

ÅRSRAPPORT 2021

A close-up photograph of two women in a warm embrace. The woman on the right, with long dark hair, is kissing the woman on the left on the cheek. The woman on the left has brown hair and is looking down. Both are wearing red and white striped shirts. The background is a textured, stone-like wall.

**Mi
ND**

Mind

Mind är en ideell förening som främjar psykiskt välbefinnande genom att erbjuda medmänskligt stöd, sprida kunskap och driva påverkansarbete. Minds stödverksamheter bemannas av cirka 850 volontärer som erbjuder medmänskligt stöd genom tre stödlinjer: Självmordslinjen, Äldrelinjen och Föräldralinjen. Mind erbjuder även ett forum på nätet och via en app, där man kan ge och få stöd av andra: Mind Forum.

Föreningen sprider också kunskap och driver påverkansarbete inom området psykisk hälsa med syftet att minska skam och stigma, öka kunskapen samt bidra till att de som har psykiska besvär och psykiatriska diagnoser får det stöd de behöver.

ÖVERGRIPANDE MÅL

Minds övergripande mål för verksamheten är ett ökat psykiskt välbefinnande hos alla och att ge människor kraft att leva. Vi ansluter oss till en definition av begreppet psykisk hälsa, som bygger på WHO:s definition: "Psykisk hälsa handlar bland annat om att människor upplever sin tillvaro som meningsfull, att de kan använda sina resurser, vara delaktiga i samhället och uppleva att de har förmåga att hantera livets normala motgångar".

VISION

Mind arbetar för ett samhälle som uppmärksammar och aktivt motverkar psykisk ohälsa, där personer med psykisk ohälsa blir respekterade och får det stöd de behöver och där ingen tar sitt liv.

INNEHÅLL

GS har ordet	3
Minds stödverksamhet	4
Självmordslinjen	8
Äldrelinjen	11
Föräldralinjen	12
Mind Forum	13
Kunskap och påverkan	14
Insamling	22

ÅRSREDOVISNING

Förvaltningsberättelse	26
Finansiella rapporter	34
Resultaträkning	35
Balansräkning	36
Noter	37
Underskrifter	43
Revisionsberättelse	44

GS HAR ORDET

Under pandemins andra år har de flesta av oss vant oss vid att leva helt annorlunda liv. De villkor som dominerade 2020 har fortsatt 2021. De redan mest utsatta i vårt samhälle har drabbats hårdast av sjukdom och arbetslöshet. Våld i nära relationer har ökat och fler barn har farit illa. Distansundervisning har lett till att fler gymnasieelever saknar fullständiga betyg eller har halkat efter. Unga har fått sina planer omkullkastade, har svårt att få jobb eller har flyttat till en ny stad för att plugga utan att få träffa sina studiekamrater. Vissa familjer har fått en lugnare vardag och andra vuxna har lidit av de begränsade kontaktytor som distansarbete inneburit. Vårdpersonal har varit extremt hårt belastad och har arbetat orimligt långa pass i full skyddsmundering. Äldre generationer har under året ombetts att hålla fysisk distans och undvika att krama nära och kära.

Sedan pandemins utbrott har vi ökat kapaciteten i våra stödlinjer och tog förra året emot 280% fler samtal än 2019. Trots att det krävdes stora förändringar i verksamheten har Mind snabbt lyckats svara på omvärldens behov. Under pandemins andra år var det desto viktigare att upprätthålla en hög nivå av medmänskligt stöd, även på längre sikt.

När vi skriver årsredovisningen för 2021 har alla restriktioner kopplade till pandemin tagits bort och vi har återgått till att ses på våra arbetsplatser. Samtidigt har ett krig nyligen brutit ut i Europa. I stället för oro för en pandemi pratar vi inom Mind i stället

om hur ett krig i närområdet påverkar människors psykiska mående. När vi alla precis började se ljuset i tunneln och började tro att livet skulle kunna återgå till det normala har vi ett nytt hot att förhålla oss till. Glädjande nog kan vi ses och få och ge stöd till varandra i dessa tider av osäkerhet.

Det är ändå otroligt att vi har åstadkommit så mycket under året. Förutom expansionen i stödverksamheten har vi tagit fram ett fint digitalt material till vuxna som möter unga i olika fritidsverksamheter och ökat kunskapen om äldre vuxnas psykiska hälsa. Mind har också utvecklat nya initiativ under året för att ytterligare förstärka och bredda verksamheten. Vi planerar att utöka det medmänskliga stödet genom en ny stödlinje inledningsvis främst riktad till unga, Livslinjen. Vi har också planerat utvecklingen av en digital plattform där man kan få anpassat och interaktivt material utifrån de besvär och utmaningar man har. Den kommer också att vara en varm, välkomnande ingång till allt vårt övriga medmänskliga stöd.

Mind kommer att fortsätta vara relevant utifrån allt som händer i omvärlden och vi kommer att göra allt vi kan för att finnas där med vårt medmänskliga stöd. Samtidigt ska vi fortsätta vårt ensträdda arbete med att minska skam och stigma, sprida kunskap och ge röst åt de med psykiska besvär och psykiatriska diagnoser.

Karin Schulz
Generalsekreterare Mind

MINDS STÖDVERKSAMHET



VARFÖR FINNS VI

Psykisk ohälsa är ett av våra största folkhälsoproblem. Psykiska besvär och psykiatriska diagnoser orsakar ett stort lidande men också stora samhällskostnader. Det mest konkreta uttrycket för psykiskt lidande är antalet självmord. Sedan 2008 finns det i Sverige en nollvision kring antalet självmord, men trots detta har inte antalet självmord minskat mer än obetydligt de senaste 20 åren. I gruppen unga 15–24 år samt bland kvinnor i åldersgruppen 25–44 år finns dessutom en liten ökning sett över tid. Under 2020 tog 1 441 personer sitt liv, vilket är över sju gånger fler än de som dog i trafiken under samma år.

2021 har liksom 2020 varit ett speciellt år med tanke på coronapandemin. Det har varit ett fortsatt stort fokus på psykisk ohälsa i samhället i stort men också för särskilt utsatta grupper. Vi har sett att social distansering, hemarbete och distansundervisning har påverkat många människors psykiska välbefinnande. Många äldre har hamnat i ensamhet och isolering på grund av restriktioner. Även yngre har fått sina liv kraftigt påverkade av inställda aktiviteter, distansundervisning och svårigheter att få arbete. Dessutom är det många som förlorat anhöriga eller vänner i covid-19 och som oroar sig för egen eller andras hälsa.

Begreppet psykisk ohälsa täcker både mildare psykiska besvär och allvarigare psykiatriska diagnoser. Psykisk ohälsa fortsätter vara den främsta orsaken till sjukskrivning under 2021 (bortsett från covid) och unga rapporterar att de lider av psykiska besvär i större utsträckning än tidigare, även om antalet allvarigare diagnoser bland unga inte ökat.

Mind har lokalavdelningar i Göteborg, Halmstad, Malmö och Umeå och ett kansli i Stockholm. Volontärer kan välja att höra till ett av våra kontor eller ta emot samtal hemifrån och därmed tillhöra den växande gruppen av volontärer som endast möter oss digitalt.

690

volontärer i Självmordslinjen över hela landet

Ännu har vi ingen statistik över självmordstalen för 2021 men vi vet att stora insatser behövs på samhällsnivå och Minds arbete var viktigare än någonsin både under och efter pandemin. Vi behöver fortsätta att vara en kraftfull aktör inom området psykisk hälsa. Det gör vi genom att utforska orsakerna och uppmärksamma det som påverkar vårt psykiska välbefinnande, ge kraft och stöd till de som drabbats av psykisk ohälsa samtidigt som vi arbetar för att minska självmordstalen.

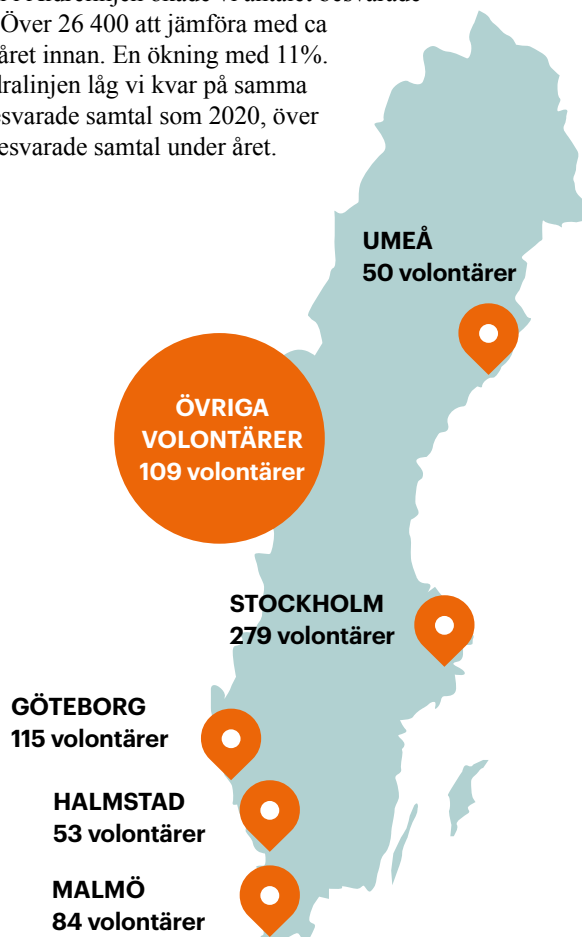
VÅRA STÖDVERKSAMHETER

Under 2021 hade Mind som mål att fortsätta öka kapaciteten att ge medmänskligt stöd i Självmordslinjen, Äldrelinjen, Föräldralinjen och på Mind Forum.

Teknikutvecklingen och digitaliseringen fortsätter för att möta det ökade tryck vi upplever i våra stödlinjer. Idag fungerar det lika bra för volontärer att ta pass på något av Minds kontor som att göra det hemifrån. Det ger Mind nya möjligheter att rekrytera, utbilda och introducera volontärer från hela Sverige.

Under 2021 besvarade Minds volontärer cirka 79 000 samtal i Självmordslinjen. En ökning med 21 000 samtal jämfört med året innan, över 36% fler besvarade samtal.

Även i Äldrelinjen ökade vi antalet besvarade samtal. Över 26 400 att jämföra med ca 23 700 året innan. En ökning med 11%. I Föräldralinjen låg vi kvar på samma antal besvarade samtal som 2020, över 1 500 besvarade samtal under året.



NY VOLONTÄRPORTAL

I slutet av november 2020 bytte vi administrativt system i Självordslinjen. Det övergripande målet med att införa det nya systemet Salesforce har varit att effektivisera administrationen kring volontärer. Systemet samlar all information om volontären på samma ställe, automatiserar processerna vid ansökan att bli volontär, intervju av blivande volontärer och de olika stegen i volontärutbildningen. Systemet ger oss ett mer effektivt och användarvänligt arbetssätt för både anställda och volontärer.

Ytterligare ett mål var att skapa en portal för volontärerna som samlar allt som har med volontärens uppdrag att göra på en plats. I Salesforce kan volontären boka handledning och fortbildning, boka extra pass, kommunicera med personalen och få senaste nytt från verksamheten.

Under 2021 har utvecklingen av volontärportalen fortsatt. Bland annat har schemavyn över volontärpassen förbättrats. Förändringen gör det enklare för personal och volontärer att se de pass som det är låg bemanning på. För personalen ger det

bättre möjligheter att se var vi behöver sätta in mer resurser och för volontären en tydligare överblick över var deras insats behövs mest. Under 2021 kommer Äldrelinjen också att börja använda sig av volontärhanteringssystemet. Arbetet med övergången påbörjades slutet av 2021 och i mars 2022 lanseras volontärportalen för volontärerna i Äldrelinjen.

NYTT TELEFONISYSTEM

Under 2020 upphandlade Mind ett nytt system för telefoni och chatt. Under 2021 har vi arbetat med att utveckla systemet för att passa Minds behov. Det nya systemet ger Mind möjlighet att samla alla stödlinjer i samma system samt att ha chatt och telefoni i samma system. Utvecklingen av systemet tog längre tid än planerat och det lanserades i slutet av november 2021. Systemet ger oss nya möjligheter till statistikuppföljning och effektmätning. Systemet är även kopplat till volontärhanteringssystemet vilket ger en förenklad administration av behörigheter för volontärer när de börjar ta pass i Självordslinjen.



FOTO: CHARLES FORENNER/UNSPLASH

NATTÖPPET

Mind och Tim Bergling Foundation inledde ett samarbete 2019 med målet att Självordslinjen skulle vara öppen dygnet runt. Stiftelsen ger ett treårigt stöd till Mind för att stärka Självordslinjen. Med stöd av bidrag från Tim Bergling Foundation kunde Mind från den 1 juni 2020 utöka verksamheten i Självordslinjen till att hålla öppet dygnet runt, varje dag. Under natten bemannas Självordslinjen av en anställd från Mind och 5–7 volontärer. Under nattpassen erhåller volontärerna en ersättning från Mind. Alla volontärer på natten har även vanliga volontärpass på Självordslinjen. Volontärerna och personalen på natten tar emot ca 20% av de samtal som besvaras i Självordslinjen.

SPÅRNÄRA

Spårnära är ett pilotprojekt som drivs tillsammans med SL, MTR och NASP. Syftet med projektet är att testa och utvärdera en av de metoder som anges för att sänka antalet självmord kopplat till spårtrafik.

Under perioden 1 december 2021 till och med 28 februari 2022 har vi dygnet runt haft en dedikerad volontär som är i beredskap att ta emot samtal från de telefonnummer (särskilda för varje tunnelbana) som vi hade på anslag vid utsatta platser i Stockholms tunnelbana.

Från 1 mars 2022 går projektet in utvärderingsskede för att avgöra om utfallet är positivt och om det ska skalas upp.

” Tack för chatten, du har varit en mycket god lyssnare och tack för att du vågar lyssna och prata om självmordsplaner. Cyberkram till dig <3

” Tack du snälla människa som finns där ute någonstans.

” Tack, var nog detta samtal jag behövde för att ta steget till psykiatrin. Vem du än är. Tack <3

” Tack för att du ville lyssna. Jag fick motivation! Jag är värd mer. Uppskattar att du tar dig tid, ni är guld som sitter i chatten.

” Du räddade ett liv. Jag har gått över bron nu.

CITAT FRÅN
NÅGRA SOM
SÖKT STÖD

” Tack för allt du har skrivit. Det har fått mig att tänka om lite.

” Tack. Om jag inte fått stöd av dig hade jag nog inte stått upp nu.

” Fortsätt att hjälpa andra. Det du gör är viktigt. Tack för allt <3

” Stort Tack. Vet inte vem du är men i mina ögon är du en ängel. Du har precis räddat mig och min vardag <3 Stort Tack kära Du.

” Tack för att jag fick prata med dig i kväll. Är så tacksam att ni finns.

” Tack så mycket, så glad att jag hittat Mind, har alltid hjälpt.

SJÄLMORDSLINJEN

Självordslinjen är öppen för alla åldrar och för den som har tankar på att ta sitt liv eller för den som har en närstående med sådana tankar. Självordslinjen bemannas av utbildade volontärer och hit kan man vända sig anonymt genom att ringa, chatta eller mejla dygnet runt.

I Självordslinjen möter den som ringer en medmänniska som lyssnar och finns där för att ge stöd och hopp när livet känns tungt. Självordslinjen etablerades 2015 i sin nuvarande form och fanns tidigare som en webbtjänst under namnet Självordsupplysningen.

Under 2021 har antalet kontaktförsök till Självordslinjen fortsatt att öka. Med 35% under 2021 och med över 130% sedan 2019. Vi ser inte någon tendens till att antalet kontaktförsök skulle minska under 2022.

Samtalen till Självordslinjen handlar till stor del om självmordstankar (36% av samtalen), ångest, nedstämdhet och ensamhet. Många kontaktar också Självordslinjen för ett generellt psykiskt lidande orsakat av olika utmaningar i livet. Innehållet i samtalen har inte förändrats nämnvärt under pandemin. Samtidigt har många fler hört av sig till oss.

Mind kan konstatera att de som hör av sig via telefon generellt är äldre och att framför allt män oftare pratar i telefon med Mind än hör av sig via chatt.

Unga chattar hellre med oss. Att erbjuda fler olika kanaler är därför viktigt för att sänka trösklarna att söka stöd för alla olika målgrupper. I det nya telefoni-systemet finns möjlighet att erbjuda messengertjänst (ex. whatsapp, messenger) som en väg in till stöd. Under 2022 kommer Mind att se över implementering av messengertjänst som ny kontaktväg. Under våren 2022 kommer vi att lansera en distraktionssida för unga som söker stöd i Självordslinjen men som inte kommer fram på grund av högt tryck. Arbetet med att ta fram distraktionssidan påbörjades hösten 2021 och finansieras av Drottning Silvias stiftelse, Care about the children

Cirka 51% av samtalen är via telefon under 2021 och 49% via chatt. I slutet av juni 2021 stängdes mejl som kontaktväg till Självordslinjen ner. Det gjordes utifrån en bedömning av hur många mejl som kom in och hur stora resurser det tog i relation till det. Fram till sista juni kom ca 500 mejl in och besvarades.

I slutet av december 2021 hade Mind 690 registrerade volontärer i Självordslinjen. Volontärerna är anonyma för den stödsökande, men de har alla samma mål, att lyssna och stödja när livet känns hopplöst. Volontärerna genomförde tillsammans 59 919 volontärtimmar i Självordslinjen, en ökning med cirka 18 500 volontärtimmar jämfört med 2020.

59 919

VOLONTÄRTIMMAR

**självordstankar,
ångest, nedstämdhet
och ensamhet**

VANLIGA SAMTALSÄMNER



690

VOLONTÄRER

17

MINUTER SAMTALS-
LÄNGD I SNITT



79 236

BESVARADE SAMTAL VIA CHATT,
TELEFON OCH MAIL

375 719

OBSVARADE TELEFONSAMTAL



FOTO: PRIVAT

En volontär berättar

Ernst Nathorst-Böös, volontär i Självmordslinjen

Berätta lite om dig själv.

– Jag är 61 år och har tidigare jobbat som entreprenör och VD i näringslivet. När jag slutade för några år sen började jag intressera mig för att hjälpa andra, och gick en coachutbildning, vilket ledde till att jag idag har klienter både inom ledarskap och personlig utveckling. Jätteroligt och betydelsefullt och stimulerande mitt växande intresse för samtalet. Privat så bor jag på söder och har tillsammans med min fru 7 barn och 5 barnbarn.

Vad fick dig att söka dig till Mind?

– För några år sedan var jag engagerad i flyktningkrisen, och jag tycker att det är viktigt att hjälpa till om man kan. Min fru hittade en annons för Mind och volontärverksamheten för några år sedan, jag kände inte till Mind innan, men blev intresserad av metoden att med samtalet som verktyg stödja andra.

Hur länge har du varit volontär?

– Det är ett och ett halvt år sen jag startade.

Vad kände du inför de första samtalen?

– Jag kände mig väl omhändertagen, utbildningen (jag gick den digitalt) var väldigt bra. Så jag kände mig väl förberedd. Men klart att det var lite läskigt första gångerna, eftersom man inte vet vad man kommer att möta. För mig är det naturligare att ta samtalen i telefon än att chatta, jag trivs mest med det. På chatten har man i och för sig tid att tänka igenom vad man ska svara, men när det väl är satt på pränt så står det där. Det är lättare att tillsammans korrigera sig i telefon.

Har din känsla förändrats över tid?

– Jag känner mig numera alltid trygg inför och under samtalen, däremot kan jag känna en oro efteråt över om jag presterat bra nog. Kunde jag sagt något annorlunda?

Är det något samtal eller någon händelse du minns särskilt väl?

– Kanske inte något specifikt men de som berör mig djupast är unga människor, ofta unga kvinnor, som blivit utsatta på något sätt och hamnat i livsvackor. Man tänker att de har ett så långt liv med sådana möjligheter, det är så sorgligt att de har tappat hoppet.

Vilka samtal tycker du är svårast?

– De samtal när man inte får kontakt. Som med någon som har fastnat i en återvändsgränd och vill använda

samtalet till att själv bearbeta något. Det blir inte kontakt i samtalet på samma sätt då. Men det handlar kanske mest om MIN vilja att få kontakt. Jag måste undvika ”fixar”-känslan, det är något jag verkligen får jobba med. Det räcker så långt att bara finns där och lyssna. Många har aldrig pratat med någon tidigare om sitt dåliga mående, och om de blir lyssnade på utan att bli dömda av oss, så ökar förhoppningsvis chansen att de pratar med någon annan också om hur de har det.

Hur gör du för att skapa kontakt – har du något knep?

– Nej, inget särskilt men det viktigaste är ju att visa de som ringer att jag finns där och lyssnar, och att de känner sig hörda.

Vad är det vanligaste människor vill prata om?

– Det har handlat otroligt mycket om ensamhet och isolering nu, vilket inte är konstigt. Människor har tappat sådant som var viktigt tidigare, som sociala sammanhang, och bar man på ensamhet redan innan blev det självklart värre under pandemin.

Har du haft något riktigt akut samtal där du fick ringa 112?

– Jag har några gånger haft inringare som valt att själva kontakta ambulans, och det har hänt att jag har varit med ändå in i ambulansen. Jag följde också med någon till psykakuten och fanns där som ett stöd under promenaden dit.

Vad känner du efter ett pass?

– I början tog det ett dygn ungefär innan jag landade, nu försöker jag se till att ha lite avskildhet och stillhet för att kunna reflektera över det jag fått höra. Jag tycker om att tänka på de personer jag pratat med, som att det är viktigt att åtminstone EN person tänker på dem efteråt.

Skulle du rekommendera andra att bli volontärer?

– Ja absolut. Det är ju ingen tvekan om att det behövs och det är bra att det finns människor som vi, som hoppar in och ger detta stöd. För egen del så är det väldigt givande, det är så mycket här och nu.

Vilka egenskaper bör man ha tänker du?

– Man måste ha en verklig vilja och intention att lyssna så gott man kan. Det behöver egentligen inte vara så himla viktigt vad man säger, utan det viktiga är att man finns där en stund.

Amanda är en av många som lever med bipolär sjukdom. För Mind berättade hon om hur det påverkar henne varje dag.

”Är jag hög eller död?”



”Vem är jag om en minut? Vem är jag imorgon? Vem är jag? Jag existerar inte i denna värld. Jag hör inte hemma här. Jag har en mening med livet. Jag älskar livet. Jag vill dö...”

Hög på livet. Död inombords. Livsglädje. Mörker. Ljus. Hopp. Kärlek. Hat. Hopplöshet. Tomhetskänslan... tankarna som förtär en inombords. Olika tillstånd av en svartvit karaktär. Många gånger båda tillstånden och allt emellan samtidigt. Det vänder när man minst anar det. Det här är min egen uppfattning om hur det är att leva med dessa psykiska sårbarheter.

Det är svårt att förklara för någon som aldrig har varit där. Det är svårt att förklara någonting för nån, som aldrig varit där. För de har aldrig haft mina tankar och mina känslor. De har aldrig känt den tomheten jag har haft. De har aldrig känt ruset jag har haft. De har aldrig haft just de tankarna som just jag har haft. Givetvis blir det svårt att förstå.. När inte ens jag själv förstår ännu hur jag fungerar, varför jag tänker som jag gör, varför jag är som jag är och känner som jag gör... fram och tillbaka, som en livslång berg-och-dalbana fylld av lycka, skratt, skräck, förtvivlan och ångest. Som alla andra, säger många. Alla kan må dåligt, alla kan ha ångest, alla går igenom livet som en berg-och-dalbana. Det är absolut sant, men det krävs och behövs mer information, förståelse och andra perspektiv om bipolär sjukdom och borderline/emotionell personlighetsstörning.

Det känns som om det finns många som inte tar det på allvar. Som om det enda bipolär sjukdom innebär är att man antingen är neråt eller uppåt. Visserligen är det på ett sätt sant, men det är mycket mer än så. Vad

jag önskar att det verkligen var så, det hade varit en dröm. För i verkligheten så är det inte ”bara” så. Tänk att ibland känna dig så hög på livet att du kan klara av vad som helst, när som helst och hur som helst. Man påbörjar olika projekt, väcker nya intressen som du kanske aldrig haft förut. Intressen man redan har kan man bli expert på, det blir svårt att hålla reda och sortera allt man vill göra, en del kanske man slutför men verkligen inte alla gånger. Man sitter uppe halva natten och gör något som bara SKA bli klart.

Tänk dig att du är så djupt inne i det du brinner för, fast bara för ett tag, vilket man inte är medveten om i den stunden. Det blir svårt att hålla reda på tiden, att fullfölja dessa projekt och att bete sig normalt gentemot nära och kära. Man kan tjata hål i huvudet på alla till slut. Man ser ingenting annat än just det man blivit så manisk/hypomanisk för. Vilket i alla fall jag har fått höra att jag är överdriven i många sammanhang. Samtidigt så kan man handla upp alla sina pengar, köpa ”onödiga” saker som man bara känner att fan, det här ska jag ha, och varför inte köpa 3 st av varje, bara för att du känner för det. Handla upp alla pengar... Man känner sig som världens bästa, man vill fixa sig, sminka sig och göra sig fin, samtidigt som man har oerhört bra självförtroende. Det kanske låter bra tycker du. Fortsätt läs så kanske du kommer att få insikt i vad jag menar. Man kan göra saker och säga saker som man aldrig någonsin skulle tro att det i efterhand kommer konsekvenser... Man kan börja med droger, alkohol, ta olika piller, och hålla det hemligt för alla. Utan konsekvenstänkande! Tyvärr så tänker man ju inte långt i det här tillståndet. Man gör saker utan att ta hänsyn till andra, det finns liksom inte på kartan att man är kapabel till att bry sig. Man tänker inte på några följder, inget alls. Enbart på det man gör. För mig svänger det flera gånger bara över en dag.

Som om man vore i en tunnel och allt man ser är det som är längst bort, allt runt omkring finns det inget rum för respekt. Ingenting. Man kan sluta med sin medicin, skita i att gå till samtalskontakt/psykiatri för man tror inte att man är sjuk längre.

Det är min vardag. Jag vet inte vem jag är mestadels av tiden. Jag vet inte om jag, så som jag har varit innan kommer att komma tillbaka, om jag någonsin ens varit på ett speciellt sätt. Jag vet däremot om att jag inte är ensam, vi som har psykiska sjukdomar och problem är inte ensamma... men jag vet att det oftast känns så. Vi är aldrig ensamma, det måste vi försöka komma ihåg! Varje dag är en kamp.

➤ Det här är ett sammandrag av en längre text av Amanda. Vill du läsa hela så finns den här: Är jag hög eller död? – mind.se

ÄLDRELINJEN

Äldrelinjen vänder sig till äldre som mår psykiskt dåligt eller som bara behöver någon att prata med. Den bemannas av volontärer och hit kan man ringa anonymt alla dagar.

Att åldras är på flera sätt lättare idag än för 30 eller 50 år sedan. Medicinska framsteg och ökad välfärd har gjort att vi ofta kan leva hälsosammare och längre liv. Men för många präglas åldrandet av ensamhet och psykiska besvär.

Statistik visar att äldres psykiska ohälsa är ett eftersatt område och att psykisk ohälsa och självmord är vanligt bland äldre. Att uttrycka psykiska besvär är ofta förknippat med skamkänslor för äldre. Dessutom betraktas ofta depression, ångest och andra psykiska sjukdomar som ett naturligt tillstånd för äldre generationer. Många får därför inte adekvat behandling.

I samband med pandemin agerade Mind kraftfullt och ökade Äldrelinjens kapacitet genom fler volontärer och utvidgade öppettider.

Volontärerna besvarade betydligt fler samtal under 2020 jämfört med tidigare. Den ökningen har fortsatt under 2021. Under året besvarades 26 424 samtal på Äldrelinjen, det var 2 700 fler samtal än året innan. Sett sedan början av 2020 och starten av corona så har

Äldrelinjen gått från ca 4 000 besvarade samtal under 2019, en ökning med över 600%.

Statistiken visar att många samtal kommer från personer som upplever ofrivillig ensamhet och där några av dem ofta återkommer till Äldrelinjen. Samtalen varade i snitt cirka 15 minuter och det förefaller som om även ett kort samtal fyller en viktig funktion för många. Vissa behöver prata längre och får ibland även stöd och uppmuntran till att söka hjälp från samhället.

Tillströmningen av volontärer till Äldrelinjen var betydligt lägre under 2021 än 2020 och flera volontärer avslutade sitt uppdrag under 2021. Vi ser att det beror på flera anledningar, en del som startade sitt volontärskap under starten av pandemin hänvisar till tidsbrist och andra till att flera nya tekniska lösningar introducerats som uppfattas svåra att använda. Vår bedömning är dock att det har varit nödvändigt att byta ut dessa system för att erbjuda driftsäkerhet och kvalitet på sikt.

Vid årsskiftet hade 131 volontärer ett fast pass varannan vecka och antalet volontärtimmar under 2021 var totalt 6 929.

Vanliga ämnen i samtalen är ofrivillig ensamhet, nedstämdhet samt allmänt prat om livet och vardagen.

6929

VOLONTÄRTIMMAR

ofrivillig ensamhet

VANLIGT SAMTALSÄMNE



131

VOLONTÄRER

15

MINUTER SAMTALS-
LÄNGD I SNITT



26424

BESVARADE SAMTAL

91545

OBESVARADE SAMTAL

FÖRÄLDRALINJEN

Föräldralinjen finns för den som är orolig för sitt barn eller för ett barn i sin närhet. Till volontärerna i Föräldralinjen får man möjlighet att både ställa frågor och bolla tankar för att hitta nya förhållningssätt och vägar till en bättre situation.

Samtalen till Föräldralinjen kan beröra allt från stora till små problem kring barn oavsett ålder och är alltid anonyma. Föräldralinjen, tidigare Föräldratelefonen, har funnits sedan 1996. Föräldralinjen bemannas av volontärer som samtliga har en bred och lång erfarenhet av professionellt arbete med barn och föräldrar.

Under 2021 har vi sett en fortsatt utveckling av att fler föräldrar söker stöd för sina vuxna barn än tidigare. Volontärerna tog emot 1 522 samtal från oroliga föräldrar eller närstående om det som känns

svårt. Samtalen var i snitt 24 minuter långa. Samtalen handlade om problem i skola och förskola, om unga med depression och ångest, relationsproblem i familjen med mera. I arbetet med att ta fram broschyren Tonårsguiden, som vi gjorde tillsammans med Apotek Hjärtat, var volontärer i Föräldralinjen till stor hjälp som bollplank och rådgivare. Då dessa volontärer är familjeterapeuter, psykologer eller socionomer har de professionell kunskap som var till stor nytta.

Vi ser att föräldrar till barn med psykiska besvär och psykiatriska diagnoser kämpar hårt med att få vardagen att fungera och de berättar att de många gånger är nära till eller redan är sjukskrivna på grund av stress och utmattning. Under 2021 genomförde 19 volontärer tillsammans totalt 1 283 volontärtimmar.

1283

VOLONTÄRTIMMAR

**nedstämdhet,
ångest och
relationsproblem**

VANLIGA SAMTALSÄMNER



19

VOLONTÄRER

24

MINUTER SAMTALS-
LÄNGD I SNITT



1522

BESVARADE SAMTAL

5451

OBESVARADE SAMTAL

MIND FORUM

Mind Forum är ett chattforum på nätet, en trygg plats där man anonymt kan prata om livet när det känns tufft. Från början var Mind Forum ett treårigt projekt finansierat av Allmänna Arvsfonden men är nu en del av Minds ordinarie verksamhet.

Under 2021 har användandet av Mind Forum fortsatt att vara stort. Dagligen skapas nya trådar om frågor som användare vill diskutera med andra. Under året hade forumet 66 683 besök med 291 744 sidvisningar och cirka 10 000 registrerade användare.

Vi har under året fortsatt att utveckla både plattformen och appen för att de ska vara

användarvänliga och kommer under början av 2022 göra ytterligare förändringar som ökar säkerheten.

Vi ser att behovet av Mind Forum och det stöd man kan få där är fortsatt stort och Mind tar olika initiativ för att motivera användare till att gå in och ge svar på inlägg och stötta andra som ett komplement till att skriva själva. Mind har 7 volontärer som modererar innehållet på plattformen en dag var i veckan.

Mind Forum är ett avpersonifierat forum, men där allt innehåll ligger synligt, även för dem utan medlemskap. Det är också en betydande majoritet av besökarna som endast läser, medan tröskeln till att själv gå in och berätta fortfarande är hög.

KUNSKAP OCH PÅVERKAN



Ett av Minds uppdrag är att sprida kunskap kring psykisk hälsa och att engagera sig i samhällsdebatten för att bidra till positiv förändring och utveckling inom området. Mind ska vara en röst för de som drabbas av och lever med psykisk ohälsa och deras anhöriga. Mind ska verka för att synliggöra både människor, frågeställningar och utmaningar inom området.

Genom att öka kunskapen kring psykiatriska tillstånd och sjukdomar, samt psykiska besvär, så bidrar vi till att minska skam och stigma. Genom att vara en tongivande aktör inom området för att främja psykiskt välbefinnande, bidrar vi till att de med psykisk ohälsa får det stöd de behöver. För att sprida kunskap inom området använder vi främst våra egna kanaler och plattformar som vår webbplats mind.se, nyhetsbrev, Facebook, Instagram, LinkedIn, Twitter, Youtube, föreläsningar, rapporter och digitala seminarier. Vi sprider också vårt material genom samarbeten med företag, organisationer eller personer med egna plattformar med stor räckvidd. Vi har också etablerade referensgrupper i form av ungdomsråd och äldreåd, för att regelbundet inhämta kunskap och skapa en direkt dialog med de målgrupper vi arbetar med.

VÅRA AMBASSADÖRER

Under hösten 2021 började Mind rekrytera personer som på ideell basis vill göra insatser för allas rätt till psykiskt välbefinnande. Vi kallar dem ambassadörer. Syftet med ett ambassadörskap är att inspirera och engagera andra och att genom egna upplevelser och tankar hjälpa Mind att sprida information och kunskap. Minds ambassadörer avgör själva i vilken utsträckning de har möjlighet att engagera sig och Mind erbjuder både utbildning och budskapsträning vid behov. Ambassadörerna består av såväl välkända personer (som Henrik Wahlström, Danny Lam, Ida och Sofie från Ångestpodden och Atilla Yoldas) som vanliga människor. Engagemanget har varit stort och under 2021 anmälde sig 288 personer som ambassadörer för Mind.



TIDNINGEN MIND

Tidningen Mind kom ut med sitt sista nummer under våren. Tidningen har varit mycket uppskattad av sina läsare, men med en distribution av endast 2 500 exemplar blev produkten till sist för dyr att ta fram, både i form av personella resurser och materialkostnader. Framöver kommer vi i

stället att använda vår webbplats, våra nyhetsbrev och vår närvaro i sociala medier för att dela artiklar, intervjuer, berättelser, krönikor och forskningsrapporter.



VÅRA NYHETSREVEN

Mind ger ut ett nyhetsbrev där vi sprider kunskap om forskning och nyheter inom området psykisk hälsa. Under 2021 skickade vi ut 11 nyhetsbrev till totalt 10 700 prenumeranter. Nyhetsbreven har en öppningsfrekvens på 37%.

Då vi under året gav ut det sista numret av tidningen Mind beslöt vi oss för att göra ett omtag vad gäller nyhetsbrevets innehåll och påbörjade arbetet för att fylla det tomrum som tidningen lämnade efter sig. Vi beslöt att nyhetsbrevet i högre grad skulle spegla Minds verksamhet och vårt arbete med psykisk hälsa, samt ge röst åt experter, medlemmar, volontärer såväl som människor med egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Att knyta nyhetsbrevet närmare till Minds egen verksamhet är en del i det arbete som påbörjats under året för att ytterligare stärka Minds varumärke och berätta om allt det viktiga arbete som bedrivs i Minds regi.

Under året introducerades också två andra nyhetsbrev; Top of Mind – ett nyhetsbrev för anställda, och Volontärbrevet – ett nyhetsbrev för volontärer. Båda syftar till att skapa ett sammanhållet Mind genom att spegla verksamheten och människorna som arbetar här – både anställda och volontärer. Förutom vi-skapande inlag så är både Top of Mind och Volontärbrevet viktiga kanaler för att informera om händelser och nyheter. Top of Mind ersatte Nyhetsbrevet från GS (generalsekreteraren) och kom ut för första gången i maj, likaså Volontärbrevet. Top of Mind respektive Volontärbrevet har getts ut i sex nummer under året. Volontärbrevet skickas till alla volontärer och har en öppningsfrekvens i genomsnitt på 58%, vilket får betraktas som en mycket hög öppningsfrekvens i jämförelse med ett genomsnitt för ideella organisationer som brukar ligga någonstans mellan 26–28% (källa: IBM Marketing Cloud).

Några initiativ och aktiviteter



OSS UNGA EMELLAN

Bland unga är kunskapen om psykisk ohälsa generellt låg. Det är många som inte vet vart de ska vända sig för att få hjälp eller information. Många unga blandar också ihop helt normala känslor med sjukdomar och diagnoser. Oss unga emellan är ett gemensamt projekt tillsammans med studieförbundet Bilda och finansierat av Allmänna Arvsfonden, där vi i stället för att prata om psykisk ohälsa pratar om att "vara nere". Det är något som de allra flesta förstår vad det betyder. Det är inte stigmatiserande. Alla kan vara nere.

För att göra ämnet lättare att prata om har vi skapat karaktären Nere – en budbärare som klär kommunikationen i emotionell form. Nere är en ganska vilsen men påhittig 17-åring som tycker att saker som egentligen är deppiga och jobbiga går att skämta om för att göra situationen lite ljusare. Det som skiljer Nere från en vanlig tonåring är framför allt att hen är fiktiv, en 3D-renderad animation.

För att höja kunskapen och ge unga verktyg för samtal har vi tagit fram en baskunskap om psykisk ohälsa för unga tillsammans med unga och experter. Baskunskapen består av tre begrepp: förstå, hantera och stötta. Det är viktigt att förstå sitt eget psyke och sin kropp, det är viktigt att veta hur man kan hantera tuffa perioder i livet och det finns saker som är viktiga när man ska stötta andra. Baskunskapen har vi sedan förpackat på en rad olika sätt; en kunskapsportal <https://varanere.se/>, ett instagramkonto, en ledarutbildning och en podd.

PSYKISKT VÄLBEFINNANDE – OAVSETT GENERATION

Alla människor, oavsett ålder, ska ha samma rätt till psykiskt välbefinnande genom hela livet. Projektet Psykiskt välbefinnande – oavsett generation, finansierat av Svenska Postkodlotteriet, arbetar för att öka kunskapen och minska fördomarna och attityderna kring äldre vuxnas psykiska hälsa. Projektets målgrupper är äldre själva och deras anhöriga, en bred allmänhet, beslutsfattare, organisationer som möter äldre, samt yrkesverksamma som möter äldre i vård, omsorg och i socialt arbete.

Genom att prata med äldre snarare än om äldre har vi fått insyn i tusentals människors vardag runtom landet. Vi har genomfört en mängd undersökningar i form av bland annat enkäter, referensgrupper, forskning och djupintervjuer. Vi har också samlat ett äldreråd med 210 kvinnor och 205 män från hela landet, som vägleder oss i vårt arbete och ger oss träffsäkerhet och relevans med stor spannvidd.



STÖR DÖDEN

Antalet självmord ökar bland unga. Många skolor har hört av sig till oss och undrar hur de kan bli bättre på att samtala om psykisk ohälsa med elever. Därför har Mind, Suicide Zero och SPES tillsammans med NASP (Nationellt centrum för suicidforskning och prevention) tagit fram ett utbildningsmaterial för lärare på högstadiet och gymnasiet. Utbildningen är en del av en större insats för prevention av psykisk ohälsa och självmord och är finansierad av Region Stockholm.

➤ Du når utbildningen här: <http://stordodenutbildning.se/>

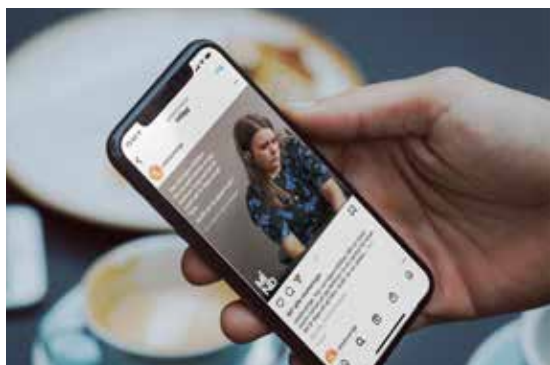


FOTO: JULIANA WIKLUND

FOR A BETTER DAY

For A Better Day handlar om att göra skillnad för barn och unga med hjälp av deras egna tankar, idéer och förslag. Initiativet startades av Tim Bergling Foundation i samarbete med Mind, BRIS (Barnens Rätt I Samhället) och Suicide Zero. Genom att be ungdomar att bidra och göra sina röster hörda, vill vi uppmärksamma den psykiska ohälsan bland unga och få ännu fler att engagera sig i frågan.

På sociala medier erbjöds ungdomar upp till 25 år att göra sina röster hörda, att skriva fritt om sitt mående och vad de behöver för att få ett bättre liv. Resultatet blev en inbunden sammanställning av texter som bygger på omkring 1 500 berättelser. Luntan överlämnades personligen till statsminister Stefan Löfven i september 2021 och är fylld av ögonblicksbilder från samtiden, en unik insikt i ungas vardag. När unga människor i Sverige själva fick beskriva vad som får dem att må dåligt pekade många på skolstress, betygskrav och vårdköer. Många lyfte fram att psykisk hälsa borde bli ett skolämne.



7DAYSOFHELL

I slutet av året valde vi att uppmärksamma dagarna på året då oro, ångest och ensamhet är som svårast att bära och fler än någonsin kontaktar Minds Självordslinje. Vi kallade kampanjen 7 Days of Hell. Med hjälp av kända röster och volontärer från Mind delade vi berättelser baserade på historier från alla de samtal vi tar emot i våra stöddlinjer.

Berättelserna delades i en digital mellandagskalender där man i varje lucka fick ta del av en berättelse om hur det är att leva med psykisk ohälsa och ofrivillig ensamhet och vilket stöd som finns att få. Kampanjen fick stor spridning och nådde ut till totalt ca 9,5 miljoner under kampanjperioden.

7 Days of Hell uppmärksammades och lyftes även i media. Kampanjsidan 7daysofhell.se hade över 33 000 besökare och antalet besökare på mind.se ökade under kampanjen med 30%. Engagemanget under perioden bidrog bland annat till ett ökat intresse för att bli volontär på Mind. Antalet besökare till volontärsidan för Självordslinjen ökade med över 133% och antalet som påbörjade en ansökan för att bli volontär i Självordslinjen ökade med 108% under kampanjen. Mer än dubbelt så många ansökningar kom också in till Äldrelinjen under kampanjen jämfört med andra perioder.



ENGAGEMANG I SOCIALA MEDIER

I slutet av året hade vi 18 700 följare på Instagram vilket är att jämföra med 2021 då vi hade 15 300 följare, en ökning på ca 20%. Även i våra andra sociala medier har vi ökat i antal följare och likes under året. Antal följare på Facebook har ökat till ca 40 000 följare. Vi har också haft större aktivitet via LinkedIn och har nu 4 600 följare jämfört med 2 500 följare för året tidigare.

VI PÅVERKAR OCH SPRIDER KUNSKAP OM PSYKISK HÄLSA

Under året har vi tagit fram flera rapporter och hållit seminarier som ett led i vårt arbete med att samla kunskap, påverka beslutsfattare och sprida information om psykisk hälsa och ohälsa i samhället idag. Något som utmanade och påverkade människor och samhällen över hela världen på ett sällan skådat sätt var naturligtvis covid-19-pandemin. Flera av de mest kända riskfaktorerna för psykisk hälsa har förvärrats. I flera andra länder har regeringar tagit politiska helhetsgrepp för att hantera pandemins följdverkningar på människors psykiska hälsa, både på lång och kort sikt. Vi ansåg att Sverige borde följa efter och upprätta en nationell återhämningsplan, vilket vi förde fram i en rapport.

I rapporten *"Sverige behöver en nationell återhämningsplan för psykiskt välbefinnande under coviddecenniet"* pekar Mind ut fem områden som nästa regering har att ta ansvar för:

1. Politiskt ledarskap med verktyg att hantera komplexiteten kring psykisk hälsa
2. Särskild utsatthet och sårbarhet för psykisk ohälsa
3. Stöd och vård vid psykisk ohälsa
4. Främjande och förebyggande – nycklar för motståndskraft
5. Suicidprevention

➤ Rapporten finns att läsa här: Sverige behöver en nationell återhämningsplan för psykiskt välbefinnande under coviddecenniet (2021) – Mind

Varför upplever så många unga att de mår dåligt psykiskt?

Under flera år har den självrapporterade psykiska ohälsan bland unga i Sverige blivit allt sämre. Oavsett sjukdom eller inte är det viktigt att ungas lidande tas på allvar. Parallellt med dessa rapporter om mående hör vi att många unga saknar vuxna att prata med och dessa insikter har legat till grund för rapporten *"Hur har du det – en rapport om ungas psykiska mående"*. I rapporten som tagits fram i samarbete mellan Mind och Fryshuset frågar vi bland annat om för VEM unga berättar att de mår dåligt. Och VEM man inte berättar för?

➤ Rapporten finns att läsa här: Hur har du det – en rapport om ungas psykiska mående (2021) – Mind

Hur står det till med den psykiska hälsan i Sverige?

Det var frågeställningen vi hade när vi presenterade vår första temperaturmätning *"Hur mår vi psykiskt – egentligen"*, en rapport över hur vi svenskar har det med vår psykiska hälsa. Målet är att vi återkommande ska sammanställa och tillgängliggöra data



som beskriver utvecklingen av den psykiska hälsan och bidra till en bättre överblick och förståelse av bakomliggande faktorer. Till hjälp har vi vårddata, folkhälsoundersökningar samt utvalda risk- och skyddsfaktorer. Rapporten bygger på 35 nyckeltal som ger en bred bild av hur befolkningen i Sverige mår och hur det står till med några av den psykiska hälsans viktigaste risk- och skyddsfaktorer. Vår förhoppning är att denna sammanställning kan hjälpa oss att förstå utvecklingens riktning och skapa en diskussion kring orsakerna.

- Rapporten finns att läsa här: Rapporten finns att läsa här: Hur mår vi psykiskt – egentligen? (2021) – Mind

Till rapporten knöt vi ett direktsänt digitalt seminarium, dit vi bjöd in några ledande personer inom området psykisk hälsa för att diskutera och kommentera valda delar ur rapporten. Det blev ett mycket intressant samtal som besöktes av ca 400 personer. Seminariet har också setts i efterhand av ett stort antal.

- Se seminariet här: Minds temperaturmätning över den psykiska hälsan i Sverige 2021 – YouTube

Vi har tittat djupare på den psykiska hälsan hos äldre vuxna personer

Siffror visar att 40% av äldre vuxna över 65 år uppger att de har besvär med oro, nedstämdhet och ångest. Äldre kvinnor har oftare depressiva symptom och ångest än män i samma ålder. I rapporten *”På tal om ålder – oavsett generation”* har vi sett över kunskapsläget och fördjupat och nyanserat bilden av äldre personers psykiska ohälsa. Tänkvärt är att vi då nyanserat bilden av två miljoner unika individer!

- Rapporten finns att läsa här: pa-tal-om-alder-en-rapport-om-psykisk-halsa-hos-aldre-vuxna.pdf – Mind

Även till den rapporten skapade vi ett digitalt seminarium som vi sände under namnet *”Diskriminerar vi vårt äldre jag? Hur attityder påverkar äldres psykiska hälsa”*. Inbjudna gäster diskuterade bland annat hur vi behöver ändra samhällets och även våra egna attityder till att bli gammal. Och inte minst få syn på våra fördomar. Nära 500 personer såg det direktsända eventet som också kan ses i efterhand.

- Se seminariet här: Diskriminerar vi vårt äldre jag? – Hur attityder påverkar äldres psykiska hälsa – YouTube



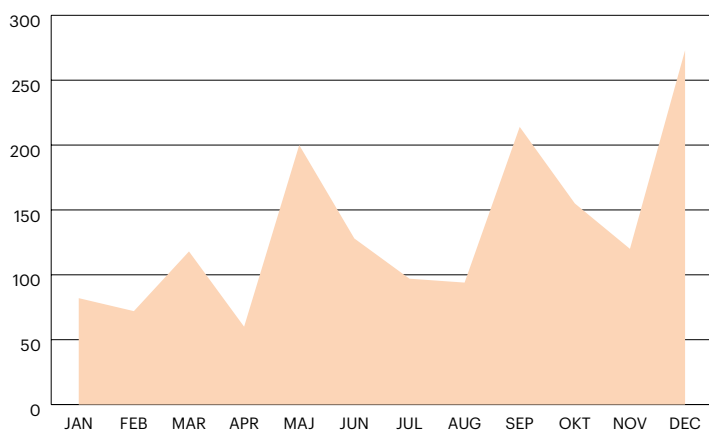
VI HAR SYNTS OCH HÖRTS

Under året upphandlade vi en ny plattform för mediabevakning för att få en bättre överblick över medial exponering och reaktioner i sociala medier. Via plattformen sköts även pressmeddelandedistribution, pressrumpublicering och PR-mätning. Sammanfattningsvis kan vi se att vi har omnämnts i 903 artiklar under året.

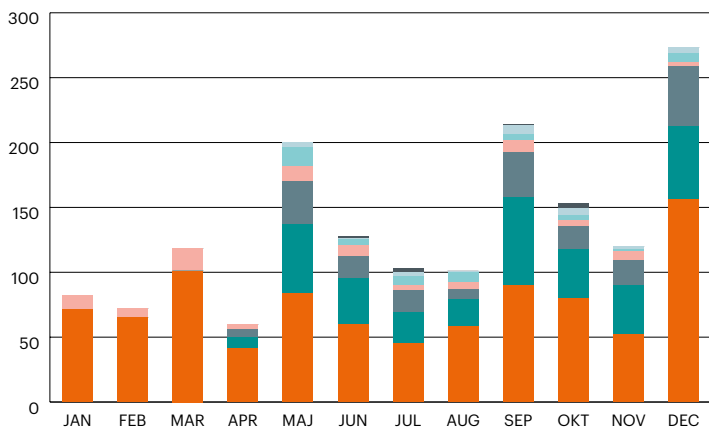
Jämför vi med 2020 har vi haft ett något mindre genomslag under 2021 vilket förmodligen har sin orsak i flera medialt intressanta händelser under 2020: pågående pandemi; Mind Självordslinjen startade dygnet-runt-öppet med stöd från TBF, Tim Bergling Foundation, samt att vi under året släppte rapporten om digitala medier och UR Samtidsserie.

Under 2021 har Självordslinjen fått mycket uppmärksamhet, då trycket har varit väldigt högt och en ökad oro för självmord efter pandemin har uppmärksammats t ex av SVT, TV4 och Aftonbladet. Flera volontärer har intervjuats, både lokalt och i riksmidia. Vår virtuella influencer Nere har fått mycket media, i Nyhetsmorgon bland annat och vårt initiativ tillsammans med Tim Berglings Stiftelse, boken där ungdomar uttrycker vad de behöver för en bättre morgondag, uppmärksammades stort i och med överlämnandet till Stefan Löfvén.

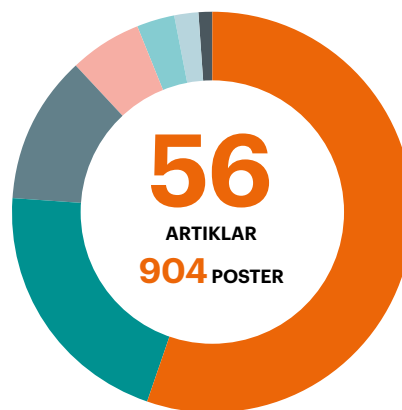
MEDIA EXPOSURE OVER TIME 2021



MEDIA DISTRIBUTION OVER TIME 2021



TOTAL MEDIADISTRIBUTION 2021



Artiklar	56%
Facebook	21%
Instagram	12%
Blog	6%
Twitter	3%
YouTube	2%
Forum	1%



Atilla Yoldas – ny ambassadör för Mind

Med en gedigen bakgrund som föreläsare i frågor kring machokultur, antirasism och psykisk hälsa bland unga är Atilla en perfekt ambassadör för oss och våra frågor. Han arbetar som journalist på frilansbasis, skriver återkommande krönikor i Expressen, håller workshops om mansnormer och machokultur med mera.

Hur kommer det sig att du tackade ja till att engagera dig i Mind, Atilla?

– Jag har länge lyft frågor kring psykisk hälsa och känner att jag också vill engagera mig förebyggande i de frågorna som berör mig. Jag tycker att det är viktigt att belysa det som är kopplat till de strukturella problemen kring psykisk hälsa, generella stigmat, minoritets och antirasism till exempel. Sedan har jag egna problem med ångest som jag får hjälp med, jag har personer omkring mig som bär på olika trauman och jag har förlorat vänner i självmord.

Det låter som väldigt aktuella och högst relevanta ämnen för Mind. Finns det nån fråga som du brinner för lite extra?

– Mitt fokus har legat på killars psykiska hälsa och den kopplingen man kan se till gamla förlegade förhållningssätt. Det vill säga att vi killar biter ihop om vårt psykiska lidande och mår sämre och sämre och aldrig sträcker ut handen, vilket innebär att vi själva får illa. Studier visar att vi blir utåtagerande istället och det går ut över våra anhöriga och nära. Vilket blir ett stort problem som verkligen berör samhället. Där hittar jag motivationen till att arbeta främst med den frågan.

Vad tänker du att det finns för möjligheter till förändring då, med tanke på att KI:s rapport för ett par år sen visade att mansnormen är den allra största faktorn till att inte killar söker hjälp?

– Man behöver göra ett gediget arbete både förebyggande och retroaktivt, eftersom det handlar om djupt rotade normer som vi behöver hjälpas åt att

ändra på. Vi måste börja byta förhållningssätt långt ner i åldrarna och lära pojkar redan i förskoleåldern att prata om sådant som känns jobbigt och att inte bita ihop. Sedan behöver vi få fler delar av samhället att uppmärksamma problematiken och jobba brett för att få fler att öppna upp. Jag föreläser både på grundskolor och gymnasieskolor om machokultur och mansnormer.

– Jag samarbetar även med organisationen Män, där deltagarna möts och öppnar upp i sårbara samtal. Vi sprider också vårt budskap vidare till exempel i media och med killar i gruppsamtal där pojkar och män med olika bakgrund möts och pratar om hur man bryter mansnormen bland annat. Vi försöker också gå i bräschen för samtal där vi befinner oss, på arbetsplatser, i skolor med kompisar och kollegor.

Det låter som du verkligen lever med de här frågorna Atilla, hur gör du då själv för att hantera ditt liv och psykiska hälsa. Lever du som du lär?

– Med mina egna erfarenheter av psykisk ohälsa, vet jag vad jag behöver för att fungera bra. Jag går i terapi för att stärka min egen psykiska hälsa, regelbunden träning är också viktigt och att jag prioriterar saker i schemat som ger mig positiv energi. Jag har lätt att ta på mig för mycket och känna mig otillräcklig, så självklart trillar jag dit ibland. Så jag är inte i mål än men jag jobbar på det. Jag är också så tacksam över att jag har personer i min omgivning som jag känner en enorm trygghet i att få och ge stöd till, där vi kan öppna upp och prata om hur vi mår på riktigt utan stigma.

INSAMLING GÅVOR OCH BIDRAG

Stödet från privatpersoner, företag, stiftelser och myndigheter är avgörande för Minds verksamhet. Därför har vi under 2021 lagt ännu större kraft på att öka engagemanget för verksamheten i alla tänkbara kanaler och initierat fler samarbeten med företag, privatpersoner och ambassadörer.

Långsiktigt framgångsrik insamling kräver hög kännedom om oss som organisation och om vikten av gåvor som möjliggör vårt arbete. Under 2021 har vår tydliga ambition därför varit att öka det antal som stödjer oss ekonomiskt. Ett arbete som burit frukt, antalet gåvor till Mind har ökat och engagemanget för vårt ändamål är större än tidigare.

Vår målbild är att alla som kan och vill engagera sig ska ges de allra bästa möjligheterna. Det kan vara att bli volontär, swisha en gåva, bli ambassadör, sprida vårt budskap i sociala kanaler, driva en egen insamling eller att som företag ingå ett partnerskap. Alla insatser är värdefulla och vårt

gemensamma engagemang är vad som skapar framgång.

Under året har digitalisering och effektivisering fortsatt. Så gott som all vår insamling sker nu digitalt, driven av digitala kanaler vilket både är effektivt och kostnadseffektivt. Ett arbete som bidragit till att vi under året ökade antalet mottagna gåvor med 120%, utan ökade kostnader.

Under 2022 fortsätter arbetet med att öka antalet personer som engagerar sig, samtidigt som varje givare löpande ges nya möjligheter att stödja vårt arbete – i vår gemensamma kamp för psykiskt välbefinnande.

Oumbärliga samarbeten

Privatpersoner, företag, stiftelser och myndigheter är alla viktiga givare för att göra vår verksamhet möjlig. Här följer några exempel på betydelsefulla samarbeten.

TIM BERGLINGS STIFTELSE

Det treåriga stödet från Tim Bergling Foundation har varit avgörande för att Mind har kunnat hålla Självordslinjen öppen dygnet runt. De 10 miljoner kronor per år som stiftelsen bidrar med har gjort det möjligt att kraftfullt öka kapacitet att ta emot fler medmänskliga samtal i Självordslinjen. Samarbetet innebär också att vi tillsammans lyfter frågor av betydelse för unga vuxnas psykiska välbefinnande.

SVENSKA POSTKODLOTTERIET

Tack vare stödet från Postkodlotteriet på 7,7 mkr har vi kunnat reagera snabbt och rätt på ökade behov av stöd under pandemin. Vi bygger en stark och ansvarstagande organisation som ger stöd till de som behöver det bäst; äldre och personer med psykiskt besvär som söker ett medmänskligt samtal. Tack vare medel till det tvååriga drömprojektet ”Psyiskt välbefinnande – oavsett generation” har Mind lanserat en avslöjande rapport och ett seminarium som konfronterar dig med fördomar om äldre som du inte visste att du hade. Projektet strävar efter att belysa äldre vuxnas psykiska välbefinnande bland annat genom att deras egna röster och erfarenheter samlas in.

SJ

Sedan pandemin bröt ut har antalet samtal till Minds stödlinjer ökat kraftigt. För att kunna ta emot alla samtal måste vi rekrytera och utbilda ännu fler volontärer. Den digitala omställningen gör det möjligt för oss att sköta mycket på distans, men vi har volontärer över hela landet och fysiska utbildningar och kurser kommer fortsätta vara viktiga för att kunna ge allra bästa stöd och förutsättningar i deras fantastiska arbete. Under 2021 har SJ:s kunder skänkt närmare 12 miljoner SJ Prio-poäng till Mind, som vi kommer att omsätta till ovärderliga resor.

KAVLIFONDEN

Kavlifonden har under en rad år varit en generös givare till Mind, så även under 2021. De har under åren bidragit med över 10 mkr. Tack vare det långsiktiga samarbetet har vi kunnat utveckla vår verksamhet och utbildat fler volontärer till Självordslinjen och därmed besvara fler medmänskliga samtal från människor i kris. Kavlifonden bygger på överskottet från Kavli AB där allt går till välgörenhet.

RADIOHJÄLPEN

Mind har fått del av Radiohjälpens Coronarespons för andra året i rad. Under 2021 tilldelades Mind 636 000 kronor för att utöka kapaciteten i Äldrelinjen. Bidraget har givit väsentliga förutsättningar för att Mind har kunnat agera starkt för att upprätthålla och utöka vårt stöd i Äldrelinjen under pandemin när det behövdes som bäst.

LANNEBO FONDER

Lannebo Fonder, en svensk fristående fondförvaltare, har ett stort samhällsengagemang och Mind är en av deras ideella samarbetspartners. Vi uppskattar särskilt den långsiktighet och förtroende som Lannebo Fonder visar genom sitt fleråriga åtagande, något som totalt bidragit med över 1 miljoner kronor.



APOTEK HJÄRTAT

Samarbetet med Apotek Hjärtat inleddes under 2021 med syftet att tillsammans främja psykiskt välbefinnande. Apotek Hjärtat bidrar ekonomiskt och stödjer Mind i arbetet med att utöka kapaciteten i Minds alla stödlinjer, men samarbetet bygger också på att gemensamt kommunicera, informera och utbilda inom området psykisk hälsa. Under året uppmärksammades ofrivillig ensamhet och äldre personers situation. Apotek Hjärtat och Mind lanserade också tillsammans initiativet Älskade tonåring – en guide till föräldrar för att underlätta livet tillsammans och bättre förstå vad som händer med sin tonåring.



ICA STIFTELSEN

Med stöd från ICA Stiftelsen på 1,85 miljoner kronor har Mind kunnat utöka det medmänskliga stödet under året och samtidigt sprida kunskapen om det medmänskliga samtalet till fler. I projektet ”Handla med medmänsklighet” samarbetar Mind och ICA för ett ökat psykiskt välbefinnande genom medmänsklighet, något som var särskilt angeläget under pandemin. I projektet har alla Sveriges ICA-handlare och personal fått verktyg för att öppna upp och prata mer med varandra och även uppmuntrat kunder till att prata mer om det som är viktigt på riktigt.

IKEA FOUNDATION

IKEA:s satsning A Place Called Home vill mildra samhällsrisker kopplade till covid-19 och stödja de grupper som är värst utsatta genom att stärka civilsamhällets kapacitet att agera. Mind har fått 2 mkr i stöd för att besvara ännu fler samtal i både Självordslinjen och Äldrelinjen. Mer än 8 500 medmänskliga samtal har genomförts som en direkt följd av IKEA:s stöd.

CARE ABOUT THE CHILDREN–HM DROTTNING SILVIAS STIFTELSE

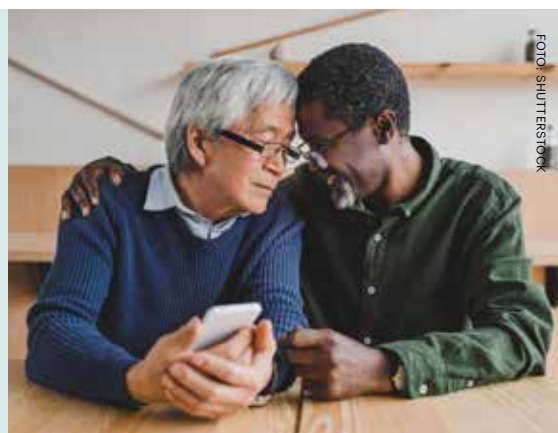
HM Drottning Silvias stiftelse, Care About the Children har givit Mind ett bidrag på 1 mkr dels till Självordslinjens chatt, dels till projektet Mind the Children att skapa ett digitalt rum fyllt av känslomässigt stöd under tiden unga väntar på att en volontär blir ledig i chatten. Bidraget ger förutsättningar till Minds preventiva arbete för att förhindra självmord och proaktiva arbete med att öka det psykiska välbefinnandet hos barn och unga.

JACOB WALLEBERGS STIFTELSE, SÄRSKILDA FONDEN

Särskilda fonden beviljade Mind 1 mkr för att möjliggöra att volontärutbildningar digitaliseras så att man kan vara volontär i Mind Självordslinjen vara helst man bor i Sverige utan att kompromissa med kvaliteten i utbildningarna eller det stöd till volontärernas insats.

Andra stiftelser som gett generösa bidrag är:

- Timmermansorden
- Johanniterorden
- Ragnhild Frykmans stift
- Ingrid och Gustav Fribergs minne
- QBE Foundation
- Petrus och Augusta Hedlunds stift
- Elsa och Harry Gabrielssons stift
- Stiftelsen EMQ



ÅRSREDOVISNING

Styrelsen för Mind (Föreningen Psykisk Hälsa), hädanefter presenterat som Mind, organisationsnummer 802002-7291, avger härmed årsredovisning för räkenskapsåret 2021.

FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

ALLMÄNT OM VERKSAMHETEN

Mind är en ideell förening som främjar psykisk hälsa genom att erbjuda medmänskligt stöd, sprida kunskap och bilda opinion. Mind är religiöst och partipolitiskt oberoende. Årsmötet är Minds högsta beslutande organ. Föreningen har ett 90-konto, vilket innebär att redovisningen granskas av Svensk Insamlingskontroll. Mind tillämpar den kvalitetskod som utvecklats av Giva Sverige.

Den dagliga verksamheten drivs av ett kansli som per den sista december bestod av 48 personer, motsvarande 39 årsanställda, inklusive personalen på lokalavdelningarna. Antalet årsanställda har ökat med 39% i jämförelse med 2020. Föreningen har 2 361 medlemmar varav 1 004 är registrerade nuvarande eller tidigare volontärer. Samtliga volontärer som arbetar inom Mind erbjuds att bli medlemmar, men betalar ingen medlemsavgift.

Mind driver en stödverksamhet med hjälp av volontärer som erbjuder medmänskligt stöd genom tre stödlinjer: Självmordslinjen, Äldrelinjen och Föräldralinjen. Mind erbjuder även ett forum på nätet samt via en app där man kan ge stöd till och få stöd av andra: Mind Forum.

Föreningen sprider också kunskap och driver påverkansarbete inom området psykisk hälsa med syftet att minska skam och stigma, öka kunskapen samt bidra till att de som har psykiska besvär och psykiska sjukdomar får det stöd de behöver och kraft att leva.

ÖVERGRIPANDE MÅL

Minds övergripande mål för verksamheten är en förbättrad psykisk hälsa hos befolkningen och att ge människor kraft att leva. Vi ansluter oss till en definition av begreppet psykisk hälsa, som bygger på WHO:s definition: ”Psykisk hälsa handlar bland annat om att människor upplever sin tillvaro som meningsfull, att de kan använda sina resurser, vara delaktiga i samhället och uppleva att de har förmåga att hantera livets normala motgångar”.

VISION

Vi arbetar för ett samhälle som uppmärksammar och aktivt motverkar psykisk ohälsa, där personer med psykisk ohälsa blir respekterade och får det stöd de behöver, och där ingen tar sitt liv.

MINDS FÖRVALTNING

Styrelsen har i enlighet med stadgarna sitt säte i Stockholms kommun. I Minds styrelse ingår 8 ordinarie ledamöter. Under 2021 hölls 6 ordinarie och ett

konstituerande möte. Utöver detta träffades styrelsen en heldag för att arbeta med verksamhetsplanen för 2022.

NÄRVARO UNDER 2021:

Avgående 2021

Lina Axelsson Kihlbom (ordförande, avgick i november)	6 möten av 7
Adnan Civic (avgick vid årsmötet i maj)	1 möte av 7
Jacqueline Levi (avgick i maj)	3 möten av 7

Sittande

Ingrid Engström (vice ordförande)	7 möten av 7
Christina Wahlström	7 möten av 7
Cecilia Lundmark	7 möten av 7
David Clinton	5 möten av 7
Marie Åsberg	4 möten av 7
Sven Bremberg	7 möten av 7
Helena Bornholm	5 möten av 7
Haroon Nooristani	3 möten av 7

Styrelsens ledamöter uppbär inget arvode för sitt arbete. Årsmötet valde Grant Thornton, Sweden AB, till auktoriserad revisor med Lena Johnson som huvudansvarig revisor. Till ordinarie lekmannarevisor respektive revisorssuppleant valdes Gunnel Torstensson respektive Rolf Bergström. Till Minds valberedning 2020–2021 valde årsmötet om sittande valberedning Marita Bildt (sammankallande), Juliana Moraes, och Monica Tegerstedt.

VÄSENTLIGA HÄNDELSE UNDER RÄKENSKAPSÅRET

Trots pandemins anmärkningsvärda konsekvenser har Mind under året på ett tillfredsställande sätt nått målen gällande mottagna stödsamtal i våra stödlinjer. Mind har även investerat avsevärda resurser för att säkerställa kvaliteten på det medmänskliga stödet, dels genom ny teknik för telefoni och chatt och i utveckling av en ny portal för volontärer. Detta innebär att vi har lagt grunden för att utvidga vårt medmänskliga stöd som i slutändan leder till att vi kan ta emot fler kvalitetssäkrade samtal från människor i kris.

När det gäller kunskapsspridning har Mind lanserat flera digitala utbildningar till målgrupper som framför allt arbetar med barn och unga; både hur man pratar om psykisk ohälsa och om självmord. Den uppskattade tidningen Mind lades ned under året då upplagan var för liten för de kostnader den innebar. Istället genomfördes en satsning på en kunskapsportal på mind.se.

Mind har även för första gången under året haft en dedikerad resurs som arbetar med samhällspolitisk påverkan som har lett till ett antal initiativ för att stärka Minds påverkansarbete; dels en skrift gällande konsekvenser på psykisk hälsa under och efter coronapandemin, dels en rapport som beskriver den psykiska hälsan i Sverige; ”Hur mår vi egentligen?” En temperaturmätning av psykisk hälsa 2021. Detta är ett led i att bli en mer synlig och betydelsefull ideell aktör.

Vi har också inlett samarbeten och utvecklat initiativ som stärkt synligheten och varumärket under året som exempelvis Tim Bergling Foundation, Tik Tok, Apotek Hjärtat och ICA stiftelsen. Den gemensamma nämnaren för dessa samarbeten är att vi gemensamt sprider kunskap om psykisk hälsa.

Under 2020 etablerades en ny organisation med fyra team; Engagemang (kommunikation, marknadsföring och insamling), Tema (kunskapsspridning och påverkansarbete), Stöd (samtliga stödverksamheter) samt Administration (ekonomi, HR och administration). Under 2021 har alla nya chefspositioner tillsatts och den nya organisationen vidareutvecklats och nya rutiner och arbetssätt etablerats för att ytterligare kvalitetssäkra och effektivisera arbetet. Det har varit viktigt att betona samverkan mellan team och vi arbetar ofta arbetar projektform med deltagare från olika delar av verksamheten.

Under året har vi identifierat ytterligare behov av att se över ansvarsfördelningen inom stödverksamheten för att förstärka utveckling inom kvalitetssäkring av samtal, volontärengagemang och metodutveckling samt utbildning i alla stödlinjer. En ny ansvarsfördelning sjösattes januari 2022 med ansvariga utvecklingsledare för centrala områden för stödverksamheten. Detta är en konsekvens av att Mind växer och att vi kontinuerligt behöver se över organisation, ansvarsfördelning och processer för att säkerställa att vi arbetar effektivt för att nå våra mål.

Under året har Mind deltagit i dialoger kring ett regeringsuppdrag gällande utredning av en uppstart av en nationell offentligt finansierad stödlinje. Styrelsen har även diskuterat konsekvenserna för Minds stödverksamheter, som kan bli avsevärda om verksamheterna inte kan särskiljas. Ett svar på uppdraget kommer först i mars 2022. I november 2021 avgick Minds styrelseordförande Lina Axelsson Kihlblom när hon fick uppdraget som skolminister. Vice ordförande leder organisationen fram till årsmötet 2022.

Vi har under året, då all personal främst arbetat hemifrån, förutom teammöten haft regelbundna

digitala personalmöten med all personal där vi berört arbetsmiljöfrågor och hur Mind som organisation påverkats av den oroliga situation som pandemin skapat. Arbetsituationen har försvarats för många då vi ofta är beroende av kontinuerlig, förtroendefull dialog för ett gott samarbete vilket inte varit lika lätt under pandemin. Många har även anställts under pandemin. När pandemin är över kommer vi att göra särskilda satsningar på arbetsmiljö och gemenskap.

Mind har blivit mer en än mer känd organisation och därför kontaktats av allt fler företag som gärna vill samarbeta med oss. Arbetet har med tiden blivit alltmer omfattande och krävande både i form av personella resurser och i tidsomfattning. Mind har därför under året uppdaterat och förenklat processer i relation till företag. Vi har även beslutat att anställa en särskild resurs med ansvar för företagsfinansiering. På sikt ska detta leda till större intäkter från företag samtidigt som vi når ut till fler för att främja psykiskt välbefinnande på arbetsplatser.

Under 2021 har Mind tagit fram två större ansökningar dels gällande finansiering av Mindhouse, en digital plattform, samt en ny stödverksamhet, Livslinjen. Positivt beslut erhöles gällande båda dessa ansökningar i februari 2022 från Postkodlotteriet respektive Allmänna Arvsfonden.

RESULTAT OCH STÄLLNING

Mind är en ideell förening som främst finansieras av gåvor, medlemsavgifter och bidrag. Gåvorna kommer från privatpersoner, företag och organisationer. Bidragen kommer dels från olika stiftelser, fonder och företag, dels från stat, kommun och landsting. Föreningen har ett 90-konto, vilket innebär att redovisningen granskas av Svensk Insamlingskontroll.

Totala verksamhetsintäkter för Mind uppgick under 2021 till 51,8 mkr och motsvarar en ökning med 7,3 mkr eller 16% jämfört med 2020. Flertalet av Minds intäktslag ökade 2021 i jämförelse med 2020. Gåvor och bidrag från företag landade på 5,0 mkr och ökade med 40% jämfört med 2020. Gåvor och bidrag från externa stiftelser och fonder ökade under 2021 med 21% från 12,8 mkr till 15,5 mkr. Bergling Foundation bidrog med 9,1 mkr till Självmordslinjen som en del i ett treårigt samarbete som i huvudsak möjliggör dygnetruntoppet. ICA stiftelsen bidrog med 1,9 mkr, H.M. Drottning Silvias Stiftelse – Care About The Children 0,5 mkr, Kavlifondet 1,0 mkr, Radiohjälpen 0,6 mkr och Timmermansordern 0,4 mkr. Utöver detta har Mind erhållit ytterligare ett antal bidrag från stiftelser till stödverksamheten på belopp upp till 250 tkr. Bidrag från stat, kommuner och landsting

medräknat bidraget från Arvsfonden slutade på 16 mkr, vilket innebär en ökning med 0,5 mkr eller 3% i jämförelse med 2020. Intäktslaget i sin helhet står för 31% av Minds totala intäkter, att jämföra med 35% under 2020.

Postkodlotteriets intäkter har ökat med 39% från 7,6 mkr till 10,6 mkr jämfört med 2020. Ökningen beror dels på ett coronatillägg för basstödet på 0,7 mkr, dels på att Mind under 2020 tilldelades ett tvåårigt Drömprojekt ”Oavsett Generation” på 9,7 mkr varav 2,9 mkr nyttjades under 2021 jämfört med 0,6 mkr 2020.

Gåvor från allmänhet landade på 4,4 mkr, i jämförelse med 4,3 mkr 2020.

Den ökade omsättningen återspeglas i ökade kostnader för 2021. Under 2021 ökade totala verksamhetskostnader med 27% från 41,5 mkr till 52,8 mkr. Ändamålskostnaderna ökade med 31% från 35,6 mkr till 46,5 mkr bland annat som en konsekvens av den fortsatta utbyggnaden av Självordslinjen samt en ökning av aktiviteter i Minds projekt.

Insamlings- och administrationskostnaderna uppgick till 6,3 mkr under 2021, en ökning med 0,4 mkr i jämförelse med 2020. Insamlings- och administrationskostnader bär sin andel av lokalkostnaderna.

Grunden för fördelning av samkostnader baseras på hur samtliga anställda fördelar sin tid på respektive verksamhetsområde.

Totala insamlings- och administrationskostnader uppgick till 12% av totala verksamhetsintäkter. Kravet från Svensk insamlingskontroll är att detta procenttal inte får överstiga 25%. Nyckeltalet har minskat från 13% till 12% på grund av att insamlings- och administrationskostnader relativt sett inte ökat i samma takt som intäkterna.

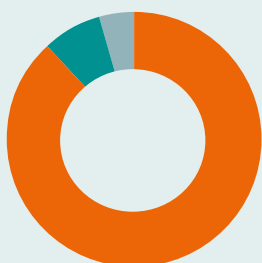
Det redovisade resultatet för 2021 blev ett mindre överskott på 0,1 mkr vilket innebär att Minds egna kapital ökar från 12,9 mkr till 13 mkr motsvarande 25% av årsomsättningen och ligger i linje med styrelsens beslutade målvärde.

ANVÄNDNING AV FINANSIELLA INSTRUMENT

Mind har en kapitalförvaltningspolicy för att se till att föreningens kapital placeras och förvaltas på bästa möjliga sätt. Policyn uppdaterades i april 2021. Placeringar får endast ske i instrument (alternativt fondandelar som i sin tur placeras i sådana instrument) på auktoriserade marknadsplatser eller andra reglerade marknadsplatser som står under tillsyn av respektive lands tillsynsmyndighet eller annat behörigt organ. Etisk hänsyn är viktig vid förvaltningen av Minds kapital. Speciellt viktigt är att föreningen inte placerar i värdepapper med anknytning till tobaks- eller alkoholindustri, vapenindustri eller företag som

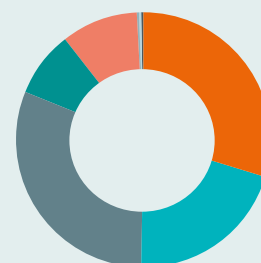
är involverade i fossila bränslen. Av dessa skäl ska kapitalet vara placerat i fonder som placerar i bolag där högst 5% av omsättningen kommer från kontroversiell verksamhet (produktion eller distribution av krigsmaterial, alkohol, spel eller fossila bränslen). Mind bör inte heller äga aktier direkt i läkemedelsföretag, för att stå fria från läkemedelsindustrin. Under 2021 förvärvades värdepapper för 11,2 mkr genom Handelsbankens diskretionära förvaltning och värdepapper såldes till ett värde av 1,0 mkr. Totala marknadsvärdet på Minds placeringar vid slutet av 2021 låg på 12,3 mkr.

Totala verksamhetsintäkter mkr



Fördelning kostnader 2021

Ändamål	-46 501 055
Insamling	- 4 068 777
Administration	-2 207 694
Totalt	-52 777 526



Fördelning intäkter 2021

Gåvor och bidrag stiftelser och fonder	15 492 631
Postkodlotteriet	10 551 932
Bidrag stat, kommun, landsting	15 966 003
Gåvor allmänheten	4 370 483
Gåvor och bidrag företag	5027 932
Medlemsavgifter	224 780
Nettoomsättning	103 953
Övriga intäkter	39 833
Totalt	51 777 546

FLERÅRSÖVERSIKT (avrundat till närmsta hundratal)

	2021	2020	2019	2018	2017
Antal medlemmar	2 400	2 000	1 900	1 900	1 800
Antal givare	6000	3 100	3 200	2 600	2 400
Antal stödjande samtal	107 000	83 300	37 400	31 200	22 900
Antal volontärer	800	900	500	400	300
Kännedom Mind*	25%	25%	19%	19%	12%
Kännedom Självordslinjen*	45%	45%	42%	42%	35%
Totala intäkter	51,8 mkr	44,5 mkr	30,0 mkr	20,2 mkr	13,5 mkr
- varav Insamlade medel Allmänhet och Företag	6,4 mkr	8 ,0 mkr	8,7 mkr	3,6 mkr	1,2 mkr
Årets resultat	0,1 mkr	3,0 mkr	4,8 mkr	2,0 mkr	1,1 mkr
Eget kapital	13,0 mkr	12,9 mkr	9,9 mkr	5,1 mkr	3,1 mkr
Soliditet	33%	37%	52%	47%	38%
Nyckeltal Svensk Insamlingskontroll**	12,12%	13,30%	18,80%	14,80%	12,10%

* Siffrorna 2021 är desamma som 2020, då det inte har gjorts någon ny kännedomsundersökning för 2021.

** Andel administrations- och insamlingskostnader i relation till totala intäkter.



HÅLLBARHETSUPPLYSNINGAR

AGENDA 2030

Minds kärnverksamhet har ingen direkt miljöpåverkan. Den innebär dock ibland resor inom Sverige och Mind har därför en resepolicy att i första hand välja tåg. Under 2021 genomfördes enbart några enstaka resor som en konsekvens av coronapandemin. När Mind arrangerar utbildningar väljer vi i största möjliga mån att servera vegetariska rätter. Mind har även som mål att minska pappersförbrukningen genom att tillhandahålla laptops till personalen och minska utskriften. Mind har även valt att inte trycka upp årsredovisningen på papper, utan endast sprida den digitalt.

Mind har anställd personal för alla ordinarie arbetsuppgifter. Varje anställd har specifika arbetsuppgifter som relaterar till själva ändamålet, insamling och administration. Utöver detta bygger Minds verksamhet i stödlinjerna på volontärinsatser. De som svarar i Självmordslinjen, Äldrelinjen och Föräldralinjen är, med undantag för 5 medarbetare som är deltidanställd nattpersonal i Självmordslinjen, volontärer.

För de anställda har Mind kollektivavtal med Unionen och Akademikerförbunden. Mind är medlem i arbetsgivarorganisationen Fremia.

Minds arbetsmiljö är av största vikt för att kunna leverera goda resultat. Mind har därför regelbundna arbetsmiljödialoger på kansliet där Mind tar upp olika aspekter av arbetsmiljön för diskussion. Som en följd av coronapandemin och omställningen till att personalen under större delen av 2021 arbetat hemifrån har en del av personalmötena handlat om hur man fortsatt kan upprätthålla en god psykosocial arbetsmiljö. Samtliga medarbetare har erbjudits att ta hem eller

köpa utrustning för att underlätta hemarbetet. En anonym medarbetarenkät skickas ut årligen. Varje år genomförs medarbetar- och lönesamtal med samtliga medarbetare, där även behov av kompetensutveckling diskuteras. Mind budgeterar årligen en summa för varje medarbetare för kompetensutveckling.



Mind bidrar till att förverkliga FN:s mål om global hållbarhet, som togs fram 2015. Bland de 17 delmålen bidrar Mind i synnerhet till Mål 3: Säkerställa hälsosamma liv och främja välbefinnande för alla i alla åldrar. Målet innebär att till 2030 genom förebyggande insatser och behandling, bidra till att minska det antal människor som dör i förtid av icke smittsamma sjukdomar med en tredjedel samt främja mental hälsa i alla åldrar. Minds medmänskliga stöd, kunskapsspridning och påverkansarbete avser framför allt att främja mental hälsa i alla åldrar.



FOTO: KATIE EPEXELS

FÖRVÄNTAD FRAMTIDA UTVECKLING

Under de senaste åren har det blivit tydligt att Mind har en tydlig funktion när det gäller att snabbt och flexibelt erbjuda medmänskligt stöd till olika målgrupper som på grund av externa händelser behöver stöd för att främja psykiskt välbefinnande.

Pandemin innebar att Mind mobiliserade för att förstärka Självordslinjen och kraftigt utöka Äldrelinjen. Det pågående kriget innebär att vi möter oroliga människor i alla stödlinjer som ofta har en psykisk sårbarhet från början. Vi ställer oss frågan hur Minds verksamhet kan vara relevant i den situation vi befinner oss just nu under våren 2022. Den kraftiga flyktingström som når Sverige kommer till exempel att innebära att många med traumatiska upplevelser som kriget innebär behöver stöd. Mind ser över hur vi kan bidra.

Stödverksamheten kommer under 2022 få särskilt goda förutsättningar att stärka kvalitetsarbetet i alla stödlinjer med dedikerad personal som har möjlighet att fokusera på metod, uppföljning och volontärens engagemang. Mind kommer att i högre grad genomföra allt utvecklingsarbete samtidigt i alla stödlinjer och volontärer kommer att engagera sig för Mind och medmänskliga samtal, snarare än olika stödlinjer.

Mind kommer under andra kvartalet 2022 att sätta en ny stödlinje för unga vuxna, Livslinjen, vilket sannolikt kommer att påverka hela stödverksamheten genom att både attrahera en ny målgrupp och att ta över en del av de som söker stöd i Självordslinjen. Mind kommer att fortsätta engagera sig för den unga målgruppen inte enbart genom att erbjuda medmänskligt stöd utan även genom att sprida kunskap och driva påverkansarbete för att främja alla ungas psykiska välbefinnande. En av de viktigast frågorna för Mind är att kunskap om psykisk hälsa finns på skolschemat. Projektet ”Oss unga emellan” som Mind driver tillsammans med Bilda går mot sitt slut under 2022 och förhoppningsvis inleds en rad nya initiativ under året. Projektet ”Psyiskt välbefinnande oavsett generation” har under första halvan av året ett flertal kampanjer och aktiviteter för att bredda insikterna om äldre vuxnas psykiska hälsa och för att motverka ålderism.

Mind fortsätter även outtröttligt arbetet med att sprida kunskap om psykisk hälsa för att minska stigma och skam, samt att påverka allmänhet, myndigheter och andra aktörer att tillsammans med

oss främja psykiskt välbefinnande. Då det är ett valår kommer dialog att föras med de politiska partierna för att ge röst åt Minds målgrupper och verka för konkreta förslag på reformer och satsningar för att främja psykiskt välbefinnande.

Förra året presenterade Minds temperaturmätning av psykisk hälsa för första gången. Syftet är att återkommande sammanställa och tillgängliggöra data som beskriver utvecklingen av den psykiska hälsan och bidra till en bättre överblick och förståelse av bakomliggande faktorer med hjälp av vårddata, folkhälsoundersökningar och utvalda risk- och skyddsfaktorer. En ny rapport planeras 2022 för att ytterligare belysa psykisk hälsa i vårt land och bidra till en aktiv diskussion kring hur vi kan främja psykiskt välbefinnande.

Under året kommer Mind också att inleda arbetet med en ny digital plattform för kunskap och hjälp till självhjälp när det gäller psykisk hälsa. Den kommer att fungera som en ingång till våra stödlinjer och ge lindring och distraktion i stunden i väntan på att komma fram till en volontär. Den kommer att knyta ihop Minds verksamhetsområden fint och fungera som navet i vårt arbete.

Under året kommer Mind också att arbeta med att utveckla ansvarsområden, rutiner och arbetsprocesser inom organisationen för att på bästa sätt nå de uppsatta målen. De år vi arbetat på distans och samtidigt blivit fler har inneburit att vi inte lärt känna våra kollegor så väl. Vi kommer därför att prioritera samarbete och gemenskap och arbeta vidare med våra ledord mod, respekt och tillit.

Mind kommer under året att förstärka fokuset på att etablera fler samarbeten och öka donationer från företag. Minds styrka är även att vi kan bidra till företagens interna arbete för att främja psykiskt välbefinnande på deras arbetsplats. Vi kommer att ta fram ytterligare material för detta ändamål. Även insamling från privatgivare kommer att få ett ökat fokus, liksom ett mer systematiskt arbete med framtagning av ansökningar för verksamhets- och projektbidrag för en långsiktigt hållbar finansiering.

A detailed botanical illustration in a dark teal color, set against a lighter teal background. The illustration depicts a plant with several large, deeply lobed leaves and a prominent, textured flower head. The drawing style is fine-lined and detailed, capturing the intricate vein structure of the leaves and the complex texture of the flower. The composition is dynamic, with the plant elements extending across the frame.

FINANSIELLA RAPPORTER

Resultaträkning

Funktionsindelad resultaträkning	Not	2021	2020
Verksamhetsintäkter			
Medlemsavgifter		224 780	331 580
Gåvor	2	6 373 329	8 032 678
Bidrag	2	45 035 650	35 707 316
Nettoomsättning		103 953	231 802
Övriga intäkter		39 833	153 943
Summa verksamhetsintäkter		51 777 526	44 457 319
Verksamhetskostnader			
	3, 4		
Ändamålskostnader		-46 501 055	-35 585 471
Insamlingskostnader		-4 068 777	-3 662 866
Administrationskostnader		-2 207 694	-2 244 617
Summa verksamhetskostnader		-52 777 526	-41 492 954
Verksamhetsresultat		-999 980	2 964 365
Resultat från finansiella investeringar			
Resultat från övriga värdepapper och fordringar som är anläggningstillgångar	5	1 079 813	0
Ränteintäkter		26 389	11 403
Räntekostnader		-3 592	-3 268
Summa resultat från finansiella investeringar		1 102 610	8 135
Resultat efter finansiella poster		102 630	2 972 500
Årets resultat		102 630	2 972 500

Balansräkning

	Not	2021-12-31	2020-12-31
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
Materiella anläggningstillgångar			
Inventarier	6	183 564	267 964
Finansiella anläggningstillgångar			
Långfristiga värdepappersinnehav	7	11 540 102	1 356 115
Summa anläggningstillgångar		11 723 666	1 624 079
Omsättningstillgångar			
Kortfristiga fordringar			
Kundfordringar		1 177 085	5 367 630
Övriga fordringar		1 046 301	7 867
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter	8	1 681 266	884 722
		3 904 652	6 260 219
Kassa och Bank		23 215 464	26 620 353
Summa omsättningstillgångar		27 120 117	32 880 572
Summa tillgångar		38 843 783	34 504 651

Balansräkning, forts.

	Not	2021-12-31	2020-12-31
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
Eget kapital			
Balanserat resultat		12 960 942	12 858 312
		12 960 942	12 858 312
Kortfristiga skulder			
Leverantörsskulder		6 418 710	2 656 333
Övriga skulder		760 488	606 934
Skuld erhållna ej nyttjade bidrag	9	14 355 293	14 355 293
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter	10	4 348 349	4 027 779
		25 882 841	21 646 339
Summa eget kapital och skulder		38 843 783	34 504 651

Förändring av eget kapital

	Balanserat resultat 2021	Balanserat resultat 2020
Ingående balans	12 858 312	9 885 812
Årets resultat	102 630	2 972 500
Utgående balans	12 960 942	12 858 312

Noter

NOT 1 | Redovisnings- och värderingsprinciper

Insamlingsorganisationens redovisnings- och värderingsprinciper överensstämmer med årsredovisningslagen, BFNAR 2012:1 (K3), Giva Sveriges Styrande riktlinjer för årsredovisning. Redovisningsprinciperna är, om inget annat anges, oförändrade jämfört med föregående räkenskapsår.

Resultaträkningen

Verksamhetsintäkter

Endast det inflöde av ekonomiska fördelar som Mind erhållit eller kommer att erhålla för egen räkning redovisas som intäkt. Intäkterna 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 i Mind. Minds volontärer erbjuds medlemskap utan krav på att betala medlemsavgiften. Medlemsavgifter redovisas som intäkter på året när medlemsavgiften inbetalats med undantag för de avgifter som betalas in efter den 31 oktober som förs till påföljande kalenderår.

Gåvor och bidrag

En transaktion i vilken Mind tar emot en tillgång som har ett värde utan att ge tillbaka motsvarande värde i utbyte är en gåva eller ett erhållit bidrag. Om tillgången erhålls därför att Mind uppfyllt eller kommer att uppfylla vissa villkor och om Mind har en skyldighet att återbetala till motparten om villkoren inte uppfylls, är det ett erhållit bidrag. Är det inget bidrag är det en gåva.

Gåvor redovisas som huvudregel som intäkt när de erhålls.

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. Erhållna bidrag värderas till det verkliga värdet av den tillgång som Mind fått.

Nettoomsättning avser försäljning av böcker, broschyrer och arvoden för föreläsningar och kurser

Verksamhetskostnader

Verksamhetskostnader delas in i följande funktioner; ändamåls-, insamlings- och administrationskostnader. Samkostnader har fördelats ut enligt fördelningsnycklar beslutade av Minds styrelse. Principen för fördelning av samkostnader baseras på hur de anställda fördelar sin tid på funktionerna ändamål, insamling och administration.

Ändamålskostnader består av kostnader för att främja det ändamål som är definierat i föreningens stadgar. Dessa innefattar kostnader för stödverksamhet, opinionsbildning och kunskapsspridning, inklusive personal och lokaler. Fördelade samkostnader ingår i ändamålskostnaderna.

I **insamlingskostnader** ingår alla de kostnader som är förknippade med insamling av medel från allmänheten, företag, övriga organisationer och myndigheter. Fördelade samkostnader ingår i insamlingskostnaderna.

Administrationskostnader består av kostnader som krävs för att driva organisationen, exempelvis kostnader för bokföring, revision, styrelsemöten och årsmötet. Fördelade samkostnader ingår i administrationskostnaderna.

Leasing, alla Minds leasingavtal redovisas som operati-onella, d.v.s. leasingavgiften redovisas linjärt över leasing-perioden.

Ersättningar till anställda

Löpande ersättningar till anställda i form av löner, sociala avgifter och liknande kostnadsförs i takt med att de anställda utför tjänsten. Eftersom alla pensionsförpliktelser klassificeras som avgiftsbestämda redovisas en kostnad det år pensionen tjänas in.

Balansräkningen

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

Materiella anläggningstillgångar

Materiella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med avskrivningar enligt plan. Avskrivning sker linjärt över tillgångens beräknade nyttjandeperiod. Följande avskrivningstider tillämpas:

Inventarier	5 år
-------------	------

Finansiella tillgångar

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

Fordringar

Fordringas upptas till det belopp som efter individuell prövning beräknas inflyta.

Skuld för erhållna ej nyttjade bidrag

I de fall Mind erhållit bidrag men ännu inte uppfyllt villkoren redovisas en skuld.

Övrigt

Om inte annat anges är alla belopp angivna i tusentals kronor. Siffor i parantes avser föregående år om inte annat anges.

NOT 2 | Insamlade medel

Gåvor som redovisats i resultaträkningen	2021	2020
Insamlade medel		
Allmänheten	4 370 483	4 326 528
Företag	2 002 847	3 571 603
Externa stiftelser och fonder	0	134 547
Summa	6 373 329	8 032 678
Gåvor som inte redovisats i resultaträkningen uppskattas till	2021	2020
Totalt	2 953 509	3 287 776

Utöver dessa gåvor bidrog Minds volontärer med ca 68 069 tim (61 965 tim) till ett värde av ca 19 405 000 kr (18 295 000 kr).

SJs resenärer har i SJs poängshop valt att skänka sina poäng till Mind, totalt 11 813 700 poäng (11 634 000 poäng).

Bidrag som redovisats som intäkt	2021	2020
Insamlade medel		
Externa stiftelser och fonder	15 492 631	12 647 318
Bidrag från företag	3 025 085	0
Bidrag från Postkodlotteriet	10 551 932	7 581 817
Summa insamlade medel	29 069 648	20 229 135
Offentliga bidrag		
Arvsfonden	6 955 641	4 197 812
Stat, kommuner och landsting	9 010 362	11 280 369
Summa offentliga bidrag	15 966 003	15 478 181
Summa	45 035 650	35 707 316
Totala insamlade medel består av följande	2021-12-31	2020-12-31
Gåvor som har redovisats i resultaträkningen	6 373 329	8 032 678
Gåvor som inte har redovisats i resultaträkningen	2 953 509	3 287 776
Bidrag som redovisats som intäkt	45 035 650	35 707 316
Summa insamlade medel	54 362 489	47 027 770

NOT 3 | Medelantal anställda, personalkostnader och arvoden till styrelsen

Medelantalet anställda	2021		2020	
	Antal anställda	Varav män	Antal anställda	Varav män
	39	5	28	4
Könsfördelning bland styrelseledamöter och ledande befattningshavare	Antal på balansdagen	Varav män	Antal på balansdagen	Varav män
Styrelseledamöter	8	3	11	4
Generalsekreterare	1	0	1	0

Löner, andra ersättningar och sociala kostnader	2021	2020
Löner och andra ersättningar	20 623 863	14 319 511
Styrelse och generalsekreterare	819 293	782 090
Totala löner och ersättningar	21 443 156	15 101 601
Sociala kostnader	9 333 522	5 478 415
(varav pensionskostnader exkl löneskatt)	2 154 870	1 360 224
Summa	30 776 678	20 580 016

Av pensionskostnader avser 227 747 kr (230 606 kr) organisationens generalsekreterare. Inga arvoden utgår till styrelsen.

Avtal om avgångsvederlag

Mind har inte träffat några avtal om avgångsvederlag med styrelse eller ledning.

NOT 4 | Leasing

Mind leasar kontorslokaler och en kopiator. Kostnadsförda 2021 hyror uppgår till 2 651 964 kr (2 583 367 kr). Framtida hyror förfaller enligt följande:

	2021	2020
Inom 1 år	3 121 180	3 034 261
2-5 år	6 430 499	2 603 239
Summa	9 551 679	5 637 500

Avtalen för de olika lokalhyrorna varierar i avtalslängd. Avtalet för lokalerna i Stockholm löper ut 2025-09-30. Samtliga avtal erbjuder möjlighet till förlängning.

NOT 5 | Resultat från övriga värdepapper och fordringar som är anläggningstillgångar

	2021	2020
Realisationsresultat vid försäljning	1 079 813	0
Summa	1 079 813	0

NOT 6 | Materiella anläggningstillgångar

	2021-12-31	2020-12-31
Akkumulerade anskaffningsvärden		
Ingående anskaffningsvärden	422 002	348 184
Årets anskaffning	0	73 818
Årets försäljning och utrangering	0	0
Utgående anskaffningsvärden	422 002	422 002
Akkumulerade avskrivningar		
Ingående avskrivningar	-154 038	-69 637
Årets avskrivningar	-84 401	-84 401
Årets utrangering	0	0
Utgående ackumulerade avskrivningar	-238 439	-154 038
Utgående redovisat värde	183 563	267 964

NOT 7 | Långfristiga värdepappersinnehav

	2021-12-31	2020-12-31
Ingående anskaffningsvärde	1 356 115	1 356 115
Förvärv	11 225 265	0
Försäljningar	-1 041 278	0
Utgående anskaffningsvärde	11 540 102	1 356 115
Utgående redovisat värde	11 540 102	1 356 115

Specifikation av värdepapper	2021-12-31		2020-12-31	
	Bokfört värde	Marknadsvärde	Bokfört värde	Marknadsvärde
XACTOMX 2 500 aktier	0	0	289 380	597 875
Fonder	11 540 102	12 253 732	1 066 735	1 461 716
Summa	11 540 102	12 253 732	1 356 115	2 182 162

NOT 8 | Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter

	2021-12-31	2020-12-31
Förutbetalda hyror	636 759	617 214
Övriga poster	1 044 507	267 508
Summa	1 681 266	884 722

NOT 9 | Skuld erhållna ej nyttjade bidrag

	2021	2020
Offentliga bidrag	1 856 250	464 904
Stiftelser	11 349 043	13 890 389
Företag	1 150 000	0
Summa	14 355 293	14 355 293

Skulden består främst av förutbetalda bidrag för flerårig verksamhet då givaren oftast betalar i förskott. Verksamheten implementeras under 2022 eller senare i enlighet med enskilt avtal.

NOT 10 | Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter

	2021-12-31	2020-12-31
Särskild löneskatt	830 934	532 508
Semesterlön	1 039 955	1 027 190
Upplupna sociala avgifter	1 041 969	899 909
Förutbetalda medlemsavgifter	4 620	9 800
Övriga upplupna kostnader	1 430 872	1 558 372
Summa	4 348 349	4 027 779

NOT 11 | Ställda säkerheter och eventalförpliktelser

Mind har inga ställda säkerheter. Enligt styrelsens bedömning har Mind inga eventalförpliktelser.

NOT 12 | Väsentliga händelser efter räkenskapsårets utgång

I februari 2022 tilldelades Mind förutom det årliga verksamhetsbidraget även en projektfinansiering om 11,2 msek för en två-årsperiod från Postkodlotteriet. Projektet innebär utveckling av en digital portal för de som mår psykiskt dåligt och kontaktar Mind. Mind erhöll även bidrag från Allmänna Arvsfonden för att starta en ny stödlinje för unga vuxna, Livslinjen, som är i enlighet med strategin att öka kapaciteten i stödverksamheten. Nya bidrag har även erhållits av bland annat ICA-stiftelsen och Folkhälsomyndigheten.

Styrelsen bedömer att kriget i Ukraina, som påbörjades i februari 2022, kan få en rad konsekvenser för Mind. Dels uppfattas många organisationer som bidrar konkret till lindring av mänskligt lidande som en följd av kriget som mer relevanta att ge stöd till i nuläget. Det kan leda till minskade finansiella resurser. Mind behöver därför fortsätta anpassa sig till omvärldshändelser och samtidigt uppmärksamma de målgrupper vi redan har. Styrelsen följer aktivt utvecklingen och vidtar löpande åtgärder för att begränsa eventuella effekter.

Underskrifter

Årsredovisningen har upprättats den dag som framgår av våra digitala underskrifter

Ingrid Engström

Christina Wahlström

Helena Bornholm

Sven Bremberg

David Clinton

Cecilia Lundmark

Haroon Nooristani

Marie Åsberg

Vår revisionsberättelse har lämnats den dag som framgår av vår elektroniska signatur

Lena Johnson
Auktoriserad revisor

Gunnel Torstensson
Lekmannarevisor

Revisionsberättelse

Till årsmötet i Mind (Föreningen Psykisk hälsa). Org.nr. 802002-7291

Rapport om årsredovisningen

Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för Mind. Vi har utfört en revision av årsredovisningen för Mind (Föreningen Psykisk hälsa) för år 2021. Föreningens årsredovisning ingår på sidorna 25–43 i Årsrapport 2021.

Enligt vår uppfattning har årsredovisningen upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och ger en i alla väsentliga avseenden rättvisande bild av föreningens finansiella ställning per den 31 december 2021 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

Vi tillstyrker därför att årsmötet fastställer resultaträkningen och balansräkningen.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt god revisionsd i Sverige. Revisorernas ansvar enligt denna sed beskrivs närmare i avsnitten "Den auktoriserade revisorns ansvar" samt "Lekmannarevisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorsd i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har fullgjort mitt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

Annan information än årsredovisningen

Detta dokument innehåller även annan information än årsredovisningen och återfinns på sidorna 1–24. Det är styrelsen som har ansvaret för denna andra information.

Vårt uttalande avseende årsredovisningen omfattar inte denna information och vi gör inget uttalande med bestyrkande avseende denna andra information.

I samband med vår revision av årsredovisningen är det vårt ansvar att läsa den information som identifieras ovan och överväga om informationen i väsentlig utsträckning är oförenlig med årsredovisningen. Vid denna genomgång beaktar vi även den kunskap vi i övrigt inhämtat under revisionen samt bedömer om informationen i övrigt verkar innehålla väsentliga felaktigheter.

Om vi, baserat på det arbete som har utförts avseende denna information, drar slutsatsen att den andra informationen innehåller en väsentlig felaktighet, är vi skyldiga att rapportera detta. Vi har inget att rapportera i det avseendet.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för att årsredovisningen upprättas och att den ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen. Styrelsen ansvarar även för den interna kontroll som den bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag.

Vid upprättandet av årsredovisningen ansvarar styrelsen för bedömningen av föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Den upplyser, när så är tillämpligt, om förhållanden som kan påverka förmågan att fortsätta verksamheten och att använda antagandet om fortsatt drift. Antagandet om fortsatt drift tillämpas dock inte om styrelsen avser att likvidera föreningen, upphöra med verksamheten eller inte har något realistiskt alternativ till att göra något av detta.

Den auktoriserade revisorns ansvar

Jag har att utföra revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionsd i Sverige. Mitt mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen som helhet inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag. Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men är ingen garanti för att en revision som utförs enligt ISA och god revisionsd i Sverige alltid kommer att upptäcka en väsentlig felaktighet om en sådan finns. Felaktigheter kan uppstå på grund av oegentligheter eller misstag och anses vara väsentliga om de enskilt eller tillsammans rimligen kan förväntas påverka de ekonomiska beslut som användare fattar med grund i årsredovisningen.

Som del av en revision enligt ISA använder jag professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Dessutom:

- identifierar och bedömer jag riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, utformar och utför granskningsåtgärder bland annat utifrån dessa risker och inhämtar revisionsbevis som är tillräckliga och ändamålsenliga för att utgöra en grund för mina uttalanden. Risker för att inte upptäcka en väsentlig felaktighet till följd av oegentligheter är högre än för en väsentlig felaktighet som beror på misstag, eftersom oegentligheter kan innefatta agerande i maskopi, förfalskning, avsiktliga utelämnanden, felaktig information eller åsidosättande av intern kontroll.
- skaffar jag mig en förståelse av den del av föreningens interna kontroll som har betydelse för min revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala mig om effektiviteten i den interna kontrollen.
- utvärderar jag lämpligheten i de redovisningsprinciper som används och rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen och tillhörande upplysningar.
- drar jag en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsredovisningen. Jag drar också en slutsats, med grund i de inhämtade revisionsbevisen, om huruvida det finns någon väsentlig osäkerhetsfaktor som avser sådana händelser eller förhållanden som kan leda till

betydande tvivel om föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Om jag drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste jag i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på upplysningarna i årsredovisningen om den väsentliga osäkerhetsfaktorn eller, om sådana upplysningar är otillräckliga, modifiera uttalandet om årsredovisningen. Mina slutsatser baseras på de revisionsbevis som inhämtas fram till datumet för revisionsberättelsen. Dock kan framtida händelser eller förhållanden göra att en förening inte längre kan fortsätta verksamheten.

- utvärderar jag den övergripande presentationen, strukturen och innehållet i årsredovisningen, däribland upplysningarna, och om årsredovisningen återger de underliggande transaktionerna och händelserna på ett sätt som ger en rättvisande bild.

Jag måste informera styrelsen om bland annat revisionens planerade omfattning och inriktning samt tidpunkten för den. Jag måste också informera om betydelsefulla iakttagelser under revisionen, däribland de eventuella betydande brister i den interna kontrollen som jag identifierat.

Lekmannarevisorns ansvar

Jag har att utföra en revision enligt revisionslagen och därmed enligt god revisionssed i Sverige. Mitt mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen har upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och om årsredovisningen ger en rättvisande bild av föreningens resultat och ställning.

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalande

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för Mind (Föreningen Psykisk hälsa) för år 2021.

Vi tillstyrker att årsmötet beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Grund för uttalande

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt denna beskrivs närmare i avsnittet "Revisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorssed i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har i övrigt fullgjort mitt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för vårt uttalande.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som ansvarar för förvaltningen.

Revisorns ansvar

Vårt mål beträffande revisionen av förvaltningen, och därmed vårt uttalande om ansvarsfrihet, är att inhämta revisionsbevis för att med en rimlig grad av säkerhet kunna bedöma om någon styrelseledamot i något väsentligt avseende företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till någon försummelse som kan föranleda ersättningsskyldighet mot föreningen.

Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men ingen garanti för att en revision som utförs enligt god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka åtgärder eller försummelser som kan föranleda ersättningsskyldighet mot föreningen.

Som en del av en revision enligt god revisionssed i Sverige använder den auktoriserade revisorn professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Granskningen av förvaltningen grundar sig främst på revisionen av räkenskaper. Vilka tillkommande granskningsåtgärder som utförs baseras på den auktoriserade revisorns professionella bedömning och övriga valda revisorers bedömning med utgångspunkt i risk och väsentlighet. Det innebär att vi fokuserar granskningen på sådana åtgärder, områden och förhållanden som är väsentliga för verksamheten och där avsteg och överträdelser skulle ha särskild betydelse för föreningens situation. Vi går igenom och prövar fattade beslut, beslutsunderlag, vidtagna åtgärder och andra förhållanden som är relevanta för vårt uttalande om ansvarsfrihet.

Stockholm, den dag som framgår av våra digitala underskrifter

Lena Johnson
Auktoriserad revisor

Gunnel Torstensson
Lekmannarevisor

Följande handlingar har undertecknats den 26 april 2022



MIND_Årsrapport_2021.pdf

(2428867 byte)

SHA-512: 4038c4f711e1bfde8f0a7919e842b072af4f2
b5da90e57173f070c3309428f45b46d13ed477b378e832
7c18f0fe5af49fd2ffa017b587a4f7d140cef552e3358

Handlingarna är undertecknade av

2022-04-26 11:41:00 (CET)



Ingrid Engström

ingridengstrom6@icloud.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 09:48:32 (CET)



Git Christina Wahlström

christina.wahlstrom@skandia.se
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 17:04:14 (CET)



Åsa Helena Bornholm

helena.bornholm@gmail.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 10:04:35 (CET)



Sven Bremberg

sven.bremberg@mac.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 17:08:38 (CET)



David Neil Clinton

david.clinton@ki.se
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 18:21:09 (CET)



Anna Kristina Cecilia Lundmark

cecilia.lundmark.cl@gmail.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 14:11:22 (CET)



Haron Rashid Nooristani

hr.nooristani@gmail.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-26 09:55:29 (CET)



Marie Åsberg Skjöldebrand

marie.asberg@ki.se
Undertecknat med e-legitimation (BankID)



Undertecknandet intygas av Assently



Mind_Årsrapport_2021

Verifiera äktheten och integriteten av detta undertecknade dokument genom att skanna QR-koden till vänster.

Du kan också göra det genom att besöka <https://app.assently.com/case/verify>

SHA-512:

0768e44a7d64c26b2e46552629cc53b30b75aa504b6c457d35b78abd6e978dbc915790db8992864a2ae334e727953da814ea0d8dc44e4c81872ef77c75166c72



Om detta kvitto

Dokumentet är elektroniskt undertecknat genom e-signeringsplattformen Assently i enlighet med eIDAS, Europaparlamentets och rådets förordning (EU) nr 910/2014. En elektronisk underskrift får inte förvägras rättslig verkan eller giltighet som bevis vid rättsliga förfaranden enbart på grund av att underskriften har elektronisk form eller inte uppfyller kraven för kvalificerade elektroniska underskrifter. En kvalificerad elektronisk underskrift ska ha motsvarande rättsliga verkan som en handskreven underskrift. Assently tillhandahålls av Assently AB, org. nr. 556828-8442, Holiändargatan 20, 111 60 Stockholm, Sverige.

Följande handlingar har undertecknats den 27 april 2022



Revisionsberättelse 2021.pdf
(4380963 byte)
SHA-512: f31b1478b77ca7c3fa9dc584c0544f693d363
14739ed2a9eef2d27eecd2ea79c6de91c1d39befd349
34c23e980145ef9aeb022c87bf328ca6654c298e45482

Handlingarna är undertecknade av

2022-04-27 10:26:50 (CET)



Gunnel Maria Torstensson

gunnel.torstensson@outlook.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)

2022-04-27 17:05:09 (CET)



Lena Margaretha Johnson

lena.johnson@se.gt.com
Undertecknat med e-legitimation (BankID)



Undertecknandet intygas av Assently



Revisionsberättelse 2021

Verifiera äktheten och integriteten av detta undertecknade dokument genom att skanna QR-koden till vänster.
Du kan också göra det genom att besöka <https://app.assently.com/case/verify>

SHA-512:
c91ff06db29933af2097d6891ef492040e2b9529e81f77336625e9dfdf1f8a3e89e685c31649d3bade2539bfff1b2e8b3e97d240cf96f3f51a19a084c35e65533



Om detta kvitto

Dokumentet är elektroniskt undertecknat genom e-signeringsplattformen Assently i enlighet med eIDAS, Europaparlamentets och rådets förordning (EU) nr 910/2014. En elektronisk underskrift får inte förvägras rättslig verkan eller giltighet som bevis vid rättsliga förfaranden enbart på grund av att underskriften har elektronisk form eller inte uppfyller kraven för kvalificerade elektroniska underskrifter. En kvalificerad elektronisk underskrift ska ha motsvarande rättsliga verkan som en handskrivna underskrift. Assently tillhandahålls av Assently AB, org. nr. 556828-8442, Holiändargatan 20, 111 60 Stockholm, Sverige.

SÄTT ATT BIDRA

MÅNADSGIVARE

Bli månadsgivare på mind.se. Att bidra regelbundet ökar värdet av ditt stöd. Det ger oss dessutom möjlighet att bättre kunna planera vår verksamhet och sänker våra administrativa kostnader. Du väljer belopp och kan självklart ändra eller avsluta när du vill.

BLI VOLONTÄR

Genom att engagera dig volontärt i någon av Minds stödlinjer kan du göra en viktig insats för människor i kris.

GÅVA

Stöd Minds arbete med en gåva. Du kan alltid stödja Minds arbete för psykisk hälsa genom att skänka en gåva.

Swisha till 900 85 33 eller gå in på mind.se

INSAMLING

Starta en egen insamling: Inspirera ditt nätverk av vänner, släkt och kollegor. Få dem att engagera sig precis som du och se insamlingen växa i realtid. Läs mer på for.mind.se.

TESTAMENTE

Vill du veta mer om hur du skriver in Mind i ditt testamente? Kontakta oss på givarservice@mind.se

FÖRETAG

Företag kan stödja Minds arbete på flera olika sätt. Läs mer på mind.se/foretag och hitta den nivå och samarbetsform som passar er bäst.

MIND I SOCIALA MEDIER



mind.se



facebook.com/mindsweden/



instagram.com/mindsverige/



twitter.com/MindSverige



linkedin.com/company/mind-sweden-/



youtube.com



Karlavägen 108, plan 5
115 26 Stockholm
info@mind.se, 08-34 70 65
mind.se, Org.nr. 802002-7291
Bankgiro: 900-8533
Plusgiro: 90 08 53-3
Swish: 900 85 33

