



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

Nr 2024

Ungdomsverksamheten växer med "precamps" och fortsättningsläger

tack Kronprinsessan Margaretas Minnesfond



Förlängt samarbete med Pro Patria

– Vi är så stolta och glada över att få möjlighet
att erbjuda sommarläger i ytterligare tre år

**GENERALSEKRETERARE**

Christina Olsson
gs@makalosa.org
070 - 202 30 10

ADMINISTRATÖR

Matilda Nordström
admin@makalosa.org
070 - 487 30 20

SVERIGES MAKALÖSA FÖRÄLDRAR

Org.nr 802402-8709
Bg 5447-5892
Swish: 1236083521

STYRELSEN

Linda Söderström, ordförande
Cecilia Schubert, vice ordförande
Therese Ström, sekreterare
Caroline Sävenstedt, kassör
Rolf Nilsson, ledamot
Susanne Egenskans, suppleant
Natali Agirman, suppleant

Medlemsavgift 200 kr/år

ISSN: 1403-1434

Ansvarig utgivare:

Sveriges Makalösa Föräldrar

Grafisk form och layout:

Roozbeh Leobrandt
rooz@leobrandt.com

Omslag:

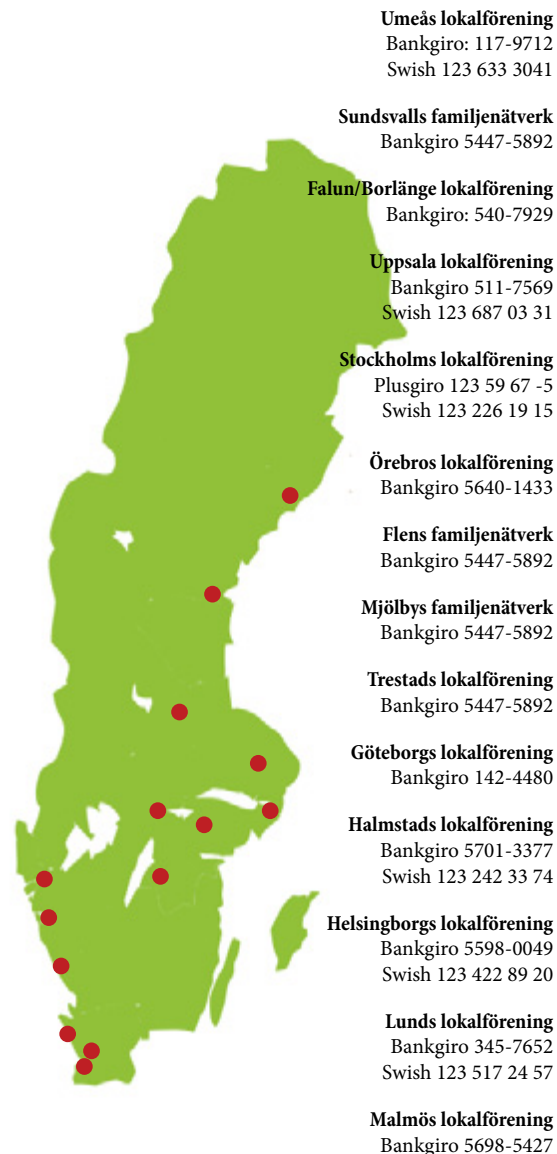
Sommarläger på Björkö
foto av: Helena Andersson,

Tryckeri:

Trydells tryckeri

Sveriges Makalösa Föräldrar**Vi stärker makalösa föräldrar och deras barn**

Sveriges Makalösa Föräldrar är en intresseorganisation för särlevande föräldrar och deras barn. Vi synliggör makalösa föräldrar och deras barn i samhället genom kunskapsförmedling, påverkansarbete och opinionsbildning. Vi arbetar aktivt för ett jämställt föräldraskap där alla föräldrar är lika viktiga och barnen får goda uppväxtvillkor. Vi erbjuder meningsfulla verksamheter för makalösa föräldrar och barn genom våra lokalföreningar och familjenätverk i hela Sverige. Med stöd, utbildning, erfarenhetsutbyte och gemenskap. Makalösa föräldrar och barn stärker och hjälper varandra.



Umeås lokalförening
Bankgiro: 117-9712
Swish 123 633 3041

Sundsvalls familjenätverk
Bankgiro 5447-5892

Falun/Borlänge lokalförening
Bankgiro: 540-7929

Uppsala lokalförening
Bankgiro 511-7569
Swish 123 687 03 31

Stockholms lokalförening
Plusgiro 123 59 67 -5
Swish 123 226 19 15

Örebro's lokalförening
Bankgiro 5640-1433

Flens familjenätverk
Bankgiro 5447-5892

Mjölby's familjenätverk
Bankgiro 5447-5892

Trestads lokalförening
Bankgiro 5447-5892

Göteborg's lokalförening
Bankgiro 142-4480

Halmstad's lokalförening
Bankgiro 5701-3377
Swish 123 242 33 74

Helsingborg's lokalförening
Bankgiro 5598-0049
Swish 123 422 89 20

Lunds lokalförening
Bankgiro 345-7652
Swish 123 517 24 57

Malmö's lokalförening
Bankgiro 5698-5427

Ledare

Tack till er 491 som deltog på årets enkät!

Det är smärtsamt att läsa att den ekonomiska stressen har ökat. Hela 40 % av er har behövt låna till basala utgifter som mat och boende, och 84 % av de som har bostadsbidrag beskriver stödet som "väldigt viktigt" för att få ekonomin att gå ihop. Samtidigt som hyrorna väntas höjas med 5 % i januari, kommer det tillfälliga bostadsbidraget att fasas ut till halvårsskiftet 2025.

Det är obegripligt hur regeringen kan ignorera den ekonomiska och sociala press som många ensamstående föräldrar lever under. Att familjepolitiken fortfarande utgår från normen om två försörjare gör att ensamstående osynliggörs, trots att 870 000 vuxna och barn i Sverige lever i sådana hushåll. Sedan 1996 har bostadsbidraget i princip stått stilla medan löner och kostnader ökat, vilket resulterat i att färre barnfamiljer kvalificerar sig för stödet. Vi kräver att regeringen uppdaterar bostadsbidraget så att det följer den ekonomiska utvecklingen. Ingen ska behöva skuldsätta sig för att klara vardagen.

Trots dessa utmaningar ser vi framåt med hopp. Tack vare stöd från flera stiftelser kan vi fortsätta utveckla vår verksamhet. Vi har nyligen fått ytterligare ett treårigt bidrag från Kungliga Sällskapet Pro Patria till våra sommarläger, som har blivit en ovärderlig tradition för våra medlemmar. Utvärderingar visar tydligt hur betydelsefulla dessa läger är. För att möjliggöra fler sommaraktiviteter, som djurparksbesök eller äventyrsland, söker vi regelbundet bidrag från Stiftelsen Karin och Ernst Augusts Minne.

Ungdomsverksamheten har haft ett fantastiskt år, tack vare anslag från Stiftelsen Kronprinsessan Margaretas Minnesfond. Årets ungdomsledare började med en utvecklingskonferens

i skidmiljö, följt av ett ledarskapsläger under Kristi himmelsfärdshelgen. I somras genomfördes ett ungdomsläger, och en återträff hölls i oktober. Vi vill också lyfta Odd Fellows Buagården i Bohuslän, som erbjuder oss möjligheten att använda en av Sveriges finaste lägergårdar till en symbolisk kostnad. Det gör att vi kan prioritera utflykter och aktiviteter för våra ungdomar. Dessutom har vi arrangerat pre-camps för 11-13-åringar, för att förbereda dem för kommande läger.

Vi vill även tacka Giving People, som stöttar med medlems- och lägeravgifter för de medlemmar med en årsinkomst under 230 000 kronor. Utan era bidrag hade vi inte kunnat fortsätta vår verksamhet.

Slutligen, ett stort tack till alla medlemmar och lokalföreningar. Ni är föreningens ryggrad, och utan ert engagemang hade ingenting varit möjligt. Från djupet av mitt hjärta – tack! Tillsammans fortsätter vi framåt.



Christina Olsson, generalsekreterare

Sommarläger och aktiviteter

- ute hos våra lokalföreningar

Varje år arrangerar våra lokalföreningar aktiviteter och sommarläger för våra medlemmarna, även 2024 blev ett mycket aktivt år. Med stöd från Kungliga sällskapet Pro Patria anordnades 8 sommarläger. Med hjälp av vårt statsbidrag och Stiftelsen Karin och Ernst August Bångs Minne har vi lyckats anordna mer än 70 olika aktiviteter under våren och sommaren. Vi är mycket glada över alla dessa aktiviteter och läger som kommer till stånd och ger våra medlemmar både ett värdefullt socialt nätverk och möjligheten att uppleva glädjefyllda stunder tillsammans med sina barn.

Vi vill rikta ett stort tack till våra lokalföreningar som gör ett fantastiskt jobb. Och ett stort tack till våra bidragsgivare som gör detta möjligt!



Lunds Makalösa midsommarfest



Lunds och Helsingborgs Makalösa sommarläger, Åhus



Malmö Makalösa sommarläger, Lingvallen



Malmö Makalösa utflykt till Kungshaga gård



Göteborgs Makalösa Picknick



Helsingborgs utflykt till Tosselilla



Stockholms Makalösa grillning



Stockholms Makalösa utflykt till Artipelag



Falun/Borlänge Makalösa besök på Leos lekland



Umeås Makalösa sommarläger



Uppsala Makalösa sommarläger, Björkögården

Årsstämmen 2024



Årets årsstämma hölls i Stockholm på Quality hotell Strawberry Arena. Vi startade på lördag med att vår ordförande Linda Söderström hälsade alla välkomna. Första programpunkten hölls av vår general-sekreterare som pratade om hur viktigt civil-samhället/ideella sektorn är för att kunna höja känslan av meningsfullhet. Det hade precis kommit en forskningsrapport som visade att en av fyra vuxna i Sverige tycker att livet är meningslöst. Resten av dagen ägnades åt gruppdiskussioner där våra representanter från våra lokalföreningar fick möjlighet att utbyta erfarenheter, tips och råd. Detta är en viktig och mycket uppskattad del som alltid ingår på våra konferenser.



På lördagen spenderade våra barn dagen på Mall of Scandinavia tillsammans med barnledare. De besökte Naturhistoriska pop up-museet, leklandet Solens Land och provade på klättring på BLX. På söndagen fortsatte äventyret med ett besök på Fjärilshuset i Haga.

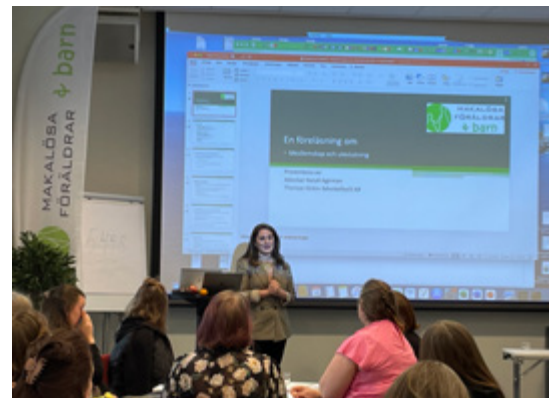
Tack för en lyckad helg !



FV: Rolf Nilsson (ledamot), Therese Ström (sekreterare), Caroline Sävenstedt (kassör), Linda Söderström (ordförande), Susanne Egenskans (suppleant), Natali Agirman (suppleant), Cecilia Schubert (vice ordförande)

Vår nya styrelse

Nya invalda i vår styrelse i år blev suppleanterna Susanne Egenskans och Natali Agirman. Varmt välkomnar till riksförbundets styrelse.



Söndagen inleddes med att riksförbundet svarar på inkommande frågor från lokalföreningarna. Efter pausen körde vi ett juridiskt pass med våra jurister Therese Ström och Nathalie Agirman. Efter lunch hade vi vår stämma som leddes av mycket rutinerade Pia Magnusson.



Makalösas ungdomsläger i Bohuslän

– En chans att växa, reflektera och skapa minnen för livet!

Bohusläns natursköna landskap blir varje sommar platsen där ungdomar mellan 14-16 år får chansen att uppleva ett äventyr som kombinerar vacker natur, nya vänner och spännande aktiviteter med reflektion över livets stora frågor. Makalösas ungdomsläger är inte bara ett vanligt sommarläger – det är en möjlighet att knyta nya vänskapsband, utvecklas som individ och få perspektiv på världen omkring sig.



En vecka fylld av gemenskap, reflektion och äventyr

Varje dag på lägret har sitt eget tema som ger deltagarna en chans att reflektera över allt från naturens underverk till relationer och samhällsfrågor. Genom noggrant utformade övningar, diskussioner och lekar stärks gemenskapen i gruppen, då vi är många ledare på plats säkerställer vi skapandet av en trygg och inkluderande miljö där ingen känner sig utanför. Varje temadag är sammanlänkad som en röd tråd genom hela veckan och fördjupas genom anpassad mat, musik och lekar – allt för att skapa en helhetsupplevelse.



Temadagar – en röd tråd av reflektion och utveckling

Lägret inleds med “Välkomstdagen”, där deltagarna får lära känna varandra och bygga en trygg grund för resten av veckan. Därefter följer teman som “Världen runt om oss”, “Våra erfarenheter” och “Världsövergripande koncept”, där ungdomarna får möjlighet att utforska både sig själva och världen genom naturutforskning, moraliska diskussioner och praktiska övningar.



Denna struktur gör att deltagarna ser sig själva i ett större sammanhang och funderar över vad som verkligen är viktigt för dem.



Aktiviteter och upplevelser i Bohusläns vackra natur

Förutom de tematiska aktiviteterna erbjuder lägret en rad utflykter och gemensamma stunder som ger deltagarna chansen att uppleva Bohusläns natur på ett unikt sätt. Varje dag startar med en särskild väckningsmusik och avslutas med gemensamma lekar eller reflektioner. Aktiviteterna sträcker sig från morgon till kväll och stärker gemenskapen för varje dag som går.



Bli en del av något större



Att delta på Makalösas ungdomsläger är en oförglömlig upplevelse som kombinerar personlig utveckling, naturupplevelser och äventyr. Vi strävar efter att alla ska känna sig delaktiga, trygga och inspirerade – här är ingen utanför. Vill du uppleva en sommarvecka fylld av gemenskap, reflektion och äventyr? Anmäl dig till Makalösas ungdomsläger och bli en del av ett sammanhang som ger minnen och insikter för livet!



Återträff och fortsättningsläger för ännu mer gemenskap och utveckling

För många deltagare är det svårt att säga hejdå när lägret är slut, och därför arrangerar vi en återträff i Stockholm på hösten. Här kan vi träffas igen, dela minnen och fortsätta skapa starka vänskapsband.

Årets återträff för deltagarna från ungdomslägret ägde rum den 19-20 oktober i Stockholm. Vi möttes upp vid 13-tiden och efter en gemensam lunch checkade vi in på Scandic Continental.

Vid 16-tiden begav vi oss mot Gröna Lund för en spännande och skrämmande kväll.

Morgonen därpå njöt vi av en fantastisk hotellfrukost, följt av en rundtur i Gamla Stan med stopp vid slottet och Livrustkammaren.

Klockan 12 gick vi på en guidad tur i Riksdagen innan det var dags för en sista gemensam lunch. Vid 15-tiden började alla resorna hem.



Fortsättningslägret

Fortsättningslägret syftar till att de som varit på ungdomsläger tidigare år ska kunna komma tillbaka till Buagården för att gå en ledarutbildning och bli juniorledare. Det är ett uppskattat läger som varvas med diskussioner och gruppövningar.



Dessutom erbjuder vi ett fortsättningsläger under Kristi himmelsfärdshelgen där du kan ta del av ännu fler aktiviteter och utveckla dina ledarskapsförmågor. På detta läger kan du även utbilda dig till ungdomsledare, vilket ger dig chansen att inspirera och stötta andra unga!

Både till ungdomslägret och på aktiviteter och läger hemma hos lokalföreningarna och familjenätverken.



I år blev det även en utflykt till Hafsten där ungdomarna fick prova på Zipline.



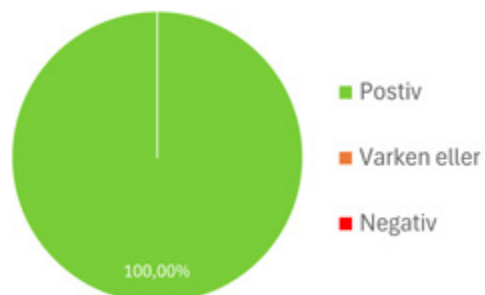
Citat från lägret:

“Skit bra läger, alla va alltid på bra humör, bra aktiviteter, riktigt kul”

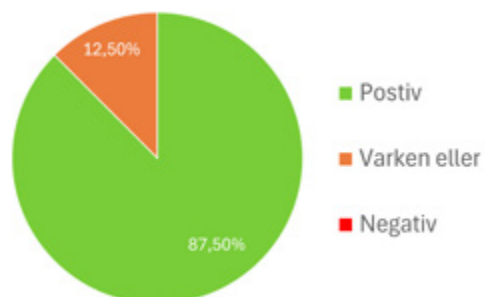
“Det var super kul de bästa lägret jag har varit på alla var så snälla speciellt ledarna”

Utvärdering Ungdomsläger 2024

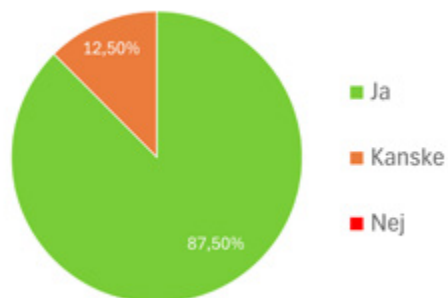
Lägret har förändrat synen på mig själv till att bli mer



Lägret har förändrat synen på min egen framtid till att bli mer



Hade du velat delta i fler aktiviteter arrangerade av Sveriges Makalösa Föräldrar?



Gratis rådgivning för dig som medlem



Som medlem hos oss får du en timmes kostnadsfri rådgivning i samband med separation eller frågor gällande vårdnad och umgänge. Skicka ett mejl till vårt kansli, admin@makalosa.org där du kortfattat beskriver din fråga. Vi vidarebefodrar din fråga till våra advokater som kommer kontakta dig.

Ledarkonferensen inför årets lägerverksamhet

Ledarkonferensen inför årets lägerverksamhet. Den 28–31 mars samlades både nya och erfarna ledare från Makalösas ungdomsverksamhet i Kungsberget för årets ledarkonferens. Tack vare ett generöst stöd från Stiftelsen Kronprinsessan Margaretas minnesfond kunde ungdomsverksamheten få de extra resurser som krävs för att ta sin lägerverksamhet till nästa nivå.

Ledarna, med olika nivåer av skidvana, fick möjlighet att under dagarna utforska skidbackarna tillsammans. Några hade aldrig stått på ett par skidor, medan andra var vana åkare. Trots varierande erfarenheter hjälpte de varandra att utvecklas, vilket stärkte sammanhållningen och skapade en stark gruppkänsla.



På kvällarna låg fokus på planeringen av sommarens ungdomsläger och det kommande fortsättningslägret i ledarskap och självledarskap. I små grupper diskuterades allt från temaövningar till praktiska arrangemang för att skapa en trygg, inspirerande och lärorik miljö för deltagarna.

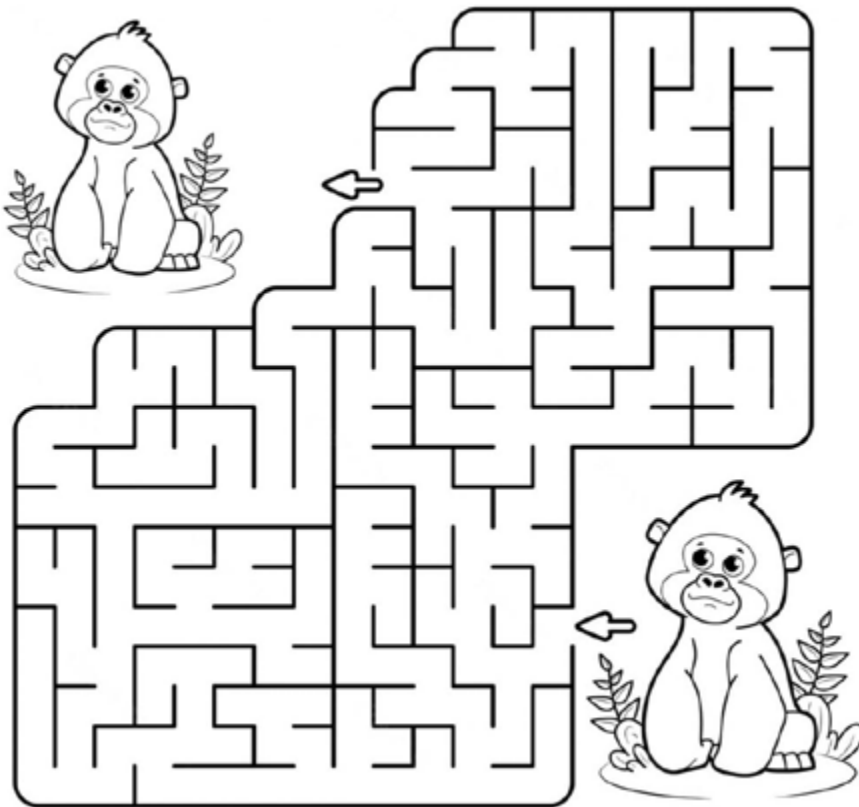
Med både skidglädje och strukturerade planeringsspass som grund är ledarna nu redo att välkomna årets deltagare till en oförglömlig lägerupplevelse.



Hitta fem fel!



Hjälp apan att hitta ut



Visste du att...

- New York City är längre söder ut än Rom.
- Det är omöjligt att andas och svälja samtidigt.
- Varannan minut tar vi fler bilder än vad som togs under hela 1800-talet.
- Nutella uppfanns redan under andra världskriget av en italiensk konditor.
- Sannolikheten att vattnet du dricker innehåller en molekyl av vatten som tidigare har gått igenom en dinosaurie är nästan 100%.
- Vid storm på planeterna Saturnus och Jupiter "regnar" det diamanter.
- Det är omöjligt att kittla dig själv. För att kunna bli kittlad krävs det att du blir överraskad, vilket du inte blir om du kittlar dig själv.
- Högklackade skor gjordes från början för män. Det var slaktare som använde dem för att undvika att kliva i blod.
- Människan som art delar cirka 50 procent av sitt DNA med bananer.
- Alla Ahlgrens bilar har samma smak, färgen spelar ingen roll.



På gång i förbundet

Rapport

“Vi går totalt på knäna och vänder på varje krona” En alarmerande undersökning som visar att medlemmar i organisationen Sveriges Makalösa Föräldrar inte klarar att få ihop sin ekonomi.

Under sommaren och hösten har vi tillsammans med Arena opinion tagit fram en rapport som vi vill visa bland annat politiker. Rapporten beskriver en oroande ökning av fattigdom och utanförskap bland ensamstående föräldrar i Sverige, kopplat till växande inkomstskillnader och stigande levnads-kostnader som mat, hyra och el, samtidigt som reallönerna sjunkit. En undersökning från Sveriges Makalösa Föräldrar visar att 7 av 10 oroar sig för ekonomin, och över 40 % har behövt låna för basala utgifter. Många medlemmar saknar i genomsnitt 3 029 kronor per månad. Organisationen föreslår förbättringar i bostadsbidraget, såsom permanenta höjningar, anpassning till ekonomiska förändringar och ändrad beräkningsperiod för att minska återbetalningskrav.

Vi har tagit fram en rapport i samarbete med Arena Opinion som just nu sprids till politiker och media. Den här rapporten presenterar ett antal fakta som förklarar den ekonomiska utvecklingen för Sveriges ensamstående föräldrar, och visar på en mycket oroväckande utveckling med ökad fattigdom och utanförskap. Rapporten bygger även på enkätsvar från vår årliga medlemsenkät.

Sverige har historiskt rankats som ett av världens mest jämlika länder. Men i takt med ökade inkomstskillnader, en växande

ojämlikhet och de senaste årens höga inflation, som lett till ökade kostnader för hushållen, har en grupp särskilt halkat efter. För ensamstående föräldrar har skenande matkostnader, hyreshöjningar och ökade utgifter för el, i kombination med reallönesänkningar, varit några faktorer som gjort vardagen extra påfrestande.

Sveriges Makalösa Föräldrars senaste medlemsenkät från november 2024 visar bland annat att 8 av 10 är stressade över sin ekonomi samt att över 40 procent under året har behövt låna pengar för att täcka basala kostnader som mat och boende.

Rapporten visar även att det för en genomsnittlig medlem hos Sveriges Makalösa Föräldrar varje månad saknas 3 029 kronor. Det som mest effektivt skulle kunna stötta gruppen ensamstående föräldrar är förbättringar av bostadsbidraget. Ett helt avgörande stöd för många ensamstående föräldrar, men också ett stöd som har urholkats de senaste åren.

Därför vill vi som organisation att politiken ser till följande:

- Att permanenta den tillfälliga höjningen av bostadsbidraget
- Att höja och anpassa bostadsbidraget efter den ekonomiska utvecklingen
- Att ändra tidsperioden för beräkning av bostadsbidraget för att minska återbetalningskraven.
- Att säkerställa att försörjningsstödet inte påverkas av förstärkningar av bostadsbidraget.



Riksförbundet i media

För att öka synligheten för vår förening och lyfta fram ensamstående föräldrars situation har förbundet arbetat intensivt även i år med att delta i olika mediekanaler. Under de senaste åren har kostnader för boende, mat och andra nödvändiga utgifter stigit. Därför har vi prioriterat möten med politiker för att driva på en höjning av bostadsbidraget, som idag är kraftigt urholkat.

- I Mars skickade vi in ett Remissvar igen – Förlängning och höjning av det tillfälliga tilläggsbidraget till barnfamiljer inom bostadsbidraget med anledning av ökade levnadsomkostnader.
- Vår generalsekreterare medverkar i Sveriges radio – Karlavagnen och pratar om ensamstående föräldrar.
- I september skickade vi in ett nytt Remissvar – Förlängning och nedtrappning av det tillfälliga tilläggsbidraget till
- Tilde de Paula nämner vår förening i EFT-ER FEM
- Christina medverkar i TV4 nyheterna - Här är förlorarna på regeringens budget: "Man tar från de fattiga och ger till de rika"
- Christina medverkar i debatt i Göteborg som GP bjudit in till - Hur mår förskolan egentligen?
- Christina medverkar i P4 Jönköping – Förskolepersonal vittnar: Föräldrar springer in vid hämtning.

- Debatt – Riv upp beslutet att minska på bostadsbidraget! Tillsammans med Marie Linder, Ordförande, Hyresgästföreningen
- Deltagande i - Samråd om framtagandet av förslag till nationell strategi för att förebygga och motverka ofrivillig ensamhet

Vår generalsekreterare Christina Olsson har medverkat i ett flertal tidningsartiklar under året:

- Medverkan i en artikel i Hem&Hyra - Allt färre får bostadsbidrag
- Artikel i ETC – "Regeringen tar från fattiga och ger till rika"
- Artikel i Dagens Arena – "Man tror man kan piska dem som ligger ner så att de ska resa sig"
- Artikel i ETC - Bostadsbidraget avgörande för ensamstående Anna: "Jag har inga marginaler"

Under året har vi också träffat politiker och visat vår rapport som visar det ekonomiska läget för våra medlemmar. Vi har träffat:

- Janine Alm Ericson (MP), Riksdagsledamot i Finansutskottet och talesperson för ekonomi, bistånd och jämställdhet.
- Johan Höij (M), Statssekreterare på Socialdepartementet
- Märta Stenevi (MP), Tjänstgörande riksdagsledamot
- Mikael Damberg (S) Tjänstgörande riksdagsledamot
- Annika Strandhäll (S) Tjänstgörande riksdagsledamot

Precamps 2024

Som en del av vårt utökade stöd har vi infört en ny satsning, "precamps", som riktar sig till barn i åldrarna 11-13 år. Målet är att ge våra preteens möjlighet att åka iväg i två nätter utan föräldrar, i sin hemort. Genom detta vill vi skapa bättre förutsättningar för dem att våga ta steget och delta i vårt ungdomsläger som varar en hel vecka. Sju lokalföreningar gjorde i år sitt första Precamp.

Vi är glada att kunna fortsätta med precamps, då satsningen har blivit mycket uppskattad. Nedan finner ni citat från deltagare samt beskrivningar från de olika precampsen.

Stockholm & Uppsala

Fyra vuxna ledare och tio barn från lokalföreningarna i Stockholm och Uppsala deltog tillsammans i ett läger på Lida friluftsgård. Vi samlades på fredag eftermiddag vid T-centralen för att gemensamt resa med tåg och buss till Lida friluftsgård. Väl framme möttes vi av en mysig miljö, och startade med en gemensam fika där alla fick presentera sig. Därefter spelade vi minigolf tillsammans, vilket blev en fin start på helgen.



"Han tyckte att det var jättebra, fick många nya kompisar som han vill träffa igen. Han önskade att lägret var fler dagar."

"Mitt barn vågade inte riktigt åka först men sedan tyckte det var jättekul att åka utan förälder. Och vill åka igen utan förälder."

"Bra, har fått nya kompisar. Trivdes med gruppen. Stugor var mysiga. Aktiviteter med främst mounring-bike var roligt. Hade velat testa kanot, som inte blev av. Han vill åka igen."

Till middag samlades vi vid en av grillplatserna där vi grillade hamburgare och njöt av en härlig kväll i naturen. Kvällen fortsatte nere vid vattnet, där vi grillade marshmallows vid elden och spelade "maffia". När kvällen började lida mot sitt slut begav vi oss till vandrarhemmet som hade två sovsalar och ett kombinerat kök och vardagsrum.



Lördagen inleddes med en god frukost innan vi begav oss till Accropark, en spännande höghöjdsbana där barnen fick utmana sig själva. Det blev en succé—alla var modiga, och ingen ville sluta klättra! Resten av dagen fylldes med lekar, middag och en efterlängtat "fredagsmyskväll" med chips och godis, precis som barnen önskat.

På söndagen packade vi ihop och reste tillbaka till T-centralen där vi mötte upp föräldrarna. Barnen var väldigt nöjda och hade haft en fantastisk helg—flera ville knappt åka hem!



Lund & Helsingborg

Mellan den 15-17 juli 2024 genomförde Lund ett precamp för ungdomar mellan 11-13, på Lingvallen utanför Ängelholm. 4 vuxna (mammor medlemmar i Lunds och Helsingborgs Makalösa) samt 13 ungdomar deltog. I lägervistelsen ingick förutom kost, boende och transport, lekar, samarbetsövningar, en dag på Upzone i Ängelholm för att klättra i höghöjdsbana, 5 kamp, bad och möjlighet att skapa nya vänskaper.



Umeå

Mellan den 9 - 11 augusti åkte 4 vuxna och 13 ungdomar till Norrbyskärs lägergård. Lägervistelsen varvades med lek, samarbetsövningar, klättring, sup och badtunna. På kvällarna grillades det marshmallows framför lägerelden. Innan de skildes åt började de spåna på en återträff någon kväll på församlingsgården under hösten, vilket blev av den 6 september. 10 av de 13 ungdomsdeltagarna kom på återträffen då vi åt pizza och lekte massor av lekar hela kvällen.



Örebro & Falun

3 vuxna och 12 barn från Örebro och Faluns lokalförening åkte till Säfsen 17-19 juni. De grillade korv i skogen, hoppade studs-mattor i en trampolinpark, spelade minigolf och hyrde cyklar. Det blev pizzakväll och nagel-lacksmålning en kväll och alla var mycket nöjda med lägret.



Utvecklingskonferens 2024

Vi vill rikta ett varmt tack till er alla som deltog på vår utvecklingskonferens. Tillsammans har vi haft givande diskussioner och arbetat framåt med viktiga frågor som rör våra lokalföreningar och riktlinjer i föreningen. Era insikter och engagemang har verkligen bidragit till att vi kan fortsätta utveckla och stärka vårt arbete.

Tack till Rikskansliets ordförande Linda Söderström som inledde konferensen och pratade

om våra "preteens" och "precamps".

Tack till vår jurist, Therese Ström, som besökte oss på söndagen och hjälpte oss med de juridiska aspekterna av våra riktlinjer.

Ett särskilt tack vill vi också rikta till våra barnledare som tar hand om alla våra barn under denna helg så att vi föräldrar kan genomföra konferensen. I år var dem bland annat och spelade bowling och på tekniska muséet.



Är du ensamförälder? Du är inte ensam!



Bli medlem hos oss – detta erbjuder vi

Som medlem i våra lokalföreningar eller familjenätverk träffar du andra sårlevande föräldrar och kan få stöd, erfarenhetsutbyte och gemenskap med dem. Du får ta del av föreningens aktiviteter, ibland till ett reducerat pris och ibland helt kostnadsfritt. Dina barn träffar också andra barn med ensamstående föräldrar och kan delta i roliga aktiviteter.

Du kan t ex vara ensamstående på heltid, deltid, ha barnen varannan vecka eller helg, varit ensam från start, eller valt att skaffa barn på egen hand. Gemensamt för våra medlemmar är att de inte bor ihop med sina barns andra föräldrar. Alla är välkomna!

Lokalföreningarna och familjenätverken ordnar olika aktiviteter. Det kan vara allt från läger, skridskoåkning, biobesök, lekplatsträffar, matlag och grillning i skogen till after work för vuxna eller midsommarfest. Vissa lokalföreningar ordnar också självhjälpsgrupper, där man pratar om olika teman, t ex hur det är att vara tonårsförälder eller hur man får ekonomin att gå ihop. Som medlem stödjer du också vårt påverkansarbete och bidrar till att synliggöra och stärka makalösa föräldrar och barn i samhället.

Vill du få mer information om lokala aktiviteter? Besök gärna din lokalförenings eller familjenätverks facebookside. Du kan även bli medlem utan att tillhöra någon lokalförening eller familjenätverk. Som medlem hos oss får du också en timmes kostnadsfri rådgivning i samband med separation eller frågor gällande vårdnad och umgänge.

Läs mer om medlemskap på makalosa.org

Vill du bli medlem?
Klicka på knappen

BLI MEDLEM

högst upp till höger på vår hemsida
makalosa.org

Välkommen till oss!

Bli medlem

Ett medlemskap kostar 200 kronor per år.

Bli stödmedlem

Stödmedlemskapet är kostnadsfritt och innebär att du visar ditt stöd för oss som organisation och du får vår medlemstidning digitalt via mejl.

För mer information och registrering av medlemskap, gå in på www.makalosa.org

Stöd oss ekonomiskt

Ditt bidrag går direkt till vår verksamhet för ensamstående föräldrar och deras barn och kommer till stor nytta. Tack vare dig kan fler barn och föräldrar få meningsfulla aktiviteter tillsammans.

Bankgiro: 5447-5892

Swish: 1236083521

Märk gärna din insättning med "Gåva"

Tack för att du stöttar Sveriges Makalösa Föräldrar!



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

Kontaktinformation



UMEÅS LOKALFÖRENING

Linda Söderström
umea@makalosa.org

SUNDSVALLS FAMILJENÄTVERK

Mari Källman
sundsvall@makalosa.org

FALUN/BORLÄNGE LOKALFÖRENING

Nina Muttonen
falunborlange@makalosa.org

UPPSALA LOKALFÖRENING

Ann-Christine Sundström
[uppsala@makalosa.org](mailto: uppsala@makalosa.org)

STOCKHOLMS LOKALFÖRENING

Anja Barke
stockholm@makalosa.org

ÖREBROS LOKALFÖRENING

Veronica Varg
orebro@makalosa.org

FLENS FAMILJENÄTVERK

Caroline Öberg
flen@makalosa.org

MJÖLBYS FAMILJENÄTVERK

Sandra Bergström
mjolby@makalosa.org

TRESTADS LOKALFÖRENING

Malin Svedestedt
trestad@makalosa.org

GÖTEBORGS LOKALFÖRENING

Louise Andertun
goteborg@makalosa.org

HALMSTADS LOKALFÖRENING

Lars Kristiansson
halmstad@makalosa.org

HELSINGBORGS LOKALFÖRENING

Anna Gyllenbjörk
helsingborg@makalosa.org

LUNDS LOKALFÖRENING

Iulia Foght
lund@makalosa.org

MALMÖS LOKALFÖRENING

Stéphanie Bengtsson
[malmo@makalosa.org](mailto:malmö@makalosa.org)

Följ våra kanaler

 [@sverigesmakalosaforaldrar](https://www.instagram.com/sverigesmakalosaforaldrar)
 facebook.com/makalosa
 makalosa.org

ISSN: 1403-1434

FÖRENINGSBREV B
Avsändare:
Sveriges Makalösa Föräldrar
C/O M. Nordström
Vantörsvägen 260
129 57 Hägersten

SVERIGE
Porto
Betalt



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn