

Ungdomsjouren Fria

Verksamhetsberättelse

2025



Innehåll

Om oss → 01

Vision & värdegrund → 04

Verksamheten 2025 → 05

Fria Tillsammans → 18

Styrelsens arbete → 20

Sponsorer & bidrag → 22



Om oss

Ungdomsjouren Fria är en ideell förening som finns där för unga genom att lyssna, stötta och stärka. Vi skapar trygga platser digitalt och fysiskt där unga kan vara sig själva, känna sig sedda och få stöd i det som kan vara svårt i vardagen. Vi arbetar brett med ett fokuserat mål: ett jämställt samhälle fritt från våld.

Många unga utsätts för kränkningar och våld, både i nära relationer och i sin vardag. Detta kan få bestående konsekvenser för deras fysiska och psykiska hälsa.

Ungdomsjouren Fria är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell förening som arbetar professionellt och aktivt tar avstånd från våld i alla former. Vi erbjuder stöd och arbetar förebyggande för ett jämställt samhälle fritt från våld, där unga kan känna trygghet, gemenskap och möjlighet att växa. Kvalitetssäkring och kontinuerlig utveckling är grundläggande för vår verksamhet.

Vår jour är medlem i Unizon, ett förbund där mer än 140 idéburna och icke-vinstdrivande kvinnojouren, tjej-, trans- och ungdomsjouren som arbetar för ett jämställt samhälle fritt från våld ingår.

Vi möter frågor som många unga bär på, så som ensamhet, psykisk ohälsa och utsatthet för våld. Vi har ett stort fokus på att förebygga våld och ge unga verktyg att bygga relationer präglade av respekt, jämställdhet och ömsesidig förståelse. Vi vill att varje ung människa ska känna att de har rätt till trygghet, ett liv fritt från våld och stöd genom det som är svårt.

Genom våra aktiviteter, mötesplatser och samtal arbetar vi för att unga ska känna stöd, gemenskap och hopp. Som en liten organisation har vi möjlighet att vara nära, lyssna, anpassa oss efter individens behov och verkligen göra skillnad där det behövs mest.

Vi tror på kraften i gemenskap och på volontärernas engagemang. Tillsammans skapar vi ett rum där unga kan prata om det som känns svårt, utforska sina egna möjligheter och känna att de inte är ensamma.

Historia

Ungdomsjouren Fria startade 2006, då som Tjejjouren Meja. Vi startade som en del av Kvinnojouren Moa och blev en fristående förening med en egen styrelse först 2018. Vid årsmötet 2022 togs beslutet att bredda vår målgrupp och tydliggöra att vårt stöd är till för alla oavsett könsidentitet: vi bytte namn till Ungdomsjouren Fria.

Varför behövs Ungdomsjouren Fria?

Många unga i Sverige rapporterar att de ofta eller ibland känner oro, ångest eller ensamhet - en verklighet som påverkar både livskvalitet och framtidstro. Samtidigt visar forskning att våld och kränkningar i nära relationer är vanligare än många tror och särskilt utsatta är tjejer och icke-binära personer. Enligt Brottsförebyggande rådet (Brå) uppger en betydande andel unga mellan 15-24 år att de någon gång utsatts för fysiskt eller psykiskt våld i en nära relation.

Var tredje tjej i årskurs 9 har varit utsatt för någon form av våld i en nära relation och var fjärde tjej mellan 16–29 år att de någon gång tvingats till sex mot sin vilja. Exponering för våld och kränkningar hänger starkt ihop med psykisk ohälsa och ökar risken för bland annat depression, ångest, rädsla och självkänsloproblem. För många unga blir dessa erfarenheter en tung börda som påverkar både vardag, mående och relationer. Många upplever att de saknar någon att prata med om det de går igenom och studier visar på att ett anonymt stöd med ett bra bemötande kan underlätta både att man söker vidare hjälp och bidrar till en bättre läkningsprocess,

Detta är bakgrunden till varför Ungdomsjouren Fria finns. Vi vill möta unga i deras verkligen och erbjuda stöd, förebygga ensamhet och utsatthet och tillsammans arbeta för ett jämställt samhälle fritt från våld. Vårt mål är att unga ska känna trygghet, respekt och hopp, och att varje ungdom ska ha möjlighet att växa, må bra och påverka sin egen framtid.

Våld i nära relationer är ett stort samhällsproblem, och särskilt utsatta är tjejer och icke-binära personer. Mäns och pojkars våld mot tjejer och kvinnor är ett globalt problem som får allvarliga konsekvenser för både fysisk och psykisk hälsa. E Vi tror på kraften i att lyssna, möta och värna om unga människors rätt att vara trygga och vi vet att varje insats, varje samtal, varje stöd kan göra skillnad. Tillsammans vill vi bygga ett samhälle fritt från våld och kränkningar - för alla unga.



Vision och mål

”Ett jämställt samhälle fritt från våld där unga kan leva trygga, med jämlika villkor och förutsättningar. Vi vill att varje ung människa ska känna sig sedd, respekterad och stärkt.”

Ungdomsjouren Frias vision är ett jämställt samhälle fritt från våld, där unga kan känna trygghet, respekt och gemenskap. För att uppnå vår vision arbetar vi mot våra övergripande verksamhetsmål:

- Minska psykisk ohälsa samt våldsutsatthet hos unga.
- Förebygga våldsutsatthet hos unga.
- Att alla ungdomar, föräldrar samt vuxna/professionella som möter unga i Eskilstuna känner till ungdomsjourens verksamhet
- Ge ungdomar i Eskilstuna möjlighet till en meningsfull fritid

Vår värdegrund

Ungdomsjouren Fria utgår från ett intersektionellt feministiskt perspektiv. Vi tror på alla människors lika värde & rättigheter och vår verksamhet genomsyras av principerna om jämlikhet, jämställdhet, värdighet och frihet.

Vi arbetar med utgångspunkt i Barnkonventionen och de mänskliga rättigheterna, och vårt fokus är att skapa trygga, inkluderande miljöer där unga kan känna sig sedda, hörda och respekterade. Vår värdegrund innebär att vi alltid tar ställning mot våld och diskriminering, och att vi aktivt arbetar för att motverka normer och strukturer som begränsar ungas möjligheter att växa och må bra.

I allt vi gör, från samtal och stödinsatser till aktiviteter och utbildning, strävar vi efter att stärka ungas rätt till trygghet, självbestämmande och gemenskap, och att bidra till ett samhälle där alla unga har samma möjligheter att leva ett liv fritt från våld och orättvisor.



Stöd



Förebyggande



Opinion

Vår verksamhet 2025

Vi delar in vår verksamhet i två områden: stöd och förebyggande. Under de två områdena presenterar vi här våra insatser, vilka behov vi mött, vilka resultat vi uppnått och statistik som tydligt visar hur vi arbetar för våra mål: att unga ska känna trygghet, stöd och gemenskap och att färre unga utsätts för våld.

Stöd

Syftet med vårt stöd är direkt kopplat till våra mål för verksamheten och handlar om att erbjuda unga direkt hjälp och stöd när de möter utmaningar som psykisk ohälsa, utsatthet eller våld i nära relationer. Vi erbjuder lågtröskelstöd som ska vara tillgängligt, inkluderande och tryggt.

I chatten och kuratorssamtalen, och i övrig kontakt via telefon & mejl, kan stödsökande välja att vara anonym. Anonymiteten gör att unga kan ställa frågor och berätta om sina erfarenheter i lugn och ro - ofta som ett första steg i att våga stöka stöd och hjälp.

Vi har under året:

- Tagit emot **847** stödsamtal i vår stödchatt.
- Haft **72** kuratorsamtal med **17** långvariga stödsökande.
- Erbjudit **7** syskonskap
- Erbjudit stöd via telefon och mejl **47** gånger



Ord från kurator

Som kurator på Ungdomsjouren Fria möter jag unga som bär på oro, frågor och tuffa erfarenheter. Mitt uppdrag är att erbjuda ett tryggt, respektfullt och icke-dömande samtalsstöd där den unges upplevelser och behov alltid står i centrum. I samtalen arbetar jag med att stärka den unges egen kraft, sätta ord på känslor och skapa förståelse för det som har hänt samtidigt som vi tillsammans utforskar vägar framåt. För många unga blir kontakten med oss ett första steg mot att inte behöva vara ensam med det svåra.

Samtalen erbjuds på plats fysiskt i vårt samtalsrum i centrala Eskilstuna, via telefon och chatt. Som stödsökande kan man välja att vara anonym även i samtal med kurator och dessa samtal sker oftast via telefon eller chatt. De anonyma stödsamtalen behandlar ofta frågor kring socialtjänsten, polisanmälningar och erfarenheter av våld som den stödsökande inte är redo att berätta för någon ännu.

Samtalen behandlar ofta ämnen som psykisk ohälsa, våld, familjeproblematik, kärlek & relationer, identitet och oro. Stödet är ett kostnadsfritt lågtröskelstöd som kan vara ett första steg i att söka hjälp för sitt mående, för det man har varit utsatt för eller bara ett sätt att få prata med någon genom det man tycker är tufft i livet.

Jag arbetar även förebyggande genom skolbesök runtom i Eskilstuna, där jag möter elever för samtal om våld, psykisk ohälsa och vilket stöd som finns att få. Genom samverkan med skolor och fritidsverksamheter vill vi sänka trösklarna till stöd och bygga relationer som gör det lättare för unga att våga söka hjälp, bland annat genom temadagar, aktiviteter och vår närvaro på kollon.



Förebyggande

Vårt förebyggande arbete syftar till att förebygga våld, kränkningar och psykisk ohälsa bland unga, och att bidra till ett jämställt och tryggt samhälle. Vi arbetar både direkt med unga och med vuxna som möter dem, genom workshops, föreläsningar och samtal om normer, relationer, samtycke och psykisk hälsa.

Genom ett intersektionellt och feministiskt perspektiv synliggör vi maktordningar som påverkar ungas vardag och skapar inkluderande miljöer där alla kan delta på lika villkor. Vi har under många år och fortsätter fortfarande att erbjuda kostnadsfria workshops, föreläsningar och besök - idag utan extern finansiering – eftersom vi vet hur stor skillnad det gör för unga. Många unga mår dåligt, är utsatta för våld, upplever ensamhet och har frågor om sex & samtycke, identitet och relationer och vi märker på våra besök att det finns ett stort behov av att få prata om dessa ämnen i ett tryggt rum.

Vårt mål är att unga ska få kunskap, verktyg och trygghet här och nu och samtidigt bidra till långsiktiga förändringar som gör samhället tryggare och mer jämställt. Exempel på förebyggande arbete vi har genomfört under året:

- Antal workshops, föreläsningar eller utbildningar för ungdomar under året: **50 tillfällen, 566 ungdomar.**
- Totalt har vi träffat **869** ungdomar i olika utåtriktade insatser, så som rastaktiviteter på skolor, temadagar, deltagande i event osv.
- Föreläst för **461** vuxna/yrverkverksamma.
- Startat en mötesplats och projektet "Fria Tillsammans" för att motverka ofrivillig ensamhet och främja psykisk hälsa hos unga, där vi haft över 150 besök från ungdomar.
- Anordna sport, sommar, höst och jullovskollo där totalt **28** ungdomar har deltagit.

MVP

En viktig del av vårt förebyggande arbete sedan många år är det stolta samarbete vi har med barn- och utbildningsförvaltningen där vi på uppdrag av Eskilstuna kommun utbildar i MVP - mentorer i våldsprevention. MVP är en lektionsserie för skolan, med målet att stoppa och förebygga mäns och killars våld. Elever och lärare lär sig att ta ansvar för varandra och säga ifrån om de ser eller hör våld och kränkningar. Organisationen MÄN har under många år anpassat och utvecklat MVP för en svensk kontext och är ledande i Sverige i utvecklingen av metoden. I avtal med MÄN arbetar Eskilstuna kommun aktivt för att så många som möjligt inom skolan ska vara utbildade i MVP, så att så många elever som möjligt ska få ta del av de våldsförebyggande lektionerna.

Vi är stolta över att vara en del av arbetet i kommunen, där vi är en av flera aktörer som är utbildade i MVP Steg 2 och utbildar regelbundet skolpersonal från hela kommunen. Vi handleder även nya MVP ledare samt är vid tillfällen med och stöttar i lektioner för ungdomar. Vårt arbete med MVP kommer att fortsätta under 2026.



Ord från utbildningssamordnare

I min roll som utbildningssamordnare har jag haft möjligheten att träffa både ungdomar och vuxna, i samtal om viktiga ämnen som bland annat identitet, genusnormer och samtycke. Genom workshops, föreläsningar, aktiviteter på fritidsgårdar och rastaktiviteter på skolor har vi strävat efter att skapa ett tryggt rum för att kunna diskutera dessa ämnen, och öka kunskapen om hur våld kan förebyggas även i vardagen. Flera ungdomar har delat sina erfarenheter som åskådliggör faktumet att unga bär på många frågor om gränssättning, identitet och relationer.

Det utåtriktade arbetet på jouren har präglats av flertal workshops och föreläsningar för grund- och gymnasieskolor där vi tillsammans med ungdomarna diskuterat viktiga ämnen som anpassats efter ungdomarnas behov. Genom dessa samtal har många viktiga reflektioner lyfts, både från ungdomarna men även engagerade lärare som varit med under tillfällena. Rastaktiviteterna vi haft under året har möjliggjort en lågtröskelaktivitet för ungdomar att öppet kunna ställa frågor kring funderingar de har samtidigt som en kreativ aktivitet varit i fokus, vilket många ungdomar uttryckt gjort det lättare att ta upp tyngre ämnen.

Genom möten med yrkesverksamma som möter barn och unga har fokuset varit på hur man kan förhålla sig till ansvaret för att alla ungdomar ska få möjligheten att känna en trygghet hur man kan arbeta mer våldsförebyggande i skolan. Fokuset i samtalen har varit en ökad förståelse, bemötande och kunskap kring hur normer och makt påverkar unga. Diskussionerna har möjliggjort att nya perspektiv på hur vuxnas stöd till unga kan implementeras.

Genom samtalen med ungdomarna och yrkesverksamma har behovet kring dessa ämnen kontinuerligt lyfts. Vårt arbete har strävat efter att göra samhället till en tryggare och mer jämställd plats för dagens ungdomar, där de känner att de får vara sig själva utan påverkan av negativa normer, ideal eller våld. Det är på grund av vår samverkan med grundskolor, gymnasieskolor och fritidsgårdar som vi haft möjligheten att nå ut till ungdomarna, något vi är väldigt tacksamma över.

Höjdpunkter under året som gått



Kongress Unizon



Springpride



P4 Intervju



Fria Tillsammans



Sommarkollo



En vecka fri från våld

Anställda

Under 2025 har förändringar skett i personalgruppen på Ungdomsjouren Fria. Efter att verksamhetsutvecklare/kurator avslutade sin tjänst under våren gjordes en översyn av roller och behov. Detta resulterade i att volontärsamordnaren klev in i en heltidstjänst som verksamhetssamordnare, samordnaren tog rollen som verksamhetsutvecklare/kurator och en ny utbildningssamordnare anställdes på 50 %. Inom projektet Fria Tillsammans har även en projektledare anställts. En presentation av våra anställda:

Lovisa Segerdahl, Verksamhetsutvecklare & Kurator

Lovisa utvecklar vår verksamhet och ser till att vi når våra mål. Hon erbjuder stödsamtal fysiskt, digitalt och via telefon. Hon utbildar både unga och professionella, håller i volontärutbildningar och arbetar med våra sociala medier.

Moa Pennbro, Verksamhetssamordnare

Moa samordnar verksamheten och ansvarar för våra volontärer. Hon håller grund- och bemötandeutbildningar, sköter rekryteringen och handledning av volontärer samt ansvarar för månadsmöten och annan volontärvård.

Clarissa Ladouce Bigina, Utbildningssamordnare

Clarissa ansvarar för vårt utåtriktade arbete, så som att hålla i workshops på skolor, fritidsgårdar och idrottsföreningar. Hon är även engagerad i andra aktiviteter för yrkesverksamma, ungdomar och volontärer samt arbetar med våra sociala medier.

Aya Mahamud, Projektledare

Aya är ansvarig för projektet Fria Tillsammans och planerar, genomför och följer upp aktiviteter på jouren tillsammans med övriga anställda och volontärer.

Volontärer

Volontärerna är grunden för ungdomsjouren och utgör kärnan i vår stödverksamhet. Under 2025 har Ungdomsjouren Fria haft 36 engagerade volontärer. Volontärerna har kunnat välja mellan att vara aktiva i chatten eller vara ett storasyskon för en stödsökande. Utöver det är även vår styrelse ideell. Vi arbetar aktivt med volontärvård så att uppdraget ska kännas meningsfullt, utvecklande och trivsamt. Varje månad har ungdomsjouren haft månadsmöte för volontärerna i föreningen. Under månadsmötena har styrelsen, volontärerna och de anställda kunnat gå igenom vad som händer på jouren, tankar och frågor från volontärer kring verksamheten eller bemötande, prata om aktuellt som händer i samhället, få chans att umgås och lära känna varann bättre samt ta del av föreläsningar med kompetensutveckling som syfte.

Som uppstart inför hösten hölls en Kick off i Helekopterhuset där vi åt god mat och fick tid att umgås - för att stärka gemenskapen och fira jourens arbete. I December ägde vår årliga julavslutning för volontärer, anställda och styrelse rum där det delades ut julklappar till alla volontärer som tack för deras arbete. Vårt mål är att anordna två tillfällen om året där vi firar det arbete som våra volontärer och anställda gör inom jouren.

Kvalitetssäkring av stödverksamheten

Ungdomsjouren Fria arbetar aktivt med att utveckla och kvalitetssäkra vår verksamhet. Vi genomför årliga utvärderingar av verksamheten, som sedan ligger till grund för vårt kvalitetsarbete. Här presenteras några exempel på vårt kvalitetssäkrande arbete 2025.

Vår anställda personal får handledning för sitt arbete av utbildade handledare med relevant inriktning. Under 2025 har vår personal fått grupphandledning av Hanna Cosar som är beteendevetare med erfarenhet av att starta och driva tjej- och ungdomsjourer samt arbete med barn och unga inom ideell sektor.

Våra anställda deltar regelbundet i kompetensutveckling i form av utbildningar, seminarier och konferenser inom relevanta ämnen.

Under året genomförde Ungdomsjouren Fria tre grundutbildningar för nya volontärer och rekrytering sker löpande med samordnaren som ansvarig. Intresset för att bli volontär har varit stort även om antalet som fullföljt processen varit lägre. Urvalet har haft tydligt fokus på personlig lämplighet för våra uppdrag.

Samtliga volontärer och anställda lämnar utdrag ur belastningsregistret innan uppdragets start. Våra volontärer handleds av verksamhetssamordnare, både individuellt och i grupp.Handledning sker regelbundet och kompletteras vid behov med bemötandeutbildningar och annan kompetensutveckling.

Verksamhetssamordnaren ansvarar för rekrytering, matchning, handledning och uppföljning av syskonskapen på jouren. Varje syskonskap inleds med separata samtal med volontär och stödsökande, följt av ett första matchningsmöte där samordnaren medverkar. Efter mötet följs båda parter upplevelser upp för att säkerställa en trygg matchning. Under pågående syskonskap har samordnaren regelbunden uppföljning och ansvarar även för avslutande möte och enkät.

Våra volontärer erbjuds varje år fortbildning inom relevanta ämnen. Under året har de fått ta del av följande föreläsningar:

- Ätstörningar & självskadebeteende av SHEDO
- Sexualiserat våld av Organisationen Storasyster
- Intern bemötandeutbildning
- Hedersrelaterat våld & förtryck av Elektra Fryshuset
- Intern MI Workshop
- Socialtjänstens förebyggande enhet & StoppCenter

Volontärerna har tillgång till handböcker och kompetensutvecklande material kring bemötande, relevanta ämnen samt hänvisning till andra organisationer och myndigheter. I chatten arbetar volontärerna alltid minst två tillsammans och har möjlighet att kontakta verksamhetssamordnare för stöd.

Verksamheten utvärderas löpande genom enkäter och uppföljningar med både volontärer och stödsökande, samt i handledning, utbildningar och efter avslutade chattsamtal.



”

Jag är för tillfället placerad vid jourens stödchatt. Här möter vi olika stödsökande med olika behov, det kan exempelvis handla om våld, ångest, ätstörningar eller en längtan att hitta någon form av lycka i vardagen.

Jag får ofta frågan hur man orkar? Hur orkar man ta emot det som stödsökande delar med sig av, som volontär? Mitt svar brukar variera, men med samma innebörd i varje svar. Idag väljer jag att besvara det så här: Att stötta den stödsökande precis där den personen befinner sig i stunden, och sedan tillsammans bygga vidare på en känsla av tillit och trygghet, även om den är kortvarig eftersom stödsökande är anonym, är det som får mig att fortsätta. Det är detta som får mig att vara kvar som volontär på Ungdomsjouren Fria som jag nu vart aktiv i över 2 år. Känslan att finnas där, att stötta precis där stödsökande vill ha stöd utan att döma. Ibland lyckas jag inte skapa den tilliten fullt ut till den stödsökande, men vetskapen att personen tagit sig in i chatten för att söka hjälp och tagit steget, räcker för mig att fortsätta kämpa för dessa personer. Att en stödsökande har vågat be om hjälp och att jag kan bemöta denna person oavsett situation, är min mening med mitt uppdrag som volontär på Ungdomsjouren Fria. Som volontär på jouren har det hjälpt mig att se på olika situationer med en nyans jag tidigare inte förstått. Uppdraget har gett mig en större ödmjukhet och djupare förståelse inför det människor går igenom.

Från en volontär på Ungdomsjouren Fria

”

Ord från Verksamhetssamordnare

Året som gått har varit både utmanande, meningsfullt och fyllt av engagemang. Vi har mött många unga som bär på tunga erfarenheter av psykisk ohälsa, ensamhet och våldsutsatthet, och fått höra deras berättelser som såklart berör men också fortsätter påminna oss om varför vårt arbete behövs och är så viktigt.

Under året har vi sett en viss minskning i antalet chattar jämfört med de senaste två åren. Det är såklart svårt att fastställa exakt vad det beror på, men i samtal med unga och utifrån samhällets utveckling i stort anar vi att en del i det kan vara att den ökade användningen av AI-chatbotar också påverkar hur och var unga söker stöd. För vissa kan AI upplevas som en alternativ väg när det känns svårt att vända sig till en annan människa. Samtidigt är siffror i statistiken ofta bara just siffror. För oss som jobbar med detta varje dag är det tydligt att behovet inte har minskat. Mycket av det vi gör reflekteras inte alltid i statistiken, och hur många samtal vi hinner ta emot under ett chattillfälle kan variera mycket - ofta är samtalen långa, tunga och kräver tid, tålamod och stor lyhördhet, medan andra samtal kan vara kortare och inte lika resurskrävande. Vi gör allt vi kan med de resurser vi har, och om det är en sak vi vet säkert är det att vi behövs. Vi fortsätter att kämpa för att nå ut, finnas där och stötta unga som söker sig till oss.

De som har möjliggjort detta arbete under året har såklart varit våra fantastiska volontärer, som på sin fritid - under kvällar, helger, vardagar, lov, röda dagar och högtider - har ställt upp med sitt engagemang för att de vill ge tillbaka, stötta och bidra till en bättre framtid för våra unga. Våra volontärer möter ungdomarna som söker stöd hos oss i chatten och syskonskapet med lyssnande öron, kloka reflektioner och stora hjärtan. De vågar stanna kvar i tuffa samtal, låter svåra känslor få ta plats, hjälper till att sätta ord på vad ungdomarna har varit med om och peppar dem att fortsätta orka även när det är svårt. Utan våra volontärers engagemang, tid och brinnande kamp för våra frågor hade vår verksamhet inte gått runt. Så jag vill rikta ett stort tack till alla våra otroliga volontärer som fortsätter ge av sig själva för att göra världen till en bättre plats. Ni är våra hjältar!

Fria Tillsammans



Projektet Fria Tillsammans har varit möjligt genom bidrag ifrån Skandia Ideér från livet och Folkhälsomyndigheten. Genom stöd från ideér för livet kunde vi skapa en mötesplats i våra lokaler centralt i Eskilstuna, helt utformat av ungas egna önskemål och behov och resultatet blev en mysig, välkomnande, lugn plats med stora förutsättningar för aktiviteter och umgänge. Vi fick snabbt besökare på våra aktiviteter och insåg tidigt att vi behövde mer resurser för att kunna öka öppettiderna och anordna fler aktiviteter på mötesplatsen. Genom folkhälsomyndighetens bidrag i syfte att motverka ensamhet och främja psykisk hälsa hos unga, kunde vi anställa en projektledare, Aya, som har haft huvudansvar för att planera, genomföra och följa upp träffarna på jouren.

Resultaten av vår uppföljning av projektet visar att ungdomarna som besöker aktiviteterna känner sig mindre ensamma, att de har en trygg vuxen att prata med och att de mår bättre när de lämnar.

Ord från projektledare

Som projektledare för Ungdomsjouren Fria har jag haft möjligheten att följa hur mötesplatsen har vuxit fram utifrån ungas egna behov och önskemål. Genom verksamheten har jag sett hur mötesplatsen bidragit till att minska ensamhet bland ungdomarna som besöker oss, bland annat genom att skapa förutsättningar för nya vänskaper och ett nytt socialt sammanhang. För många ungdomar har Fria Tillsammans blivit en trygg plats att gå till efter skolan och på fritiden där det skapas meningsfulla aktiviteter och alternativ till att vara hemma.



Styrelsens arbete och uppdrag

Vid årsmötet som äger rum i Mars varje år röstas en styrelse fram utifrån valberedningens förslag. I år skedde flera förändringar i styrelsen hos Ungdomsjouren Fria då två tidigare styrelsemedlemmar gick vidare ifrån sitt uppdrag och fyra nya valdes in. För nuvarande ser styrelsen hos Ungdomsjouren Fria ut som följande:



Från vänster: Ledamöter Cecilia Fahlén, Matilda Leal, Alexander Pezoa, kassör Hanna Pennbro, ordförande Frida Lindgren och sekreterare Disa Lundgren.

Styrelsen har under 2025 arbetat utifrån målen:

Mål: Attraktiv arbetsgivare

Delmål: Rätt arbetsvillkor för anställda, främja en god arbetsmiljö, god personuppgiftshantering, trygg styrelse, rätt kompetens inom jouren.

Mål: Ekonomi i balans

Delmål: Löpande ekonomiarbete

Mål: Välmående volontärer

Delmål: Arbete med volontärvård, Rekrytera

Ord från styrelsen

Styrelsen i Fria ungdomsjour har ett övergripande ansvar för organisationen och för att verksamheten drivs på ett tryggt, hållbart och genomtänkt sätt. Vårt uppdrag är att skapa goda förutsättningar för jourens arbete och att se till att Fria fortsätter vara en plats där unga kan känna sig sedda, lyssnade på och tagna på allvar.

Vi har styrelsemöten en gång i månaden där vi följer upp vad som händer i jouren och pratar om sådant som ekonomi, arbetsmiljö, verksamhetsutveckling och andra frågor som är viktiga för att verksamheten ska fungera väl - både i vardagen och på längre sikt. Styrelsen ansvarar för helheten i organisationen och för de större, mer långsiktiga besluten.

För att ha en nära dialog med de anställda och en god inblick i det dagliga arbetet deltar styrelsen på arbetsplatsträffar (APT) en gång i månaden. Där följer vi upp arbetet tillsammans, pratar om arbetsmiljö och lyfter frågor som är viktiga för både personalens välmående och verksamhetens kvalitet.

Styrelsen ansvarar också för rekrytering vid behov och för att ta fram och uppdatera rutiner som skapar tydlighet, trygghet och struktur i verksamheten. Två gånger per år har vi gemensamma planeringsdagar tillsammans med de anställda, där vi stannar upp, utvärderar och planerar framåt - med fokus på hur Fria kan fortsätta utvecklas och möta ungas behov på bästa sätt. Inför årsmötet, som hålls en gång per år, tar styrelsen fram verksamhetsplan, budget och andra underlag. Det är ett viktigt tillfälle att summera året som gått och lägga grunden för det kommande året.

I allt styrelsearbete har vi alltid Ungdomsjouren Frias uppdrag i fokus. Våra beslut ska bidra till att verksamheten är stabil, hållbar och trygg så att unga som vänder sig till oss kan få stöd, samtal och närvaro, oavsett livssituation. Fria ska vara en trygg plats där unga får vara sig själva, dela både det som känns svårt och det som känns lätt, och mötas med värme, respekt och omtanke. Engagemanget för Fria och för de stödsökande genomsyrar hela styrelsens arbete, och det är det som gör uppdraget både viktigt och meningsfullt.

Styrelseledamot Cecilia Fahlén

Sponsorer och bidrag

Under året har vi tacksamt tagit emot gåvor från privatpersoner, organisationer och företag, blivit sponsrade av givmilda företag, fått projekt och verksamhetsbidrag samt ingått i avtal som IOP. Ett stort tack till:

- Eskilstuna Kommunföretag - Eskilstuna Energi & Miljö, K-fast samt Eskilstuna Logistik
- Länsförsäkringar Sörmland
- Sparbanken Rekarne
- Volvo
- Eskilstuna Kommun
- Socialstyrelsen
- Brottsoffermyndigheten
- Eskilstuna pastorat
- Folkhälsomyndigheten
- Stiftelsen Rights Now
- Skandia, Ideér för livet
- Länsföreningen Sörmland Kvinno och tjejjourer
- H&M Distributionscentral
- Kretsloppet Secondhand
- Fredagskollegiet



V O L V O



Eskilstuna Energi & Miljö



KFAST

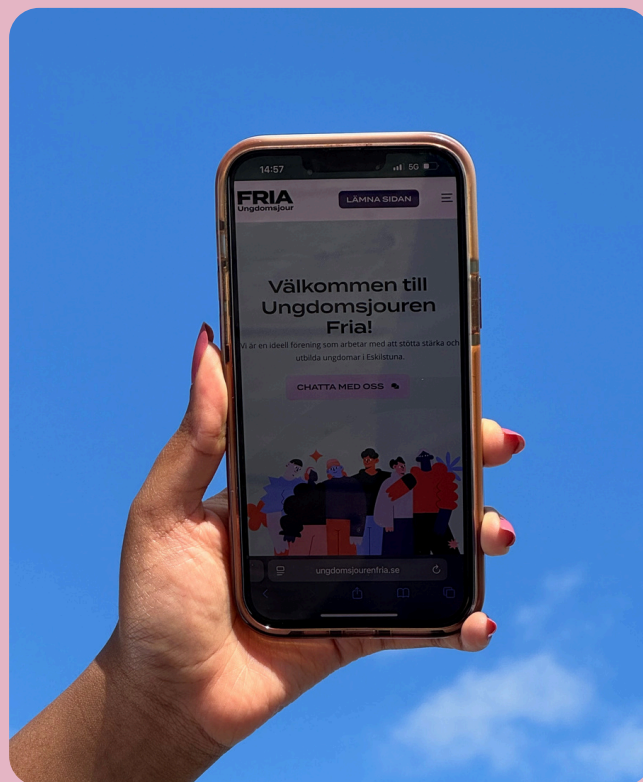
Samarbeten

Vi är stolta över vår samverkan och samarbeten med bland annat:

Unizon
Länsföreningen Sörmland
Mälardalens Universitet
RFSISU Sörmland
Teamet för sexuellt utsatta i Region Sörmland
Tjejjouren Mira
Din Ungdomsjour
Kvinno- och tjejjouren Miranda
Ungdomsjouren Trygg
Kvinno- och tjejjouren Måna
Kvinnouren Moe
Ung Fritid och mötesplatser
ABF Sörmland
Socialförvaltningen Eskilstuna
Barn och utbildningsförvaltningen Eskilstuna
KAA Eskilstuna
Konstföreningen Eskilstuna
ANDTS & folkhälsa Eskilstuna
Zetterbergsgymnasiet
Djurgårdskolan
Stålforskskolan
Entréskolan
Stålforskskolan
Grillska Gymnasiet
Rekarne gymnasiet
Årby Fritidsgård
Fritidsgården Verkstan
StoppCenter Eskilstuna



Ungdomsjouren Fria



Telefon

076-008 05 87

Mejl

Jour@ungdomsjourenfria.se

Hemsida

www.ungdomsjourenfria.se

Address:

Kungsgatan 14

632 19 Eskilstuna