



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

Strategisk treårsplan för Sveriges Makalösa Föräldrar 2024-2026

Det här är Makalösa föräldrar och vår verksamhetsidé

Sveriges Makalösa Föräldrar (SMF) är Sveriges enda medlemsburna gräsrotsorganisation med och för ensamstående föräldrar och deras barn. Vi är en rikstäckande intresseorganisation med lokalföreningar och familjenätverk runt om i landet. Föreningen bildades 1996 och riksförbundets huvudkontor är i Stockholm. Makalösa föräldrar är en religiöst och partipolitiskt obunden förening, som öppet välkomnar och inkluderar minoritetsgrupper i verksamheten.

Vårt huvuduppdrag är att synliggöra ensamstående föräldrar och deras barn i samhället genom att förmedla kunskap, påverka beslutsfattare och bilda opinion. Riksförbundet arbetar aktivt för ett jämställt föräldraskap där barnets föräldrar är lika viktiga och barnen ges goda uppväxtvillkor. Vi erbjuder meningsfulla aktiviteter för ensamstående föräldrar och deras barn genom våra lokalföreningar och familjenätverk i hela Sverige och ger stöd, erfarenhetsutbyte och utbildning. Ensamstående föräldrar och barn kan stärka och stötta varandra i gemenskap med andra i liknande livssituation med hjälp av Makalösa föräldrar.

Medlemmar i Makalösa föräldrar kan vara ensamma från start, ha valt att skaffa barn på egen hand, ha separerat, eller är änka/änkling. Föräldrarna kan ha barnen på deltid eller heltid, ha enskild eller gemensam vårdnad. Gemensamt för medlemmarna i Makalösa föräldrar är särlevnad från barnets andra förälder.

Varje år anordnar Makalösa föräldrars lokalföreningar och familjenätverk olika gemenskapsaktiviteter, där familjerna ger varandra stöd utifrån olika livsaspekter. Föreningens aktiviteter fungerar som

självhjälpsgrupper. Aktiviteterna kan vara allt från läger, skridskoåkning, biobesök, lekplatsträffar och grillning i skogen till olika gemensamma högtidsfiranden, exempelvis jul- och midsommarfester. Vissa lokalföreningar ordnar även organiserade självhjälpsgrupper där man pratar om olika teman, till exempel "medkänsla för barns självkänsla" eller hur man får ekonomin att gå ihop. Mer information om vår verksamhet finns på vår hemsida, www.makalosa.org

Därför finns Makalösa föräldrar

Levnadsvillkoren för ensamstående föräldrar och deras barn är sämre jämfört med traditionella kärnfamiljer. Många barn inom Makalösa föräldrar lever i barnfattigdom, vilket leder till socialt och ekonomiskt utanförskap. Konflikter försvårar kommunikationen mellan föräldrarna och påverkar barnen och deras hälsa negativt. Samhället bör utformas så att ensamstående föräldrar och deras barn har goda levnadsvillkor, ett jämställt föräldraskap och efterlevnad av barnkonventionen. Barn har rätt till båda sina föräldrar.

Vi tror på styrkan i möten mellan människor och den positiva effekt som uppstår genom att vi umgås, pratar och har roligt tillsammans. Vår erfarenhet är sedan starten 1996 att människor kan stötta och hjälpa varandra att må bättre. Denna process förenklas av att de vi umgås med har likartade erfarenheter och förutsättningar som vi själva.

Bättre levnadsvillkor för ensamstående föräldrar och barn

2020 blev Barnkonventionen lag i Sverige, men för barn till ensamstående föräldrar finns det mycket kvar att göra när det gäller förutsättningarna i samhället. Inom vissa områden ligger lagstiftning och bidragsformer efter. Barn har rätt till en trygg uppväxt vilket innefattar tillgång till båda sina föräldrar, få sin röst hörd och goda levnadsvillkor. Mycket av dagens familjepolitik utgår från ett föräldrat synsätt där mödrarna ska ha ensamt ansvar för barnen. Men samhället har utvecklats och båda föräldrarna är lika viktiga i ett barns liv. Makalösa Föräldrar vill verka för ett jämställt föräldraskap där samtliga av barnets vårdnadshavare ges lika förutsättningar från början. Det skulle bidra till att minska konflikterna mellan föräldrar.

Många ensamstående föräldrar och barn har undermåliga levnadsvillkor. Barnfamiljer tvingas lämna sitt hem på grund av ekonomiska skäl. Detta kan inte Makalösa Föräldrar acceptera. Men vräkningar av barnfamiljer kan motverkas genom en översyn av bostadsbidraget, som är den enskilt viktigaste familjepolitiska ekonomiska åtgärden för att motverka låg ekonomisk levnadsstandard hos ensamstående föräldrar.

Det här tycker Makalösa Föräldrar

Utveckla och höj ersättningsnivån för bostadsbidraget

Ensamstående föräldrar lever med en allt lägre inkomststandard. Bostadsbidraget är den enskilt viktigaste åtgärden för att kompensera ensamstående föräldrar och utjämna ojämlika ekonomiska levnadsvillkor. Bostadsbidraget för ensamstående med barn behöver ses över när det gäller belopp och inkomstgräns. Sedan 1997 har inkomstgränserna i bostadsbidraget endast ändrats marginellt, vilket har lett till att en allt mindre andel ensamstående föräldrar idag beviljas bostadsbidrag. Bostadsbidrag går främst till ensamstående föräldrar, oftast kvinnor. Att höja bostadsbidraget för barnfamiljer skulle vara en insats som minskar barnfattigdomen och bidrar till bättre levnadsvillkor för ensamstående med barn.

Se över reglerna för kompensation vid växelvis boende

Den 1 mars 2018 infördes ett nytt bostadsbidrag vid växelvist boende. Makalösa föräldrar anser att reglerna för bostadsbidraget bör omprövas. Reglerna slår hårt mot föräldrar med låg inkomst och främjar inte goda uppväxtvillkor för barnen. För en förälder (oftast en mamma) med låg inkomst och underhållsbidrag är dagens situation ett ekonomiskt hinder för att gå över till växelvis boende. Det utgör därmed ett konkret hinder för ett jämställt föräldraskap och barns lika rätt till sina föräldrar.

Ge vårdnadshavare lika förutsättningar och stärk barns inflytande - gemensam vårdnad direkt

Makalösa Föräldrar anser att vårdnaden bör bli gemensam per automatik vid bekräftandet av faderskap och föräldraskap. Om en eller båda föräldrarna anser att vårdnaden inte skall vara gemensam ska de vara hänvisade till möjligheten att genomgå en vårdnadsprocess. En sådan ordning skulle vara mer modern och ligga mer i linje med hur vårdnaden regleras för de fall när föräldrarna är gifta.

Inför dubbla adresser för barn till föräldrar med separat boende

Idag kan barn till separerade föräldrar med gemensam vårdnad och växelvist boende endast vara folkbokförda på en adress hos den så kallade boendeföräldern. Om samhället menar allvar med ett jämställt föräldraskap bör Skatteverket registrera barnet hos båda föräldrarna om de har gemensam vårdnad. Det möjliggör att båda föräldrarna får information från myndigheter gällande barnet. Det skulle vara en signal från samhället att föräldrarna är lika viktiga och förväntas ta lika stort ansvar för sina barn. Det skulle då även vara möjligt för båda föräldrarna att få bostadsbidrag.

Förebygg vårdnadstvister

Varje år berörs nästan 60 000 barn av föräldrars separation och bidrar till tusentals vårdnadstvister. Svåra och långvariga konflikter mellan föräldrarna får negativa konsekvenser för barns hälsa och

utveckling. För att minska lidandet hos barnen och föräldrarna behöver samhället ta ett samlat grepp och öka de förebyggande insatserna så att vårdnadsfred råder i familjen i stället. Studier visar att merparten av antalet vårdnadstvister kunnat undvikas om föräldrarna fått tidigare stöd att samarbeta och försöka hitta en lösning utanför domstol. För att ytterligare förstärka barns rätt till vårdnadsfred införde Sveriges riksdag den 1 januari 2022 ett lagkrav på att den föräldern som vill eller anser sig behöva inleda en vårdnadstvist först måste delta i ett informationssamtal hos familjerätten. Informationssamtalets syfte är att om möjligt hitta en samförståndslösning mellan föräldrarna utan att de skall behöva inleda en domstolsförhandling. Om föräldrarna inte kan nå en lösning med hjälp av familjerätten utfärdas ett så kallat samtalsintyg som måste inges till rätten i samband med att stämning inges. Samtalsintyget är en nödvändig förutsättning för att stämning i ett vårdnadsmål skall kunna utfärdas. I Finland har en modell använts med stor framgång där föräldrarna erbjuds att träffa en jurist och psykolog i stället för att gå till domstol. Vissa advokatbyråer i Sverige har även med lyckat resultat använt sig av medling som alternativ konfliktlösningsmetod.

Stärk barns inflytande

Många barn till föräldrar som separerat hamnar i rättstvister. I enlighet med Barnkonventionens artikel 12 har varje barn rätt att uttrycka sin vilja i beslut som rör dem, men det följs inte alltid i praktiken. Sedan 1 juli 2021 har barn fått en stärkt rätt att komma till tals och få sina åsikter beaktade och dokumenterade i frågor om vårdnad, boende och umgänge (VBU). Vi vill säkerställa att varje barn får möjlighet att tydligt uttrycka sin åsikt i beslut som rör dem. Detta är extra viktigt när två föräldrar är osams och befinner sig i en rättstvist där barnet hamnar i kläm. Därför föreslår vi att barn som är föremål för en rättstvist inom VBU erbjuds ett självständigt och opartiskt juridiskt ombud att föra barnets talan. Även om vårdnadshavarna motsätter sig att barnet tilldelas ett eget ombud ska barnets vilja styra.

Vårt övergripande mål

Det övergripande målet för Sveriges Makalösa Föräldrar är att motverka ensamhet, fattigdom och få ett större socialt nätverk. Föräldrar och barn ska kunna åtnjuta samma rättigheter och kunna delta i samhället på lika villkor, oavsett familjeform. Makalösa Föräldrar erkänner ett särskilt ansvar att värna om mänskliga rättigheter i allmänhet och om barnets rättigheter i synnerhet, i enlighet med FN's deklaration om de mänskliga rättigheterna och barnkonventionen. Ensamstående föräldrar och deras barn ska ges goda förutsättningar till liv och hälsa, barn har rätt till sina föräldrar och en trygg uppväxt. Vi arbetar förebyggande för vårdnadsfred, vilket innebär en god kommunikation mellan föräldrar och en god kommunikation mellan föräldrar och barn.

Önskat läge 2026

2026 är Makalösa Föräldrar den naturliga medlemsorganisationen för den förälder som nyligen har blivit ensamstående. Färre ensamstående föräldrar känner sig ensamma och har tack vare Makalösa Föräldrar fått ett större nätverk. Föreningen är en samhällsaktör att räkna med och tillfrågas ofta av media och politiska beslutsfattare. Bostadsbidraget har räknats upp och färre barn lever i barnfattigdom. Makalösa Föräldrar har under åren stadigt ökat i medlemsantal och har år 2026 6000 medlemmar. Det är lätt att bli medlem i någon av lokalföreningarna och fler medlemmar vill delta på lokalföreningarna och familjenätverkens olika gemenskapsaktiviteter. Fler vill bli engagerade i Makalösa Föräldrar och ta på sig ett uppdrag, antingen som lägerledare eller som styrelseledamot. Samtliga lokalföreningar har en livaktig verksamhet med årligen återkommande aktiviteter. Riksförbundet har fått fler finansiärer och har nu möjlighet att utöka kansliet för att driva flera projekt som stärker ensamstående föräldrar och deras barn.

Verksamhetsmål

Mellan 2024-2026 prioriterar Makalösa Föräldrar tre verksamhetsmål.

1. **Stärkta föräldrar och barn genom lokalt stöd**
2. **Sveriges Makalösa Föräldrar är en stark samhällsaktör**
3. **Möten och gemenskap gör oss resursstarka och skapar mening**

1. Stärkta föräldrar och barn genom lokalt stöd

Genom lokalföreningarnas meningsfulla verksamheter för ensamstående föräldrar och deras barn erbjuds stöd, utbildning och erfarenhetsutbyte som främjar gemenskap.

Målgrupp

Lokalföreningar, medlemmar och deras barn.

Konkreta mål

- Stärka lokalföreningarnas arbete och utveckling genom kontinuerligt stöd till, och dialog med, lokalföreningarnas styrelser samt stimulera erfarenhetsutbyte mellan lokalföreningarnas styrelser.
- Stötta lokalföreningarna i genomförandet av minst tre sociala gruppaktiviteter per år.
- Utbilda och stötta lokalföreningarnas styrelser i deras föreningsarbete genom samarbete med studieförbund.
- Genomföra minst fem ansökningar till fonder och stiftelser för föreningarnas aktiviteter och lägerverksamhet.
- Utveckling av ungdomsverksamhet, både nationellt och lokalt.
- Värva minst 100 nya medlemmar per år genom riktade insatser.

Aktiviteter

- En årlig utbildningshelg för lokalföreningarnas styrelser
- Finansiering och stöd till lokalföreningarna för genomförande av aktiviteter
- Etablering av nya lokalföreningar/familjenätverk och starthjälp för deras styrelser
- Samarbete med studieförbund
- Löpande stöd till lokalföreningarnas/familjenätverkens demokratiska arbete i styrelserna
- Uppföljning av lokalföreningarnas verksamhet
- Familjeläger och eller ungdomsläger i riksförbundets regi
- Digital föräldrautbildning
- Ansökningar till fonder och stiftelser

Förväntat resultat

Fler medlemmar och fler lokalföreningar/familjenätverk ges ökade möjligheter till stöd, utbildning, erfarenhetsutbyte och gemenskap för ensamstående föräldrar och deras barn. Genom sociala gruppaktiviteter får utsatta föräldrar och barn, ofta med svag ekonomi, hjälp av varandra och därigenom bättre livsvillkor och gemenskap. Genom fler lokalföreningar/familjenätverk ökar närvaron lokalt i Sverige, det stärker verksamheten och därmed möjligheten att skapa bättre förutsättningar för ensamstående föräldrar och deras barn. Genom att arbeta förebyggande och socialt stödjande med självhjälpgrupper stimulerar Makalösa Föräldrar medlemmarnas eget ansvarstagande och får samlad kompetens. Vuxna medlemmar stärks i sitt föräldraskap.

2. Sveriges Makalösa Föräldrar är en stark samhällsaktör

Genom utbildning, kunskapsförmedling, påverkansarbete och opinionsbildning synliggör vi samhällsproblem som rör ensamstående föräldrar och deras barn. Vi samlar och förmedlar kunskap om livsvillkoren för ensamstående föräldrar och deras barn. Genom att vara en aktiv remissinstans och efterfrågad samhällsaktör av beslutsfattare, akademien och media gällande ekonomisk familjepolitik och juridik, påverkar vi samhällets utveckling och ger ensamstående föräldrar och barn en röst.

Målgrupp

Beslutsfattare, politiker, myndigheter, andra civilsamhällesorganisationer, samhällsaktörer och media.

Konkreta mål

- Årligen sammanställa aktuella fakta om ensamstående föräldrar och deras barns förutsättningar och levnadsvillkor.
- Vid varje tillfälle som ges lyfta Makalösa Föräldrars fokusfrågor i politiska och mediala sammanhang.
- Riksförbundet ska fortsätta vara en aktiv remissinstans i för oss relevanta frågor.

Politiska mål

- Högre ersättningsnivå för bostadsbidraget

- Växelvist boende ska vara grund för bostadsbidrag
- Dubbla adresser för barn med växelvist boende/föräldrar med gemensam vårdnad
- Gemensam vårdnad från start
- Minskat antal vårdnadstvister
- Uppdaterad familjerättslig lagstiftning

Aktiviteter

- Omvärldsbevakning, framtagning och sammanställning av fakta.
- En årlig medlemsenkät.
- Uppsökande kontakt med politiska beslutsfattare och relevanta organisationer och myndigheter för påverkansarbete.
- Deltagande i rundabordsamtal, riksdagsseminarier och Almedalsseminarier.
- Debattartiklar och medverkan i media.
- Besvara remisser från statliga utredningar och skicka skrivelser till relevanta beslutsfattare.
- Kommunikationsaktiviteter i våra egna kommunikationskanaler
- Vidareutveckla Separationskollen.se, en guide till föräldrar vid separation

Förväntat resultat

Ökad kunskap om levnadsvillkoren för ensamstående föräldrar och deras barn. Genom aktuella och relevanta faktauppgifter om levnadsvillkoren för ensamstående föräldrar och deras barn generellt, samt för våra medlemmar, stärker vi vår förmåga att påverka och väcka opinion. Det gör att vi på sikt kan förvänta oss politiska beslut som ger bättre levnadsvillkor för ensamstående föräldrar och deras barn samt ett mer jämställt föräldraskap för ett mer jämställt samhälle.

3. Möten och gemenskap gör oss resursstarka och skapar mening

Målgrupp

Lokalföreningarnas styrelser, medlemmar, stödmedlemmar, finansiärer och samarbetspartners.

Konkreta mål

- Involvera fler barn och ungdomar i läger och fortsättningsläger.
- Lokalföreningarna ska ges möjlighet att arrangera fler Pre camps.
- Att genom möten, gemensamma aktiviteter, utflykter och läger utveckla föräldraskapet.
- Säkra finansiering för att ytterligare stärka vår lokala verksamhet och genomföra

övergripande projekt, till exempel inom demokrati och föreningsutveckling.

- Styrelsearbetet och kanslifunktionen effektiviseras för att utveckla vårt arbete med bland annat mål- och resultatstyrning och digitalisering.

Aktiviteter

- Ungdomsledarutbildning.
- Ansökningar till fonder och stiftelser för att stärka lokalföreningarna och SMF.
- Ett aktivt kommunikationsarbete i våra egna kanaler och genom medieaktiviteter.

- Samarbete med andra relevanta organisationer.
- Arrangera årliga utvecklingskonferenser.
- Använda och följa upp årshjulet för styrelsearbetet.

Förväntat resultat

En effektiv verksamhet som stöttar måluppfyllelsen och därmed skapar bättre förutsättningar för ensamstående föräldrar och deras barn. Genom samarbete med andra organisationer får vi en kontaktyta som gagnar vårt långsiktiga resultat, både lokalt och nationellt. Då kan vi jobba mer förebyggande och socialt stödjande i dialog med dessa. Genom ytterligare finansiering via fonder och stiftelser kan vi ytterligare utveckla och stärka verksamheten. Ett effektivt styrelsearbete med fokus på strategisk utveckling samt mål- och resultatstyrning.

Utvärdering och uppföljning av verksamheten

SMF:s verksamhet leds av generalsekreteraren som utvärderar och följer upp verksamheten i lokalföreningen med representant från varje enskild lokalförening minst två gånger per termin. Generalsekreterarens arbete följs upp regelbundet och kontinuerligt av SMF:s styrelse, minst fem gånger per år. Verksamheten kvalitetssäkras i form av systematisk uppföljning från styrelsen via bland annat ett årshjul (en arbets- och uppföljningsplan) där aktiviteter planeras och följs upp löpande. Styrelsens ordförande har en löpande dialog med generalsekreteraren mellan styrelsemöten. Styrelsens arbete granskas i sin tur av årsstämman där rapport om årets aktiviteter avges och ansvarsfrihet prövas. Verksamheten dokumenteras årligen i en verksamhetsberättelse.

Vi kommer också att:

- Registrera antal deltagare i olika aktiviteter på riksnivå samt stötta lokalföreningarna i att dokumentera antal deltagare.
- Dokumentera metoder som vi har använt, till exempel kursmaterial.
- Genomföra uppföljningar av lägerverksamhet, utbildningshelger och årsmöten.
- Genomföra en årlig medlemsenkät.

Den strategiska treårsplanen revideras och följs upp inför varje årsstämma utifrån aktuella förutsättningar.