

VERKSAMHETS BERÄTTELSE

HEART

2025

90
KONTO | SVENSK
INSAMLINGS
KONTROLL

Innehåll:

Vad gör HOPE

Övergripande mål och vision

Stödverksamhet

Hänt under året

Sociala medier

Media

Insamling, gåvor och bidrag

Effektrapport & förändringsteori

Årsredovisning

Förvaltningsberättelse

Finansiella rapporter

Noter

Slutord



HOPE att leva vidare, är en ideell nationell förening som ger medmänskligt stöd till efterlevande som har mist närstående i självmord.

Kärnverksamheten som leds av ideella Lotsar, består av möten, samtal och om att ge sammanhang. 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.

I Sverige tar ungefär fyra personer sitt liv varje dag. På ett år blir det 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 obekvä. 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:

Vilken fin dag tillsammans
det blev!

TACK!

Så skönt att prata
med någon som
förstår.

Äntligen börjar jag känna att
jag orkar leva inte bara
överleva, dag för dag!

Tack för att jag fick komma hit!
Det här behövde jag verkligen!



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.

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.

HOPE kväll - Livet efter suicide:

Vi vet att det kan kännas som ett stort steg att våga ta klivet att gå på en träff därför ordnar vi HOPE kvällar där vi på ett avslappnat sätt umgås och pratar över en fika, även öppet för dem som möter efterlevande.

Digitala träffar:

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

Stöd till Lotsar:

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

Under året har vi erbjudit sorgbearbetning till våra Lotsar och HOPE aktiva vid två omgångar. En digital omgång under fem veckor, 1 ggr/v och en workshop under tre dagar.





Stödverksamhet

Inspirations- och stöddagar:

Under året har föreningen haft sex inspirations- och stöddagar.

Vi har varit i Göteborg, Skellefteå, Norberg, Lundsbrunn, Hammarstrand och Östersund, temat för dagarna är **vägar till återhämtning genom egna verktyg**. Deltagarna skriver ofta i sina utvärderingar att dagarna ger dem hopp och framtidstro.

Vi startade stödverksamhet på flera nya orter under året och digitala samtalsträffar och fysik stöddag för män.

Vi samarbetar ofta med andra föreningar och ordnar föreläsningar på olika orter till exempel Väsby Företagarförening där vi även fick möjlighet att föreläsa för alla medlemmar om livet som efterlevande och psykisk hälsa.

Tillsammans med Sensus i Göteborg ordnas gemensamma föreläsningar regelbundet.

Förutom föreläsningen hade vi samtal och tid för reflektioner.





Hänt under året

31 Augusti: HOPEs årsdag uppmärksammades med mingel på Hotell AND i Stockholm. Det var ett 40 tal som kom och lyssnade på livemusik, personliga berättelser och fick information om föreningen. En Motorcykel kortege körde genom Stockholm för att synliggöra föreningen.

Internationella Suicidpreventiva dagen:

HOPE deltog på flera orter där man uppmärksammade suicidpreventiva dagen.

International Survivors of Suicide Loss Day, den 22 november hade HOPE ett event i Hammarstrand. Vi bjöd på fika, lunch, live musik och efterlevande delade sina upplevelser. Det var ett 30 tal som deltog. HOPE deltog även på ett evenemang på torget i Trosa - Slut på tystnaden, där vi berättade om vår verksamhet och livet som efterlevande, 200 personer deltog.

Kartläggning:

På uppdrag av två regioner, Västra Götaland och Dalarna, har vi genomfört kartläggning av efterlevandestödet med utgång ifrån: Vad fanns det för stöd och vad hade de önskat att få.

#StegFörHope

Vårt digitalt arrangemang där vi uppmuntrar till rörelse.

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

Starten gick 1 mars och vi gick från Skellefteå till Ystad med avslut den 30 april. Människor runt om i landet deltog tillsammans gick vi 441 mil.

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

Steg för HOPE var även med i Spring för varandra, en av Sveriges största arrangör av digitala välgörenhetslopp. Där deltog 79 personer. Hela kampanjen #StegFörHope gav 11408 kronor.

Möten & Nätverk:

Under året har HOPE deltagit i nationella, regionala och lokala möten kring suicidprevention och efterlevandestöd, bland annat på inbjudan av Karin Schultz, Socialdepartementet.

Föreningen har haft dialog med flera regioner och kommuner samt det mobila teamet i Region Örebro kring samarbete och utveckling av stöd till efterlevande.

HOPE är även aktiv i flera nätverk inom civilsamhälle, psykisk hälsa och anhörigstöd på både regional och lokal nivå.

Informationsverksamhet:

Under året har föreningen bedrivit en omfattande informationsverksamhet genom deltagande på kongresser, manifestationer, psykveckor, temadagar och lokala arrangemang samt genom föreläsningar och utbildningsinsatser.

Tillfällena och platserna vi medverkat på är många och vi uppskattar att vi fysiskt har mött ungefär 3500 personer.

Via våra sociala medier har vårt innehåll haft 1 087 271 visningar, genererat 10 191 interaktioner och lett till 9 218 vidareklick.

Genom föreningens hemsida har vi nått 61 149 personer, med en genomsnittlig klickfrekvens på 3,3 procent.





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 2025 har vi ökat upp insamlingar via Target Aid, Spring för varandra och privata enskilda insamlignar med resultat på 112 000 kr. HOPE följer de riktlinjer som finns för etisk och professionell insamling.

Media:

Under året har föreningen omnämnts i flera artiklar och radiointervjuer. Och i Efterlevandepodden vid två tillfällen. Vi syns även i Valfärdsguiden och på 1177.

Medlemmar:

31 December har föreningen 214 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:

Följare: 1000 + 32% mot 2024.

Antal visningar 1 082 795.

Organiskt 278 718/ Annonser 804 077.

Interaktioner + 43% mot 2024.

Länkklick + 43,7 % mot 2024.

På Instagram har vi 295 följare, varje månad ses inläggen av 7-800 personer. På TikTok har vi 1883 följare och vi gjorde totalt 23 inlägg som sammanlagt fick 50 884 visningar.

På Youtube har 39 000 sett vår film.



Antal medlemmar: 214 st



Walk & Talk/rörelse: 24 st



Antal deltagare på träffar: 440 st



Digitala träffar: 10 st
Digitala för män: 4 st



Antal följare på sociala medier:
Facebook - 1000
Instagram - 295
TikTok - 1883



Fysiska träffar: 101 st



Stöddagar: 6 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.

2024

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

2025

Ålder: övervägande 45-54 år Kvinnor 23% Män 20%
Kön: 68,7% kvinnor 31 % Män
Medlemsantal: 947 st
Medlemstillväxt: 8 %
Antal medlemmar som deltar aktivt: 527 st
Kommentarer: 462 st reaktioner 2892 st
Unika inlägg: 294 st

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



ÅRSREDOVISNING

för

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

Styrelsen får härmed avlämna årsredovisning för räkenskapsåret 2025-01-01 - 2025-12-31

Innehåll	Sida
- förvaltningsberättelse	2
- resultaträkning	4
- balansräkning	5
- noter	7
- underskrifter	8

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK.

Verksamheten

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 har sitt 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 stigma 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 ideella Lotsar som ger medmänskligt stöd genom träffar, både digitala och fysiska, 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 2025 haft 20 styrelsemöten samt ett konstituerande möte. Utöver det träffades styrelsen under två planeringsdagar. Styrelsens ledamöter uppbar inget arvode för sitt styrelsearbete under 2025.

Främjande av ändamålet

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

Flerårsjämförelse*

	2025	2024	2023
Verksamhetsintäkter	1 471 212	407 474	95 551
Res. efter finansiella poster	161 265	-11 944	36 381
Balansomslutning	436 779	47 100	36 381
Soliditet (%)	43	52	100

*Definitioner av nyckeltal, se noter

Väsentliga händelser under räkenskapsåret

Under 2025 har HOPE haft månatliga fysiska träffar på 13 orter med totalt 440 deltagare. Vi har haft 14 digitala träffar med 50 tal deltagare. Vi har även startat upp digitala träffar för män.

Vi har deltagit i flera artiklar, poddar 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 tik tok. Dessa möten och sammanhang har medfört att HOPE nått ut till fler och att allt fler känner till föreningens arbete.

På uppdrag av två regioner, Västra Götaland och Dalarna, har vi genomfört kartläggning av efterlevande stödet med utgång ifrån: Vad fanns det för stöd och vad hade efterlevande önskat att få.

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 214 medlemmar och ett tiotal Lotsar. Lotsarna medverkade vid flertal aktiviteter och arrangemang under året, 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.

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

Framtida utveckling

HOPE kommer fortsätta utveckla stödverksamheten för att ge flera efterlevande stöd. Vi kommer fortsätta utöka antalet stödgrupper och sammankomster särskilt i regioner där tillgången av stöd är begränsad. På uppdrag av fler regioner kommer vi genomföra fler kartläggningar för att belysa efterlevandes behov av stöd.

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.

Förändringar i eget kapital

	Fritt eget kapital
Belopp vid årets ingång	24 436
Årets vinst	161 265
Belopp vid årets utgång	<hr/> 185 701

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

RESULTATRÄKNING

	Not	2025-01-01 2025-12-31	2024-01-01 2024-12-31
Verksamhetsintäkter			
Gåvor		184 922	106 524
Bidrag		1 267 512	275 000
Övriga intäkter		<u>18 778</u>	<u>25 951</u>
		1 471 212	407 475
Verksamhetskostnader			
Övriga externa kostnader		-691 445	-352 475
Personalkostnader	2	<u>-618 585</u>	<u>-66 958</u>
		-1 310 030	-419 433
Verksamhetsresultat		161 182	-11 958
Resultat från finansiella poster			
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter		<u>83</u>	<u>14</u>
		83	14
Resultat efter finansiella poster		161 265	-11 944
Årets resultat		<u>161 265</u>	<u>-11 944</u>

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

BALANSRÄKNING

TILLGÅNGAR

Omsättningstillgångar

Kortfristiga fordringar

Övriga fordringar

Kassa och bank

Kassa och bank

Summa omsättningstillgångar

SUMMA TILLGÅNGAR

Not

2025-12-31

2024-12-31

76 175

76 175

360 604

360 604

436 779

436 779

22 677

22 677

24 423

24 423

47 100

47 100

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

BALANSRÄKNING

	Not	2025-12-31	2024-12-31
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
Eget kapital			
Balanserat resultat			
Årets resultat		24 436	36 380
Egetkapitalvidårets slut		<u>161 265</u>	<u>-11 944</u>
		185 701	24 436
Kortfristiga skulder			
Övriga skulder		76 078	22 664
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		<u>175 000</u>	<u>0</u>
Summa kortfristigaskulder		251 078	22 664
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		436 779	47 100

HOPE att leva vidare

Org.nr. 802443-0673

NOTER

Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med årsredovisningslagen och BFNAR 2012:1 Årsredovisning och koncernredovisning (K3).

Principerna är oförändrade jämfört med föregående år.

Resultaträkningen

Verksamhetsintäkter

Endast det inflöde av ekonomiska fördelar som organisationen erhållit eller kommer att erhålla för egen räkning redovisas som intäkt. Intäkter värderas, om inget särskilt anges nedan, till verkliga värdet av det som erhållits eller kommer att erhållas.

Nedan beskrivs, för respektive intäktspost, när intäktsredovisning sker.

Gåvor

Gåvor redovisas som huvudregel som intäkt när de erhålls. Gåvor som organisationen avser att stadigvarande bruka i verksamheten redovisas som anläggningstillgångar. Gåvor som organisationen avser att skänka vidare redovisas inte som intäkt eller varulager per balansdagen. Övriga gåvor redovisas som omsättningstillgångar.

Bidrag

Bidrag redovisas som intäkt när villkoren för att erhålla bidraget har uppfyllts. Erhållna bidrag redovisas som skuld till dess villkoren för att erhålla bidraget uppfylls. Bidrag som erhållits för att täcka kostnader redovisas samma räkenskapsår som den kostnad bidraget avser att täcka. Bidrag som hänför sig till en anläggningstillgång minskar anskaffningsvärdet. Erhållna bidrag värderas till det verkliga värdet av den tillgång som organisationen fått eller kommer att få.

Balansräkningen

Tillgångar, skulder och avsättningar värderas till anskaffningsvärde om inget annat anges nedan.

UPPLYSNINGAR TILL ENSKILDA POSTER

Not 2	Personal	2025	2024
	Medelantal anställda		
	Medelantalet anställda bygger på av bolaget betalda närvarotimmar relaterade till en normal arbetstid.		
	Medelantal anställda har varit		
	varav kvinnor	1,00	1,00
	varav män	1,00	1,00
		0,00	0,00
	Löner, ersättningar m.m.		
	Löner, ersättningar, sociala kostnader och pensionskostnader har utgått med följande belopp:		
	Löner och ersättningar		
		444 146	50 950
	Sociala kostnader	130 524	16 008
	Summa	<hr/> 574 670	<hr/> 66 958

Not 3 Definition av nyckeltal

Soliditet

Justerat eget kapital i procent av balansomslutning



Slutord

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

HOPE gemenskap ger möjlighet!