



802470-2725

Verksamhetsberättelse

2019-01-01 – 2019-12-31



A handwritten signature in blue ink, appearing to be "M. Q." followed by a flourish.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

nxtME

nxtME är en ideell organisation för den som varit eller är utsatt för incest, sexuella övergrepp i barndomen samt de som genom sin profession möter dessa utsatta. Vi erbjuder kostnadsfritt stöd och hjälp, föreläser och utbildar samt verkar som opinionsbildare. nextME tar emot stödsökande från hela landet men har verksamhet i Stockholm, Västra Götaland, Skåne, Dalarna, Värmland och Gävleborg.

Syfte

nxtME är religiöst och partipolitiskt obundet. nextME grundades av Lena Morin Nilsén som själv var utsatt för incest mellan 12-17 års ålder.

nxtMEs syfte är att öka förståelse och minska rädslan för problematiken. nextME stödjer tjejer/killar från 13 år och uppåt som är eller har varit utsatta för incest samt den profession och de personer som kommer i kontakt med dessa utsatta.

Ändamål och Ambition

nxtMEs vision är en värld fri från incest. Att ingen som varit utsatt för incest eller någon som kommer i kontakt med dessa utsatta ska vara okunnig eller känna osäkerhet och rädsla inför begreppet.

Hur många som idag varit eller är utsatta för incest i Sverige vet ingen med säkerhet men siffror säger att så många som 4% av alla idag är utsatta. Samtidigt uppger över 70% att de aldrig fått lära sig om övergrepp och incest i skolan. Många av de som varit utsatta idag säger även att de har svårt att få den vård, hjälp och förståelse för sin problematik som behövs för att de ska kunna återgå till en normalt fungerande vardag. Vi vill att de som varit utsatta får den hjälp, den trygghet och det stöd de har rätt till så att de snabbare ska kunna återgå till en väl fungerande vardag.

nxtME satsar helhjärtat på att hitta och hjälpa dem som är/varit utsatta för incest. Varje person som vänder sig till oss skall få någon typ av hjälp och stöd att återta kontrollen över sitt liv och få hjälp med bearbetningen av det trauma som de gått igenom. Till vår hjälp har vi ett nätverk av profession inom ett flertal områden. nextME utför inte vård eller behandling, vi är ett komplement till den befintliga vården som socialtjänsten och andra organisationer erbjuder

Incestutsatta drabbas mycket ofta av trauman med långvariga fysiska problem som följd och har svårt att leva normalt och sätta gränser eftersom deras försvarsmurar och tillit till de närmaste aldrig har fått byggas upp. Vi vill förändra deras situation så att de slipper hamna i långvariga psykiska och fysiska problem som ofta kostar mycket för samhället och individen. Det är inte ovanligt att incest leder till suicid. Vi vet att de behöver extra stöd och hjälp i ganska enkla vardagliga situationer och gärna även en axel att luta sig emot eller en famn att söka tröst i. Vi vill ge dem det stöd de saknar och vara en "familj" där de kan få lära sig att känna tillit.

Handwritten signature and initials in blue ink, including a large 'A' and 'M'.



Vi hjälper till att fånga upp unga som är/varit utsatta och vill överbrygga klyftan som finns mellan ungdomspsykiatri (BUP) och vuxenpsykiatri. Vi samarbetar idag bland annat med WONSA, läkarmottagning med traumaterapi för sexuella övergrepp.

Det som är unikt för nextME är dels vår erfarenhetsbaserade kunskap samt att vi har våra stödpersoner som erbjuder praktisk hjälp genom att till exempel följa med och vara ett stöd vid olika besök som kan upplevas obehagliga för en utsatt. Det gäller till exempel polisförhör, rättegång, läkare, gynekolog, advokat och sociala myndigheter. Dessa har genomgått en stödpersonutbildning om incestproblematik som vi har tagit fram. Vi erbjuder dessutom enskilda stödsamtal, via chatt, telefon och mail samt gruppträffar. nextME finns kvar för den utsatta under lång tid och finns för den utsatta så länge den har behov av oss.

ROLLER OCH ANSVAR

Styrelsen

Under verksamhetsåret har styrelsen bestått av följande personer:

Kent Eliasson – **Ordförande**

Lena Morin Nilsén – **Ledamot** – Generalsekreterare

Gunilla Lindqvist – **Ledamot** – Ansvarig projektgenomförande/personal

Malin Hydén – **Ledamot** – Ansvarig Kommunikation/Sociala medier

Tommy Magnusson – **Ledamot** – Ansvarig Sociala sektorn

Tommy har i december på egen begäran avgått ur nextMEs styrelse. Styrelsen har under året haft 8 styrelsemöten.

Anställda

Föreningen har haft 9 anställda på totalt 412 %. Därutöver ideella medarbetare utöver att föreningen till viss del köpt in administrativa tjänster.

Revisor

Per Gustafsson av föreningsstämman vald revisor.

Bokföring

Karin Beme har under året skött den löpande bokföringen åt föreningen.



VERKSAMHET

Vi ser med tacksamhet tillbaka på 2019 som har varit vårt sjunde verksamhetsår. Året började mycket bra med säkrad finansiering för hela året och vi kunde med trygghet fortsätta vårt arbete med att utveckla nextME. Vi har under 2019 delat in vårt arbete i tre verksamhetsområden

1. Stöd och hjälp till de som är eller varit utsatta.
2. Föreläsningar och utbildning för att sprida kunskap i ämnet.
3. Opinionskapande för att bryta tabun och få människor att börja prata om problemet så att fler ska våga be om hjälp och incest ska upphöra.

Några av årets viktigaste händelser har varit:

- Digitala stödgrupper – Vi har under året startat med digitala stödgrupper
- Vi firade första #Stoppaincest dagen 16 mars på alla våra verksamhetsorter i Sverige.
- Skåne – Vi har etablerat vår verksamhet med lokal stödgrupp och en anställd på plats i Skåne.

1. Stödverksamhet

Vi har vårt huvudkontor i Stockholm och vi har verksamhet i Dalarna, Västra Götaland, Värmland, Gävleborg och Skåne. På alla orter har vi anställda på plats som arbetar med alla våra verksamhetsområden. Vi har under året hjälpt ytterligare 70 nya klienter och har under året regelbundet gett stöd och hjälp till 147 utsatta.

Stödsamtal och stödpersoner

- Stödsamtal via telefon, chatt och mail. Våra stödlinjer är öppna 5 dagar i veckan.
- 40 st. Stödpersoner som står till förfogande 2-4 tim/mån för våra stödsökande eller i chatt/telefon.
- 4 Stödpersonutbildningar som gett totalt 44 nya volontärer.
- Samtalskvällar för incestutsatta 1 gång/mån i Göteborg, Gävle, Karlstad, Malmö och Falun.
- Desiréegrupper*, 72 st med 83 träffar under året.

*Desirégruppen är en självhjälpgrupp med syfte att skapa gemenskap, igenkänning och tillit och att i en strukturerad samtalsmiljö få möjlighet att prata med andra som upplevt samma trauma. Varje vecka bearbetas olika teman. Vi har utvecklat vår arbetsmodell som vi kallar för Desirémodellen för att i strukturerad form hjälpa incestutsatta.



Vår stödverksamhet i siffror:

2016	2017	2018	2019	Typ av stöd
55	191	142	156	Stödpersonuppdrag hjälper klienten att ta sig till olika möten
319	476	470	742	Bokad individuella samtal med klienter
346	386	779	1 781	Akuta samtal ifrån klienter med självmordstankar, ångest och panikattacker.
11	66	69	123	Grupper: Samtalskvällar och Desiréegrupper

nxtME har under 2019 startat en digital stödgrupp samt stödgrupp i Tanum och i Malmö. I Skåne har vi även anställt en regionansvarig som på plats ska erbjuda personligt stöd och hjälp.

2. Föreläsnings verksamhet

Skolföreläsningar

Skolföreläsningar är en av våra hjärtefrågor då Lenas övergreppstid varade under tiden i högstadiet och gymnasiet. Vi har för sjätte året i rad fått bidrag från bland annat Socialstyrelsen för att vi ska kunna fortsätta erbjuda skolor gratis skolföreläsningar. Vi utbildar skolpersonalen, speciellt Elevhälsan, för att de ska veta hur de kan hantera situationen med dem som ger sig till känna och är eller varit utsatta, därefter föreläser vi för eleverna. Där vi får möjligheten att ställa frågan rakt ut om någon blivit eller är sexuellt utsatt i hemmet och berätta var de då kan få hjälp.

Under året har vi även startat samarbete med flera socionomutbildningar i Sverige för att de som genom sin profession med största sannolikhet kommer möta incestutsatta i sitt yrke. Vi vill ge dem kunskap och verktyg så att de kan bemöta dessa utsatta på rätt sätt samt för att visa dem var rätt hjälp finns.

Vi har under 2019 haft 26 föreläsningar för ca 1 200 elever och personal på skolor runt om i Sverige.

Övriga föreläsningar och utbildningar

- 2 föreläsningar för tjejjourer.
- 4 föreläsningar för profession.
- 6 föreläsningar för allmänhet.
- 4 seminarium och debattkvällar.

Våra föreläsningar för profession, allmänhet och tjejjourer samt debattkvällar har haft ca 400 åhörare.



3. Opinions verksamhet

Vi har under 2019 fortsatt vårt arbete med att öka synligheten för incestproblematiken. Vi vill med ökad synlighet bryta tabut kring frågan för att få utsatta att våga träda fram och be om hjälp så att vi kan få problemen med incest att upphöra.

Synlighet i sociala media:

2017	2018	2019	
15 000	27 081	34 502	Antal sidvisningar på Hemsidan
n.a	49 030	106 158	Räckvidd Instagram (antal konton)
434	702	902	Antal följare på Instagram
n.a	604	736	Antal Följare på Facebook

Samarbete med influencerna:

Anja Rosenskjold och Kammi Rosenskjold- Tävling där man kunde vinna en signerad nxtME tröja genom att följa och kommentera inlägget. Anja och Kammi la upp 2 inlägg var. Anjas inlägg fick drygt 2000 likes och 2000 exponering på vår instagramsida och Kammis inlägg fick drygt 10 000 likes och exponering på vår instagramsida blev ca 3000.

Tidnings artiklar:

- Göteborgsposten – "Hel igen efter att ha utnyttjats sexuellt som barn" (2019-03-25)
- Bohuslänningen " Hel igen efter att ha utnyttjats sexuellt som barn" (2019-03-30)
- Karlstads-Tidningen – "nxtME vill hjälpa incestdrabbade" (2019-04-16)
- Sydsvenskan - "Organisation som vill hjälpa offer för incest etablerar sig i Malmö" (2019-06-01)
- Allas – "Anne Liv utnyttjades sexuellt som barn – Jag flydde in i barnböcker medan övergreppen pågick" (2019-07-11)
- Göteborgsposten – "I Gunnars teater spelar de hemlösa huvudrollerna" (2019-08-13)
- Aftonbladet – "Därför bröt vi med våra föräldrar" (2019-10-18)
- Svenska Dagbladet - Annons (2019-12-18)

Möten och samarbeten:

- Inlett samarbete med brukareföreningen i stockholm för att tillsammans kunna erbjuda stöd och hjälp till deras klienter. Vi har under 2019 tillsammans anordnat 6 träffar.
- Lena har haft möte med jämställdhetsministern Åsa Lindhagen samt haft 3 st. Rundabordsamtal med politiker på stadshuset.
- Debatt kväll med fd sexualbrottsutredaren och debattören Monica Dahlström på presklubben (2019-09-03)
- Inlett samarbete med socionomutbildningen i Mälardalen, Gävle och Falun.
- Medverkat i Kanal 10 (2019-03-26) där vår medverkan hade ca 20 000 tittare.



Radio:

- P4 Väst – "Anne-Liv arbetar med att hjälpa incestoffer" med Kim Kärnfalk (2019-02-21)

Mässor och event:

- Medverkat som utställare på gymnasiemässan "Ut i livet" i Karlstad (februari) och Göteborg (mars).
- Medverkat på "Putte i Parken" i Karlstad (juni).
- Varit utställare på "Järvaveckan" i Stockholm (juni).
- Varit med på "Almedalsveckan" på eventet "Vill du se mig" på Folkets bio. Lena och Matilda föreläste och vi hade även ett utställningsbord i lokalen. Vi stod också i Unizons tält under veckan (juli).
- Stockholms Pride – Vi har gått Pridetåget med en stor #Stoppaincest ballong tillsammans med Unizon. Ballongen fick mycket uppmärksamhet.
- Varit utställare på Socionomchefsdagarna i Umeå (25-27 September 2019)
- Varit utställare på Socionomdagarna i Älvsjö (21-22 november 2019) – Vi stod i Unizons monter.
-

Medlemsaktiviteter

En viktig del av nextME är våra medlemmar. De hjälper till att sprida kunskap och skapar opinion kring vår verksamhet. Under 2019 har vi erbjudit våra medlemmar att kostnadsfritt delta i en rad olika aktiviteter, många äger rum vid traditionella familjehögtider som annars kan upplevas som ensamma och jobbiga. Under 2019 har vi haft följande medlemsaktiviteter:

- 16 mars - Vi firade första #Stoppaincest dagen på alla våra verksamhetsorter i Sverige.
- Morsdag - Vi bjöd in till picknik i Vitabergsparken. Inga anmällda detta år.
- Desiréedagen- För alla som någon gång deltagit i en desiréegrupp. Vi uppmärksammade dagen med ett utskick, men bjöd inte in i år.
- Midsommarlunch - För alla medlemmar, utsatt eller inte. I Stockholm vi var ca 15 personer i Vitabergsparken.
- Farsdag - vi bjöd på glögg och dekorerade pepparkakor. Dagen ställdes in pga för få anmälningar.
- Föreläsning av Egil Linge – Linge föreläste anknytning och relationsskapande, om hur svåra upplevelser i barndomen, skapar svårigheter att forma ett tryggt vuxenliv.
- Advent- Vi erbjöd alla stödsökande och volontärer som ville det julmiddag. I Falun grillade de korv i Skogen, i Göteborg Lagade Regionansvarig middag till alla och i Stockholm bjöd vi på middag på en restaurang.
- Jul- Vi erbjöd stödsökande att fira jul hos de volontärer som ville ta emot. 3 personer gjorde det, det var mycket lyckat för alla.



Samarbeten/ resurspersoner

Under året har vi utökat vårt samarbete och deltar nu i flera nätverk.

- Tryggare Sverige – Vi har tillsammans med dem och deras nätverk stått bakom ett antal skrivelser till politiker och riksdag bland annat inför 25 november om avskaffandet av mäns våld mot kvinnor.
- Wonsa - som hjälper våra klienter att få traumautbildad psykologhjälp.
- Föreningen Tillsammans – Samarbete kring patientföreningen MEDUSA.
- Rise – Samarbete kring patientföreningen MEDUSA.
- Jessica Sandberg – advokat som hjälper våra klienter
- Gita Rajan – läkare med spec sexuella övergrepp
- Lisa Barnekov – jurist som hjälper våra klienter
- Charlotte Nordström - Legio advokatbyrå Drottninggatan.
- Bodil Lindström – terapeut
- Christina Citron - legitimerad läkare och specialist i barn och ungdomspsykiatri och har 30 års erfarenhet av sexuella övergrepp mot barn och ungdomar bland annat ifrån sitt arbete som överläkare på BUP mottagningen Vasa i Stockholm.
- Brukareföreningen – Under 2019 har vi samarbetat med brukareföreningen för att erbjuda stödgrupper till deras medlemmar.
- Unizon – där vi är medlem, de samlar 130 kvinno- och tjejjourer och andra stödverksamheter som arbetar för ett jämställt samhälle fritt från våld. Deras nätverk och fortbildningar för arbete mot våld är några av medlemsförmånerna.
- Dalarnas nätverk för psykisk ohälsa
- Rädda barnen i Falun och deras projekt "Kärleken är fri"
- BUP brukarråd i Falun
- Fontänhuset – En internationell verksamhet för personer med psykisk ohälsa
- Kvinnojouren Dahlia i Falun
- nätverket våld i nära relationer i Strömstad, en samverkansgrupp i kommunen tillsammans MED POLIS, socialen, tandläkare, brottsofferjouren, präst etc
- epiphany – samverkansgrupp som arbetar med narcissister i Göteborg. Vi utbyter information om klienter
- Brottsoffersjouren i Strömstad / Tanum



FINANSIERING

Verksamheten finansieras av bidrag, medlemsavgifter och gåvor. Vi är mycket tacksamma för att i år ha fått stöd av Socialstyrelsen, Skolverket, Falun kommun, Stiftelsen till Oscar Hirsch minne, Stockholms Läns Landsting samt Brottsoffermyndigheten.

nxtME är helt beroende av bidrag och stöd ifrån medlemmar, privatpersoner, samarbetspartners och sponsorer. Vår möjlighet att hjälpa utsatta står i direkt relation till det ekonomiska stöd som vi kan få. Inför 2019 var finansieringen säkrad i form av beviljade bidrag varför vi i trygghet har kunnat fortsätta och utveckla vår verksamhet.

MEDLEMMAR

Medlemsavgiften har under året fortfarande varit oförändrad; 250 kr och vi var 123 medlemmar under 2019. Under året har vi börjat arbetet med att medlemmar ska kunna bli månadsgivare.

SLUTORD

Ett stort tack till alla volontärer, gåvo- och bidragsgivare, medlemmar och personal som på ett eller annat sätt hjälpt och stöttat oss. Med er hjälp har vi kunnat fortsätta erbjuda kostnadsfritt stöd och hjälp till utsatta samt haft möjlighet att förmedla kunskap och utbildning till många som genom sin profession möter utsatta. Klienter söker sig till oss hela tiden men vi har inte resurser att kunna ta hand om alla. Vi är tacksamma för dem vi kunnat hjälpa under året. De lever idag ett bättre liv och har en ljusare framtid tack vare er.

Stockholm 2020-02-20

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Lena Morin Nilsén".

Lena Morin Nilsén
Generalsekreterare

Handwritten initials and marks in blue ink, including a star-like symbol and several scribbles.