

2026



MAKALÖSA
FÖRÄLDRAR
& barn

ÅRSRAPPORT 2025

Sveriges Makalösa Föräldrar

INNEHÅLL

- 01 Förord
- 02 Det här är Makalösa Föräldrar och vår verksamhetsidé
- 03 Därför finns vi
- 04 Organisation under verksamhetsåret 2025
- 06 Vårt övergripande mål
- 07 Verksamhetsmål 1
- 13 Verksamhetsmål 2
- 21 Verksamhetsmål 3
- 26 Finansiering
- 28 Utvärdering och uppföljning
- 29 Signaturer

FÖRORD



Välkommen till Riksförbundet Sveriges Makalösa Föräldrars verksamhetsberättelse för 2025. Det gångna året har präglats av utveckling, engagemang och ett fortsatt tydligt fokus på att stärka både vår organisation och vår röst i samhällsdebatten.

Under året har vi arbetat målmedvetet med organisationsstruktur för att sänka trösklarna till ideellt engagemang och göra det enklare för medlemmar att vara medskapare i den lokala verksamheten. Genom att utveckla strukturer och finslipa arbetssätt har vi skapat bättre förutsättningar för att vara den medlemsdrivna organisationen vi är.

Samtidigt lever många ensamstående föräldrar under pressade ekonomiska villkor. Höga mat- och boendekostnader präglar vardagen, vilket tydligt framkommer i årets medlemsenkät, där många tvingas låna pengar eller avstå medicin för att klara sina mest grundläggande behov. Med detta som utgångspunkt har vi bedrivit ett aktivt opinionsbildande arbete och tillsammans med våra medlemmar kampanjat för ett höjt bostadsbidrag samt synliggjort konsekvenserna av den ökande barnfattigdomen. Vilket bidrog till att regeringen aviserade en höjning av bostadsbidraget från 2026. Det är ett viktigt erkännande men långt ifrån tillräckligt. Därför går vi in i 2026 som en fortsatt stark röst för värdiga levnadsvillkor inför valet i september.

Arbetet mot ofrivillig ensamhet har varit en central del av vår verksamhet det här året tack vare ett riktat stöd från socialstyrelsen. Genom gemensamma högtidsfiranden som påskmidsommar och halloween, har våra medlemmar fått meningsfulla sammanhang i tider där ensamheten ofta är som mest påtaglig. Vi har också genomfört en medlemskonferens med Stockholmsföreningen och tagit fram en medlemsguide i syfte att sänka trösklarna ytterligare för ideellt engagemang i föreningen.

Under året har vår uppskattade ungdomsverksamhet fortsatt att utvecklas med fokus på att ge våra ungdomar fler trygga sammanhang att växa i. Genom läger och riktade insatser har fler unga fått möjlighet att fördjupa sitt ledarskap och bidra till Makalösa.

Vår gemenskap skapar mening och omsorg där samhällets stöd inte räcker till, och vårt påverkansarbete visar att vi inte accepterar att ensamstående föräldrar och barn lämnas att bära konsekvenserna av politiska beslut i tysthet. Tack till dig som på olika sätt bidragit till att utveckla och stärka Sveriges Makalösa Föräldrar under 2025, nu går vi stolta in i nästa verksamhetsår med framtidstro!

Linda Söderström,
Ordförande för Sveriges Makalösa Föräldrar
27 januari 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 beläget i Stockholm. Makalösa Föräldrar är religiöst och partipolitiskt obunden.

Vårt övergripande mål är att ensamstående föräldrar och deras barn ska ha samma rättigheter och möjligheter att delta i samhället på lika villkor, oavsett familjeform. Arbetet sker genom att erbjuda gemenskapsbaserade aktiviteter som skapar meningsfull fritid för ensamstående föräldrar och deras barn, där erfarenhetsutbyte och delaktighet är centrala. Verksamheten bedrivs genom våra lokalföreningar och familjenätverk i hela landet.

Utöver den lokala verksamheten arbetar Sveriges Makalösa Föräldrar med att synliggöra ensamstående föräldrar och deras barns livsvillkor i samhället. Vi förmedlar kunskap, bedriver opinionsbildning och verkar för att påverka beslutsfattare. Riksförbundet arbetar för ett jämställt föräldraskap där båda föräldrarna erkänns som viktiga för barnet och där barn ges goda och jämlika uppväxtvillkor.

I gemenskap med andra i liknande livssituation ges ensamstående föräldrar och deras barn möjlighet att mötas, dela erfarenheter och bygga sociala sammanhang. Genom sitt engagemang i Makalösa växer man i sitt föräldraskap och får större agens i vardagen.

Våra medlemmar har olika bakgrunder och livssituationer. De kan ha varit ensamstående från början, valt att skaffa barn på egen hand, ha separerat eller förlorat en partner. Föräldrarna kan ha barnen på hel- eller deltid, det som förenar medlemmarna i Makalösa Föräldrar är särlevnad från barnens andra biologiska förälder.

Varje år arrangerar våra lokalföreningar och familjenätverk ett brett utbud av gemenskapsaktiviteter där familjer möts och deltar tillsammans. Aktiviteterna omfattar bland annat läger, skridskoåkning, pysselkvällar, lekplatsträffar och naturaktiviteter samt firande av högtider som jul och midsommar. I vissa lokalföreningar erbjuds även organiserade självhjälpsgrupper.

Mer information om vår verksamhet finns på vår hemsida:
www.makalosa.org

DÄRFÖR FINNS VI

Levnadsvillkoren för ensamstående föräldrar och deras barn är generellt sämre än för barn och föräldrar i sammanboende familjer. En betydande andel av de barn som nås av Makalösa Föräldrar lever i ekonomisk utsatthet, vilket kan leda till begränsade möjligheter till fritidsaktiviteter, socialt deltagande och delaktighet i samhället. Ekonomisk och social utsatthet riskerar i förlängningen att påverka barns hälsa, trygghet och livsvillkor.

För många familjer innebär även konflikter mellan föräldrarna en ytterligare belastning. Bristande kommunikation och långvariga konflikter kan få negativa konsekvenser för barnens välbefinnande och hälsa. Samhället behöver därför utformas så att ensamstående föräldrar och deras barn ges förutsättningar för goda levnadsvillkor, ett jämställt föräldraskap samt att barnets rättigheter enligt barnkonventionen tillgodoses i praktiken.

Vår samlade erfarenhet sedan organisationens bildande 1996 visar att medlemmar kan stötta varandra att må bättre. Vi tror på styrkan i mötet mellan människor och den positiva effekt som uppstår genom att vi umgås, pratar och har roligt tillsammans. Genom igenkänning och erfarenhetsutbyte skapas förutsättningar för att minska isolering och stärker både barn och vuxna. Det är denna insikt som ligger till grund för Makalösa Föräldrars verksamhet.



ORGANISATION UNDER VERKSAMHETSÅRET 2025

Vi växer som organisation och blir fler familjenätverk och fler medlemmar. Verksamhetsåret har genomförts med en engagerad styrelse och ett litet, effektivt kansli som samordnas av generalsekreteraren utifrån beslut på årsstämman och styrelsemötena.



Styrelsen under verksamhetsåret 2025

- Linda Söderholm, ordförande
- Cecilia Schubert, vice ordförande
- Susanne Egeskans, kassör
- Therese Ström, sekreterare
- Sky Forngren, ledamot
- Natali Agirman, suppleant
- Aida Badeli, suppleant

Styrelsen har haft sex styrelsemöten under året inkl. konstituerande möte.

Valberedning

Jenny Sandqvist, sammankallande, Suada Dervisevic, Therese Hagman, Iulia Foght.

Granskande externrevisor

Richard Nygren, auktoriserad revisor på Crowe Sweden AB.

Kansliet

Makalösa Föräldrars kansli består av en generalsekreterare (100%), utöver henne har vi i år haft en vikarierande koordinator på 80% med uppbackning från en administratör på 20% från 15 september. Riksförbundet har sitt kansli på Bellmansgatan 15 i Stockholm. För löpande ekonomihantering anlitar Makalösa Föräldrar företaget Egeskans Bokföring & Redovisning.

Lokalföreningar och familjenätverk

Makalösa Föräldrars aktiva lokalföreningar finns i Umeå, Falun/Borlänge, Uppsala, Stockholm, Örebro, Göteborg, Helsingborg, Lund och Malmö. Under 2025 hade Makalösa Föräldrar totalt 9 lokalföreningar som bedrivit verksamhet.

Makalösa Föräldrars familjenätverk finns i Mjölby, Flen och Nyköping. Under 2025 hade Makalösa Föräldrar totalt 3 familjenätverk som bedrivit verksamhet.

Deltagartillfällen 2025

Vi är så glada och stolta över att ha haft totalt 6495 deltagartillfällen över året som gått. Det är sammanlagt för lokalföreningarna, familjenätverken och riks aktiviteter. Deltagartillfällen berättar hur många som deltagit i våra aktiviteter totalt. Den höga siffran visar att vi genomför viktig verksamhet som ensamstående familjer vill ta del av. Vi hoppas se denna siffra öka ännu mer kommande år!

Så här många
deltagartillfällen har
vi haft i Makalösa
Föräldrar under 2025!



6495

VÅRT ÖVERGRIPANDE MÅL

Det övergripande målet för Sveriges Makalösa Föräldrar är att skapa goda levnadsvillkor för ensamstående föräldrar och deras barn. Detta genom att motverka ensamhet och fattigdom och att ge våra medlemmar ett större socialt nätverk och ökat handlingsutrymme. Ensamstående föräldrar och deras barn ska ha samma rättigheter och kunna delta i samhället på lika villkor oavsett vilken familjeform man lever i, och ges goda förutsättningar till ett värdigt liv och god hälsa.

Våra strategiska verksamhetsmål



Nr. 01
Stärka föräldrar och barn genom lokalt stöd



Nr. 02
Sveriges Makalösa Föräldrar är en stark samhällsaktör



Nr. 03
Riksförbundets aktiviteter, organisation och satsningar

VERKSAMHET INOM VARJE MÅLOMRÅDE 2025



Nr. 01: Stärka föräldrar och barn genom lokalt stöd

Makalösa erbjuder meningsfulla verksamheter för ensamstående föräldrar och deras barn genom våra lokalföreningar och familjenätverk i hela Sverige. Vi erbjuder stöd, utbildning och erfarenhetsutbyte som främjar gemenskap. Till exempel stöttar riksförbundet lokalföreningarna och familjenätverken ekonomiskt för att de ska kunna genomföra egna läger och aktiviteter.

Målgruppen för verksamhetsmål 1 är Makalösa Föräldrars lokalföreningar och familjenätverk, inklusive medlemmarna - föräldrar och barn.

Konkreta mål

Dessa målsättningar kommer ur vår verksamhetsplan som sträcker sig 2025-2027. Det är utifrån dessa som vi utgår när vi genomför verksamhet. Vissa av verksamhetsmålen har genomförts i år, vissa kommer genomföras senare eller löpande över treårsperioden.

- Stärka lokalföreningarnas och nätverkens arbete och utveckling genom kontinuerligt stöd till, och dialog med, lokalföreningarnas styrelser och nätverksdrivare, samt stimulera erfarenhetsutbyte mellan lokalföreningarna och nätverken.
- Stötta lokalföreningarna i finansieringen av minst fem mer kostsamma gruppaktiviteter per år, såsom högtidsfiranden, utflykter och läger.
- Utbilda och stötta lokalföreningarnas styrelser i förenings- och styrelsearbete genom samarbete med studieförbund.
- Genomföra minst fem ansökningar till fonder och stiftelser vigda åt föreningsaktiviteter och lägerverksamhet (Se Finansiering sid. 26).
- Utveckling av ungdomsverksamheten lokalt.
- Värva minst 100 nya medlemmar per år genom riktade insatser.
- Motverka ofrivillig ensamhet och isolering hos våra medlemmar.
- Sänka trösklarna för ideellt engagemang.

→ En årlig utbildningshelg för lokalföreningarnas styrelser

Resultat:

Årets utvecklingskonferens genomfördes i 10-12 oktober med fokus på organisationsutveckling. Tillsammans med styrelserepresentanter från våra föreningar och nätverk utvärderade vi och utvecklade den nya medlemsguiden för medlemsdriven verksamhet. Vi pratade också om konflikthantering lokalt och hur processen kring uteslutning av medlemmar ser ut.

→ Finansiering och stöd till lokalföreningarna/familjenätverken för genomförande av aktiviteter

Resultat:

Riksförbundet har delat ut medel till lokalföreningarna och familjenätverken för att stötta deras olika aktiviteter under året. Det gäller allt från högtidsfirandet till läger och sociala aktiviteter (Se Finansiering sid. 26). Sammantaget under året har det genomförts ca 6495 deltagartillfällen inom vår förening.

→ Etablering av nya lokalföreningar/familjenätverk och starthjälp för deras styrelser/nätverksdrivare

Resultat:

Under verksamhetsåret har vi etablerat ett nytt familjenätverk i Nyköping samt initierat ny verksamheten i Norrköping. Även i Halmstad och Trestad förs det dialog med intresserade medlemmar för kommande uppstartsförsök av lokala familjenätverk.



Lera och keramik med nystartade familjenätverket i Nyköping.

→ **Samarbete med studieförbund**

Resultat:

Tillsammans med studieförbunden har lokalföreningarna haft möjlighet att låna deras lokaler för att genomföra olika aktiviteter och möten.

→ **Löpande stöd till lokalföreningarnas demokratiska arbete i styrelserna**

Resultat:

Generalsekreteraren arbetar nära lokalföreningarna och har kontinuerlig kontakt för att stötta de i deras pågående arbete. Under verksamhetsåret har generalsekreteraren haft kontakt med respektive lokalförening minst två gånger per termin och deltagit i åtta årsmöten.

→ **Uppföljning av lokalföreningarnas/familjenätverkens verksamhet**

Resultat:

För att lokalföreningarna/nätverken ska få finansiering för sina lokala aktiviteter och läger begär riksförbundet att de redovisar aktiviteternas innehåll, budgetutfall och deltagarlista, detta för att kunna kvalitetssäkra. Vi tar också in deltagarutvärderingar för föreningarnas/nätverkens läger samt för en löpande dialog kring lokala aktiviteter med anledning av lokal verksamhetsutveckling.

→ **Stötta föreningarnas/familjenätverkens familjeläger**

Resultat:

Vi har under året stöttat lokalföreningarna/nätverken i att planera och genomföra familjeläger som en prioriterad verksamhet. Sju sådana familjeläger har genomförts i samarbete med föreningarna Malmö, Umeå, Göteborg, Uppsala, Örebro, Flen & Mjölby samt Lund & Helsingborg.

→ **Pre-camps - lokala läger för "preteens"**

Resultat:

Det har genomförts tre stycken pre-camps som riktar sig till barn i åldrarna 11–13 år. Målet har varit att skapa bättre förutsättningar för dem att våga ta steget och delta i vårt ungdomsläger. Planen var att genomföra fyra pre-camps i år men på grund av att intresset var för lågt så fick vi slå ihop två av dem. Av samma anledning så planerar vi att genomföra pre-camps på ett annat sätt kommande år som bättre möter behovet.

→ Sänka trösklar för ideellt engagemang

Resultat:

Vi har ökat arbetet med att underblåsa medlemsdriven verksamhet och att engagera fler i verksamheten, särskilt genom satsningen på att motverka ofrivillig ensamhet.

→ Medlemsguide och mallar

Under verksamhetsåret har vi arbetat fram en medlemsguide som är en praktisk handledning i att planera och genomföra aktiviteter lokalt, för att fler i föreningarna och nätverken ska kunna ta initiativ och vara medskapare av verksamheten. Tillsammans med den har vi tagit från mallar som underlättar processen.

→ Medlemskonferens

Riksförbundet har i samarbete med Stokholms Makalösa Föräldrar genomfört en medlemskonferens den 6-7 september med inspirationsföreläsare och praktiska övningar i verksamhetsplanering som mynnade ut i flera aktiviteter under hösten.

→ Engagemang som stärker föräldraförmågan

Ett ideellt engagemang stärker idividen på ett sätt som ger positiva effekter i vardagen. Att kunna bidra till gemensamma aktiviteter i föreningen ger ett ökat egenvärde och större agens. Tillsammans med att kunna göra roliga saker med sina barn så stärker det föräldraskapet och relationerna inom familjen. Vi ser denna positiva effekt inom föreningen när fler är drivande och medskapare än bara deltagare.



En av workshopgrupperna presenterar sin aktivitet under medlemskonferensen.

→ Flera högtidsfiranden

Resultat:

Under året har det genomförts högtidsfiranden och fester med anslag från socialstyrelsen för att motverka ofrivillig ensamhet (se "Finansiering" sid 26). Dessa har skett på påsk, midsommar och Halloween, samt sommarfester/kräftskivor, och därtill har vi kunnat genomföra fem julaftonsfiranden med hjälp av en privat donation.

→ Motverkar ofrivillig ensamhet

Många av våra medlemmar vittnar om att ensamheten gör sig som mest påmind runt högtider. Genom våra gemensamma högtidsfiranden har vi skapat fina sammanhang för firande i tider där många annars skulle varit ensamma.

→ För och av makalösa föräldrar

Högtidsfiranden är större arrangemang som alla behöver genomföra tillsammans för att det ska vara möjligt. Ansvar och uppgifter delas upp mellan deltagarna och på så sätt är det en typ av verksamhet som går hand i hand med arbetet att sänka trösklarna för ideellt engagemang. Detta är ett arbetssätt som vi vill ska genomsyra alla våra aktiviteter.



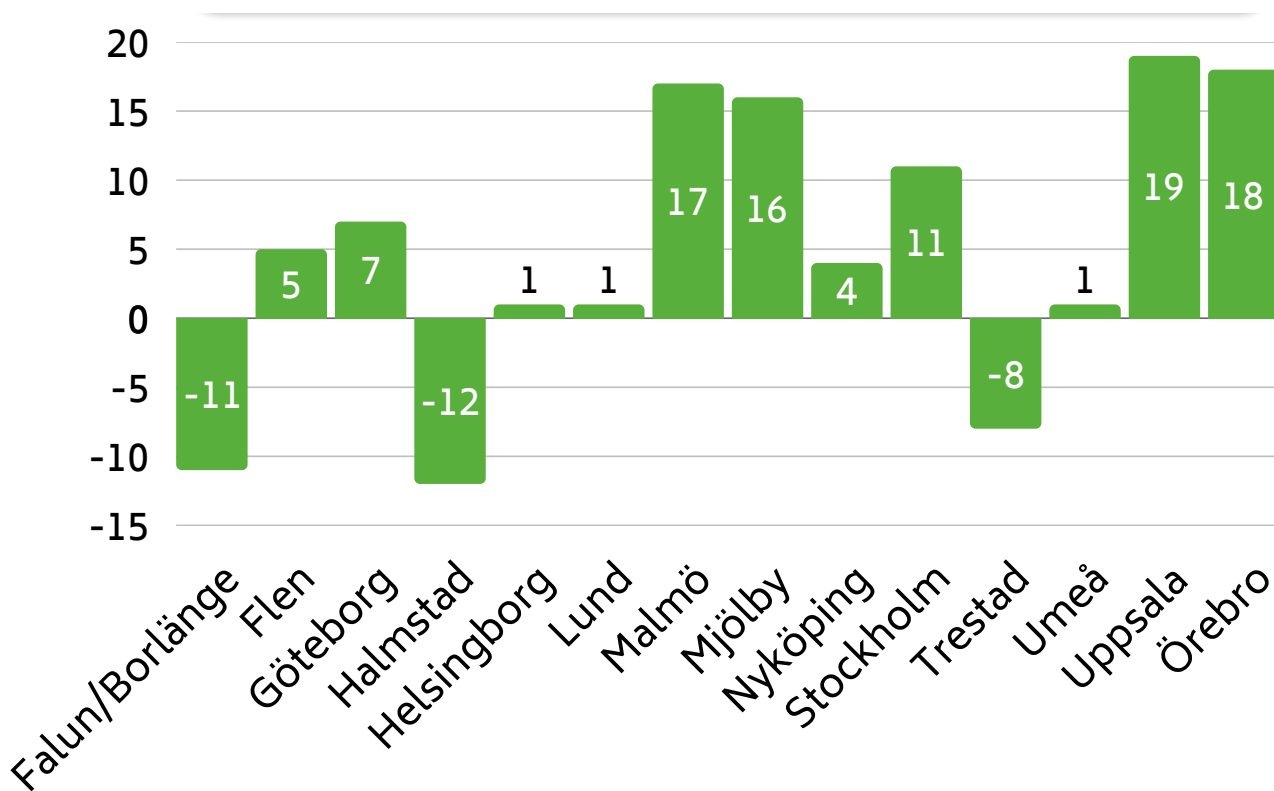
Halloweenfirande i Makalösa Lund med pumpakarovning.



Makalösa Mjölby har hinderbana i en gymnasal.

+69

Utvecklingen över antal familjer från 2024 till 2025





Nr. 02: Vi synliggör ensamstående föräldrar och deras barn i samhället

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.

Målgruppen för verksamhetsmål 2 är beslutsfattare, politiker, myndigheter, andra civilsamhällesorganisationer, samhällsaktörer och media.

Målsättningar

Dessa målsättningar kommer ur vår verksamhetsplan som sträcker sig 2025-2027. Det är utifrån dessa som vi utgår när vi genomför verksamhet. Vissa av verksamhetsmålen har genomförts i år, vissa kommer genomföras senare eller löpande över treårsperioden.

- Årligen sammanställa aktuella fakta om ensamstående föräldrar och deras barns förutsättningar och levnadsvillkor.
- Skapa och ta tillfälle att lyfta Makalösa Föräldrars fokusfrågor i politiska och mediala sammanhang.
- Vara en aktiv remissinstans i för oss relevanta frågor.
- Driva kampanj för våra fokusfrågor för att påverka politiska beslut.
- Öka den allmänna medvetenheten om ensamstående föräldrar och barns livsvillkor och utmaningar.

Aktiviteter 2025

→ Grötlunch för riksdagsledamöter

Resultat:

Den 9 april genomförde Sveriges Makalösa Föräldrar en manifestation i form av en grötlunch på Mynttorget utanför riksdagen. Aktionen riktade sig mot regeringens beslut att slopa det tillfälliga tillägget i bostadsbidraget, ett beslut som försämrade ekonomin för omkring 100 000 barnfamiljer, särskilt ensamstående föräldrar. Genom personliga vittnesmål synliggjordes hur ökade levnadskostnader redan tvingar många att leva på gränsen, ibland genom att hoppa över måltider. Manifestationen uppmärksammades av rikstäckande medier och flera politiker tog del av medlemmarnas erfarenheter, vilket tydliggjorde de allvarliga konsekvenserna av en sänkning av bostadsbidraget.



Grötlunch med riksdagsledamöter på Mynttorget.

→ Kommunikationsaktiviteter i våra egna kommunikationskanaler

Resultat:

Löpande kommunikation i våra egna kanaler har skett under verksamhetsåret 2025. Vi har bland annat publicerat all medial medverkat på hemsida och trappat upp närvaron i sociala medier genom uttalanden, artiklar och andra inlägg.

→ Digital kampanj och namninsamling

Resultat:

Under juni genomförde Sveriges Makalösa Föräldrar kampanjen #SommarlovsHunger, med syfte att synliggöra den akuta ekonomiska situationen för ensamstående föräldrar inför sommarlovet, särskilt i ljuset av sänkt bostadsbidrag. Genom att medlemmar delade bilder och vittnesmål om tomma kylskåp veckorna före barnbidraget skapades opinion och medial uppmärksamhet, och kampanjen avslutades med att namninsamlingen överlämnades till socialförsäkringsminister Anna Tenje under Almedalsveckan.

→ Riksdagsseminarium om bostadsbidraget

Resultat:

Den 21 maj medverkade Sveriges Makalösa Föräldrar tillsammans med Hyresgästföreningen vid ett riksdagsseminarium om bostadsbidraget och ensamstående föräldrars ekonomi. Genom aktuell statistik och personliga vittnesmål tydliggjordes den utbredda ekonomiska stressen bland ensamstående föräldrar och den avgörande betydelsen av bostadsbidraget, vilket gav riksdagsledamöter och tjänstemän en konkret bild av en akut samhällssituation.



Medlemmar och generalsekreteraren för Makalösas talan under riksdagsseminarium.

→ Besvara remisser från statliga utredningar och skicka skrivelser till relevanta beslutsfattare

Resultat:

Under 2025 gavs Makalösa föräldrar möjlighet att ge våra synpunkter på en statliga utredning.

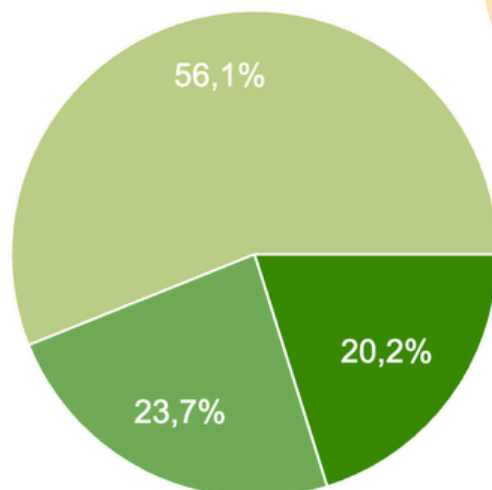
- Remissvar - Utredningen om barnets ställning i familjerättsliga frågor, Ju 2025:16

→ Årlig medlemsenkät

Resultat:

I oktober 2025 genomförde vi vår årliga medlemsenkät, där vi samlar fakta och statistik om våra medlemmars situation. Årets enkät fick totalt 700 svar. Några av resultaten var bland annat:

- 44% uppger att de har behövt låna pengar eller handlat på faktura för att klara sina mest basala behov.
- 30% säger att de behövt avstå receptbelagd medicin av ekonomiska skäl.
- 70% anger att deras ekonomi inte skulle gå ihop utan ekonomiskt stöd eller bidrag.



Har du under det senaste året behövt **låna pengar** eller **handla på faktura** för att klara dina mest basala kostnader?

- Ja, regelbundet
- Ja, några gånger
- Nej

→ Deltagande i samtal, seminarier och möten med beslutsfattare

Resultat:

Nedan listas de seminarium och samtal som Sveriges Makalösa Föräldrar medverkat i under verksamhetsåret 2025 som inte framgår av övriga punkter.

- 24/1 Möte med Nooshi Dadgostar, partiledare (V), och Isabell Mixter, riksdagsledamot (V) om vår rapport.
- 30/4 Digitalt livesamtal med Annika Strandhäll (S) om sänkningen av bostadsbidraget och situationen för ensamstående föräldrar.
- 7/5 Möte med Tove Samselius, lektor i socialt arbete vid Malmö universitet.
- 25/6 Möte med Marie Linder, förbundsordförande för hyresgästföreningen, under Almedalsveckan.
- 25/6 Deltagande i Almedalsseminarium hos Hyresgästföreningen "Ekonomi vänder! Men för vem?"
- 25/6 Samtal med Jakob Forssmed (KD) under Almedalsveckan.
- 25/6 Möte med Oscar Sjöstedt (SD) under Almedalsveckan.
- 26/6 Möte med Lena Hallengren (S) under Almedalsveckan
- 26/6 Deltagande i Almedalsseminarium hos Handels "Working poor i Sverige"
- 15/12 Deltogade i en hearing om barnets ställning i familjerättsliga frågor, i den pågående statliga utredningen JU 2025:16.



Generalsekreterare Christina Olsson träffar beslutsfattare i Almedalen.

→ Debattartiklar, pressmeddelanden och medverkan i media

Resultat:

Nedan listas debattartiklar och medverkan i media som skett under verksamhetsåret 2025.

Debattartiklar

- 16/4 Altinget "Sänkt bostadsbidrag är en katastrof för ensamstående mammor, Anna Tenje"

Poddavsnitt

- 7/2 - Makalösa Podden - S4E1: "Medlemsintervju med Caroline Öberg"

Pressmeddelanden/uttalanden

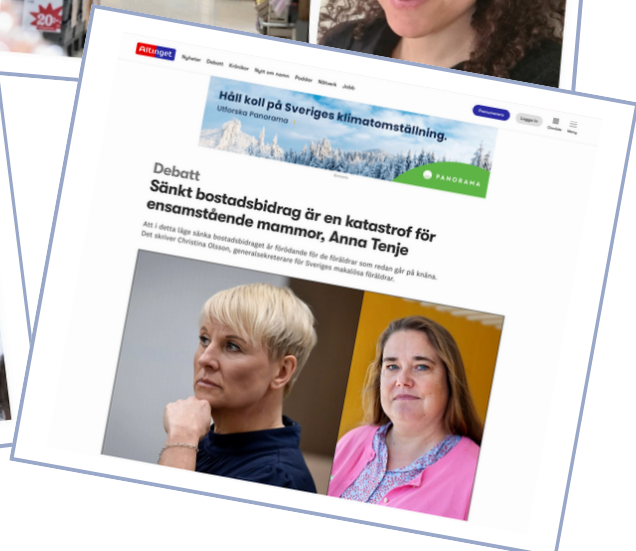
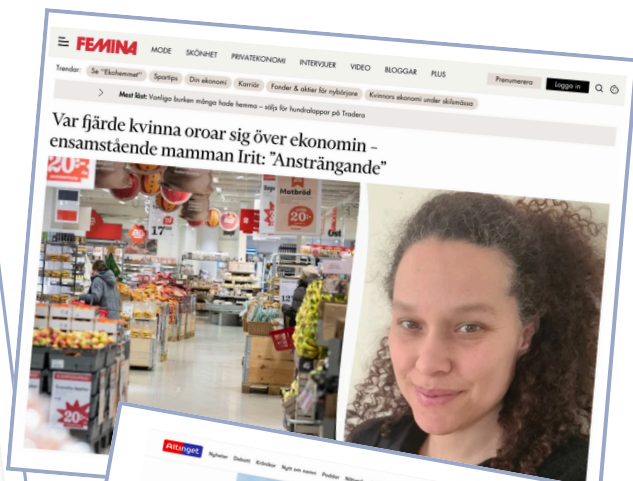
- 14/4 - Uttalande: Ensamstående med två barn går över 3000kr back varje månad - hur?
- 15/4 - Pressmeddelande: Regeringens budget "Klarna - det nya bostadsbidraget"
- 16/6 - Pressmeddelande: Barnfamiljer går hungriga – samtidigt sänker regeringen stödet
- 3/9 - Pressmeddelande: Regeringen har sänkt bostadsbidraget mer än de höjer det

Medverkan i media

- 21/1, reportage i Aftonbladet "Caroline, 39, hoppar över måltider – har inte råd"
- 23/1, medverkan i Efter Fem TV 4 "Caroline tvingas hoppa över måltider för att ge barnen mat"
- 25/1 Intervju i P4 Sörmland "Trebarnsmamman Carolines pengastress – undviker att äta"
- 7/2 intervju i Hem & Hyra "Kvinnor tvingas bo trängre än män efter separation: "Sover i vardagsrummet""
- 11/2 intervju i ETC "Vräkningarna ökar för fjärde året i rad"
- 12/2 intervju i Dagens Arena "Väntetiderna för bostadsbidrag ökar – "Blir att man lånar i stället""
- 9/3 intervju i FaluKuriren ""Matkassen på Klarna" – ensamstående föräldrar går på knäna"
- 24/3 intervju i Dagens Arena "Tondövt av regeringen att slopa extra bostadsbidraget"
- 13/4 reportage i Aftonbladet "Trebarnsmamman Caroline, 38, lever på 400 i månaden"
- 14/5 intervju i ETC "Varningen: ensamstående handlar mat på kredit"
- 14/5 intervju i Aftonbladet "Ensamstående Alexandra om regeringens budgeten: "En skymf"

Medverkan i media forts.

- 22/5 intervju i Dagens Arena "Bostadsbidrag avskaffas snart: "Sparkar på dem som ligger""
- 22/5 Reportage i Vänsterbottenkuriren "Skapar möjligheter en tuff sommar: "Tror många föräldrar har panik"
- 23/5 intervju i ETC "Ensamstående kräver höjt bostadsbidrag: "Äter inte frukost längre""
- 17/6 intervju i ETC "Så många barn växer upp i en skuldsatt familj"
- 26/7 intervju i ETC "Regeringen vill öka barnafödandet – men ekonomiska lösningar kan slå snett"
- 4/8 intervju Sydsvenskan "Sommarlov utan skolmat – tufft för många barnfamiljer i Skåne"
- 13/8 intervju i Dagens Arena "Barnfamiljer extra utsatta på sommaren – "Måste få upp lönerna""
- 18/9 intervju i ETC "Ilskan mot regeringen efter bidragstaket: "Totalt systemskifte""
- 6/11 intervju i mama "Det finns en bild av att ensamstående föräldrar är oansvariga"
- 11/11 reportage i Femina "Var fjärde kvinna oroar sig över ekonomin – ensamstående mamman Irit: "Ansträngande""
- 11/12 intervju i Dagens Arena "Ny rapport: Ensamstående pressade inför jul"



Gör bostadsbidraget anpassat till verkliga kostnader

Bostadsbidraget måste höjas och indexeras mot inflation och faktiska boendekostnader. Beräkningsperioden för bostadsbidraget måste ändras för att minska återkrav vid inkomstvariationer. Ett urholkat bostadsbidrag driver barnfamiljer rakt in i akut ekonomisk kris.

Motverka barnfattigdomen

Barnfattigdom ökar i Sverige; Rädda Barnens rapport från 2025 visar att ungefär 1 av 8 barn lever i ekonomisk utsatthet. Politik som pressar ensamstående föräldrar ekonomiskt strider mot kunskapsläget om barns hälsa, skolresultat och långsiktiga livsvillkor.

Samhället bränner ut ensamstående - "fattig med lön"

Ensamstående föräldrar som arbetar ska inte leva i ekonomisk kris. Regeringen måste erkänna och åtgärda det växande problemet "fattig med lön" i stället för att driva en symbolisk arbetslinje. Ekonomisk otrygghet, bostadsstress och ständig brist på marginaler skapar toxiska stressnivåer som enligt forskning är en grundorsak till långvarig ohälsa och långa sjukskrivningar.

Förebyggande stöd framför hårdare villkor

Forskning visar att tidiga ekonomiska insatser minskar långvarigt behov av försörjningsstöd. En politik som ökar ekonomisk otrygghet leder i stället till att skuldsättningar och sjukskrivningar ökar.



Bilder från sommarlovskampanjen "Stoppa sommarlovshungern!"



Nr. 03: Riksförbundets aktiviteter, organisation och satsningar

Riksförbundet tar ett övergripande ansvar över förbundets framtid och behov. Genom satsningar på organisationen kan vi bli effektivare och jobba strategiskt mot våra målsättningar. Våra centrala arrangemang för både föräldrar och barn är otroligt uppskattade och skapar i sin tur bättre förutsättningar att driva verksamhet lokalt. Vi genomför aktiviteter och projekt som stärker föräldraskapet och underlättar föreningsarbetet. Genom ungdomsläger bygger vi ledarskap och framtidstro hos våra medlemmar som är barn.

Målgrupp inom detta verksamhetsmål kan vara lokalföreningarnas styrelser och våra nätverksdrivare, medlemmar, stödmedlemmar, finansiärer eller samarbetspartners.

Konkreta mål

Dessa målsättningarna kommer ur vår verksamhetsplan som sträcker sig 2025-2027. Det är utifrån dessa som vi utgår när vi genomför verksamhet. Vissa av verksamhetsmålen har genomförts i år, vissa kommer genomföras senare eller löpande över treårsperioden.

- Involvera fler barn och ungdomar i lägerverksamhet.
- Att genom möten, gemensamma aktiviteter, utflykter och läger utveckla föräldraskapet.
- Säkra finansiering för att ytterligare stärka vår lokala verksamhet och genomföra övergripande projekt (Se Finansiering från sid 26).
- Effektivisera styrelsearbetet och kanslifunktionen för att utveckla vårt arbete med bland annat mål- och resultatstyrning och digitalisering.

→ Ungdomsverksamhet

Resultat:

SMF har genomfört flera läger och utbildningstillfällen under verksamhetsåret som riktas till de ungdomar som är medlem i vår förening, särskilt för åldersgruppen 14-18 år.

→ Ledarkonferens inför årets lägerverksamhet

Ledarkonferensen är en ungdomsledarutbildning där åtta ungdomsledare ses och utvecklar sitt ledarskap för att genomföra vårt ungdomsläger och fortsättningslägret. Ledarkonferensen genomfördes 17-21 april på Kungsberget.

→ Ungdomslägret 2025 & återträffen

Vårt årliga ungdomsläger skedde 20-26 juli BUA-gården i Bohuslän för ungdomar i åk 7-9. Under lägret får deltagarna bland annat reflektera kring livets stora frågor, såsom vem man vill vara och hur man vill leva sitt liv. Vi blandar skoj med meningsfulla samtal. Ungdomarna fick sedan återses på en återträff i Stockholm den 18-19 oktober, där vi bland annat besökte Gröna Lund och fick en guidad tur på Sveriges riksdag.



Gruppbild från återträffen i oktober.

→ Fortsättningsläger

De ungdomar som deltagit i ungdomslägret de senaste 2-3 åren får möjlighet att delta i vårt fortsättningsläger. Syftet med fortsättningslägret är att vidareutveckla ungdomarnas ledarskap och självledarskap. Lägret hölls på BUA-gården i Bohuslän.

→ Familjeverksamhet

Resultat:

Utflykter och läger som anordnats av riksförbundet som möjliggjorts av för året specifika förutsättningar. Dessa har vi valt att erbjuda medlemmar som inte har haft möjligheten att delta på någon större sommaraktivitet som kompletterande till lokalföreningarnas/nätverkens utflykter och läger.

→ Extra familjeläger i Finnhamn

Riksförbundet anordnade ett familjeläger på Finnhamn för familjer som inte kunnat åka på något annat sommarläger. Lägret tog plats 6-10 juli och åtta familjer från närliggande orter deltog. Detta läger möjliggjordes av att vi fick en gratisvecka boende på Finnhamn av Finnhamns Arkipelag AB. Det blev sol och bad och mycket lek och gemenskap.



Gruppen från familjelägret i Finnhamn.

→ Höstlovsresa

Vi genomförde en resa med övernattnig till Västerås för familjer som inte haft möjligheten att delta på någon större sommarlovsaktivitet. Sex familjer fick boende och besök på både äventyrsbadet Kokpunkten och äventyrsbanan Prison Island tack vare en privat donation.

→ Använda och följa upp årshjulet för styrelsearbetet

Resultat:

Verksamheten kvalitetssäkras i form av systematisk uppföljning från styrelsen via bland annat ett årshjul, där aktiviteter planeras och följs upp löpande.

→ Ett aktivt internt kommunikationsarbete

Resultat:

Vi har under året, utöver att kontinuerligt uppdaterat vår hemsida samt sociala medier, skickat ut en medlemstidning till medlemmar och bidragsgivare per post i november. Vi har även skickat ut nyhetsbrevet "På gång i Makalösa" till familjenätverken och lokalföreningarnas styrelser vid tolv tillfällen, och ungefär nio verksamhetsutskick till alla medlemmar.

→ Årsstämma och konferens 2025

Den 13 april genomförde Sveriges Makalösa Föräldrar sin årsstämma i Södertälje, och dagen innan bjöd på samtal och workshops i bland annat det nya medlemsregistret och i lokal marknadsföring. Det var en helg fylld av erfarenhetsutbyte och viktiga beslut. Medan föräldrarna diskuterade så fick föreningens barn hitta på annat, bland annat ett besök på Tom Tits.



Ombud och förtroendevalda som deltar i gruppsamtal under årsstämmohelgen.



Generalsekretararen tillsammans med Hyresgästföreningens chefekonom Martin Hofverberg.

→ Samarbete med andra relevanta organisationer

Resultat:

Stiftelsen Odd Fellow Barnkoloni - gratisvecka på BUA-gården för ungdomsläger.

Allmänna barnhuset - arbetar för att stärka barn i utsatta situationer

Familjepolitiskt nätverk – samarbete med Föreningen för surrogatmödraskap, RFSL, RFSU, Malmö mot diskriminering, Antidiskrimineringsbyrån Syd och Juridiska institutionen vid Göteborgs universitet

Femmis - förening för frivilligt ensamstående föräldrar där vi driver frågan om barnomsorg på obekvämt arbetstid tillsammans

Forum – idéburna organisationer med social inriktning

Idea - arbetsgivarorganisationen för den ideella sektorn

Handels fackförbund - gemensam medverkan i Almedalen.

Hyresgästföreningen - medlemsorganisation för hyresgäster

Oxfam - global organisation som bekämpar ojämlikhet för att få slut på fattigdom och orättvisa

Majblomman – en ideell barnrättsorganisation som arbetar för att motverka barnfattigdom

MFoF - arbetar för att barn ska få en trygg uppväxt och bra relation till sina föräldrar

VBU - driver frågor kring vårdnadsprocesser

Rädda Barnen - arbetar för barns rättigheter i Sverige och i världen

Sensus - studieförbundet som vi samarbetar med

Finnhamn - gratisvecka på vandrarhemmet i Finnhamn.

FINANSIERING

Föreningen har som tidigare år fått statsbidrag från Socialstyrelsen som utgör en avgörande del av organisationens ekonomi. Utöver det har vi även sökt och beviljats medel från fonder och stiftelser för att kunna utöka vår verksamhet. Därtill har vi mottagit en del gåvor från privatpersoner.

→ Statsbidrag från Socialstyrelsen

För verksamhetsåret 2025 har vi mottagit ett statsbidrag från Socialstyrelsen på 2,5 miljoner. Detta finansierar bland annat organisationens administration, personal, kontor, resor, föreningsaktiviteter/läger och våra två årliga konferenser.

→ Motverka ofrivillig ensamhet

Vi blev beviljade bidrag från Socialstyrelsen på 532 000 kr för att motverka ofrivillig ensamhet och isolering bland ensamstående föräldrar och barn. Dessa pengar har gått till att finansiera högtidsfiranden, tider då ensamhet kan vara som mes påtaglig, och insatser för att sänka trösklarna för ideellt engagemang så som en medlemskonferens tillsammans med Stockholmsföreningen. Se mer under verksamhetsmål 1.

→ Ansökningar till fonder och stiftelser

→ Stiftelsen Kronprinsessan Margaretas Minnesfond

Makalösa Föräldrar beviljades 1 miljon för att utveckla vår ungdomsverksamhet över två år, alltså 500 000 per år. Projektet kallas Trippel U (Utveckla, Utöka Ungdomsverksamheten) och löper under 2024-2025. Med hjälp av stiftelsen har vi fortsatt kunna bedriva vårt ungdomsläger och dess återträff. Därtill har vi kunnat utöka ungdomsverksamheten med fortsättningsläger, ledarkonferensen och pre-camps. Se mer om dessa aktiviteter under framförallt verksamhetsmål 3, men även verksamhetsmål 1.

→ Kungliga sällskapet Pro Patria

Under 2025 har Kungliga sällskapet Pro Patria finansierat sju av lokalföreningarnas sommarläger. För verksamhetsåret 2025 fick SMF 250 000 kronor för att genomföra dessa läger. Vi har beviljats stöd för lägerverksamhet även de nästkommande två åren. Se mer om dessa aktiviteter under verksamhetsmål 1.



Deltagare och ungdomsledare på årets ungdomsläger på BUA-gården.

→ **Stiftelsen Odd Fellows barnkolloni**

Odd Fellow erbjuder SMF lägerveckor på BUA-gården i Bohuslän. Under 2025 fick vi en gratisvecka vilket gjorde det möjligt för oss att som brukligt genomföra vårt årliga ungdomsläger. Se mer under verksamhetsmål 3.

→ **Stiftelsen Karin och Ernst August Bångs minne**

Från denna stiftelse har vi fått 50 000 kronor för sommaraktiviteter. Pengarna gick till en större utflykt till Skara sommarland för medlemmar i Örebro's förening, och delfinansiering av Lund och Helsingborgs sommarläger.

→ **Giving People**

Beviljat stöd på 20 000 kronor för att sponsra medlemskap och lägeravgift för medlemmar med en årsinkomst under 230 000 kronor per år.

→ **Gåvor från privatpersoner**

Vi har under året mottagit flera större gåvor från privatpersoner som uppnår 260 000 kr. Dessa har bland annat gått till att finansiera familjelägret på Finnhamn, höstlovsresan till Västerås (Se verksamhetsmål 3), julaftonsfiranden (Se verksamhetsmål 1) inkl. utdelning av presentkort för julklappar till 65 personer samt sponsrade medlemskap. 5000 kr skänktes från Vi Förenade fastigheter som en julgåva.

UTVÄRDERING OCH UPPFÖLJNING AV VERKSAMHETEN

→ **Kvalitetssäkring av verksamheten**

Verksamheten leds av generalsekreteraren som regelbundet följer upp verksamheten med varje enskild lokalförening minst två gånger per termin. Generalsekreterarens arbete utvärderas och följs upp kontinuerligt av förbundsstyrelsen, minst fem gånger per år. Styrelsens ordförande och kassör för löpande dialog med generalsekreteraren mellan styrelsemöten. Styrelsens arbete och föreningens ekonomi granskas i sin tur av auktoriserad revisor och även av årsstämman där rapport om årets verksamhet avges och ansvarsfrihet prövas. Verksamheten dokumenteras årligen i denna verksamhetsberättelse.

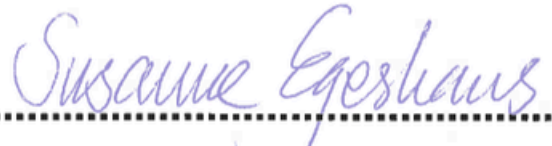
→ **Utvärdering av enskilda aktiviteter**

Under det gångna året har vi fortsatt och utvecklat arbetet med att utvärdera enskilda aktiviteter. Detta gör vi genom utskick av enkäter till deltagare på våra olika aktiviteter. Utifrån samlade svar kan vi jobba medvetet med att förbättra våra läger, konferenser och andra aktiviteter.

SIGNATURER



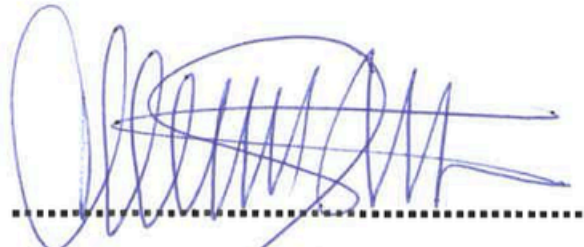
Linda Söderström, ordförande
2026-02-01



Susanne Egeskans, kassör
2026-02-01



Cecilia Schubert, vice ordförande
2026-02-01



Therese Ström, sekreterare
2026-02-01



Sky Forngren, ledamot
2026-02-01