



& barn

MAKALÖSA FÖRÄLDRAR



“Vi kände oss inte ensamma och utanför den här sommaren”

Vem bryr sig om de fattiga barnen?

**KANSLI**

Christina Olsson
Generalsekreterare
christina.olsson@makalosa.org
070-202 30 10

ADMINISTRATÖR

admin@makalosa.org

SVERIGES MAKALÖSA FÖRÄLDRAR

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

STYRELSEN

Marie-Louise Pallin Dolk, ordförande
Therese Ström, vice ordförande
Lisbeth Fletcher, kassör
Linda Söderström, ledamot
Åsa Janlöv, ledamot
Markus Wilkens, suppleant
Cia Schubert, suppleant

Medlemsavgift 200 kr/år

ISSN: 1403-1434

Ansvarig utgivare:

Sveriges Makalösa Föräldrar

Redaktör:

Eva Johannesson

Grafisk form och layout:

Roozbeh Leobrandt
info@kopparkoket.se

Omslag:

Foto av Eva Johannesson

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.

Mer information om medlemskap och vår verksamhet finns på sidorna 21-23.



Ledare

Vem bryr sig om de fattiga barnen?

På 90-talet infördes värnskatten och nu ska den tas bort, till gagn för dem med högst inkomster. En annan åtgärd som man tog till på 90-talet för att vi skulle klara oss ur finanskrisen var att frysa vilka hyresbelopp som man fick räkna på när det gäller bostadsbidrag. Det innebär att maxhyran för en ensamstående förälder har legat på samma nivå sedan dess. Den är fortfarande 5 900 kronor för en tvåbarnsförälder, beloppet har inte höjts sedan 1996.

Ända sedan 1997 har också inkomstgränserna för bostadsbidraget legat på samma nivå. Tjänar du mer än 127 000 om året som ensamstående förälder sänks bostadsbidraget. Som det är nu betalar statskassan ut mindre och mindre för varje år. Orsaken är att inkomstgränserna för bidraget inte har höjts på flera decennier. Samtidigt har löner och priser stigit och en allt mindre andel har därför kunnat få bostadsbidrag varje år.

Bostadsbidraget går främst till ensamstående föräldrar och då oftast till kvinnor. 2018 utbetalades drygt 4,5 miljarder kronor i bostadsbidrag. 57 procent av beloppet gick till hushåll med en kvinna som ensam försörjare.

Av de 186 000 barnen som lever i familjer med låg inkomststandard bor ca 44 000 i familjer som under flera år har haft svårt att ha råd med det nödvändigaste, som boende och kläder. 40 procent av dessa barn bor med en ensamstående förälder. Att leva med låg inkomststandard leder ofta till utanförskap för barnen, vilket ökar risken för psykisk ohälsa.

Den ekonomiska klyftan mellan barn i landet ökar, mellan 2010 och 2015 föll Sverige från plats fem till plats 16 i Unicefs mätning av ekonomisk jämlikhet bland barn. Utvecklingen bekräftas av

Majblomman som 2018 betalade ut 8 656 000 kronor till kläder och skor.

Om värnskatten tas bort för de rika – hade det inte varit solidariskt att även höja maxhyran och inkomstgränserna för bostadsbidrag för ensamstående föräldrar?

Det skulle vara en viktig åtgärd för att minska barnfattigdomen och bidra till bättre levnadsvillkor för ensamstående med barn.

Tänk om och tänk rätt, regeringen! Låt inte medvetet välfärden krackelera. Den ska omfatta även de svagaste i samhället.

En längre version av denna text finns som debattartikel, se makalosa.org.



Christina Olsson, generalsekreterare

A photograph showing three children from behind, looking into a wire enclosure. Inside the enclosure, a large black pig is lying down, and a smaller orange pig is standing. The children are wearing hats and casual clothing. The background shows a wooded area with trees and a stream.

"Vi kände oss inte ensamma och utanför den här sommaren"

I slutet av juli arrangerade Sveriges Makalösa Föräldrar ett sommarläger för 14 ensamstående föräldrar och deras 21 barn i Åsa, söder om Kungsbacka. Sommarlägret finansierades huvudsakligen av medel från stiftelser.

Under lägerdagarna deltog alla vuxna i en studiecirkel som består av tre träffar. Under träffarna diskuterade vi med utgångspunkt från barnboken Skilda vägar, som alla deltagare fick.

För att ta reda på vad deltagarna tyckte gjorde vi en enkät. Samtliga deltagare besvarade enkäten och det övergripande genomsnittliga omdömet var 4,3 på skalan 1-5.

Samtliga deltagare tyckte att lägret gav dem gemenskap och erfarenhetsutbyte med andra ensamstående föräldrar.

11 av de 14 deltagarna angav att de har en situation (socialt eller ekonomiskt) som gör att det är svårt för dem och deras barn att ha semester ihop i gemenskap med andra.

Några citat om lägret från deltagarna:

"Vi tyckte det var jättehärligt! Både med möjligheterna till lek, bad och krabbfiske och nya bekantskaper man verkligen vågade anförtra sig till."

"Fantastiskt. Vi kände oss inte ensamma och utanför den här sommaren."

"En chans att träffa andra föräldrar och barn i liknande situation, och både få kravlöst umgänge och utbyta erfarenheter."

"Att vi fick möjlighet till gemenskap med andra i liknande situation och att vi hade i alla fall en vecka där vi inte var helt ensamma."

"Jag behövde inte laga mat eller göra andra hushållssysslor vilket gjorde att jag istället kunde umgås och göra roliga saker med mina barn. Vi fick komma bort och

bara ha det bra en knapp vecka. Mina barn kände en samhörighet med de andra barnen som var i samma situation som dem. Vi kände oss inte utanför. Skapade en fin trygghet och gemenskap. Jag fick så mycket energi och pepp av dessa dagar. Ett lugn i att vi är många som kämpar. Mina barn fick många fina minnen. Att vi kan berätta för andra att vi var på västkusten en vecka känns bra. Vi behövde verkligen detta!"

Flera av våra lokalföreningar arrangerade också uppskattade sommarläger.



Josefine Almrike, Lund, mamma till Isabel 8

Hur hamnade ni på lägret?

– Jag har bara två veckors semester och ville komma iväg med likasinnade och hitta kamrater till mitt barn. Det har överträffat mina förväntningar. Jag är aktiv i styrelsen för lokalföreningen i Lund och fick tipset av riksförbundet.

Hur tyckte du att det var?

– Det var värdefullt att lyssna på andra när de berättade om sig själva och att hjälpas åt med barnen. Det var härligt att göra saker flera tillsammans, att avlasta varandra. Jag och min dotter fick också egen tid tillsammans under lägret. Lägret fick tummen upp av Isabel, hon fick ju prova krabbfiske.

Cecilia Jansson, Jönköping, mamma till Ludwig 4 år

Hur hamnade ni på lägret?

– Jag är medlem i Makalösa föräldrar, men det finns ingen lokalförening än där jag bor. Så jag fick ett mejl om att jag kunde lämna in en intresseanmälan.

Hur tyckte du att det var?

– Det kändes som en toppensemester, en rolig möjlighet. Det var härligt att lära känna fler och få åka till Västkusten. Det var så givande att träffa andra med liknande erfarenheter. Man känner tillit till varandra och vågar öppna sig omedelbart och det känns bra. Min son var en av de yngsta på lägret och stranden och krabborna hägrade mest. Han hittade några nya kompisar och tyckte det var kul.



My Sandström, Stockholm, mamma till Märta 6 år

Hur hamnade ni på lägret?

– Jag fick ett tips av min dotters psykolog att Makalösa finns. Sen var jag på ett medlemsmöte i våras och fick tips om lägret.

Hur tyckte du att det var?

– Fantastiskt. Tänk att få tre mål mat om dagen och slippa administrera det, att kunna vara helt närvarande och umgås med min dotter. Redan efter en halvtimme började jag och andra mammor prata om det vi har gemensamt. Det var bra att barnen hade andra barn att leka med.

Jag rekommenderar verkligen detta till andra. Det är ett fint minne för oss, en resa för oss två. Min dotter fick en ny bästis redan efter tre timmar. Så hon hade det toppen!





Samtalsgrupp om hur man pratar med barn om separationer.



Nya vänner på sommarläger.

Julklappspengar från föräldravänlig arbetsplats

Fackförbundet Unionen delar varje år ut priser till Sveriges mest jämställda arbetsgivare. Sogeti Sverige AB har fått priset Guldknappen, årets mest föräldravänliga arbetsplats.

– Att vara en föräldravänlig arbetsplats är en självklarhet och ett måste för oss. Att vinna Guldknappen fyller oss med stor stolthet och ger oss ytterligare ett kvitto på att våra insatser kring föräldravänlighet och gender balance bär frukt, kommenterar Frida Karlsson, HR-direktör på Sogeti.

Sogeti Sverige AB prisas för att i en mansdominerad IT-bransch, och trots utmaningen att många anställda arbetar ute hos kund, ha

lyckats skapa en positiv och uppmuntrande kultur med tydliga rutiner och konkreta insatser för ett föräldravänligt arbetsliv.

Sogeti i sin tur vill göra skillnad och påverka på ett positivt sätt och har därför gett sin prissumma på 10 000 plus ytterligare 10 000 till Sveriges Makalösa Föräldrar.

– Pengarna ska gå till julklappar till våra medlemmars barn, berättar Christina Olsson, generalsekreterare.

Frida Karlsson, HR-direktör på Sogeti Sverige AB, delar ut 20 000 till riksförbundet.



Ensamstående föräldrar ofta oroliga för sin ekonomi

Två tredjedelar av ensamstående föräldrar är ofta oroliga för sin ekonomi. Dessutom oroar sig en femtedel av barnen till ensamstående föräldrar för hushållets ekonomi. Det visar en enkätundersökning som Sveriges Makalösa Föräldrar genomförde under oktober.

Det var 850 ensamstående föräldrar som besvarade enkäten. 30 procent av dem har varit själva från början. De som har separerat anger som främsta orsaker till separationen att kärleken tog slut, hot och våld, psykisk ohälsa och missbruk.

– Vi har gjort undersökningar tidigare och det är fortfarande psykisk ohälsa, hot och våld och missbruk som är vanliga orsaker, säger Christina Olsson, generalsekreterare.

Nästan hälften av föräldrarna har inte ett bra

samarbete med sina barns andra förälder. 20 procent av alla som svarade har erfarenhet av vårdnadstvist i domstol. 57 procent tycker att obligatoriska samarbetssamtal skulle förhindra vårdnadstvister och 77 procent tror att medling med t ex en jurist och en psykolog skulle kunna förebygga vårdnadstvister.

– Det finns en finsk modell för medling som vi tror att vi i Sverige skulle kunna ha nytta av, berättar Christina Olsson. Där får föräldrarna välja mellan medling eller samarbetssamtal.

Saknar stöd från familj och vänner

När det gäller ekonomin har ca 35 procent en dålig eller mycket dålig ekonomi, 45 procent har en ekonomi som är ok, men som kan bli bättre och 20 procent har en bra ekonomi. 60 procent av föräldrarna är ofta oroliga för

sin ekonomi och 22 procent av barnen är ofta oroliga för hushållets ekonomi. 33 procent av de svarande har bostadsbidrag.

Många ensamstående föräldrar känner sig stressade. 40 procent känner sig stressade varje dag, 43 procent känner sig stressade flera gånger i veckan, och 15 procent en gång i veckan. 56 procent känner sig stressade över sin ekonomiska situation.

– Det är allvarligt att så många känner sig stressade och oroliga för sin ekonomi, säger Christina Olsson. Det som också är allvarligt är att så många som 32 procent inte upplever att de har stöd från familj och vänner. Den andelen har ökat något sedan vi gjorde en liknande undersökning 2012.

77 procent tycker att det är svårt att förena arbetsliv och föräldraskap. Det har blivit lite bättre sedan 2009 då det var 87 procent i en liknande undersökning.

Undersökningen visar att de frågor som är viktigast att driva för ensamstående föräldrar är höjning av underhållsstödet, höjning av bostadsbidraget och åtgärder som syftar till att förebygga vårdnadskonflikter.

Fakta om undersökningen

Undersökningen gjordes med hjälp av en webbenkät under oktober 2019. Sveriges Makalösa föräldrar är en organisation för ensamstående föräldrar och deras barn och vi genomförde enkäten för att få reda på mer om situationen för ensamstående föräldrar och i vårt utvecklingsarbete för att skapa bättre förutsättningar för ensamstående föräldrar och deras barn.

Vi fick 850 svar. 93 procent av de som svarade är kvinnor och sju procent män.

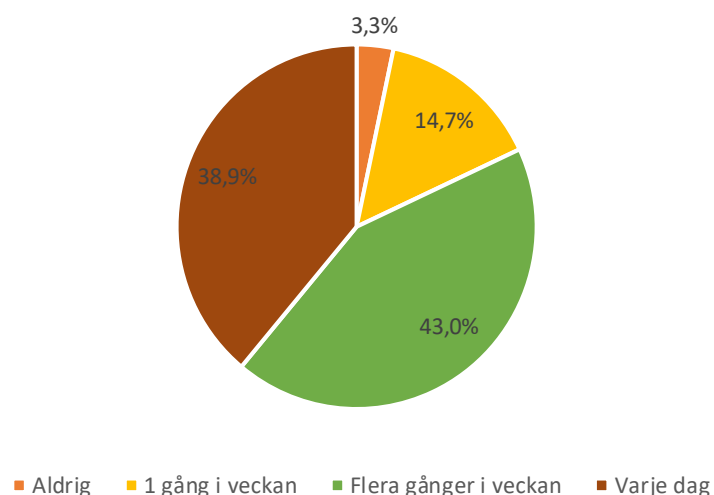
44 procent är mellan 41 och 50 år, 38 procent är mellan 31 och 40 år.

Hälften av föräldrarna har ett barn, en tredjedel har två barn och resten har tre eller flera barn.

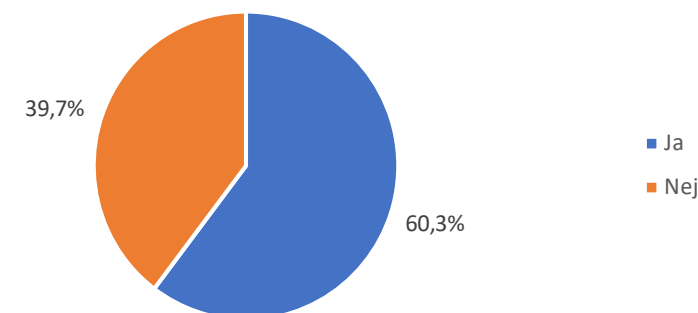
22 procent har ett hushåll med en inkomst på 10 000-19 999 kronor varje månad före skatt. 27 procent har 20 000-29 999 kronor. 25 procent har 30 000-39 999 kronor.

78 procent av de som svarade på enkäten har sina barn på heltid och 20 procent på halvtid. 94 procent är boendeföräldrar och sex procent är umgängesföräldrar. 23 procent har barn som har växelvist boende. 25 procent anger att något av deras barn har en funktionsvariation, t ex ADHD eller ADD.

Hur ofta känner du dig stressad?



Är du orolig för din ekonomi?



På gång i förbundet

Aktivt påverkansarbete

Riksförbundets generalsekreterare Christina Olsson har under hela året träffat många politiker från riksdagspartierna. I Almedalen träffade Christina tillsammans med styrelseordförande Marie-Louise Dolk Pallin representanter från nästan alla politiska partier, men Vänsterpartiet hade inte möjlighet då. Därför blev det en träff i september med Jonas Sjöstedt och Ulla Andersson, Vänsterpartiet. Christina Olsson har även träffat representanter från Liberalerna och Socialdemokraterna under hösten för att prata om familjepolitiken för ensamstående föräldrar.

Inför Almedalen tog vi fram en debattartikel om bostadsbidrag och vårdnadstvister. Debattartikeln lägger tonvikt vid att mycket i dagens familjepolitik utgår från ett föräldratänk från tiden då mödrarna hade ensamansvar för barnen. Inom vissa områden ligger lagstiftning och bidragsformer efter. Debattartikeln publicerades i Aftonbladet med

rubriken ”Våra barn drabbas av en föräldrad politik”.

Vi skrev ytterligare en debattartikel om barnfattigdom och bostadsbidrag som en reaktion på regeringens förslag till budget, den hade rubriken ”Vem bryr sig om de fattiga barnen?” och publicerades i Dagens Arena oktober. I november träffade Christina Olsson Åsa Karlsson Björkmarker, som är regeringens särskilda utredare av underhållsstöd och bostadsbidrag.

Ny strategisk treårsplan för 2020-2023

Styrelsen fattade i september om en ny strategisk treårsplan för perioden 2020-2023. I den nya planen lägger styrelsen ökad tonvikt på uppföljning av verksamheten. Bland annat kommer styrelsen att arbeta aktivt med ett årshjul (en arbets- och uppföljningsplan) där

Christina Olsson träffade Jonas Sjöstedt och Ulla Andersson, Vänsterpartiet.

aktiviteter planeras och följs upp löpande. Detta ingår i det mål- och resultatorienterade arbetssättet, som också är ett krav från Socialstyrelsen för att få verksamhetsbidrag. Den nya strategiska treårsplanen finns på makalosa.org.

Ny ansökan till Socialstyrelsen

Sveriges Makalösa Föräldrar får årligen statsbidrag för sin verksamhet från Socialstyrelsen. Statsbidraget för 2019 är på 1,7 miljoner. En ny ansökan för 2020 lämnades in i september och i mitten av januari får vi besked. Storleken på verksamhetsstödet avgör vilken ambitionsnivå vi kan ha för vår basverksamhet.

Enkät om sommarlägret

Sommarlägret i Åsa i juli utvärderades genom en enkät till deltagarna. 14 ensamstående föräldrar och 21 barn deltog i lägret. Läs mer om sommarlägret på sidorna 4-8. Lägret finansierades bland annat av bidrag från Prins Carl Gustafs stiftelse.

Medlemsregistret är uppdaterat

Medlemsregistret har nyligen uppdaterats med bland annat ny sökmotor och bättre funktioner för att hantera medlemmar och fakturor.

Fler nya ansökningar till stiftelser

Under hösten har flera nya ansökningar till stiftelser skickats in. Förra året fick riksförbundet sammanlagt 110 000 kronor till sommarläger som genomfördes i år. Pengarna har delats ut till lokalföreningarnas läger och har även använts till riksförbundets läger i Åsa i somras.

Sveriges Makalösa Föräldrar vill gärna göra mer när det gäller att stötta den lokala verksamheten på olika sätt. Önskemål från våra lokalföreningar är t ex lägerverksamhet för föräldrar och barn och bidrag till barnledare och barnvakter. Vi söker därför aktivt pengar från olika fonder och stiftelser. Tanken är att lokalföreningarna sedan ska kunna få ta del av detta om vi lyckas med våra ansökningar.

Nya bidrag

Riksförbundet fick under hösten 20 000 kronor från Prins Carl Gustafs minnesfond. De ska användas till sommarläger nästa år.

Om barnomsorg i Oslo

Christina Olsson medverkade på en konferens i Oslo i början av november på temat barnomsorg på obekvämt arbetstid.

Styrelsehelg

En helg i oktober arrangerade riksförbundet en styrelsehelg i Stockholm. Den innehöll en utflykt till Skansen för vuxna och barn, gemensam middag, kurs i konflikthantering för föreningsstyrelser och tips på hur man söker bidrag från fonder och stiftelser till sin lokalförening.



Skansenbesök på styrelsehelgen.



Fråga advokaten

Fråga advokaten

Som prenumerant på Sveriges Makalösa Föräldrars tidskrift har du möjlighet att ställa juridiska frågor och få svar av Therese Ström. Det kan bland annat handla om vårdnadstviser, frågor kring umgänge eller hur du kan gå tillväga vid en skilsmässa.

Skicka din fråga till admin@makalosa.org.

Du kan även välja om du vill vara anonym eller inte.

Therese Ström Advokatbyrå AB
Köpmangatan 15, 1 tr
111 31 Stockholm



Fråga:

Hej

Jag är mamma till två barn som är 6 och 8. Det har varit mycket problem med barnens pappa och vi har återkommande varit i domstol. Jag har en fundering på vad det kommer betyda att barnkonventionen blir svensk lag. Blir det någon skillnad från de reglerna som gäller idag.

Advokaten svarar:

Hej och tack för din fråga.

När barnkonventionen blir svensk lag innebär det ett fullständig erkännande av barnet som rättighetsbärare. Barnkonventionen betonar barnets särskilda sårbarhet och behov av stöd och skydd. Barnkonventionen tar särskilt sikte på två begrepp; barnets bästa och delaktighet. I vardagen kan begreppet barnets bästa användas slentrianmässigt. Barnets bästa handlar om vad det enskilda barnet vill och hur denne manifesterar sin vilja. Barnets bästa rör barnets specifika behov. När det kommer till barnets delaktighet handlar det om barnets rätt att bli hörd, komma till tals samt att barnet har rätt att bli informerad och få saker förklarade för sig på ett för barnet begripligt sätt. Genom delaktighet och kunskap om vad som händer känner barnet sig trygg och processen blir rättssäkra.

Genom att barnkonventionen blir svensk lag önskar lagstiftaren skapa en grund för ett barnrättsbaserat synsätt och på så sätt förstärka barnets rättigheter i samhället. Att barn ska betraktas som rättighetsbärare är något som skall vara framträdande i myndighetsarbetet. Regeringens har låtit verkställa en utredning som visat på brister när det gäller genomslaget för barns rättigheter enligt barnkonventionen. Enligt utredningen föreligger det tydliga brister i fråga om principen om barnets bästa och barns rätt att få uttrycka sina åsikter.

När barnkonventionen blir svensk lag är ambitionen att barnets rätt ska tas på större allvar av domstolar och övriga myndigheter. Barnet ska betraktas som rättighetsbärare av myndigheter, något som ger det enskilda barnet en starkare ställning både formellt och reellt, dock har man inte fattat beslut om att barn skall ha rätt till egna ombud utöver den reglering som finns i tvångslagstiftningen. Genom att barnkonventionen blir svensk lag kommer barnperspektivet ges en mer framträdande roll. Det enskilda barnet kommer stå i centrum vid beslut som rör barnet. Barnkonventionen bygger på en respekt för barnets specifika behov, intressen och åsikter. Då barn inte själva kan tillvarata sina intressen ställs det krav på beslutsfattaren att bedöma om ett beslut eller en åtgärd svarar mot barnets behov och intressen. Därtill skall det göras en konsekvensanalys varpå det görs en bedömning av vilka konsekvenser ett visst beslut kan få för barnet.

Fråga:

Jag är mamma till en snart 18-årig kille med flera diagnoser som gör att han behöver stöd och hjälp i sin vardag även efter det att han blir myndig. Jag och pappan lever inte tillsammans och han misstror mig hela tiden. För att undvika bråk funderar jag på att ansöka om god man eller förvaltare, men är osäker på vad som gäller. Kan min son eller hans pappa säga nej till att en god man eller förvaltare förordnas? Vad innebär det att ha en god man?

Advokaten svarar:

Skillnaden mellan god man och förvaltare är följande, att vara god man åt någon innebär att man hjälper huvudmannen (personen som beviljats god man) med t.ex. ekonomin. Den gode mannen har mandat att t.ex. betala räkningarna, ansöka om bidrag som bidragstillägg, bevaka huvudmannens

rättigheter samt sörja för personen övriga behov. Enbart den omständigheten att den gode mannen hjälper huvudmannen med ekonomin betyder inte att huvudmannen förlorar sina rättigheter. Huvudmannen har fortfarande rätt att självständigt ta hand om sin ekonomi.

Som förvaltare har man i regel samma arbetsuppgifter som en god man, med undantaget att förvaltarskap är en tvångsåtgärd. När huvudmannen har en förvaltare förlorar denne sin rättshandlingsförmåga, d.v.s. bestämmanderätten. Det är förvaltaren som övertar bestämmanderätten. Förvaltaren kan således ingå avtal å huvudmannens räkning. Huvudmannen behåller dock sina medborgliga rättigheter som t.ex. rösträtt och skriva testamente.

På frågan om man kan man tvinga på den enskilde god man alternativt förvaltar förutsätts det att huvudmannen har medicinska eller övriga behov som kräver att den enskilde behöver hjälp och stöd för att klara sin dagliga livsföring. Förutom behovet förutsätts det även ett samtycke från individen ifråga om god man. I lagtexten framgår det att om någon på grund av sjukdom, psykisk störning, försvagat hälsotillstånd eller likande förhållanden behöver hjälp med att bevaka sin rätt, förvalta sin egendom eller sörja för sin person skall rätten om det behövs beslut att anordna godmanskap. När det kommer till förvaltare är kriterierna striktare.

Förvaltare anordnas om någon befinner sig i en sådan situation som anges för godmanskap och om personen därtill är ur stånd att vårda sig eller sin egendom.

Utgångspunkten är att det är den enskildes individuella behov som avgör om personen skall beviljas god man eller förvaltare. För det fall den enskildes behov går att tillgodose med mindre ingripande åtgärder så skall naturligtvis den mindre ingripande åtgärden ha företräde, d.v.s. det skall förordnas om god man före förvaltare. Förvaltare förordnas om det inte är tillräckligt med god man. Sammanfattningsvis är det den enskildes behov som avgör om det ska förordnas en god man eller förvaltare.

MÅNADENS BOKTIPS

BOKTIPS FÖR VUXNA OCH BARN från 5 år

Pyssla med mig! 50 projekt för stora och små kreatörer
av Karin Schaefer

Boken visar enkla och roliga pyssel som inte kräver massor av förkunskap, utrustning eller tid. Den uppmuntrar till kreativitet, återbruk och framför allt att vuxna och barn skapar tillsammans. Det är i samarbetet som magin finns.



Boken innehåller tydliga instruktioner och bilder till 50 projekt, stora som små. Boken innehåller massvis med inspiration, tips på bra material och handfasta råd för att lyckas med projekten.

BOKTIPS FÖR VUXNA

Skilj dig ordentligt! Separationshandboken
av Pia Sehm

Boken reder ut frågor om ekonomi, juridik, pensioner, äktenskapsförord, vårdnadsregler, underhåll och bodelningar på ett begripligt sätt. Vem får underhållsbidrag och hur stort ska det vara? Hur avgörs vem som ska ha vårdnaden? Får man dela på pensionen och hur vet jag om han äger aktier eller inte? Vad säger reglerna hos Försäkringskassan och vad kostar en tvist i tingsrätten?



Allt som händer inuti: om tankar och känslor från A till Ö
av Reyhaneh Ahangaran

Fler och yngre barn än någonsin söker sig till barn- och ungdomspsykiatri i Sverige. Både barn och föräldrar vågar be om hjälp. Det är bra. Men innebär psykisk ohälsa att man "bara" mår dåligt eller att man faktiskt är sjuk?



Barnpsykologen Reyhaneh Ahangaran har skrivit en bok som handlar om hur man mår, med ett direkt tilltal till barnet. Barn ska kunna få svar på frågor om sina känslor men boken ska också vara en hjälp för föräldrar som vill prata om känslor och psykisk hälsa med sitt barn. Ett stöd i vardagen. Om både barn och föräldrar lär sig lite mer om vad som är helt rimliga upp- och nedgångar i måendet, så förstår man också när det är dags att söka hjälp.

Överlevnadshandbok för skilda föräldrar med gemensamma barn
av Thomas Nilsson

Att skiljas från någon man har barn med behöver inte betyda ständiga gräl om olika vardagliga saker, bråk om pengar och annat trist eller gräl om tider, vanor och planer. Det finns faktiskt metoder som kan göra ditt liv lättare. Det här är en hoppfull bok för dig som har barn tillsammans med ditt ex. Du får massor av konkreta tips som ger dig verktygen att hantera vardagen mycket bättre.



Skiljas utan att förlora sig själv
av Michael Larsen

Efter tolv års äktenskap blev Michael Larsen lämnad av sin fru och hamnade i en negativ spiral av sorg, rädsla, åltande och dåligt självförtroende. All energi gick åt till att anpassa sig till en annan människas beslut, istället för att ta tag i sitt liv och betrakta det som sitt och inte bara deras.



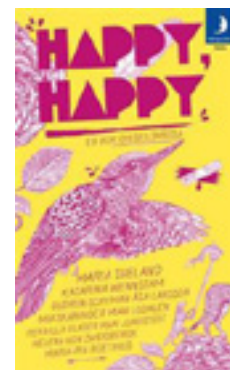
Michael är relationscoach och mental rådgivare, utbildad i psykosyntes och socialpsykologi med 10 års klienterfarenhet. Trots det kraschade hans liv. Idag driver han den välbesökta bloggen separation.se där han hjälper människor som går igenom en separation eller skilsmässa.

Happy, happy: en bok om skilsmässa
Antologi

Bilden av den romantiska, sexuella kärleken bombarderar oss dagligen och äktenskapet är det som ska kröna kärlekssagan. Tills döden skiljer oss åt, så har det predikats i evighets evighet amen. Håller det?

En skilsmässa på tjugohundratalet borde knappast vara något skamligt, ändå upplever många som skiljer sig att de ikläds en offerroll, att de inte tillåts vara lyckliga över sitt beslut.

I antologin Happy, happy - en bok om skilsmässa bjuds läsaren på en annan bild av separation än den som vanligtvis ges. Det är berättelser om skilsmässor som positiva och berikande erfarenheter. En bok som vill stärka och inspirera alla som tagit steget - och alla som kanske funderar på att ta det?



Ny lokalförening i Jönköping



Cecilia Jansson leder den nybildade styrelsen i Jönköping. En journalist från Lokaltidningen var med på startmötet.

I Jönköping håller en ny lokalförening på att bildas. Det är årets andra nystartade lokalförening, i början av 2019 bildades det en i Uppsala. Styrelseordförande i Jönköping är Cecilia Jansson.

För barnens skull – är samhället stöd tillräckligt?

I flera års tid har Stiftelsen Allmänna Barnhuset under Almedalsveckan fått disponera Konstmuséets lokaler. "Barnrättstorget", som det kallas, sjuder av aktivitet och kunskapsutbyten, och det är väl värt ett besök om du har möjlighet. Här ordnar man seminarier och sammankomster och flera av dessa går fortfarande att ta del av på Allmänna Barnhusets Facebook-sida.

Jag deltog i ett seminarium med följande rubrik: "Barn i konfliktfyllda separationer och vårdnadstvister - är samhällets stöd tillräckligt?"

Marianne Gabrielsson från Allmänna barnhuset, Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd, (MFOF) och Socialtjänsten i Norrköping talade om "Samverkansteam - för barn och föräldrar i samband med separation", ett projekt man under fem år provat i några olika kommuner.

Tidigare erfarenheter visar att samhällets stöd vid separationer ofta varit otillräckligt, varför socialtjänsten vill satsa på förebyggande insatser i högre grad. Samverkansteamerna ska försöka ge ett samordnat tvärprofessionellt stöd för att minimera skadeverkningar hos de drabbade. Separerande föräldrar kan fastna i konflikter eller uppleva låsningar, inte minst i vad som rör barnen, och man vill genom Samverkansteamerna ge tidigare insatser med ökad delaktighet och stöd även för dem. Behoven av omvårdnad och utveckling ska inte behöva bli lidande på grund av slitningar mellan föräldrarna.

Minska barnets utsatthet

Följderna av en konfliktfylld separation har enligt forskning (Jennifer McIntosh m fl) visat sig kunna ge långvariga effekter hos barn. Målet med projektet har alltså varit att minska barnets utsatthet och ge stöd utifrån behov man försöker kartlägga i varje enskilt fall. Ett frågematerial - DOORS - baserat på en amerikansk modell har använts. Förutom att få konflikterna att minska och bli mer hanterbara, har målet också varit att antalet vårdnadstvister skulle sjunka i antal.

De olika kommunerna har arbetat utifrån varierande förutsättningar och ett sätt har varit att mötas i grupper varannan vecka. Alla inblandade, barn som vuxna, har erbjudits samtal, men helt frivilligt och utan tvång att båda föräldrarna måste delta. Där behovet fanns erbjöds även barnen uppföljande möten. Man checkade av hur det hade gått med det praktiska kring boendet bl a, och erbjöd varierande stödinsatser.



Cecilia Schubert, styrelseledamot

En positiv och kanske oväntad effekt blev hur frågematerialet uppmuntrade till att fundera över den andre föräldern. För många kom det att bli som en överraskande öppning...

2017 avslutades projektet "Samverkansteam". I en mätning som Norrköping genomfört visade det sig att andelen stämningsansökningar minskat med mer än hälften under de fem år projektet pågick. Effekterna finns dock kvar och det finns märkbara synergieffekter och ökad dynamik i hjälpinsatserna, berättar Anna Skagerström, Socialkontoret Norrköping. Kan-ske har det nu blivit lättare att hjälpa den här gruppen på ett barnvänligare sätt.

Stiftelsen Allmänna Barnhuset har också gjort en film om projektet. Den finns att se på youtube och heter "För barnens skull".

Cecilia Schubert, styrelseledamot

Seminarier i Almedalen

Samtyckeslagen

4 av 10 kvinnor i Sverige har drabbats av sexuella övergrepp. Synen på vad samtycke är skiljer sig mellan män och kvinnor. Mer än var femte man är negativt inställd till lagen.

Samtyckeslagen hade 1 juli funnits i ett år, men för att skapa ett samhälle fritt från sexuellt våld räcker inte enbart en lag. En samtyckeskultur, ett samhälle byggt på frivillighet, respekt och ömsesidighet behövs. I slutet av 2018 lanserade FATTA (ideell medlemsförening för alla som vill engagera sig mot sexuellt våld och för samtycke i praktik och lagstiftning) ett metodmaterial om hur en samtyckeskultur skapas.

FATTA delar ut Madeleine Leijonhufvudpriset. Priset går till en person som gjort viktiga insatser för att få politiker, rättsvårdare och andra att inse vad sexuellt våld och andra övergrepp innebär. Madeleine Leijonhufvud, professor emeritus i straffrätt, hann innan hon dog 2018 uppleva att lagen hon jobbat för i 20 år antogs. Tillsammans med FATTA hade hon 2016 beslutat att ett pris ska delas ut.

Försummade barn

De osynliga barnen är en egen grupp och ofta även blir osynliga i forskning. Den största gruppen barn som far illa är de som är försummade. Exempel på försummelse är kost (svälter ihjäl), tillsyn (drunknar) men brist på kärlek kan också vara försummelse och viktigt att se även när barn är omhändertagna barn m m. Konsekvenser och effekter av försummelse kan bli långtgående och allvarliga.

Hur ska samhället, myndigheter och professioner upptäcka, reagera och agera på försummade barn?

Det värsta för barn är försummelse som pågår var dag. Tandvård är ett exempel. Det har barn rätt till och tandstatus kan visa en del om hur barn har det. Metoder måste hittas som upplevs som stödjande och inte repressivt. Hälsotester skulle behövas för dem som flyttat runt mycket och när ingen följt upp dem.

Skolbarnförsäkring

Kommuner i Sverige har tecknat skolbarnsförsäkring för sina elever. I de flesta fall täcker försäkringen olycksfall både i skolan och på fritiden, men inte i alla kommuner. Det gör att ett stort antal barn under sommarlov är oförsäkrade.

Ska det vara obligatoriskt för kommuner att



Christina Olsson och Marie-Louise Pallin Dolk på Barnrättstorget i Almedalen.

teckna skolbarnsförsäkring som gäller på fritiden? Eller borde föräldrar vara skyldiga att alltid teckna privat försäkring till sina barn?

37 kommuner i Sverige har valt att inte försäkra sina grundskolelever på fritiden visade kartläggning från Forena. 168 950 grundskoleelever finns i dessa kommuner. Av dem uppskattas 55 800 även sakna privat försäkring. Många känner inte till detta. Intervjuundersökningen Forena beställt (858 föräldrar med barn under 18 år) visade att 52 procent av föräldrar var osäkra på om skolbarnsförsäkringen gäller under skoltid eller dygnet runt. 9 av 10 föräldrar vill att kommuner ska få lagstadgad skyldighet att teckna skolbarnsförsäkringar som ger lika skydd oavsett kommun skolan är Län med flest kommuner som inte försäkrat grundskoleelever på fritiden finns i Dalarna och Skåne.

Barnaga

Sverige var först i världen med att för 40 år sedan förbjuda barnaga efter att en treårig flicka misshandlades till döds. 1979 skrevs förbud mot aga in i föräldrabalken. När lagen kom trodde inte många på den. 1965 var 53 procent positiva till barnaga 1974 var siffran 11 procent. Idag har 55 länder förbud mot aga,

56 länder ytterligare har antagit att instifta ett förbud. Av EUs medlemsländer har 22 ett förbud.

Barnombudsmannen har gjort en genomgång av tingsrättsdomar i fall där våld utövats mot barn i uppfostringssyfte. I arbetet har domstolens resonemang utifrån ett barnrättsperspektiv undersökts. Genomgången är en del av ett större arbete där Barnombudsmannen undersöker synen på barn som rättighetsbärande inför att barnkonventionen blir lag.

Bris menar att det måste få ta tid att tala med barnet och många samtal. Trösklar måste sänkas och att alla kan tala med barn i sjukvård, tandvård, socialtjänst. Detta är ett ständigt arbete vi aldrig blir klara med. Sedan 2016-18 har det varit en 31-procentig ökning av kurativa samtal många är dem om våld. Bris vill se en national handlingsplan med arbete att förebygga och minska våld. Det måste prioriteras politiskt.

Barnombudsmannens jurist sa att barn får komma till tals är en grundprincip. Lagen är inte den stora biten utan tillämpningen. Barnen har en rättighet vi inte kan strunta i. De är experter i sin egen situation.

Åsa Janlöv, styrelseledamot



Christina Olsson och jämställdhetsminister Åsa Lindhagen i Almedalen.

Är du ensamförälder? Du är inte ensam!

Bli medlem hos oss – detta erbjuder vi

Som medlem i våra lokalföreningar eller familjenätverk träffar du andra särlevande 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 förälder. 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,
www.makalosa.org

Välkommen som medlem!

Vill du bli medlem i Makalösa?

Gå in på vår hemsida, makalosa.org och klicka på den gröna knappen "Bli medlem". Där fyller du i dina uppgifter för medlemskap. Sedan får du en faktura på medlemsavgiften på 200 kronor per år. Varmt välkommen till oss!

Tack för att du stöttar Sveriges Makalösa Föräldrar och vill vara medlem hos oss!

Stödmedlemskap

för dig som vill stötta oss

Nu finns det möjlighet för personer som vill stötta Sveriges Makalösa Föräldrar att bli stödmedlem.

Stödmedlemskapet är utan kostnad och betyder att du visar ditt stöd för oss som organisation och du får vår medlemstidning digitalt via mejl två gånger per år.

Du som är vän med eller anhörig till en ensamstående förälder kan också bli stödmedlem.

För att bli stödmedlem går du in på makalosa.org och klickar på knappen "Bli Stödmedlem" längst upp.

Dina uppgifter kommer att läggas in i vårt medlemsregister i samband med att du registrerar dig.

Varmt välkommen att stötta oss!



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

Kontaktinformation



STOCKHOLMS LOKALFÖRENING

Anja Barke
stockholm@makalosa.org

LUNDS LOKALFÖRENING

Anders Karlström
lund@makalosa.org

KARLSTAD FAMILJENÄTVERK

Gertrud Gybrant
gertrud.gybrant@gmail.com

FALUNS LOKALFÖRENING

Paulina Brattberg
falunborlange@makalosa.org

HELSINGBORG LOKALFÖRENING

Anders Ekdahl-Ohlsson
helsingborg@makalosa.org

LINKÖPING FAMILJENÄTVERK

Anna Linden
anna_linden10@hotmail.com

UMEÅ LOKALFÖRENING

Linda Söderström
umea@makalosa.org

VÄXJÖ LOKALFÖRENING

Elisabet E Ahlqvist,
engelbrektsson@gmail.com

Susanne Filipsson,
sus_f_o@hotmail.com

STOCKHOLMS FAMILJENÄTVERK

Anja Barke
stockholm@makalosa.org

UPPSALAS LOKALFÖRENING

Ann-Christine Sundström
uppsala@makalosa.org

Eva Lindahl,
eva.lindahl@live.se

vaxjo@makalosa.org

JÖNKÖPING LOKALFÖRENING

Cecilia Jansson
cecilia.jansson@gmail.com

Mer om Sveriges Makalösa Föräldrar

www.makalosa.org

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

 facebook.com/makalosa

ISSN: 1403-1434

FÖRENINGSBREV B
Avsändare:
Sveriges Makalösa Föräldrar
Klara Södra Kyrkogata 20
111 52 Stockholm

SVERIGE
Porto
Betalt



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn