

Verksamhetsplan

Avseende år 2025 - 2027

Org. nr 802011–0386

Rise - Riksföreningen mot incest och andra sexuella övergrepp i barndomen



Innehåll

Om föreningen	2
Vision	3
Drivkraft, syfte och mission	3
Övergripande strategi 2025 - 2027	3
Ökad finansiell uthållighet och breddning	3
Informationsspridning.....	4
Ökad tillgång till stabilt stöd	4
Verksamhetsplan för år 2025	5
Huvudmål 1 - Ökad finansiell uthållighet och breddning	5
Huvudmål 2 - Informationsspridning	6
Huvudmål 3 - Stabil stödverksamhet	7

Om föreningen

Rise - Riksföreningen stödcentrum mot incest och andra sexuella övergrepp i barndomen - bildades 1981 och är idag Sveriges äldsta och största stödorganisation för vuxna som utsatts sexuellt som barn. Föreningens huvudsakliga ändamål är att verka för:

1. att erbjuda stöd och gemenskap för den som utsatts för sexuella övergrepp i barndomen.
2. att informera om sexuella övergrepp i barndomen och dess konsekvenser.
3. att arbeta tillsammans med andra organisationer och föreningar kring frågor som rör sexuella övergrepp.

Föreningen är rikstäckande med medlemmar från Malmö i söder till Kiruna i norr. Vårt huvudkontor finns i Stockholm och sedan 2023 har vi även egna lokaler i Göteborg.

En av våra viktigaste uppgifter är att skapa förutsättningar för utsatta att under trygga, lugna och strukturerade former mötas och dela erfarenheter. Detta har visat sig minska känslor av skuld och skam, isolering och ensamhet. I stället ökar känslor av gemenskap och hopp om att det går att må bättre. Utgångspunkten är att stödet ges från en utsatt till en annan. Det betyder att medlemmar, som kommit till en punkt i sin läkning där man orkar och vill ge stöd vidare till andra, kan genomgå Rise internutbildning till stödperson.

Alla som utsatts som barn, oavsett ålder eller könstillhörighet, kan vända sig till vår nationella stödlinje där vi erbjuder stödtelefon, stödchatt och stödmail. Dit vänder sig också närstående och yrkesverksamma som söker stöd i ämnet.

Medlemmar i föreningen (vuxna som utsatts sexuellt som barn) erbjuds utökat stöd såsom stödgrupper, individuella stödsamtal, kurser, kroppsbaserat stöd (såsom yoga), sociala aktiviteter och lägerverksamhet. Verksamheten sker både fysiskt och digitalt.

En viktig del av vårt arbete är att öka kunskapen hos utsatta, men också hos yrkesverksamma inom vård, omsorg och andra professioner. Vi sprider kunskap kring samhällsproblemet med incest och andra sexuella övergrepp på barn - förekomst, långsiktiga konsekvenser, vägar till läkning, att Rise finns med stöd och att det är möjligt att må bättre. Den som inte själv utsatts sexuellt som barn, kan välja att bli stödmedlem och på så vis stödja verksamheten.

Föreningen är partipolitiskt och religiöst obunden och helt beroende av extern finansiering i form av bidrag/fonder, gåvor och medlemsavgifter.

Det Rise erbjuder, med strukturerat stöd från en utsatt till en annan – på det sätt vi gör det, är unikt i sitt slag i Sverige idag.

Vision

Rise strävar efter att alla som utsatts för incest eller andra sexuella övergrepp som barn ska våga berätta och be om hjälp. Tillgång till offentligt finansierat stöd skall då vara en självklarhet, oavsett ålder, kön eller geografisk tillhörighet. I Sverige – och i världen.

Drivkraft, syfte och mission

Vi vet, utifrån de tusentals medlemmar som befunnit sig i Rise under årens lopp, att det går att läka och må bättre trots utsatthet för sexuella övergrepp i barndomen. I läkningsprocessen vittnar Rise medlemmar om att mötet med, och stödet från, andra med liknande erfarenheter är ovärderligt. Inte minst då det för minskade känslor av skam och skuld. Känslor som ofta förlamar och orsakar många års tystnad hos den utsatta kring vad som hänt.

I varje individ som ges förutsättningar att läka och komma vidare finns ofta en mycket stark individ och överlevare, med stor potential att vara med och påverka samhället i en positiv riktning. Det handlar om att gå från att överleva till att leva. Vi har stort hopp om att det går att förändra detta samhällsproblem. Genom att ta tillvara vår målgrupps erfarenheter och upplevelser, så får vi också fram viktig kunskap i arbetet med att hjälpa fler utsatta och att skydda dagens barn.

Övergripande strategi 2025 - 2027

Under kommande tre år fortsätter Rise att arbeta utifrån en strategi som möjliggör att vi kan erbjuda ett stabilt stöd till så många vuxna som möjligt med erfarenhet av incest eller andra sexuella övergrepp som barn. Vi vill även fortsatt vara en medlemsförening som systematiskt utvecklar vårt arbete och vårt koncept för så hög tillgänglighet som möjligt för stödsökande över hela landet. Det vi gör ska öka förutsättningar för läkande och fungera stärkande så att vuxna med erfarenhet av sexuella övergrepp kan uppleva ökade känslor av trygghet och tillit och minskade känslor av skam, skuld och ensamhet.

Under perioden arbetar vi vidare med att implementera och ta tillvara resultat vi har från utvecklingsprojekten *Rise Män* och *Rise Unga*, som bedrivits de senaste åren. Vi fortsätter även att utforska nya utvecklingsområden och gör det önskvärt även i samverkan med andra samhällsaktörer.

Ökad finansiell uthållighet och breddning

Idag kommer intäkterna företrädesvis från medlemsavgifter, lokala och regionala bidrag samt en del nationella myndigheter. Vi vill att Rise verksamhetsområde och våra specifika syften, erfarenheter och kunskaper landar in på ett mer förutsägbart sätt i den nationella bidragsgivningen. Det vi gör är av riksintresse och vi behöver säkerställa medel som är väl anpassade efter den komplexa problematik och behov som vi arbetar med i samhället.

Rise har idag olika ben som bär vår ekonomi och skapar finansiell bärkraft för vår verksamhet. För vidare utveckling av verksamheten krävs dock utökande ekonomiska resurser genom fler och större intäktskällor. Under kommande tre år utvecklar vi därför en finansieringsstrategi och plan som inkluderar fler givare, där

vi tror på ett intensifierat samarbete med den privata sektorn. Genom att tydligt rikta tilltal och förfrågningar även till privata gåvogivare, sponsring samt företagsgåvor gör vi det möjligt för ett ekonomiskt engagemang för våra frågor och stärker samtidigt Rise kapacitet för att göra betydelsefull skillnad. Det bidrar också till en fördjupad kunskap i samhället kring detta svåra och komplexa samhällsproblem. Ytterligare steg vi ser är att utforska olika typer av partnerskap samt möjligheten att tydligare prissätta den utbildande verksamhet som vi erbjuder.

Parallellt med detta strävar vi även fortsättningsvis efter att utöka verksamheten lokalt runtom i landet - för större tillgänglighet för utsatta, närstående och yrkesverksamma. Rise har stabil finansiering i våra största städer men för den lokala platsnära stödet behövs särskild finansiering.

Informationsspridning

En kärna i Rise arbete är vår kunskapsspridning och folkbildande arbete. Vi arbetar med information både till och från den som utsatts. Vi tillhandahåller utbildningar och workshops till yrkesverksamma grupper som vi tror möter utsatta. Exempelvis på vårdcentraler, psykiatri, gynekologi, tandvård, kyrkor, tjej- och kvinnojourer, kriminal- eller frivård, elev- och studenthälsa och behandlingshem. Under kommande period vill vi ta ett bredare grepp för att nå yrkesverksamma och erbjuda möjlighet till situations anpassat lärande utifrån yrkesroller/arbetsplatser. Exempelvis genom samverkan med yrkesföreningar, fackförbund, arbetsgivare eller stora verksamheter.

Vi ser fortsatt stora luckor i samhället gällande bemötande, vård och läkande utifrån utsattas perspektiv, där fokus ofta hamnar på symtomhantering snarare än på bakomliggande faktorer – såsom sexuell utsatthet i barndomen. Vi vill därför nå ut med kunskap, kompetens och komplexa perspektiv till beslutsfattare både inom politik och praktik.

I samverkan med andra organisationer har Rise en tydlig identitet och får samtidigt en starkare röst för utsatta. Vi ska därför även fortsatt ta en aktiv roll i att samverka inom det område där fler och fler aktörer, i likhet med Rise, arbetar för att förebygga sexuella övergrepp och ge stöd och behandling för utsatta.

Utöver riktad kunskapsspridning till yrkesverksamma fortsätter vi med bred informationsspridning i samhället, i syfte att vara synliga och lättillgängliga för utsatta och närstående. Vi använder då huvudsakligen sociala medier samt med riktade utskick och synlighet i redaktionell/traditionell media.

Ökad tillgång till stabilt stöd

Rise har i över 40 år bedrivit specialiserad och erfarenhetsbaserad stödverksamhet för vuxna som utsatts sexuellt som barn.

Vi har ett tydligt koncept och behovet av stöd ökar kontinuerligt över hela landet med stödsökande i olika åldrar. Vårt koncept är lättillgängligt och går att tillgodogöra sig utifrån individuella behov samtidigt som det finns tydliga ramar i verksamheten som bidrar till läkande.

Vi fortsätter arbetet med att etablera fler lokala stödverksamheter runtom i landet där utsatta kan mötas. Ett sedan tidigare högt uppsatt, långtgående och strategiskt mål är att Rise ska etablera och erbjuda stödverksamhet i varje sjukvårdsregion i Sverige. En förutsättning för lokal utveckling är att den sker organiskt, genom att utsatta vill och orkar engagera sig i en stödverksamhet i sin närhet.

Vi vill fortsätta göra vårt stöd tillgängligt för fler och fortsatt utveckla kompletterande stödformer som bidrar till en större nationell tillgänglighet. Vi fortsätter att erbjuda digitala stöd i olika former, som vi kontinuerligt vidareutvecklar, eftersom det möjliggör deltagande oavsett var stödsökande bor i landet och ibland även oberoende av tid på dygnet.

Det är generellt viktigt för Rise, som representerar många utsatta, att påvisa värdet av kunskap i samhället kring dessa frågor, värdet av tydliga vägar för hänvisning till vård och stöd samt värdet av långsiktigt, stabilt och offentligt finansierat stöd. I det arbetet blir det också fortsatt viktigt att finna vägar för att dokumentera och kvalitetssäkra våra erfarenhetsbaserade arbetssätt, samt att om möjligt undersöka i vilken mån det redan finns vetenskapligt stöd för våra arbetssätt.

Verksamhetsplan för år 2025

Huvudmål 1 - Ökad finansiell uthållighet och breddning

2025 ser vi fortsatt behov av att formulera en kort- och långsiktig finansieringsstrategi.

Antalet medlemmar i Rise har ökat under ett par år och är en värdefull intäkt som vi värdesätter högt. Antalet medlemmar visar också på fortsatta behov av vår verksamhet. Samtidigt vet vi att vår målgrupp är större än den grupp som idag funnit oss och som valt ett medlemskap i Rise. Under året vill vi därför fortsätta arbeta för att fler ska välja att bli en del av vår organisation.

En viktig aspekt av att kvalitetssäkra och traumaanpassa vår livsavgörande stödverksamhet är en omfattande och genomarbetad struktur för administration, samordning och ledning av verksamheten. Det är fortsatt resurskrävande.

Mål 1.1

Att formulera en finansieringsstrategi, som möjliggör en utökad finansiell uthållighet och breddar finansieringen av Rise. Strategin behöver svara mot att lösa finansiering för arbetsledning, administration, utåtriktat arbete och kvalitativa basfunktioner i stödet.

Mål 1.2

Att under året sammanställa tillgängliga lokala och regionala stöd som passar Rise verksamhet, lista potentiella ansökningar samt påbörja en plan för stabil kompetensförsörjning av ett sådant utökat arbete.

Mål 1.3

Genomföra en kampanj i sociala medier för att rekrytera medlemmar, vilket bidrar till att vi vid årets slut är minst 1000 individuella medlemmar.

Mål 1.4

Genomföra två kampanjer i sociala medier för att rekrytera stödmedlemmar, vilket bidrar till att vi vid årets slut är 500 stödmedlemmar.

Mål 1.5

Att Rise under året har skapat minst tre intäktsbringande partnerskap med tre privata aktörer alternativt IOP (idéburet offentligt partnerskap).

Huvudmål 2 - Informationsspridning

Att barn utsätts för sexuella övergrepp är ett stigmatiserat ämne, ofta omgärdat av skam, skuld och förnekelse - hos såväl individ som samhälle. Kunskap kring och stöd för de långsiktiga konsekvenserna för vuxna som utsatts för sexuella övergrepp som barn är en viktig, specialiserad nisch av samhället. Som Sveriges äldsta aktör och medlemsförening inom detta område har Rise har en etablerad roll som kunskapscenter. Under 2025 fortsätter vi vårt arbete med informationsspridning och utbildning - till såväl utsatta som yrkesverksamma, närstående och beslutsfattare.

Mål 2.1

Lansera en ny webbplats för Rise med fokus på tydlig informationsspridning, användarvänlighet för utsatta som behöver stöd och förbättrade förutsättningar för externa aktörers stöd och samverkan med Rise.

Mål 2.2

Genomföra en digital informations- och folkbildningskonferens i samverkan med externa samarbetspartners och med målgrupp yrkesverksamma för att nå ut bredare i samhället och bland civilsamhället som arbetar med psykisk hälsa.

Mål 2.3

Ge ut ett nummer av Rise tidskrift *Spegeln* med tema Överlevnadsstrategier och producera minst 4 avsnitt av *Rise-podden*.

Mål 2.4

Synas/publiceras i minst tio tidningstexter och höras i minst fyra podcasts producerade av andra aktörer.

Mål 2.5

Fylla på vårt digitala stödutbud och webbverktyg för den enskilde att ta del av oberoende av plats och tidpunkt.

Mål 2.6

Delta vid minst fyra mässor, kongresser eller andra större forum som samlar yrkesverksamma som vi bedömer kan tänkas möta utsatta.

Mål 2.7

Tillgängliggöra Rise kunskap och erfarenheter i mötet med forskare, studenter och journalister samt andra makthavare.

Mål 2.8

Genomföra minst 6 digitala föreläsningar som huvudsakligen är riktade till yrkesverksamma som kan tänkas möta vår målgrupp men även till andra intresserade.

Mål 2.9

Lansera en digital tids- och platsoberoende utbildning för målgruppen yrkesverksamma som möter vuxna utsatta för incest eller andra sexuella övergrepp i barndomen.

Mål 2.10

Vi vårdar de relationer och nätverk vi har genom att delta i närliggande organisationers aktiviteter och sammanhang samt etablerar minst fyra betydande nya strategiska partnerskap för att sprida vårt arbete.

Huvudmål 3 - Stabil stödverksamhet

Vi fortsätter att möta och stödja det ökande antalet stödsökande som vi ser i verksamheten. Vi strävar mot en utökad stödverksamhet trots ett utmanade ekonomiskt läge. Med minskade medel kommer vi därför att se över möjliga effektiviseringar.

Vi arbetar systematiskt för att kontinuerligt fånga upp behov från målgruppen. En kritisk faktor i stödet är att fortsatt tillgång till stödpersoner säkras och då önskvärt på olika platser i landet.

Vi erbjuder fortsatt stödverksamhet för vuxna som utsatts för incest eller andra sexuella övergrepp i barndomen. Vi möjliggör anonymt stöd för alla, utökat stöd för utsatta som väljer att vara medlemmar samt stöd för närstående. Rise vill fortsatt skapa trygga och öppna förutsättningar för utsatta att möta andra med liknande erfarenheter och att få tillgång till kunskap, inspiration och verktyg att använda i sin läkningsprocess.

Mål 3.1

Bibehållen (och om möjligt utökad) stödverksamhet inom stödlinjen, samt fortsatt goda möjligheter för medlemmar till individuella stödsamtal.

Mål 3.2

Anordna stödgrupper för utsatta knutna till minst fyra olika orter i landet och minst tio digitala stödgrupper. Samt minst två stödgrupper för närstående.

Mål 3.3

Utöver stödgruppsverksamheten vill vi under året öka möjligheten för medlemmar att vid minst 12 tillfällen under året mötas såväl lokalt som digitalt, för att dela erfarenheter och finna stöd i varandra.

Mål 3.4

Vi fortsätter att utveckla det platsoberoende digitala stödet så som stödportal, föreläsningar, vår webbsida, sociala medier eller poddar. Allt i syfte att säkerställa god tillgång till kunskap och verktyg för utsatta i den egna läkningsprocessen samt tillhandahålla kunskap för närstående och yrkesverksamma.

Mål 3.5

För att genomgående kunna ha tillgång till utbildade stödpersoner genomför Rise två grundutbildningar under året, riktade till medlemmar som är intresserade av att ge stöd vidare till andra.

Mål 3.6

Genomföra två utbildningskonferenser för stödpersoner och medarbetare inom Rise, för att arbeta med inspiration, kvalitet och medvetenhet om våra arbetssätt samt aktualisera frågor som rör vår systematiska traumamedvetna arbetsmiljö.

Mål 3.7

Rise arbetar systematiskt med kvalitetsutveckling av stödverksamheten avseende rutiner, dokumentation och arbetsledning.

Mål 3.8

Vi erbjuder och genomför särskilda insatser med kroppsbaserat stöd, såsom exempelvis traumaanpassad yoga och kroppskännedom och då företrädesvis digitalt för hög tillgänglighet.

Mål 3.9

Under året genomför vi minst två läger för medlemmar i Rise.