrelsesuppleant

## Ekonomi

Vi är otroligt stolta över våra givare, det är tillsammans vi arbetar för att barn och unga som växer upp i en familj med missbruk utvecklas till trygga individer.

Trygga Barnen gjorde 2022 ett minusresultat.

Hyreskostnaderna blev lägre än budgeterat då planerna på ny och större lokal blivit framflyttat till 2024.

Tack vare att Covid-19 i början av året inte längre klassades som samhällsfarlig sjukdom och att restriktionerna avskaffades kunde vi ha våra utbildnings- och kompetensutvecklingstillfällen fysiska i stället för digitala och detta medförde högre resekostnader än budgeterat.

Annonseringskostnaderna blev högre tack vare öronmärkta pengar.

Kostnaden för informations- och utbildningsmaterial blev lägre än budgeterat då det som köptes in 2021 även räckte för 2022.

Tack vare öronmärkta pengar blev porto och frakt högre än budgeterat, vilket resulterade att vi kunde lägga ytterligare fokus på uppsökande arbete.

På grund av tidigare nämnd personalsituationen blev redovisningstjänster, revisionskostnader och konsultkostnader högre än budgeterat.

## Resultat och statistik 2022

### Stödverksamheten

Vår stödverksamhet bygger på att de barn och unga som kommer till oss ska få känna att det inte är ensamma om att vara i sin situation. Genom att få träffa andra jämnåriga och/eller vuxna som delar erfarenheter av att vara anhörigt till förälder (eller nära familjemedlem) med missbruksproblematik, blir Trygga Barnen en knutpunkt där de kan träffa andra att identifiera sig med.

Fokuset i våra stöd är att förmedla att man har rätt att må bra även om någon i familjen mår dåligt. Vi finns också där som stöd vid kontakt med till exempel socialtjänsten eller polisen. En av våra största styrkor är att vi individanpassar stödet utifrån barnets/ den ungas egna behov och förutsättningar. Alla våra stöd planeras och utformas i nära samråd med barnen och ungdomarnas önskemål och behov.

En annan styrka är vår förmåga att inte bara förmedla stöd, utan även hopp om en ljus framtid, vilket är minst lika viktigt som att samtala om känslor, bearbeta smärtsamma upplevelser och finna gemenskap med andra i liknande situation. Det är inte heller en slump att vi vänder oss till såväl yngre barn som till unga vuxna, behovet av stöd finns i alla åldrar.

Vi erbjuder barn och unga stöd genom olika stödinsatser både fysiska stöd som digitala. De fysiska stöden i vår Stockholmsverksamhet är; Trygga Grupper, Trygga Händer, Tryggt Häng, Trygga Högtider och workshops. Sedan har vi rikstäckandestöd via vår stödchatt, sociala medier, telefon och mail samt våra lokala hjältar.

Vi arbetar ständigt med hur vi ska kunna nå ut till ännu fler barn och unga genom att vara aktiva på de arenor där barn och unga finns. Vi arbetar med att aktivt utveckla de stödaktiviteter vi erbjuder utifrån vad barn och unga efterfrågar.

På Trygga Barnen står vi bakom allas lika värde och är för ett jämställt samhälle fritt från all form av diskriminering. Vi har ett normkritiskt förhållningssätt i vårt bemötande av barn och unga.

Majoriteten av våra barn och unga hittar oss via våra föreläsningar eller hänvisning av andra vuxna såsom hos socialtjänst, vård, skola, kuratorer eller BUP. Andra genom en sökning på internet eller i sociala medier, men även genom vår stödchatt. När det gäller de yngre barnen är det ofta en förälder, en mor- eller farförälder eller annan släkting som inledningsvis tar kontakt med oss.

### Trygg Punkt

#### Volontärer

Tack vare våra volontärer har vi möjlighet att möta, hjälpa och stötta våra barn och unga i verksamheten genom stödinsatser även kvällar och helger. De utgör en bärande insats i vårt arbete på Trygga Barnen. Under 2022 har vi genomfört två grundutbildningar för volontärer till verksamheten i Stockholm, två erfarenhetsutbyten tillsammans med våra lokala hjältar samt två extra insatta utbildningstillfällen för att utbilda Trygga händer. Totalt har vi utbildat 20 nya volontärer



# TRYGGA Barnen

i Stockholm. Alla volontärer i vår verksamhet har med sig olika yrkeserfarenheter som bidrar till en hög generell kompetens samt samtliga volontärer har egna bearbetade erfarenheter av att ha vuxit upp i en familj med missbruksproblematik. Detta skapar en tydlig förståelse och trygghet samt en gemenskap med andra volontärer men framför allt i mötet med de barn och unga de möter i verksamheten. Precis som föregående år har vi även 2022 erbjudit våra volontärer professionellt stöd via S:t Lukas, som bistår med stöd av legitimerade psykoterapeuter genom en samtalsjour som är öppen dygnet runt.





# TRYGGA Barnen

## Trygga Högtider

Vi har som tidigare år firat våra traditionsenliga sammankomster kring högtiderna jul och midsommar. Firandet av Trygg Midsommar firades 2022 vid Sjöhistoriska museet med hoppborg, ansiktsmålning, blomsterkransar, godsaker, lekar och glädje. Efter två år av mindre firande på grund av pandemi var vi nu glada av att kunna fira ihop utan några restriktioner. 2022 deltog därmed 50 barn och unga i upp till 25 år, samt 38 vuxna gäster och volontärer.



*“Jag önskar mig föräldrar som mår bra och kan ta hand om mig.” Barn till önskebrun på Trygg Jul.*

Trygg Jul firades 2022 hos Ljung och Sjöberg i Gamla Stan. Där anordnade vi julpysselrum, gamingrum, julsagor, discorum och massor av god julfika och snacks. Ett populärt inslag under dagen var när Ida Hallquist (från Idol) gick upp på scen och uppträdde, det blev både allsång och sång med modiga barn som deltog på scen och fick sjunga med sin idol. Även detta event var vi glada att kunna fira utan restriktioner igen med 84 barn och unga upp till 25 år, samt 43 vuxna gäster och volontärer.

Alla barn och unga som kom fick med sig fina julklappar hem. Vi är så tacksamma för alla de underbara företagen som vill sponsra oss med så fina produkter och leksaker till våra stödsökande.

# TRYGGA Barnen



## Trygga Händer

Vi har under året haft 16 barn och unga som matchat ihop med en Trygg Hand via oss. Som trygg hand möter ett barn eller ungdom en vuxen på tumhand i individanpassade träffar. Träffarnas syfte är att barnet eller ungdomen ska få träffa en trygg vuxen som blir som en mentor under en tidsbegränsad period. En Trygg Hand kan se ut på olika sätt, men vi inleder det alltid med att vi sätter upp gemensamma mål med den stödsökande. En del barn har stort behov av att bli en del av nya sammanhang och prova på nya aktiviteter, andra barn har i stället behov av att få prata med en trygg vuxen som varit i en liknande situation men som idag mår bra. Exempel på aktiviteter som våra Trygga Händer har gjort är att gå på bio, fika, och gå på fotbollsmatch. De finns även vissa av våra unga som har ett behov av att få stöd vid utredningar hos Socialtjänsten och här har våra Trygga Händer varit till stöd genom att följa med på besök.

*“Det bästa med att vara Trygg Hand är att se en annan individ växa och blomstra. För mig är det viktigt att visa att jag finns där, jag lyssnar, jag vågar stanna kvar oavsett vad som kommer upp i samtalen oss emellan.” - Trygg Hand*

# TRYGGA Barnen

## Trygga Grupper

Våra Trygga Grupper har fortlöpt under året och totalt har vi haft 50 barn och unga som har deltagit i vår gruppverksamhet, 24 anmälda på vårterminen och 26 anmälda på höstterminen. Vi har märkt att behovet av att få träffa andra i liknande ålder och prata om problematiken har ökat under pandemin och fortsatt därefter med oro i världen såsom kriget i Ukraina och inflationen. Barn och unga har gång på gång uttryckt tacksamhet över att vår trygghet är konstant med regelbundenhet, inga överraskningar eller förändringar när de flesta andra delar i deras liv är konstans i förändring speciellt under orostider.

I våra Trygga Grupper får barn och unga möjlighet att träffa andra i liknande situationer och förstå att de inte är ensamma. Ledarna blir trygga vuxna förebilder och barnen bekräftar för oss att de blir lyssnade på och därigenom minskar känslan av skuld och skam som många av dem känner när de börjar i gruppen.

Trygga Grupper har träffats veckovis under vårterminen fördelat på åldrarna Kids 7-10 år, Pre-teens 11-14 år, Teens 15-17 år samt Young adults 18-25 år. Exempel på teman som självhjälpssgrupperna har haft under året är relationer, familjen, känslor och självkänsla. Vi har även diskuterat drömmar och framtiden.

Under höstterminen fördelades grupperna i tre åldersindelade grupper; Kids 7-12 år, Teens 13-17 år och Young Adults 18-25 år. Anledningen till att vi gick från 4 självhjälpssgrupper till 3 var för att göra grupperna större på deltagare genom att slå ihop grupperna, att vi hade brist på volontärer som kunde täcka upp 4 åldersindelade grupper samt att möta en önskan från ungdomarna med en mer "drop-in" grupp. Ungdomarna hade en önskan på att ha en fast tid för mötesplats med mer fokus på häng, läxhjälp och pyssel än vad våra självhjälpssgrupper egentligen är och därför testade vi med att ha en öppen grupp för alla åldrar under höstterminen för de som hade det behovet. Resultatet var då att vi hade 4 grupper öppna som vanligt men att 1 kväll utav dessa var mer behovsanpassad till barn och unga och som frångick upplägget med teman och samtal och mer fokuserade på häng och läxhjälp. Under terminen har denna öppna grupp bland annat haft pluggmys, tacos & armbandsskapande, snackis-kväll, kollat på filmen Grinchen, bakat chokladbollar och kanelbullar. Övergripande har varit att ungdomarna bestämt vad vi skulle hitta på och för att möta deras behov. Det har deltagit cirka 7 ungdomar per tisdagsträff.

*"Den dagen det är grupp är jag så mycket gladare och alla ledare är världens bästa. Jag älskar er"*

*"Jag är inte lika orolig för mina föräldrar längre för jag har lärt mig saker här. "*

*"Det bästa med grupperna är gemenskapen"*



# TRYGGA Barnen



Trygga barnen har hjälpt mig att inse att det faktiskt finns trygga vuxna som man kan lita på och som bryr sig ❤️ Det ger mig lite mer mod att våga be om hjälp

Jag vet känslan av att ha bestämt sig om att man klarar sig själv och är starkast ensam men trygga barnen är verkligen genuint bra och det finns alltid någon här att prata med. Tillslut orkar du inte bolla allting för dig själv även fast du tror de

Vad skulle du vilja säga till vuxna?

Unknown: Börja vara som ledarna på TB!

Trygga barnen har hjälpt mig att komma till insikt med att det inte är mitt fel, för det är inte mitt fel att min familj är som den är. Jag har också lärt mig hur jag ska hantera olika situationer och känslor. Att sätta gränser och tänka på mig själv ibland.

Jag har känt mig lyssnad och får prata och skratta  
♥️ Älskade Sommaren ♥️

Trygga barnen för mig är en trygg plats att komma till ~~ett~~ efter en stormig vardag. Här finns det inga krav på att du ska delta och berätta hela din livshistoria utan du kan sitta och bara lyssna på dem andra om du inte vill dela med dig av ditt eget.

## Tryggt Häng

Tryggt Häng erbjuder möjlighet för barn och unga att träffa andra i liknande situationer och därigenom förstå att de inte är ensamma. Det ger barnen och de unga en möjlighet att släppa det jobbiga där hemma för en stund, de kan få en paus i vardagen, och få skratta och ha kul. Barn och unga som växer upp i familjer med missbruksproblematik tar ofta stort ansvar hemma och oroar sig över så kallade "vuxen-problem". Fokuset med Tryggt Häng är därför barns rätt till att vara barn och rätt till lek och fritid.

Under året har vi erbjudit Tryggt Häng vid 35 tillfällen. Exempel på aktiviteter som vi har gjort under året är picknick och kubb, påskäggsjakt och pyssel, haft tårtkalas och Eurovision-kväll i våran lokal. Vi har märkt att behovet av att medverka på våra lovaktiviteter varit extra stort och stadigt ökat. På loven erbjuder vi större aktiviteter såsom rovdjursvandring på Skansen, Ocean Bus, spa och frukostbuffé på Clarion hotell, Downhill cars och Paradox museum.

Sammanlagt har 297 barn och unga medverkat på Tryggt Häng varav 401 varit anmälda. 2021 var det



stödsamtal.



## Trygg Chatt

Chatten är ofta ett första steg för de unga att våga ta kontakt med oss och det kan ofta leda in barnet eller den unga till någon av våra övriga stödaktiviteter. Det är också ett viktigt verktyg för de barn och unga som vill vara anonyma i kontakten med oss. Vi är en länk mellan ungdomarna och fysiskt stöd runtom i landet då vi ofta får vilsna ungdomar som inte vet vart de ska vända sig för att få hjälp. Det är ett värdefullt stöd för ungdomarna då barn ifrån hela Sverige kan kontakta oss, det sker på en plattform som de redan använder och att de kan vara anonyma. I år har vi märkt en ökad oro kring kriget i Ukraina och inflationen som drabbat många ungdomars familjer som påverkar barnens psykiska hälsa. Oro och kris i samhället ökar ofta även barnens psykiska ohälsa och familjekonflikter. Vi har under året hänvisat 100 tals barn till fysiskt stöd och pepp till att våga vara ärliga till vuxna i sin närhet, vi har även gjort två stycken orosanmälningar i Vimmerby och Uppsala.

De flesta barn och unga kontaktar oss under högtider och lov, då de är extra utsatta. Extra tufft blir det då skola och fritidsaktiviteter tar uppehåll såsom det i perioder varit under pandemin. Vi har många barn och unga som återkommer i chatten, tack vare det har vi möjlighet att bygga upp ett förtroende och stötta dem över tid. Förtroendet gör att de vågar öppna upp sig mer.

Totalt under 2022 har vi haft 2321 stödkontakter i chatten då våra öppettider varit onsdagar, fredagar, lördagar och söndagar kl.19-23 from februari.

*" Min pappa har inte råd med mat snart jag hörde han gråta inne på toan, gör ont i hela mig."*

*" Att maten är dyrare och min mamma har knappt råd att köpa mat till mig och min syster och jag vill inte känna så här oro i magen att min mamma är fattig. Jag är så rädd."*

*"Ni lyssnar väldigt bra, och svarar så snabbt ni kan och bara finns där, det kan betyda en hel del för folk i alla fall för mig, och att ni läser och tar in er och försöker hjälpa så gått det går. Tack för att ni finns!"*

*"Hade slutat nian när vi började skriva. Då ville jag inte leva och skadade mig själv. Och här står jag nu starkare än någonsin. Så tacksam över att jag fortfarande finns kvar. Utan er skulle jag vara under jorden nu."*



# TRYGGA Barnen

## Trygga Hjältar

Via Trygga Hjältar har vi fortsatt vårt viktiga uppsökande arbete, informationsspridning, kartläggning och handfasta stöd till barn och unga runt om i hela landet.

I slutet på året hade vi 34 hjältar, utspritt i 14 av 21 regioner, varav i 9 regioner hade vi 2-4 hjältar. Med hjälp av våra fantastiska hjältar nådde vi ut till 8200 barn och unga under året och år 2022 kom att bli vårt mest framgångsrika år inom projektet.

En stor framgångsfaktor och strategi har varit att vi har fokuserat mer på att samverka med andra aktörer i regionerna. Vi har varit med under större sammankomster som till exempel cuper inom föreningslivet, skolavslutningar, läger och andra större evenemang som inte bara sker dagtid utan även under kvällar och helger när fler hjältar kan engagera sig.

Vi har haft utmaningar med att rekrytera och behålla hjältar under pandemin och den ökade oron i samhället gjorde att utmaningarna fortsatte även under 2022. Efter utmaningar med ideell kraft har vi i år tagit ett beslut om att pausa Tryggt Häng i Kungsbacka och Kiruna, samt att inte öppna upp Tryggt Häng i fler regioner. I stället fokuserar vi på att anordna punktinsatser och mobila aktiviteter tillsammans med andra verksamheter.

Under året har vi samarbetat med flertal fritidsgårdar och föreningar där vi haft regelbundna besök samt aktiviteter, vi har även anordnat aktiviteter tillsammans med Hyresgästföreningen i Sigtuna kommun. Vi kan även stolt berätta att vi även arrangerade Trygg Jul för första gången i Göteborg, där 30 personer kom varav 20 av dessa var barn och unga. Julen firades med julgran, julklappsutdelning av tomten, luciatåg, fika, pyssel och aktiviteter. Trygg Jul skapade en trygg plats och ett fint minne för våra barn och unga, det skapade även en kanal in i verksamheten för nya barn, hjältar och lokala samarbetspartners.

Här nedan följer citat som visar på betydelsen av våra hjältar:

*"För första gången känner jag mig inte ensam, för första gången fick jag hopp om en bättre framtid. Jag önskar att ni hade kommit redan i förskolan" - Elev åk 7*

*"Nu vet jag att ingenting är mitt eget fel. Och att jag nu får vara en vanlig 12 åring och inte spela förälder åt min förälder." - Stödsökande 12 år*

## Trygg Upplysning

Vi har under året fortsatt vårt arbete med våra föreläsningar till elever i skolor runt om i landet.

### Trygga Barnens elevföreläsningar

Våra föreläsningar är helt kostnadsfria och vi föreläser för elever i alla årskurser, från grundskolan upp till gymnasiet. Vi vill, genom våra föreläsningar, nå ut till fler barn och unga, sprida information om problematiken och vart man kan vända sig, förbättra deras psykiska hälsa samt genom tidiga insatser förebygga egen psykisk ohälsa och missbruk.

Tanken med våra föreläsningar är att barn/unga ska kunna identifiera sig i våra föreläsares berättelser med följden att de som är drabbade förstår att de inte är ensamma och vågar be om

# TRYGGA Barnen

hjälp. Föreläsningarna riktar sig till alla i skolan och ger bland annat råd om hur en kan hjälpa en vän.

Utöver våra föreläsningar har vi tagit fram en informationsguide till skolpersonal, där de kan få tips och råd om hur de kan hjälpa elever som behöver stöd. Efter en föreläsning får eleverna även ta del av give aways som vi tagit fram med vårt telefonnummer samt vårt Snapchat-konto på. Detta för att förenkla och minska tröskeln för den som känner ett behov av att ta kontakt med oss efter en föreläsning.

Vi strävar efter att alltid förbättra innehållet i våra föreläsningar samt våra rutiner kring föreläsningarna. För att kvalitetssäkra skickar vi därför alltid ut en utvärderingsenkät efter varje föreläsningstillfälle för berörd skolpersonal att svara på. Vi har även kontinuerlig handledning och uppföljning med våra föreläsare.

Vi har fortsatt erbjuda skolor möjligheten att välja mellan digitala och fysiska föreläsningar under 2022. Möjligheten att komma ut till skolor fysiskt igen efter pandemin har gjort att vi lyckats nå projekt målet 2022 som var att nå ut till minst 7000 barn och unga.

Det här året har vi totalt haft 182 elevföreläsningar och vi har nått 7391 elever, vilket är en ökning från föregående år då vi nådde 4150 elever.

## Påverkansarbete

Trygga Barnen bedriver ett aktivt påverkansarbete för att sprida kunskap om problematikens inverkan på barn och ungas livssituation och uppväxtförhållande.

Genom att lyfta barnets perspektiv och upplysa om problematiken arbetar vi med att bryta det sociala arvet, tabun i samhället och ta bort den skuld och skam som många av dessa barn känner.

Vi sprider också information och kunskap genom att vända oss till politiker och andra beslutsfattare. Detta görs även genom medverkande i TV och olika evenemang och informationskampanjer riktade både till makthavare och civilsamhället.

Vi har föregående år tagit fram en påverkansplan med tre frågor som vi ska fokusera på de kommande 3 åren. Dessa ser vi ska generera resultat för Trygga Barnens påverkansarbete.

Den första frågan handlar om att vi vill ta fram ett underlag för att mäta barn och ungas upplevda trygghet i hemmet. Det kommer resultera i ett årligt "trygghetsindex" som ska vara tydligt och enkelt att följa upp.

Det andra fokuset är att tydliggöra barnperspektivet när föräldrar omhändertags av polis eller hamnar akut på sjukhus.

Den sista frågan vi ska driva framåt är att vi i dagsläget ser att stödet i Sveriges kommuner och regioner ser väldigt olika ut trots att det på pappret och enligt lag ska fungera på samma sätt. Detta vill vi ändra på. Vi vill att alla barn och unga som växer upp i en familj med missbruk ska få samma rätt till stöd oavsett var i landet de bor.

## Orosanmälan

Orosanmälan.se är en webbplats som syftar till att underlätta för den som funderar på eller ska göra en orosanmälan vid misstanke eller vetskap om att ett barn far illa.

På orosanmälan.se finns en nedladdningsbar orosanmälan-blankett som underlättar för den som ska lämna in en orosanmälan.

Webbplatsen innehåller även information om anmälningsplikt och tips på vad man kan tänka på innan och efter att en orosanmälan görs samt länkar för vidare läsning.

## Barndom utan baksmälla

Trygga Barnen är stolta över att vara samarbetspartners till initiativet Barndom utan baksmälla. Under 2022 har Trygga Barnen inom initiativet tagit fram en ny guide och föreläsning riktad till ledare i idrotts- och föreningslivet. Vi har nätverkat, spridit initiativet och guiderna med fokus på idrotts- och föreningslivet samt allmänheten. Vi har även utbildat och genom våra Trygga Hjältar och Stockholms-volontärer lokalt och regionalt, har vi effektivt skapat engagemang på gräsrotsnivå där vi ser att mycket av det viktiga arbetet behöver göras för att nå de gemensamma målen i initiativet.

Syftet med Barndom utan baksmälla är att bidra till ett mer hållbart och omtänksamt Sverige där färre barn far illa av alkoholens andrahandseffekter. Initiativtagare är Systembolaget i samarbete med Trygga Barnen, Bris, Maskrosbarn, Childhood.

## Resultat

Genom att sprida initiativet Barndom utan baksmälla har vi bidragit till ökad kunskap om barnens utsatthet och hur barns liv kan påverkas av en vuxens alkoholkonsumtion samt hur man som vuxen kan upptäcka ett barn som far illa av detta. Genom att sprida initiativet har vi också bidragit till att fler vuxna och ledare inom idrotts- och föreningslivet, kan få stöd i hur de ska närma sig svåra situationer och våga fråga när de misstänker eller vet att ett barn far illa av en vuxens alkoholkonsumtion. Vi tror och hoppas att detta lett till att fler barn upptäckts och fått stöd i sin situation. Under 2022 har vi fortsatt sett hur våra volontärer är viktiga budskapsspridare som vågar agera. Genom våra volontärers engagemang och mod att agera har de kunnat visa vuxna runt omkring hur man kan agera när ett barn far illa.

Tack vare uppdraget genom Barndom utan baksmälla har vi 2022 kunnat uppnå följande resultat:

- Uppskattningsvis har 7000 vuxnas nåtts via fysiska och digitala evenemang 2022
- Sammanlagt har inläggen på Trygga Barnens egna sociala kanaler genererat totalt 1968 antal likes och 43 antal delningar.
- Via marknadsföringen av två inlägg i Trygga Barnens egna kanaler, med hjälp av mediabyrån PHD, nåddes 821 444 personer.
- 2300 guider riktade till förenings-idrottsvärlden har delats ut till ledare och andra viktiga vuxna kring barn och unga.
- Drygt 20 föreningar har fått fysiska utskick med riktad guide och give aways.
- Genom annonser i DN:s bilaga, utskick via Apotea samt via Svenskallag nåddes 950 000 personer.
- Sammanlagt har 61 ledare inom förenings- och idrottslivet utbildas genom den nya föreläsningen som tagits fram. De har i sin tur spridit information vidare i föreningarna de är verksamma inom.

# TRYGGA Barnen

- Två seminarium planerades, ett genomfördes med 12 intressanta deltagare och där utskick med information gjordes till 50 lokala företag i Jönköping.
- 2220 företag har nåtts av information om initiativet och guiden via fysiska, digitala utskick samt möten.
- Vi har utbildat 35 nya ideella krafter och 27 personer har vidareutbildats inom ramen för initiativet och med fokus på idrotts- och föreningslivet.

## Media och synlighet

- Vår generalsekreterare medverkade i SvD podd Ledarredaktionen med Tove Lifvendahl.
- Helsidesannonser i Fokus.
- Vår projektledare för Trygga Hjältar medverkade i Nyhetsmorgon på midsommarafton.
- Vi medverkade i Vaken med P3 och P4 dagen innan julafton.
- Vår tidigare generalsekreterare medverkade i podden "En beroendepodd" med Hedén, Bohman och Granander.
- Vi hade en annons i Aftonbladet samt i Dagens Nyheter.
- Annonsering i Svenskalag.
- Utskick av flyers i Apoteas alla ordrar, ca 200 000 stycken.
- Medverkade i P4 Stockholm.

Under 2022 har våra Trygga Hjältar fått uppmärksamhet i lokala medier och de har blivit intervjuade i lokaltidningar och radio i syfte att sprida information och fånga upp barn och unga som lever i tuffa hemförhållanden. Några exempel där våra Hjältar intervjuats är:

- Reportage på CAN hemsida med Trygga Hjältars projektledare under kampanjen "Du spelar roll".
- Annonsering om rekrytering i Annonssbladet i Kiruna/Luleå/Boden.
- Artikel i Kungsbacka Posten om Tölöcupen där hjältarna i väst var med och berättade om deras arbete och medverkan.
- Reportage om Ljusmanifestation och organisationer på helagotland.se
- Trygga Hjältars projektledare har även medverkat i radio och TV4 Nyhetsmorgon där hon har pratat om barns utsatthet, våra stöd och rekrytering.

## Sociala medier

Vi har under året ökat antalet följare på samtliga våra sociala medier.

- Instagram ökning med 34% till 8 282 följare
- Facebook ökning med 2% till 9 497 följare
- LinkedIn ökning med 69% till 2 761 följare
- TikTok ökning med 25% till 1 559 följare

## Expertgranskningar

Redovisningsbyrå är, Stavegren & Partners Ekonomikonsult AB. Trygga Barnens auktoriserade

# TRYGGA Barnen

revisor är, Malin Evesäter, vid byrån Nexia Revision Stockholm KB.

Vi har under året skrivit avtal med ToFindOut som är Nordens ledande bakgrundskontrollslieferantör. Bakgrundskontrollerna som ToFindOut utför är en obligatorisk del i vår rekryteringsprocess och genomförs på alla nya volontärer och anställda i verksamheten.

## Tack

Stort tack till alla fantastiska barn och unga i vår verksamhet, som är modiga och visar tillit genom att öppna sig för oss. Stort tack även till våra volontärer, bidragsgivare, företag och samarbetspartners och andra personer som hjälper oss att sprida Trygga Barnens budskap. Utan er hade detta inte varit möjligt!

Tillsammans ser vi till att fler barn och unga får en trygg uppväxt.

## Kontakt

### Post- och besöksadress

Stiftelsen Trygga Barnen

Rindögatan 15

115 36 Stockholm

[www.tryggabarnen.org](http://www.tryggabarnen.org)

[kontakt@tryggabarnen.org](mailto:kontakt@tryggabarnen.org)

[facebook.com/tryggabarnen](https://facebook.com/tryggabarnen)

[instagram.com/tryggabarnen](https://instagram.com/tryggabarnen)

[linkedin.com/tryggabarnen](https://linkedin.com/tryggabarnen)

Bankgiro: 656-9982

Swish: 123 276 57 09

Organisationsnummer: 802426-4619