



Årsberättelse 2022

EN FRISK
GENERATION

Innehåll

Slutet är bara början

3

Vad vi gör och varför

4

Öppna hälsofrämjande aktiviteter

5

Familjeprogrammet

6

Hänt under 2022

7

Breaking Barriers

8

Äventyrsskolan

9

En Frisk Generations modell

10

Forskning, Kunskapsrådet

11

Prestationer & utfall

12

Samarbetspartner, Styrelsen

14

Årsredovisning

16-28





Janna Hellerup Ulvselius
Generalsekreterare

”Jag tror på att relationer mellan människor, att känna tillit, omsorg och att bli sedd är något av det viktigaste i ett fungerande samhälle.”

Slutet är bara början

När den här årsberättelsen publiceras så har jag slutat på En Frisk Generation och påbörjat ett nytt uppdrag med folkhälsa i fokus.

Under mina år på En Frisk Generation har utmaningen med att få fler barn i rörelse blivit än större. Ojämligheten i samhället ökar och endast 1 av 10 barn lever idag hälsosamt. Hur du växer upp, vilka dina föräldrar är, var du bor och vilken utbildningsnivå du har, påverkar din förväntade livslängd. Så ska vi inte ha det.

En Frisk Generation arbetar varje dag för att minska skillnaderna, sänka trösklarna och skapa ett tryggare samhälle för alla barn. När 2022 började var det i en tid av pandemi och när restriktionerna släppte, så kom nya motgångar i form av oroligheter i världen och ökad inflation. Utmaningarna har varit stora men det har också behoven av våra insatser. Under året har vi startat upp i flera nya områden. Vi har träffat drygt 15 000 barn och vuxna. Vi har rört på oss tillsammans, ätit frukt, pratat om sömn och skärmtid, men viktigast av allt så har vi gjort det ihop.

Jag tror på att relationer mellan människor, att känna tillit, omsorg och att bli sedd är något av det viktigaste i ett fungerande samhälle. Barn och vuxna som deltar i En Frisk Generations program upplever en känsla av sammanhang, umgås mer i familjen och träffar nya vänner. Att vi som organisation har varit med och bidragit till det, är något som jag är väldigt stolt över.

En Frisk Generation har de senaste fem åren varit på en resa, en resa som handlat om förändring och fokus på att skapa största möjliga effekt för de familjer som vi träffar. Att göra som mest nytta där behoven är som störst. När jag nu lämnar över stafett-pinnen vet jag att organisationen har alla förutsättningar för att vara med och skapa ett bättre samhälle och att en ny resa är på väg att starta. Jag hoppas att ni alla vill följa med på den här fortsatta resan mot en mer jämlik hälsa för alla. Det här är bara början.

Själv kommer jag att självklart att följa med – men sitter nu på ett annat tåg.

Vi bygger starka familjerelationer för en bättre framtid

En Frisk Generation arbetar med hälsofrämjande insatser. Vi jobbar med hela familjen i fokus och är där behoven är som störst – och det funkade.

En Frisk Generations vision är ett samhälle där god och jämlik hälsa för alla barn är en självklarhet. Vi vill se ett samhälle där barns möjligheter ser likadana ut oavsett hur de växer upp, vilka föräldrar de har och i vilket område de bor. Vår vision är ett samhälle där familjer är motorn för en bättre integration, ökad trygghet och en god och jämlik hälsa.

Vi ger alla barnfamiljer möjlighet till en aktiv gemenskap

Vi erbjuder en aktiv fritid där alla får vara med. En gemenskap som inte baseras på prestation, pengar eller färdigheter. Vi gör något konkret genom att; två gånger i veckan erbjuda barn och föräldrar fysisk aktivitet, kunskap om mat och en social gemenskap i närområdet.

Antal familje-program

24

Antal som deltagit vid kunskapsinsatser

15009

Antal öppna program

19

Antal middagar

9707



Michelle Nyström

Verksamhetsutvecklare och sakkunnig

”Jag vill att alla barn ska få möjlighet att ta del av den sociala gemenskap idrotten kan ge”

Vem är du Michelle?

Jag är en person som älskar utmaningar och äventyr, alltifrån att springa i berg till att simma i öppet vatten.

Idrotten har alltid varit en stor del av mitt liv och den har också påverkat vem jag är idag. Utöver rörelseglädje har det för mig handlat om både tillhörighet och gemenskap.

Jag brinner extra för att få barn och unga i rörelse. Det ska inte spela någon roll var man bor, vilka föräldrar man har, vilken skola man går i utan alla barn ska ha rätt till samma förutsättningar för en god hälsa oavsett hur du växer upp.

Vad är din roll?

Sakkunnig och verksamhetsutvecklare i frågor kopplade till folkhälsa och idrott



Öppna hälsofrämjande aktiviteter för barn och föräldrar

Med En Frisk Generations öppna aktiviteter erbjuds kostnadsfria utomhusaktiviteter för barn och föräldrar i närområdet.

De öppna hälsofrämjande aktiviteterna ska bidra till ett samhälle där familjen är motorn för en bättre integration, ökad trygghet och en bättre hälsa.

Till de öppna aktiviteterna är alla välkomna och även barn utan sina föräldrar kan delta. Det ska bidra till att alla barn ska känna sig trygga på de arenor som finns och känna sig bekväma i att nyttja lokala ute- och inommiljöer på samma villkor och genom det minska känslan av utanförskap och ge en ökad trygghet.

Aktiviteterna är en drop-in verksamhet och ingen anmälan behöver göras. Aktiviteterna är anpassade till barn i låg- och mellanstadiet och alla oavsett funktion kan delta. Varje träff avslutas med en fruktstund och samtal kring olika teman t ex om mat, rörelse, sömn eller skärmtid. Tanken med samtalet skall vara att inspirera till en förbättrad psykisk och fysisk hälsa.

Aktiviteter anordnas två gånger i veckan ihop med lokala idrottsföreningar, andra organisationer och det lokala näringslivet. Målet är att stärka det lokala samhället och bidra till ett tryggt bostadsområde samt att barnen ska fortsätta vara aktiva och ingå i nya inkluderande gemenskaper.

Här har både företag och kommuner en möjlighet att bidra till en positiv samhällsutveckling.

En Frisk Generation har under 2022 genomfört öppna aktiviteter i 19 områden. Nästan 8000 deltagare har varit med på aktiviteter under året.



Dhilal Bahman Abdullah
Gruppledare, Malmö

Familjeprogrammet

Familjeprogram för en mer jämlik hälsa

En Frisk Generations familjeprogram riktar sig till barn i lågstadieålder och deras familjer. Aktiviteterna är anpassade för barn som är 4–12 år och områdena väljs ut i samråd med kommunen.

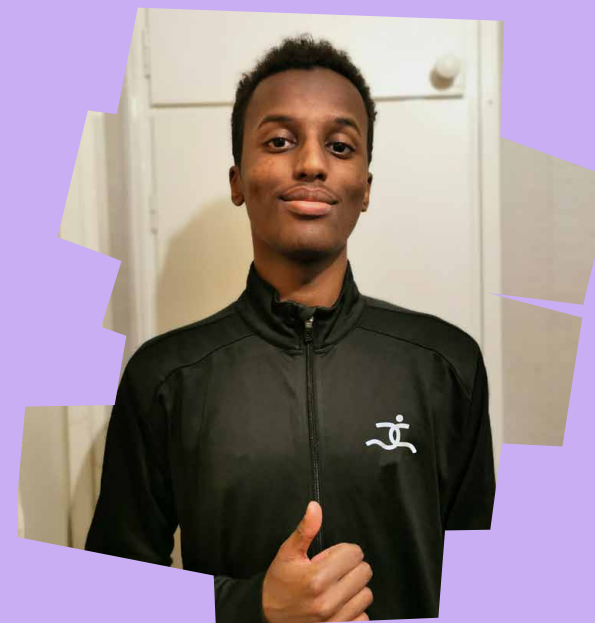
Familjerna erbjuds olika idrotts- och friluftaktiviteter, kunskap om bra och hälsosam mat, samt föräldrastöd. Alla aktiviteter sker lokalt, är kostnadsfria och utrustning för specifika aktiviteter tillhandahålls på plats.

Varje vecka äter familjerna middag tillsammans och diskuterar bra mat och hälsosamma vanor med stöd av hälsokoordinator och gruppledare på plats.

Föräldrarna får under året delta i fyra föräldraträffar där gruppen tillsammans för samtal om barnets behov – fysisk aktivitet, mat, sömn, och barnkonventionen som lag – samt två träffar som handlar om de samhälls- och stödfunktioner som finns lokalt.

En Frisk Generations familjeprogram för en mer jämlik hälsa ska bidra till att deltagarna upplever en meningsfull fritid, får förbättrad fysisk hälsa, förebygger psykisk ohälsa, stärker familjerelationer, utvecklar nätverk, ökar den sociala delaktigheten och bidrar till ett tryggare bostadsområde. Metoden har visat sig ha särskilt stor effekt på flickor och kvinnor.

Familjeprogrammet har under 2022 genomförts i 11 kommuner i 24 områden.



Abdi Rahman Bulale
Gruppledare, Hagsätra

”Jag kämpar för att förhindra fysisk och psykisk ohälsa”

Jag jobbar på En Frisk Generation eftersom jag vill lyfta barnens hälsa då jag kämpar för att förhindra fysisk och psykisk ohälsa.

Att jobba på En Frisk Generation är fantastiskt då vi alla ledare gör en liten tjänst som nyttar ett barns framtid stort.

Jag är en stolt EFG gruppledare!

Hänt under 2022

I Like it!

Under våren genomfördes *I Like it!* – En hälsodag med rörelseglädje för hela familjen där barn och vuxna kunde testa på olika idrotter och aktiviteter. Hälsodagen anordnades av En Frisk Generation tillsammans med +Katrineholm, som en satsning inom ramen för Katrineholms hälsoår. Under hälsodagen bjöd även En Frisk Generations ambassadör Oskar Kihlberg på två föreläsningar *Äventyr i bergen* samt *Äventyr till havs* som även livestreamades. På plats fanns även våra ambassadörer Ylva Hällen och artisten Maria Sur.

Kampanj Musik som verktyg

Den 17 juni 2022 släppte En Frisk Generation låten *That's the Way* som sjöngs in av Maria Sur, en 17-årig tjej från Ukraina. Under året har En Frisk Generation tillsammans med Maria deltagit på bland annat Stockholms kulturfestival, Almedalen och *I like it*.

Hälsofrämjande skoldag

En Frisk Generation genomför tillsammans med Compass Group Hälsufrämjande skoldag, där målet är att tillsammans bidra till att fler barn inspireras till mer hälsosamma vanor. Under en temadag erbjuds skolor inspiration och kunskap om hälsosamma vanor, både med fokus på mat och fysisk aktivitet. Under hösten 2022 genomfördes Hälsufrämjande skoldag i två skolor och totalt 870 elever deltog vid aktiviteterna.

Feriearbete ihop med öppna hälsofrämjande aktiviteter

Inför påsk- och höstlovet utbildade och arbetsledde En Frisk Generation feriearbetare i två kommuner. Syftet var att skapa feriearbete för fler som både ger möjlighet till arbete och ger en meningsfull fritid för barn och unga. Ungdomar fick utbildning av En Frisk Generation kring ledarskap och utförande och höll sedan aktiviteter för barn och unga utifrån En Frisk Generations metod och koncept.

Familjelopp

En Frisk Generation anordnar varje år kostnadsfria familjelopp i de områden där programmen genomförs, där alla får vara med. Familjeloppet är ett lopp där barn och vuxna springer en sträcka tillsammans på ca 1.5–2 km. Under 2022 har En Frisk Generation genomfört 13 familjelopp och på många platser genomfördes de i samverkan med lokala mataffärer, fastighetsbolag och andra föreningar för att skapa större engagemang.



Breaking Barriers

Våren 2022 blev En Frisk Generation antagna till The adidas Breaking Barriers Project. Projektet är ett åtagande från adidas för att krossa barriärer för kvinnor och tjejer i Europa, genom att jobba med ideella sportorganisationer, stärka lokala ledare och tränare och förse sportindustrin med de verktyg som krävs för förändring.

I projektet deltar 15 organisationer från Europa och En Frisk Generation representerar Sverige.

Projektet genomförs på två nivåer. I det ena spåret deltar stabsmedlemmar för att ta fram och implementera policys och riktlinjer för att skapa mer jämställda strukturer genom hela organisationen. I det andra spåret deltar unga kvinnliga ledare, Champions, som får utbildning i ledarskap samt verktyg och medel för att själva genomföra ett projekt. En Frisk Generations fem Champions kommer under 2023 att genomföra projektet Tjejer i medvind.

”Jag har genom Breaking Barriers fått chansen att ta ansvar för den skyldigheten jag har som en medmänniska att bidra till förbättringen av dagens samhälle”
– Dhilal Bahman





Äventyrsskolan

Under 2022 har En Frisk Generation genomfört fortsättningen av projektet Äventyrsskolan – allas rätt till naturen. Projektet genomfördes i både familje-programmet och de öppna hälsofrämjande aktiviteterna där deltagare fått lära sig grunderna i allemansrätten och fått testa på olika friluftaktiviteter. Deltagarna har bland annat fått testa på att laga mat utomhus och har även besökt olika naturreservat.

Äventyrsskolan vänder sig till familjer som har liten eller ingen erfarenhet kring hur man kan nyttja naturen i Sverige. I den anpassning av de aktiviteter som En Frisk Generation erbjuder målgruppen under pandemin, från inomhus till utomhus, var det tydligt att en omfattande del av målgruppen i lägre grad deltar vid utomhusaktiviteter. Hindren har bland annat varit väder, kläder och osäkerhet på vad man kan göra och hur man ska bete sig i naturen. Detta har också bekräftats i en longitudinell studie som genomförts av Karolinska Institutet på tidigare deltagare.

Behovet av natur och friluftsliv är stort och En Frisk Generation vill kunna ge alla familjer som är en del av programmen förutsättning för ett mer aktivt natur- och friluftsliv. Äventyrsskolan kommer från och med 2023 att ingå som en ordinarie del i programmen.

”Det är så härligt att vara ute i skogen, jag mår bra när jag är här.” – deltagare

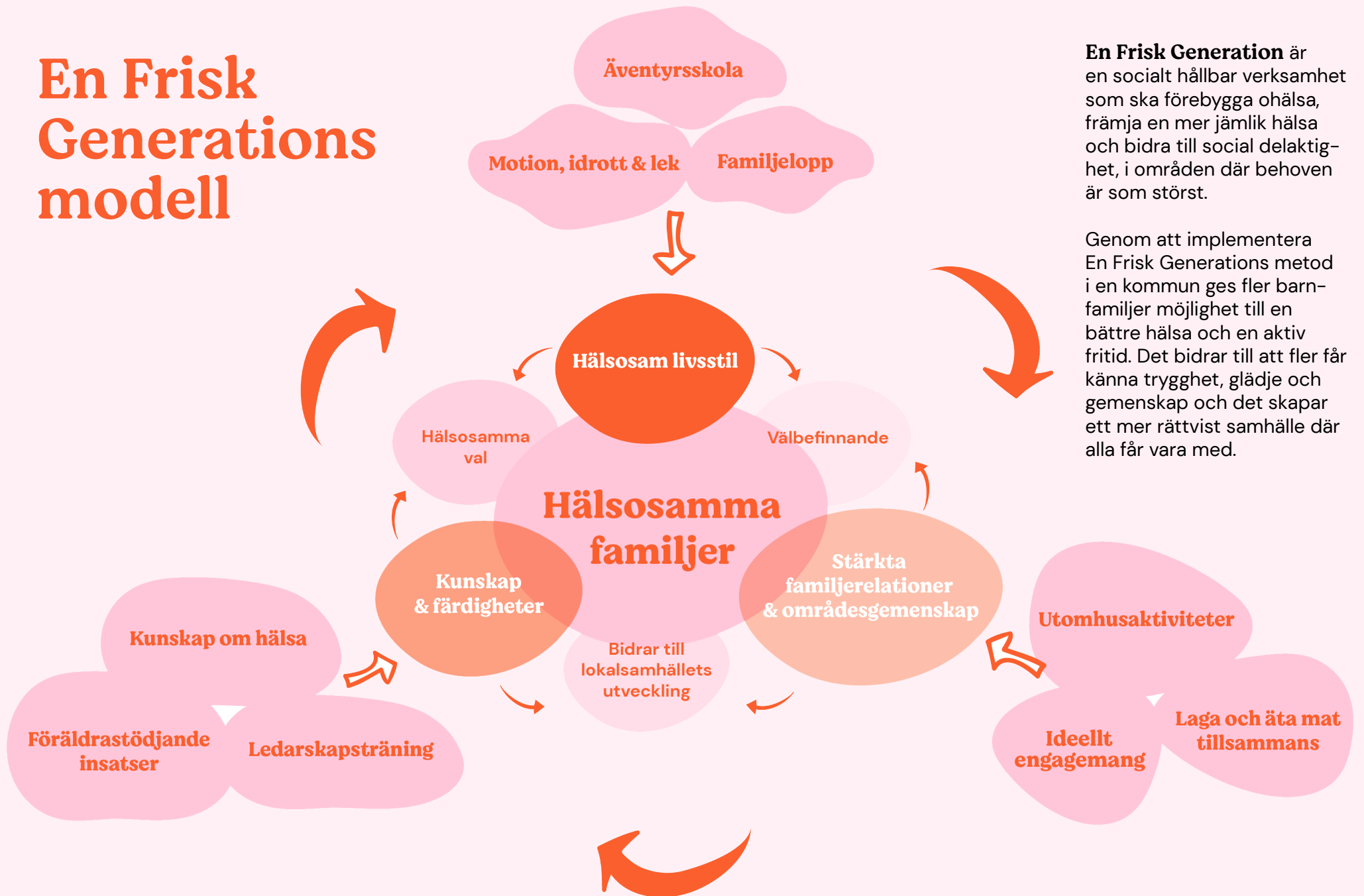
”Brukar du vara ute i skogen ofta?” – ledare

”Nej, det här är första gången, jag har bara satt det på TV innan men jag ska försöka komma ut oftare.” – deltagare

**”I min lägenhet
hemma känner jag
mig ofta lite instängd,
men här ute i naturen
känner jag mig fri
och gladare”**
– deltagare



En Frisk Generationsmodell



En Frisk Generation är en socialt hållbar verksamhet som ska förebygga ohälsa, främja en mer jämlik hälsa och bidra till social delaktighet, i områden där behoven är som störst.

Genom att implementera En Frisk Generations metod i en kommun ges fler barnfamiljer möjlighet till en bättre hälsa och en aktiv fritid. Det bidrar till att fler får känna trygghet, glädje och gemenskap och det skapar ett mer rättvist samhälle där alla får vara med.

Forskning

Forskare från Karolinska Institutet ansvarar för en kvalitativ utvärdering av En Frisk Generation. Utvärderingen består av två delstudier, dels en utvärdering av En Frisk Generations Öppna hälsofrämjande aktiviteter, dels en utvärdering av En Frisk Generations verksamhet i Värnamo.

Öppna hälsofrämjande aktiviteter

Syftet är att undersöka deltagarnas upplevelser och erfarenheter av En Frisk Generations öppna aktiviteter. Utvärderingens datainsamling är pågående och består av observationer av aktiviteter samt intervjuer med deltagande föräldrar och barn. Fortsatta observationer vid aktivitetstillfällen samt intervjuer kommer pågå löpande under våren och hösten 2023.

Preliminära resultat från den pågående utvärderingen visar att deltagarna upplever aktiviteterna som ett bra organiserat aktivitetstillfälle där de föräldrar som deltar och deras barn har roligt och blir engagerade i olika aktiviteter. Deltagarna, både föräldrar och barn, uppskattar att det finns en vuxen (ledare) som organiserar aktiviteterna.

Aktiviteterna har också bidragit till att familjer träffar andra familjer och att de får nya vänner. Det lyfts även fram att det finns få aktiviteter i området och att de aktiviteter som finns för barn är dyra, speciellt för familjer med flera barn.

”Aktiviteterna har också bidragit till att familjer träffar andra familjer och att de får nya vänner.”

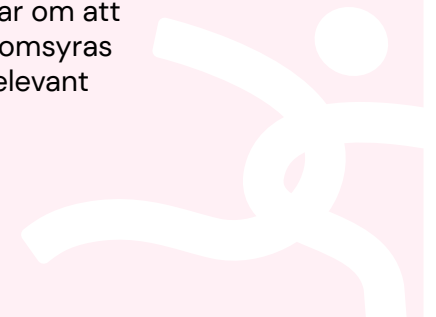
En Frisk Generation i Värnamo

Syftet är att undersöka implementeringen av En Frisk Generation i Värnamo från deltagarnas perspektiv med fokus på kontextuella aspekter. I studien intervjuas deltagande föräldrar. Datainsamlingen med intervjuer med deltagare pågår. Intervjuerna fokuserar på deltagarna förväntningar och upplevelser av En Frisk Generation, hur programmet har anpassats och utformats i den aktuella miljön. Intervjuerna handlar även om familjernas upplevelser av deltagandet i programmet i relation till deras egen livsstil. Utvärderingen förväntas bidra till en ökad förståelse för hur programmet kan implementeras i olika kontexter.

Kunskapsråd

För att säkerställa att aktuell kunskap kontinuerligt förmedlas och implementeras i En Frisk Generations metod finns tre kunskapsråd med expertis inom fysisk aktivitet, mat och psykisk hälsa. Kunskapsråden har en rådgivande funktion till organisationen. Deras uppgift är att bistå i utvecklingen av verksamheten och vara ett stöd till den löpande verksamheten.

Vid årets kunskapsråd har diskussioner förts kring förvaltning av det arbete En Frisk Generation gör och hur arbetet med kvalitets-säkring av den befintliga verksamheten ska ske. Kunskapsråden agerar experter utifrån sina områden och inkommer med rön, ny forskning samt rådfrågande. Det handlar om att En Frisk Generations arbete alltid ska genomsyras av det evidensbaserade, men även vara relevant för både medarbetare och deltagare.



Prestationer & utfall

I familjeprogrammet har En Frisk Generation genomfört aktiviteter två gånger i veckan i 24 områden. Det har genomförts idrotts- och friluftaktiviteter, måltider med samtalstema och föräldrastöd tillsammans med 1 684 deltagare, varav 957 barn, totalt 12 369 aktivitetstimmar. Deltagarna har ätit 9 707 middagar och haft föräldraträffar två gånger per termin i varje område.

I de öppna hälsofrämjande aktiviteterna har 7 606 deltagare, varav 6 106 barn, deltagit vid organiserad utomhusaktivitet med fokus på idrott och rörelse, två gånger i veckan i närområdet under perioden mars–november och en gång i veckan under perioden december–februari. Aktiviteterna har genomförts i 19 områden, totalt 7 606 aktivitetstimmar.

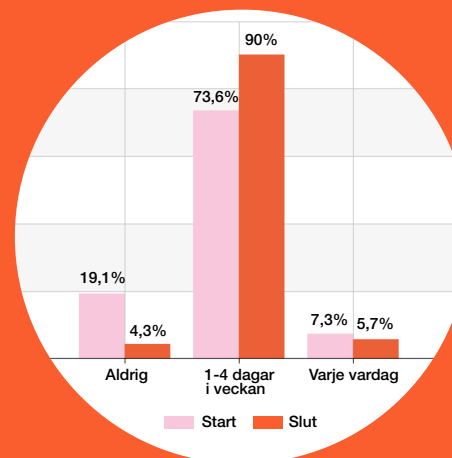
Deltagarundersökning

Vid uppstart av familjeprogrammets programår genomförs en deltagarundersökning, en startenkät, och vid avslutning av programåret genomförs en slutenkät. Slutenkäten, i relation till startenkäten, mäter den upplevda förändringen.

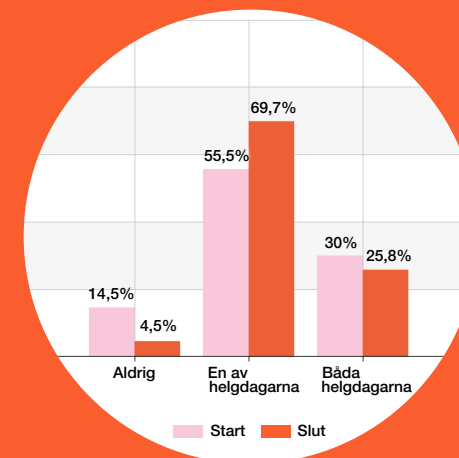
I familjeprogrammets deltagarundersökning för programår 2021–2022, som genomfördes med interventionsbarnen, kan bland annat utläsas:

Stärkta familjerelationer

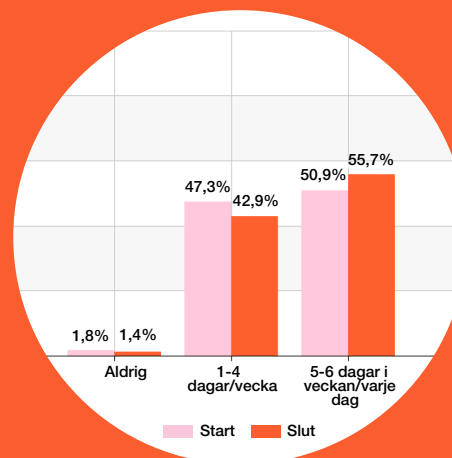
90 procent av barnen uppger att de gör en aktivitet tillsammans med familjen 1–4 dagar i veckan på vardagar och 95,5 procent uppger att de gör en aktivitet tillsammans med familjen en eller båda dagarna på helgen. En ökning från 73,6 procent på vardagarna och 85,5 procent på helgen.



Hur ofta gör ni en aktivitet tillsammans i familjen – på vardagar?



Hur ofta gör ni aktiviteter tillsammans i familjen – på helgen?



Hur ofta äter du frukost tillsammans med din mamma, pappa eller annan vuxen?

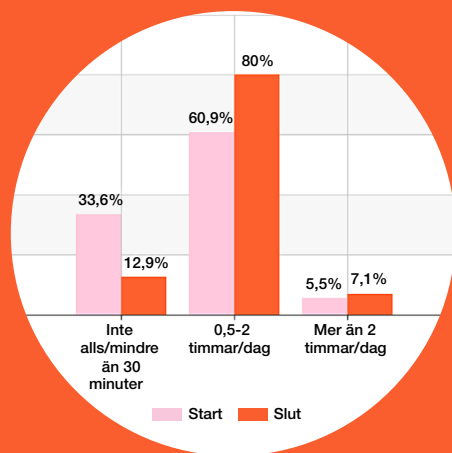
“Det här är enda aktiviteten jag har och den enda aktiviteten vi gör tillsammans som familj” – barn

55,7 procent av barnen uppger att de äter frukost tillsammans med mamma, pappa eller annan vuxen 5–7 dagar i veckan. En ökning från 50,9 procent.

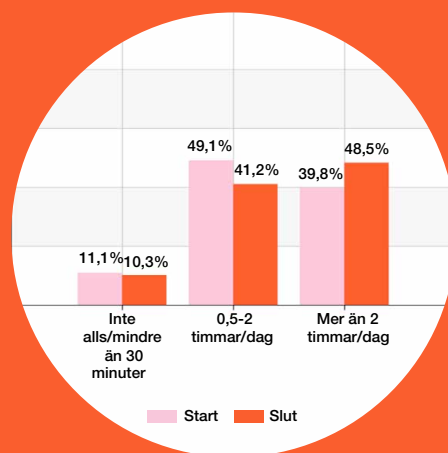
Meningsfull fritid

80 procent uppger att de är utomhus 0,5-2 timmar varje vardag, vilket är en ökning med 19,1 procentenheter.

48,5 procent av barnen uppger att de är utomhus mer än 2 timmar per dag på helgen, en ökning med 8,7 procentenheter.



En vanlig vardagseftermiddag och kväll efter skolan är jag utomhus.



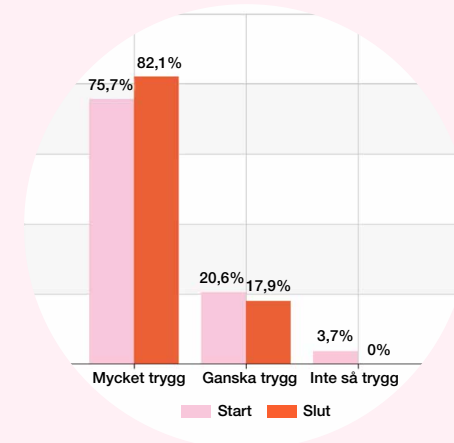
En vanlig helgdag är jag utomhus.

"Det är bra att gå på en sport så har man kul och träffar nya kompisar" – barn

"Så här mycket har jag inte skrattat i hela mitt liv" – barn

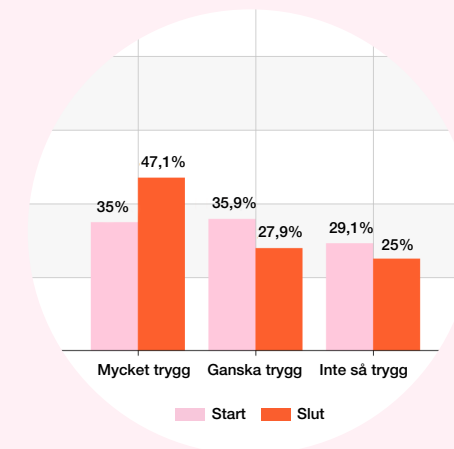
Ökad trygghet

82,1 procent av barnen uppger att de känner sig mycket trygga till och från skolan, en ökning med 6,4 procentenheter.



Hur trygg känner du dig på väg till och från skolan?

Gällande trygghet i bostadsområdet uppger 47,1 procent att de känner sig mycket trygga i bostadsområdet på kvällstid, en ökning med 12,1 procentenheter.



Hur trygg känner du dig utomhus i området där du bor – På kvällen?

"Här i området känner man inte så många andra föräldrar. Jag tycker det är jättebra med aktiviteter för hela familjerna" – förälder

Hej Moa, berätta om Sveafastigheter

Vi på Sveafastigheter utvecklar, bygger och förvaltar långsiktigt bostäder i Mälardalen. Det är framförallt hyresrätter men också bostadsrätter, ägarlägenheter, trygghetsbostäder, LSS och kollektivhus. De hus vi bygger är anpassade efter varje specifik plats och byggs med rejäla hållbarhetsåtaganden, exempelvis använder vi klimatförbättrad betong för att minska utsläppet från byggnationen och har solceller på alla tak.



Moa Andersson
Kommunikationschef,
Sveafastigheter

Varför har ni som företag valt att bli samarbetspartner till En Frisk Generation?

Vi vill att de som bor i våra hus ska trivas och känna sig trygga både i sitt hem och i kvarteren. En viktig del i det är dels att känna sina grannar, dels att det är liv och rörelse i bostadsområdet. Samarbetet med En Frisk Generation möjliggör det samtidigt som det uppmuntrar till rörelseglädje.

Vad vill du att engagemanget ska bidra till?

Genom att erbjuda barn och vuxna kostnadsfria öppna hälsofrämjande aktiviteter vill vi bidra till förbättrad fysisk och psykisk hälsa, stärka grannskapen och bredda nätverk, arbeta för tryggare bostadsområden och en fritid som uppmuntrar till rörelse. Vi är öppna för att samarbeta med fler fastighetsägare i Hagsätra då vi tror att ju fler som engagerar sig i ett starkare grannskap desto bättre.



Susanne Wolmesjö
Kunskapsrådet för fysisk aktivitet

”Jag tycker om att de grundar sina aktiviteter och tankar i vetenskap”

Varför har du valt att engagera dig i En Frisk Generation?

En Frisk Generation har värderingar om vikten av rörelse och hälsosam livsstil som jag tycker är viktigt att vi förmedlar till alla i vårt samhälle. De aktiviteter, de målgrupper och på de platser som En Frisk Generation är verksamma stämmer väl överens med dessa grundläggande värderingar. Jag tycker om att de grundar sina aktiviteter och tankar på vetenskap, tar stöd av klok erfarenhet och följer upp sin verksamhet på ett bra sätt i syfte att utveckla och förbättra.

Vad bidrar du med i kunskapsrådet för fysisk aktivitet?

Mitt bidrag är att delta aktivt i Kunskapsrådet för fysisk aktivitet. Jag delar med mig av kunskap, tankar och erfarenheter som kan bidra till verksamheten. Jag ställer frågor och uppmuntrar till det som jag tycker ligger i linje med vad de står för. Jag förmedlar information om verksamheten och tar med exempel från andra organisationer. Jag ser samverkan med idrottsrörelsen och andra aktörer i samhället.

Styrelsen

En Frisk Generations ideella styrelse består av fem medlemmar med erfarenhet från näringslivet, offentlig sektor och civilsamhälle. Styrelsen har det yttersta ansvaret för verksamheten och för att ändamålet efterlevs.



Jörgen Bergqvist
Ordförande, Entreprenör



Gustaf Brandberg
Ledamot, Gullspång Invest



Kristina Mårtensson
Ledamot, Kanslichef Kommunal



Pehr Oscarson
Ledamot, VD MEKO



Maria Söderberg
Ordförande
Torsten Söderbergs Stiftelse



Maria Sur
Artist och ambassadör

”En Frisk Generation gör skillnad på riktigt”

Maria är en artist från Ukraina som kom till Sverige i samband med att krig bröt ut i hennes hemland. Maria har sjungit in låten ”That’s The Way”, som ska få barn och vuxna som deltar på En Frisk Generations aktiviteter att röra på sig.

Varför är du engagerad i En Frisk Generation?

En Frisk Generation gör skillnad på riktigt. Att skapa sammanhang

där alla kan vara med och där rörelse och gemenskap är i fokus, inte prestation, tror jag är viktigt för barn och unga idag. De ordnar också aktiviteter för familjer, där föräldrar kan lära känna varandra och träffa andra som är i samma situation. Det blir en fristad för många. Jag vet också hur mycket det betyder att känna sig välkommen och att få röra på sig tillsammans, när mycket annat känns svårt. En Frisk Generation skapar den möjligheten.

Årsredovisning för Ideella Föreningen En Frisk Generation

802526-9443



Räkenskapsåret
2022-01-01 - 2022-12-31

Förvaltningsberättelse

Styrelsen för Ideella Föreningen En Frisk Generation, 802526-9443, får härmed avge årsredovisning för räkenskapsåret 2022-01-01 – 2022-12-31.

Årsredovisningen är upprättad i svenska kronor, SEK. Om inte annat särskilt anges, redovisas alla belopp i hela kronor (kr).

Fullständig årsredovisning finns på www.enfriskgeneration.se

Resultat och ställning

<i>Flerårsöversikt (Tkr)</i>	<i>2022</i>	<i>2021</i>	<i>2020</i>	<i>Belopp i kr</i>
Verksamhetsintäkter	10 090	7 866	4 148	
Resultat efter finansiella poster	123	783	124	
Soliditet %	35	27	9	



Förändring av eget kapital

	Balanserat resultat inkl. årets resultat	Totalt eget kapital
Ingående balans 2022-01-01	906 900	906 900
Årets resultat	122 807	122 807
Utgående balans 2022-12-31	1 029 707	1 029 707

Föreningens resultat och ställning i övrigt framgår av efterföljande resultat- och balansräkning med noter.

Resultaträkning

Belopp i kr	Not	2022-01-01- 2022-12-31	2021-01-01- 2021-12-31
Verksamhetsintäkter			
Medlemsavgifter		3 250	3 250
Gåvor	3	217 048	763 906
Bidrag	3	9 851 963	7 095 546
Övriga intäkter		18 000	3 212
Summa verksamhetsintäkter		10 090 261	7 865 914
Verksamhetskostnader	4, 5		
Ändamålskostnader		-8 835 152	-6 196 256
Insamlingskostnader		-397 468	-469 254
Administrationskostnader		-734 194	-416 920
Summa verksamhetskostnader		-9 966 814	-7 082 430
Verksamhetsresultat		123 447	783 484
Resultat från finansiella investeringar			
Ränteintäkter		43	0
Räntekostnader och liknande resultatposter		-683	-656
Summa resultat från finansiella investeringar		-640	-656
Årets resultat		122 807	782 828



Balansräkning

Belopp i kr	Not	2022-12-31	2021-12-31
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Immateriella anläggningstillgångar</i>			
Balanserade utgifter för programvara	6	96 666	0
		<u>96 666</u>	<u>0</u>
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	7	44 624	0
		<u>44 624</u>	<u>0</u>
<i>Finansiella anläggningstillgångar</i>			
Andelar i koncernföretag	8, 9	25 000	25 000
		<u>25 000</u>	<u>25 000</u>
Summa anläggningstillgångar		166 290	25 000
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		202 150	24 000
Övriga fordringar		61 938	0
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter	10	182 881	83 187
		<u>446 969</u>	<u>107 187</u>
<i>Kassa och bank</i>		2 292 027	3 208 241
Summa omsättningstillgångar		2 738 996	3 315 428
SUMMA TILLGÅNGAR		2 905 286	3 340 428

Balansräkning

Belopp i kr	Not	2022-12-31	2021-12-31
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
Eget kapital			
Balanserat resultat		906 900	124 072
Årets resultat		122 807	782 828
Summa eget kapital		1 029 707	906 900
Kortfristiga skulder			
Leverantörsskulder		247 193	536 111
Skuld erhållna ej nyttjade bidrag	11	836 500	1 426 250
Övriga skulder		303 385	238 380
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	12	488 501	232 787
Summa kortfristiga skulder		1 875 579	2 433 528
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		2 905 286	3 340 428

Noter

Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper

Föreningens redovisnings- och värderingsprinciper överensstämmer med årsredovisningslagen, BFNAR 2012:1 (K3), Giva Sveriges Styrande riktlinjer för årsredovisning och BFNAR 2020:1 (Vissa redovisningsfrågor med anledning av coronaviruset).

I enlighet med FARs rekommendation RedR1 klassificeras särskild löneskatt på pensionskostnader och betald preliminärskatt avseende särskild löneskatt på pensionskostnader som Övrig kortfristig skuld. Tidigare år har detta redovisats under rubriken Skatteskulder. Jämförelsetalen i balansräkningen har med anledning av detta räknats om.

I årsredovisningen 2022 har föreningen för tydlighetens skull särredovisat hur stor del av kortfristig skuld som avser Skuld erhållna ej nyttjade bidrag. Tidigare år har detta redovisats under rubriken Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter. Jämförelsetalen i balansräkningen och not 11 har med anledning av detta räknats.

Resultaträkningen

Verksamhetsintäkter

Endast det inflöde av ekonomiska fördelar som föreningen erhållit eller kommer att erhålla för egen räkning redovisas som intäkt.

Intäkter värderas, om inget särskilt anges nedan, till verkliga värdet av det som erhållits eller kommer att erhållas.

Nedan beskrivs, för respektive intäktspost, när intäktsredovisning sker.

Medlemsavgifter

Medlemsavgifter omfattar inbetalningar för medlemskap iden ideella föreningen. Medlemsavgifter redovisas vid inbetalning från medlemmen och intäktsredovisas över den tidsperiod som avses.

Gåvor och bidrag

En transaktion i vilken föreningen tar emot en tillgång som har ett värde utan att ge tillbaka motsvarande värde i utbyte är en gåva eller ett erhållt bidrag.

Om tillgången erhålls därför att föreningen uppfyllt eller kommer att uppfylla vissa villkor och om organisationen har en skyldighet att återbetala till motparten om villkoren inte uppfylls, är det ett erhållt bidrag. Är det inte ett bidrag är det en gåva.

Gåvor

Gåvor redovisas som huvudregel som intäkt när de erhålls.

En gåva som intäktsförts redovisas antingen som en tillgång eller en kostnad beroende på om gåvan förbrukas direkt eller inte. Gåvor som föreningen avser att stadigvarande bruka i verksamheten redovisas som anläggningstillgångar. Övriga gåvor redovisas som omsättningstillgångar.

Gåvor värderas som huvudregel till verkligt värde.

I de fall föreningen lämnat en ersättning för att erhålla gåvan minskas gåvans värde med ersättningen.

Gåvor i form av tjänster redovisas inte som intäkt.

Bidrag

Bidrag redovisas som intäkt när villkoren för att erhålla bidraget har uppfyllts. Erhållna bidrag redovisas som skuld till dess villkoren för att erhålla bidraget uppfylls.

Bidrag som erhållits för att täcka kostnader redovisas samma räkenskapsår som den kostnad bidraget är avsett att täcka.

Bidrag som hänför sig till en anläggningstillgång minskar anskaffningsvärdet.

Erhållna bidrag värderas till det verkliga värdet av den tillgång som föreningen fått eller kommer att få.

Övriga intäkter

Övriga intäkter är intäkter som inte är primära för föreningen. Övriga intäkter värderas till verkligt värde och redovisas i den period det avser.

Verksamhetskostnader

Verksamhetskostnader delas in i följande funktioner; ändamåls-, insamlings- och administrationskostnader.

Ändamålskostnader

Ändamålskostnader består av kostnader som kan hänföras till föreningens uppdrag enligt stadgarna. I posten ingår kostnader i form av utbetalning till föreningens ändamål, kostnad för opinionsbildande verksamhet och del av fördelade gemensamma kostnader. Hit räknas bl.a. kostnader för olika informationsinsatser och påverkansarbete. I posten ingår lönekostnader och administrativa kostnader för den personal som arbetar med dessa verksamheter och projekt.

Insamlingskostnader

Insamlingskostnader består av direkta kostnader för arbete som riktar sig till föreningens samtliga givare. Till insamlingskostnader hör även kostnader för varumärkesbyggande samt del av fördelade gemensamma kostnader.

Administrationskostnader

Administrationskostnader består av kostnader som behövs för att administrera organisationen samt del av fördelade gemensamma kostnader.

Leasing

Samtliga av föreningens operationella och finansiella leasingavtal kostnadsförs löpande (linjärt) över leasingavgiften (inklusive första förhöjd hyra).

Ersättningar till anställda

Löpande ersättningar till anställda i form av löner, sociala avgifter och liknande kostnadsförs i takt med att de anställda utför tjänster.

Eftersom alla pensionsförpliktelser klassificeras som avgiftsbestämda redovisas en pensionskostnad det år pensionen tjänas in.

Inkomstskatt

Föreningens inskränkta skatteskyldighet regleras i 7 kap. inkomstskattelagen (1999:1228). Föreningen är befriad från inkomstskatt i sin ideella verksamhet eftersom den uppfyller kraven som samhällsnyttig enligt skattelagstiftningen.

Inkomstskatt

Föreningens inskränkta skatteskyldighet regleras i 7 kap. inkomstskattelagen (1999:1228). Föreningen är befriad från inkomstskatt i sin ideella verksamhet eftersom den uppfyller kraven som samhällsnyttig enligt skattelagstiftningen.

Balansräkningen

Tillgångar, skulder och avsättningar värderas till anskaffningsvärde om inget annat anges nedan.

Materiella och immateriella anläggningstillgångar

Materiella och immateriella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med avskrivningar enligt plan.

Aktivering av en anläggningstillgång sker vid anskaffning till högre belopp än 24 150 kr, när anskaffningsvärdet inklusive moms överstiger ett halvt prisbasbelopp.

Bidrag som hänför sig till en anskaffning av en anläggningstillgång har minskat anskaffningsvärdet.

Avskrivning sker linjärt över tillgångens beräknade nyttjandeperiod. Följande avskrivningstider tillämpas:

- Balanserade utgifter för utvecklingsarbeten och liknande arbeten – 5 år
- Inventarier – 5 år

Borttagande från balansräkningen sker vid avyttring eller utrangering.

Tillgångar och skulder

Vid anskaffningstidpunkten värderas finansiella tillgångar till anskaffningsvärde med tillägg för direkta transaktionsutgifter.

Efter det första redovisningstillfället värderas kortfristiga placeringar enligt lägsta värdets princip, d.v.s. till det lägsta av anskaffningsvärdet och nettoförsäljningsvärdet på balansdagen.

Kundfordringar värderas individuellt till det belopp som beräknas inflyta.

Fordran på medlemsavgifter tas inte upp som fordran om det inte finns en legal fordran på medlemmen.

Efter första redovisningstillfället värderas långfristiga finansiella tillgångar som inte är räntebärande till anskaffningsvärde (med avdrag för eventuell nedskrivning). Nedskrivning sker vid varaktig nedgång.

Långfristiga räntebärande tillgångar, exempelvis obligationer, värderas till upplupet anskaffningsvärde med tillämpning av effektivräntemetoden (med avdrag för eventuell nedskrivning).

Alla tillgångar som innehåser för riskspridning anses ingå i en värdepappersportfölj och betraktas därmed som en post vid värdering enligt lägsta värdets princip respektive vid nedskrivningsprövning.

Finansiella skulder värderas till upplupet anskaffningsvärde. Utgifter som är direkt hänförliga till upptagande av lån korrigerar lånets anskaffningsvärde och periodiseras enligt effektivräntemetoden.

Fordringar och skulder i utländsk valuta värderas till balansdagens kurs.

Ändamålsbestämda medel

I posten Ändamålsbestämda medel i eget kapital redovisas ännu inte förbrukade gåvor till ett specifikt ändamål och andra ändamålsbestämda medel. Se förändring av eget kapital i förvaltningsberättelsen.

Skuld för erhållna ej nyttjade bidrag

När föreningen erhållit bidrag men ännu inte uppfyllt villkoren redovisas en skuld.

Eventualförpliktelser

Föreningen lämnar upplysning om en eventualförpliktelse när föreningen har en möjlig förpliktelse som till följd av inträffade händelser och vars förekomst endast kommer att bekräftas av en eller flera osäkra framtida händelser, som inte helt ligger inom föreningens kontroll, inträffar eller uteblir, eller om föreningen har en befintlig förpliktelse till följd av inträffade händelser, men som inte redovisas som skuld eller avsättning eftersom det inte är sannolikt att ett utflöde av resurser kommer att krävas för att reglera förpliktelsen eller förpliktelsens storlek inte kan beräknas med tillräcklig tillförlitlighet.

Nyckeltalsdefinitioner

Soliditet (%)

Justerat eget kapital (eget kapital och obeskattade reserver med avdrag för uppskjuten skatt) i procent av balansomslutning.

Not 2 Uppskattningar och bedömningar

När finansiella rapporter upprättas måste styrelsen i enlighet med tillämplade redovisnings- och värderingsprinciper göra vissa uppskattningar, bedömningar och antaganden som påverkar redovisning och värdering av tillgångar, avsättningar, skulder, intäkter och kostnader. Ingen risk bedöms förekomma som har betydande effekt på de redovisade beloppen.

Not 3 Gåvor och bidrag

Gåvor som redovisats i resultaträkningen

Gåvor	2022	2021
Allmänheten	31 496	7 788
Företag	160 552	15 209
Stiftelser & fonder	25 000	740 909
Summa insamlade medel (gåvor) (a)	217 048	763 906

Insamlade medel (uppskattade belopp – ej bokfört)	2022	2021
Frukt från lokala aktörer inom dagligvaruhandeln	50 000	50 000
Digitala tjänster	150 000	10 000
Summa insamlade medel (uppskattat belopp) (b)	200 000	60 000

Bidrag som redovisats som intäkt

Insamlade medel (privaträttsliga bidrag)	2022	2021
Allmänheten	200 000	50 000
Företag	1 885 000	1 976 065
Stiftelser & fonder	4 688 533	2 097 996
Summa insamlade medel (privaträttsliga bidrag) (c)	6 773 533	4 124 061

Offentliga bidrag	2022	2021
Myndigheter	1 246 000	1 373 000
Kommun	1 832 430	1 411 485
Region	0	187 000
Summa offentliga bidrag (d)	3 078 430	2 971 485
Summa bidrag (c+d)	9 851 963	7 095 546

Totala insamlade medel består av följande:	2022	2021
Gåvor som har redovisats i resultaträkningen (a)	217 048	763 906
Gåvor som inte har redovisats i resultaträkningen (b)	200 000	60 000
Privaträttsliga bidrag som redovisats som intäkt (c)	6 773 533	4 124 061
Summa insamlade medel	7 190 581	4 947 967

Not 4 Medelantal anställda, personalkostnader

Medelantalet anställda	2022	2021
Kvinnor	7	3
Män	3	3
Totalt	10	6

Könsfördelning bland styrelseledamöter och ledande befattningshavare	2022		2021	
	Antal på balansdagen	varav män	Antal på balansdagen	varav män
Styrelseledamöter	5	3	5	3
Generalsekreterare	1	0	1	0



Löner, andra ersättningar och sociala kostnader

Löner och andra ersättningar	2022	2021
Generalsekreterare	797 786	770 616
Övriga anställda	3 475 337	2 192 416
Totala löner och ersättningar	4 273 123	2 963 032

Sociala kostnader	2022	2021
Sociala kostnader (varav pensionskostnader exkl. löneskatt)	1 778 712 (386 823)	1 314 666 (304 297)
Summa	6 051 835	4 277 698

Av pensionskostnader avser 150 tkr (146 tkr) föreningens generalsekreterare. Generalsekreterares uppsägningstid från arbetsgivarens sida är 3 månader.

Det utgår inget arvode till styrelseledamöter.

Avtal om avgångsvederlag

Inga avgångsvederlag finns.

Ideellt arbete

Under året har 40 (33) personer arbetat ideellt för föreningen, framför allt som stöd vid genomförande av aktivitet och med sin specifika yrkeskunskap kopplat till verksamhetsutveckling. Värdet av dessa ideella insatser har inte redovisats i resultaträkningen.

Not 5 Leasing

Föreningen leasar kontorslokaler. Kostnadsförda leasingavgifter uppgår till 399 531 kr (301 200 kr). Nuvarande leasingavtal löper med en uppsägningstid om 3 månader.

Not 6 Immateriella anläggningstillgångar

Balanserade utgifter för programvara	2022-12-31	2021-12-31
Ingående anskaffningsvärden	0	0
Årets aktiverade utgifter	350 000	
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	350 000	0
Ingående bidrag och offentliga bidrag	0	0
Årets bidrag och offentliga bidrag	-250 000	0
Utgående ackumulerade bidrag och offentliga bidrag	-250 000	0
Netto anskaffningsvärde	100 000	0
Ingående avskrivningar	0	0
Årets avskrivningar	-3 334	0
Utgående ackumulerade avskrivningar	-3 334	0
Utgående redovisat värde	96 666	0

Not 7 Materiella anläggningstillgångar

Inventarier	2022-12-31	2021-12-31
Ingående anskaffningsvärden	0	0
Inköp	49 537	0
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	49 537	0
Netto anskaffningsvärde	49 537	0
Ingående avskrivningar	0	0
Årets avskrivningar	-4 913	0
Utgående ackumulerade avskrivningar	-4 913	0
Utgående redovisat värde	44 624	0

Not 8 Andelar i koncernföretag

Föreningen är en moderförening, men med stöd av ÅRL 7 kap 3 § upprättas inte någon koncernredovisning.

	2022-12-31	2021-12-31
Ingående anskaffningsvärden	25 000	0
Förvärv	0	25 000
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	25 000	25 000
Utgående redovisat värde	25 000	25 000

Not 9 Specifikation av organisationens aktier i dotterföretag

Namn	Kapital- andel	Rösträtts- andel	Antal andelar	Redovisat värde 2022	Redovisat värde 2021
Ihop En Frisk Generation AB	100%	100%	250	25 000	25 000
				25 000	25 000
	Org.nr	Säte		Eget kapital	Resultat
Ihop En Frisk Generation AB	559346-0784	Stockholm		25 000	-22 550

Not 10 Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter

	2022-12-31	2021-12-31
Förutbetalda hyreskostnader	37 000	50 000
Upplupna intäkter	66 770	0
Övriga poster	79 111	33 187
	182 881	83 187

Not 11 Skuld erhållna ej nyttjade bidrag

	2022-12-31	2021-12-31
Stiftelser och fonder	537 000	915 000
Offentliga bidrag	244 500	136 250
Företag	55 000	275 000
Övrigt	0	100 000
	836 500	1 426 250



Not 12 Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter

	2022-12-31	2021-12-31
Semesterlöner	247 184	142 376
Upplupna sociala avgifter	77 665	44 735
Övriga poster	163 652	45 676
	488 501	232 787

Not 13 Ställda säkerheter

Föreningen har inga ställda säkerheter.

Not 14 Eventualförpliktelser

Enligt styrelsens bedömning har föreningen inga eventualförpliktelser.

Not 15 Väsentliga händelser efter räkenskapsårets utgång

Som framgår av not 9 har dotterbolaget Ihop En Frisk Generation AB på balansdagen 2022-12-31 ett förbrukat eget kapital. En Frisk Generation planerar att tillskjuta till ett aktieägartillskott i april 2023 för att återställa det egna kapitalet.

Signerat med e-legitimation

Styrelsen

Jörgen Bergqvist
Kristina Adele Mårtensson
Erik Gustaf Nikolaus Brandberg
Pehr Oscarsson
Maria Söderberg
4/4/2023

Autentiserad revisor

Elisabeth Raun
Grant Thornton Sweden AB
5/4/2023

Tack till alla som
bidragit och stöttat
i arbetet för en
jämlik hälsa
2022

adidas
– the Breaking Barriers project
Asuria
Boardeaser
Compass Group
Coop Stamgatan
Corecode
Di Luca & Di Luca
Dietisternas Riksförbund
FC Rosengård
FF Profilreklam AB
Folkets park i Malmöstad
Folkhälsomyndigheten
Generation Pep
Gullspång kommun
Gålöstiftelsen
Haninge kommun
Haningebostäder
Hjärt- lungfonden
ICA Kvantum Värnamo
ICA Supermarket Bäckby
ICA Supermarket Husby
ICA Ugglebo
Inly
Karolinska Institutet
Kavlifonden
Kista SC
Kronprinsessan Margaretas Minnesfond
Kronprinsessparets Stiftelse
Kungsbacka kommun
Laureus Sport for good
Lifesum
Maxi ICA Stormarknad Erikslund
Maxi ICA Stormarknad Haninge
Maxi ICA Stormarknad Nacka
Maxi ICA Stormarknad Ronneby
Mekonomen
Michael Berglund
Mimer bostads AB
MKB
Norhedsstiftelsen
Ockelbo kommun
People people people
RaceID
Ribbingsfors herrgård
Rågsveds grundskola
Sollentuna kommun
Spånga Tensta Stadsdelsförvaltning
Stena fastigheter
Stiftelsen Göteborgs Barnhus
Stiftelsen Kronprinsessan Maragaretas
Minnesfond
Sveafastigheter
Svenska Postkodstiftelsen
Up for sports
Upplands-Bro kommun
Upplands Väsby kommun
Victor Rydbergsskola Fisksätra
Victoriahem
Väsbyhem
Västerås Stad
Växjö kommun
Wallenstam
Östbergaskolan