

VERKSAMHETS BERÄTTELSE



2024



SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL



Innehåll:

**Vad gör HOPE
Övergripande mål och vision
Stödverksamhet
Hänt under året
Sociala medier
Media
Insamling, gåvor och bidrag
Effektrapport och
förändringsteori
Årsredovisning
Förvaltningsberättelse
Finansiella rapporter
Noter
Slutord
Underskrifter**



HOPE att leva vidare, är en ideell nationell förening som ger medmänskligt bemötande och efterlevandestöd till människor som har mist närstående i självmord.

Kärnverksamheten som består av möten, samtal och om att ge sammanhang leds av ideella Lotsar. Föreningens Lotsar ger verktyg för att bearbeta sorgen, se framåt och leva vidare. Där sorg är en naturlig del av livet.

Vi har träffar både digitalt och fysiskt.

På våra kaffekvällar kan man komma och träffas på ett lättsammare sätt då vi vet att steget att gå på en samtalsträff är stort.

Idag vågar vi fortfarande inte prata om självmord.

Fler än 15 000 människor blir efterlevande varje år då någon närstående tagit sitt liv.

Okunskapen och tystnaden är stor på arbetsplatser, i skolor och i familjer. Vi behöver kunskap för att kunna agera och ha kunskap för att vara medmänniskor. Hope vill minska stigmatisering och hjälpa medmänniskor att göra det lättare att samtala om psykisk ohälsa och suicid. Vi behöver hjälpas åt att lära oss mer om hur det är att vara efterlevande efter suicid.

I Hope finns erfarenheten av att våra Lotsar själva har mist en närstående i självmord, den kunskapen ger oss ett stort försprång i varje möte med drabbade efter suicid.

HOPEs övergripande mål: stärka och höja kunskapen om efterlevandes situation, vikten av efterlevandestöd och därmed suicidprevention.

Sverige är ett långt land och det finns i nuläget inte stöd från människor med likande erfarenheter i hela landet. HOPE vill utveckla verksamheten till att finnas i flertalets regioner i Sverige.

HOPEs vision: är ett medmänskligt efterlevandestöd till alla som mist en närstående i självmord. Vi vill ge ett nationellt stöd för att efterlevande ska se framtiden och att leva vidare. Där sorg är en naturlig del av livet. Vi alla kan bli bättre på att se våra medmänniskor och hur vi ska våga vara bekväm i att vara obekväm. Det är bråttom att lära sig mer om detta livsviktiga ämne som tystats allt för länge. Någon tar sitt liv var sjätte timme i Sverige. Var sjätte timme blir det fler efterlevande i Sverige.



Psykisk ohälsa är ett av våra största folkhälsoproblem. Psykiska besvär och psykiatriska tillstånd orsakar ett stort lidande, men också stora samhällskostnader.

Suicid är inte sällan den yttersta konsekvensen av psykisk ohälsa och leder förutom till förlust av människoliv till omfattande psykiskt lidande hos anhöriga och närstående. För att nå, den av riksdagen beslutade visionen för det suicidpreventiva arbetet – handlar det bl.a. om stärkt samordning av personer med risk för suicid och om riktade insatser till personer med ökad risk för att begå självmord, såsom efterlevande.

Regeringen har presenterat en nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention. Strategin, som kommer gälla under perioden 2025 till 2034, under namnet **"Det handlar om livet"**. Denna satsning involverar drygt 25 myndigheter, regioner, kommuner och organisationer inom civilsamhället. Syftet med en långsiktig strategi, som berör många samhällssektorer, är att den ska göra skillnad för både individer och verksamheter. Genom tydliga mål som följs upp regelbundet ska arbetet bli fokuserat och effektivt

Förutom den stödjande verksamheten håller HOPE även föreläsningar för att hjälpa till att minska stigmatisering och hjälpa medmänniskor att göra det lättare att samtala om psykisk ohälsa och suicid. Vi jobbar på egen hand och tillsammans med samhällsaktörer för att stärka arbetet. Samt att öka kunskapen om efterlevandestöd.

HOPE:s målgrupp är alla som, liksom vi själva har en önskad erfarenhet av självmord.

Sagt om HOPE:

Ni är fantastiska!
Jag slutar aldrig att
förundras över ert
engagemang och er
energi.

Så skönt att prata
med någon som
förstår.

Att använda era egna
erfarenheter till att stötta
andra som upplevt samma
hemska öde som psykisk
ohälsa kan sluta med. Det är
otroligt fint arbete ❤️

HOPE ger anhöriga precis
just det en strimma av hopp.
Självmord ska aldrig behöva
vara den sista utvägen för
någon.



Stödverksamhet

Fysiska träffar:

Vi har fysiska träffar på olika håll i landet. På dessa träffar pratar vi om sorg, att leva vidare och har olika teman. Du anmäler dig innan så vi kan planera fika.

Walk and talk:

Vi träffas och går en promenad, prata och knata, det goda samtalet för dig som har mist i suicid. Att röra sig är en bra sysselsättning när man är i sorg. Gynsamma signalsubstanser och hormoner aktiveras. Häng med!

Kaffekväll:

Vi vet att det kan kännas som ett stort steg att våga ta klivet att gå på en träff därför ordnar vi Kaffekvällar där vi på ett avslappnat sätt umgås och pratar över en fika.

Digitala träffar:

Digitala samtalsträffar via Zoom. Träffarna är för alla oavsett var du bor.

Olika former av rörelse:

Som efterlevande till suicid är det extra viktigt att känna gemenskap med andra och komma igång med rörelse. Motion och socialt umgänge, i lagom mängd, påverkar måendet positivt eftersom kroppen laddas med bra hormoner och signalsubstanser.

Stöd till Lotsar

Våra lotsar erbjuds sorgbearbetning som ger verktyg för att använda i framtida stödgrupper.





Stödverksamhet

Inspirations- och stöddagar:

Under året har föreningen haft två inspirations- och stöddagar.

I mars var det ett 25 tal som kom till Medlefors hotell och folkhögskola i Skellefteå. temat för dagen är **vägar till återhämtning**. Deltagarna bjöds på en inspirerande föreläsning av Ann-Charlott Pavval.

Med sin otroliga energi och inspirerande personlighet har hon, inspirerat deltagare på sina utbildningar och föreläsningar under många år.

Vi hade även fina samtal och flera gruppövningar.

I oktober var vi i Medborgarskolans lokaler i Skövde. De 20 talet deltagarna som var med. Temat för dagen var **att leva och inte bara överleva**. bjöds på en föreläsning av Eddy Normark. Han pratade om "Jag duger som den jag är" När allt var svart och uppgivenheten nästan total så fick han till sig känslan av att han också har rätt att få vara med i livet. Eddy är diakon i Skara domkyrka. och vi fick ta del av hans resa till det som är idag.

Förutom föreläsningen hade vi samtal och tid för reflektioner.





Hänt under året

31 Augusti 2024: HOPE hade mingel i Motorklubben Rapiers lokal i Johanneshov i Stockholm. Det var ett 40 tal som kom och lyssnade på livemusik, personliga berättelser och fick information om föreningen. Och en Motorcykel kortege körde genom Stockholm för att uppmärksamma föreningen.

Internationella Suicidpreventiva dagen:

HOPE deltog på ett 15:tal orter där man uppmärksammade suicidpreventiva dagen.

International Survivors of Suicide Loss Day, den 23 november hade HOPE ett event i Församlingslokalen i Vansbro till samman med kommunen och Svenska kyrkan. Där bjöd vi på fika, live musik och suicid drabbade anhöriga delade sina upplevelser. Det var ett 30 tal som deltog.

I December deltog HOPE i Burträsk och Skelleftehamn på **Ljusmanifestation** i kyrkan där 21 deltagare var med och på **Islyktans dag** med 8 deltagare..



90 konto:

I juni blev vi beviljade 90 konto!

Varför är det så viktigt?

"Vi har valt att starta ett insamlingsarbete och då är 90-konto den bästa kvalitetsstämpeln i Sverige.

Vi vet ju själv hur det är när vi donerar till ideella ändamål. Om organisationen har ett 90-kontot är det en stor trygghet att pengarna verkligen hamnar rätt. Den tryggheten vill vi kunna ge till de som vill stötta oss."

Nätverk:

Föreningen är med i nätverk, bland annat i Dalarna NSPH, Region Dalarna, RPT suicidprevention VGR, Företagarföreningen Upplands Väsby.



Hänt under året

#StegFörHope

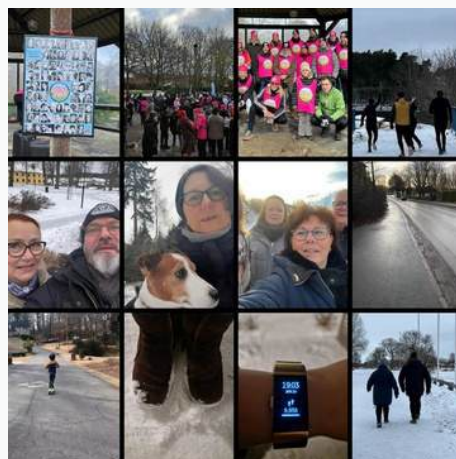
Vi startade ett arrangemang där vi uppmuntrar till rörelse. Promenader och löpning är smidiga former av rörelse och som efterlevande är det viktigt att känna gemenskap med andra och komma igång med rörelse, motion och socialt umgänge.

Utmaningen är: **varje steg främjar psykisk hälsa** och samtidigt samlade vi in pengar till vår stödverksamhet för efterlevande.

Starten var i Ystad i samverkan med @springförlivet den 14/1. Runt om i landet sprang ca 300 personer minst en kilometer den dagen. I Ystad hölls föreläsningar om psykisk ohälsa och att vara drabbad av suicid.

Steg för HOPE blev en fortsättning av Spring för livet. En utmaning där "Varje steg räknas". Den pågick fram till 26 april. Människor runt om i landet deltog tillsammans gick vi Sverige runt 3565 kilometer

Deltagarna använde #StegFörHope och vi räknade in alla steg och följde vår väg genom Sverige.



Möten:

I november bjöd den nationella samordnaren Karin Schultz bjöd in anhöriga och efterlevande till Socialdepartementet. HOPE var med och diskuterade kring suicidprevention och stöd för efterlevande, för att skapa en bättre förståelse och öka resurserna för efterlevande.

Tusen tack till alla som varit med och hjälpt oss vid våra arrangemang, alla som har sponsrat oss under året och alla som på olika sätt har hjälpt föreningen 2024
Utan er hade det inte varit möjligt!



Verksamheten

Utbildning:

Föreningens Lotsar får en grundutbildning i sorgbearbetning samt handledning vid behov.

Insamling:

Stödet från medlemsavgift, försäljning, gåvor och sponsring är avgörande för HOPEs verksamhet. Långsiktigt framgångsrik insamling kräver hög kännedom om oss som förening. Under 2024 har vi startat upp insamlingar via Target Aid. HOPE följer de riktlinjer som finns för etisk och professionell insamling.

Media:

Under året har föreningen omnämnts i flera artiklar.. Bland annat uppmärksammade vårt arbete under 10/9. I Minds podd "Varje samtal räknas". Vi syns även i Valfärdsguiden och på 1177.

Medlemmar:

31 December har föreningen 195 medlemmar.

Engagemang på Sociala Medier:

Många diskussion och möten äger rum på våra sociala medier – Facebook och Instagram, men även på TikTok. Våra filmer har setts på YouTube. Dessa har alla varit meningsfulla kanaler för att oss under året. På Facebook och Instagram har vi under året haft: interaktioner och följare: 737 följare och 3700 interaktioner på Facebook. På Instagram har vi 229 följare och 1300 interaktioner. På TikTok har vi 1483 följare och vi gjorde totalt 26 inlägg som sammanlagt fick 23.000 visningar och vi sände live tre gånger och det sågs av 8700 personer sammanlagt. På Youtube har 2800 sett vår film.



Antal medlemmar: 195 st



Antal deltagare på träffar: 230 st



Antal följare på sociala medier:
Facebook - 737
Instagram - 229
TikTok - 1400



Walk & Talk/rörelse: 22 st



Digitala träffar: 8 st



Fysiska träffar: 29 st



Kaffekvällar: 16 st



Effektrapport

Förändringsteori för HOPEs sluta facebookgrupp för efterlevande.

Förändringsteorin utgår från medlemmar i den slutna facebookgruppen. Diskussioner, delaktigheten och inläggen i gruppen är frivilliga vilket gör det svårt att mäta effekten långsiktigt. Men vi ser att antalet medlemmar i gruppen hela tiden ökar vilket tyder på att gruppens funktion är viktig.

Resurs	Aktivitet	Prestation	Effekt	Utfall
Lotsar Samordnare Marknadsföring Teknik Finansiering	Moderera och administrera stödgruppen. Utbilda Lotsar.	Ge stöd till medlemmarna i gruppen. Svara på frågor.	Gemenskap. Efterlevande känner sig inte så ensamma. Få stöd. Form av stöd.	Fler efterlevande får stöd.

Effektmätning:

Det här är första året som föreningen gör en effektmätning av verksamheten. Vi utgår från föreningens sluta facebookgrupp och vi vill se hur den digitala platsen har för effekt på medlemmen och Delaktighet i gruppen är frivillig vilket gör det svårt att mäta effekten långsiktigt.

Ålder: övervägande 45-54 år Kvinnor 20% Män 23%

Kön: 65% kvinnor 36 % Män

Medlemsantal: 811 st

Medlemstillväxt: 10 %

Antal medlemmar som deltar aktivt: 311 st

Kommentarer: 659 st

Unika inlägg: 277 st

Vanligt tema: sorgen, saknade, årsdagar, minnesdagar, inge hopp, gemenskap, tips/råd.



Årsredovisning

HOPE att leva vidare

802443 - 0673

Styrelsen för HOPE att leva vidare lämnar här sin redogörelse för föreningens utveckling under räkenskapsåret 2024-01-01 - 2024-12-31

Om inte annat särskild anges, redovisas alla belopp i hela kronor (sek).



Förvaltningsberättelse

Allmänt om verksamheten

HOPE att leva vidare är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell förening som ger medmänskligt stöd till efterlevande som har mist en närstående i självmord. HOPE har organisationsnummer 802443-0673 och säte i Upplands Väsby.

Var sjätte timme tar någon sitt liv i Sverige. Var sjätte timme blir vi fler efterlevande. Självmord är ett stort samhällsproblem som vi måste hjälpas åt att göra något åt.

De resurser som finns idag för efterlevandestöd är inte tillräckliga. Föreningens ändamål är att minska stigmat kring psykisk ohälsa och självmord samt att skapa trygga platser där sorg kan bearbetas

HOPEs syfte är ett nationellt anhörigstöd för att se framtiden och att leva vidare. Där sorg är en naturlig del av livet.

Årsmötet är HOPEs högsta beslutande organ. Föreningen har 90 konto, vilket innebär att redovisningen granskas av Svensk Insamlingskontroll. 90 kontot ger ett tryggt givande och vi tillämpar deras kvalitetskod.

Den primära verksamheten drivs med hjälp av Lotsar som ger medmänskligt stöd genom träffar, både digitala och fysiska, kaffekvällar, träffar med rörelse samt samtal. Alla föreningens Lotsar är själva efterlevande.

Vision och ändamål:

HOPEs vision är ett medmänskligt efterlevandestöd till alla som mist någon i självmord.

HOPEs förvaltning:

Föreningen har enligt stadgar sitt säte i Upplands Väsby. Styrelsen har under 2024 varit tre ordinarie ledamöter samt en suppleant. Det hölls tio styrelsemöten samt ett konstituerande möte. Utöver det träffades styrelsen under två planeringsdagar. Styrelsens ledamöter uppbär inget arvode för sitt arbete under 2024.

Händelser under året:

Under 2024 har HOPE haft månatliga fysiska träffar i nio regioner med totalt 230 deltagare. Vi har haft åtta digitala träffar med 50 tal deltagare.

Vi har deltagit i flera artiklar, poddar, radiointervjuer och andra sammanhang där vi har lyft fram vårt viktiga arbete. Detta har gett oss synlighet och igenkänning men framför allt har frågan om efterlevandestöd lyfts upp till debatt och samtal. Förutom detta har vi publicerat ett stort antal inlägg på sociala medier, artiklar på vår hemsida samt Youtube och tik tok.

Dessa möten och sammanhang har medfört att HOPE nått ut till fler och att allt fler känner till föreningens arbete.



Förvaltningsberättelse

Under hösten lanserade föreningen en ny hemsida och digital plattform för att nå fler med information och stöd. Även en plattform för insamlingar har startats under vintern.

Vi har arbetat mycket med kampanjer och insamlingsarbete för att öka medvetenheten om psykisk hälsa och för att finansiera verksamheten.

Medlemmar och Lotsar:

HOPE hade vid årsskiftet 195 medlemmar och ett tiotal Lotsar. Lotsarna medverkade vid flertal aktiviteter och arrangemang under året runt om i landet, bland annat lopp, ljusmanifestationer, mässor och föreläsningar.

Hållbarhetsupplysning:

HOPE föredrar tågresor där det är möjligt och att de aktiva ska tänka på bra miljöval. Vi skickar ut information via mejl, vi har inte någon tryckt medlemstidning som ska skickas ut postalt. Vårt insamlingsarbete sker digitalt.

Framtidsutsikter:

HOPE kommer fortsätta utveckla stödverksamheten för att ge flera efterlevande stöd. Vi kommer fortsätta utöka antalet stödgrupper och kurser särskilt i regioner där tillgången av stöd är begränsad. Vi kommer att göra våra tjänster mer tillgängliga. Vårt arbete med insamling och informationskampanjer kommer att fortsätta för att öka medvetenheten om psykisk hälsa, vikten av efterlevandestöd och stärka vår ekonomi.

Vi kommer också utforska och utveckla nya typer av stöd genom att hela tiden ha dialog med efterlevande utifrån deras önskemål och behov.

Ett annat viktigt område för oss är att ha en långsiktig och hållbar finansiering. Detta är en grundförutsättning för att föreningen ska kunna fortsätta att utvecklas. Det är ett arbete som innehåller både att skriva ansökningar för projekt som ska utveckla och stärka föreningen men även att utveckla det privata givandet och samverkan med företag.

För att förstärka vår finansiering under 2025 kommer vi ha kampanjer för medlemmar, ett antal insamlingsaktiviteter och även utveckla ett företagsmaterial. Vi kommer arbeta efter verksamhetsplanen 2025–2027 som kommer att vägleda vår framtida utveckling.



Flerårsöversikt

	2401-2412	2306-2312
Nettoomsättning	107	50
Antal medlemmar	195	120
Nyckeltal Sv insamlingskontroll	13,9 %	-

Nettoomsättningen avviker med mer än 30%, anledningen är att året före var ett uppstartsår från i juni 2023.

Nyckeltal enl Svensk Insamlingskontroll: administrations och insamlingskostnader i relation till totala verksamhetsintäkter.

Förändringar i eget kapital

	Balanserat resultat	Årets resultat	Totalt
Belopp vid årets ingång		36 380	36 380
Resultatdisposition:			
Balanseras i ny räkning	36 380	-36 380	0
Årets resultat		-11 959	-11 959
Belopp vid årets utgång	36 380	-11 959	24 421

Resultatdisposition

Medel att disponera:	
Balanserat resultat	36 381
Årets resultat	-11 944
<i>Summa</i>	24 437

Förslag till disposition	
Balanseras i ny räkning	24 437
<i>Summa</i>	24 437

Föreningens resultat och ställning framgår av efterföljande resultat- och balansräkning med noter.



Resultaträkning	2024-01-01 2024-12-31	2023-06-21 2023-12-31
Rörelseintäkter, lagerförändring mm		
Nettoomsättning	107 474	50 051
Övriga rörelseintäkter	300 000	45 500
Summa rörelseintäkter, lagerförändring mm	407 474	95 551
Rörelsekostnader		
Övriga externa kostnader	-352 475	-59 170
Personalkostnader	-66 958	
Summa rörelsekostnader	-419 433	-59 170
Rörelsesresultat	-11 959	36 381
Finansiella poster		
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter	14	-
Summa finansiella poster	14	-
Resultat efter finansiella poster	-11 945	36 381
Resultat före skatt	-11 945	36 381
Årets resultat	-11 945	36 381



Balansräkning

2024-12-31

2023-12-31

Tillgångar

Omsättningstillgångar

Kortfristiga fordringar

Övriga fordringar

Summa kortfristiga fordringar

22 677

-

22 677

-

Kassa och bank

Kassa och bank

Summa kassa och bank

24 423

36 381

24 423

36 381

Summa omsättningstillgångar

47 100

36 381

Summa tillgångar

47 100

36 381



Eget kapital och skulder

	2024-12-31	2023-12-31
Eget kapital		
Balanserad vinst eller förlust	36 381	
Årets resultat	-11 944	36 381
Summa eget kapital	24 437	36 381
Kortfristiga skulder		
Övriga skulder	22 663	-
Summa kortfristiga skulder	22 663	-
Summa eget kapital och skulder	47 100	36 381



Noter

Not 1 Allmänna upplysningar

Redovisnings- och värderingsprinciper

Valt regelverk

Årsredovisningen har upprättats enligt årsredovisningslagen och BFNAR 2012:1, Årsredovisning och koncernredovisning.

Not 2 Personal	2024-12-31	2023-12-31
Medelantalet anställda	1	0
Könsfördelning i företagets styrelse		
Kvinnor	4	4



Slutord

Slutligen vill styrelsen i samband med denna verksamhetsberättelse framföra ett stort tack till aktiva Lotsar och till alla som bidragit på olika sätt under detta år.
HOPE gemenskap ger möjlighet!