



Suicide Zero – Effektrapport 2019

Slutversion 2019-09-07

Ansvar: Verksamhetsansvarig

Effektrapport för Suicide Zero

Den ideella, medlemsbaserade organisationen Suicide Zero har 90-konto och är medlem i Giva Sverige, tidigare Frivilligorganisationernas insamlingsråd. Som medlem i Giva Sverige ska organisationen varje år avge en effektrapport och besvara frågorna nedan.

1. Vad vill vi uppnå?

Vår långsiktiga vision är Suicide Zero, det vill säga noll självmord. Vi vill med den ideella organisationens kraft öka kunskapen och bilda opinion kring samhällsproblemet suicid, lyfta fram nytänkande och konkreta lösningar för att rädda liv samt minska stigmatiseringen av psykisk ohälsa. Under 2018 inträffade 1 574 mänskliga tragedier, mer än fyra självmord varje dag, som det i stor utsträckning är möjligt att förebygga och förhindra.

På tre till fem års sikt kommer vår verksamhet att aktivt ha bidragit till att öka kunskapen hos allmänheten, politiker och journalister om hur man förebygger självmord. Som ett resultat av vårt arbete minskar även fördomarna och stigmatiseringen kring psykisk ohälsa.

2. I vilket organisatoriskt sammanhang verkar vi?

Vi är en ideell, medlemsbaserad förening som består av en styrelse och vid rapportens tillkomst tio anställda. Vår verksamhet bygger till stor del på ideella insatser från volontärer runtom i landet och ambassadörer. Vi har två regionansvariga personer, en som täcker Region Värmland och en i Västra Götalandsregionen, samt lokala volontärgrupper på flera orter. Vårt expertråd, som består av Sveriges främsta experter och forskare inom suicidprevention, kvalitetssäkrar våra utbildningsmaterial och den information och fakta vi sprider.

Sedan hösten 2017 finns Suicide Zero även i Finland, dock i en mindre skala och är fortfarande under uppbyggnad. Valet av Finland är kopplat till att det där begås nästan dubbelt så många självmord per 100 000 invånare som i de övriga nordiska länderna.

3. Vilka strategier har vi för att uppnå våra mål?

Våra strategiska mål är att vi ska vara ledande i Sverige inom suicidprevention och påverka fler att arbeta för att förebygga självmord. Vi ska visa att de förebyggande insatserna ger effekt. Ju mer vi synliggör suicidfrågan och jobbar förebyggande, desto färre självmord. Vi bygger insatserna på evidensbaserad kunskap och även nytänkande från både Sverige och andra länder.

För att lyckas nå våra mål ligger vårt fokus på kunskapsspridning och opinionsbildning om självmord. Vi lyfter våra frågor i sociala medier och debattartiklar och medverkar i nyhetsmedier för att synliggöra suicidprevention. Vi träffar och utbildar politiker för att bland annat påverka dem till beslut om lokala handlingsplaner. Vi samarbetar även med vårdpersonal, forskare och beslutsfattare, med myndigheter så som Folkhälsomyndigheten, samt andra ideella organisationer, företag och journalister. Vi deltar i nätverk inom området psykisk ohälsa för att utbyta idéer och erfarenheter.

Vi utvecklar det medmänskliga stödet hos allmänheten genom vår utbildning Våga fråga och föreläsningar, Vi genomför informationskampanjer som Stör döden, vilka uppmärksammar mäns höga andel av suicidstatistiken och behovet av medmänskligt stöd

Vi lyfter fram konkreta lösningar för att rädda liv med stöd av styrelsens, expertrådets och generalsekreterarens höga kompetens.

För att möjliggöra arbetet med att minska självmorden genomför vi insamlingskampanjer. Insamlingen består av gåvor från privatpersoner, företag och genom produktförsäljning. Vi ansöker om ekonomiska bidrag från myndigheter, stiftelser och fonder.

I vårt arbete utgår vi från en verksamhetsplan som årligen fastställs av styrelsen. Vi utvärderar våra insatser för att se vad som snabbast för oss närmare målet.

4. Vilken kapacitet och vilket kunnande har vi för att uppnå vårt mål?

Vi har följande resurser för att nå målen:

1. Stor erfarenhet av att arbeta med kunskapsspridning och opinionsbildning.
2. Stort kontaktnät inom media och bland politiker.
3. Stort nätverk genom vårt expertråd med högsta kunskap inom området suicidprevention: professor Jan Beskow, överläkare Ullakarin Nyberg, professor och suicidforskare Britta Alin Åkerman, sjuksköterskan och experten inom äldre frågor Susanne Rolfner Suvanto, samt psykologen, författaren Liria Ortis. I expertrådet ingår även Thomas Blendow, grundare och styrelseordförande på Blendow Group AB, som utbildar jurister.
4. Cirka 200 volontärer som ideellt bidrar med sin kunskap och tid på olika nivåer.
5. Åtta välkända ambassadörer som bidrar till insamling, opinionsbildning och kunskapsspridning: Mattias Sunneborn, Mia Skäringer, Saga Becker, Magnus Skogsberg, Zinat Pirzadeh, Richard Magyar, Janice Kavander och Anton Bjuhr.
6. En kompetent styrelse som aktivt och engagerat driver suicidfrågan framåt.
7. Tydliga roller för vår styrelse, ordförande, generalsekreterare och medarbetare.
8. Månadsgivare, spontangivare, företag som stöder vårt arbete med engagemang och gåvor.

5. Hur vet vi om vi gör framsteg?

Vi har följande mål på folkhälsnivå:

1. Minskat antal självmord och självmordsförsök samt en allmän förbättring av den psykiska hälsan. Kraftigt höjd kunskapsnivå hos främst politiker men även hos journalister, vård- och skolpersonal samt hos allmänheten.
2. Ökad och mer saklig rapportering om självmord.
3. Politiska beslut, till exempel statliga bidrag som avsätts till suicidprevention, regionala och kommunala handlingsplaner, införandet av kriscentra som underlättar arbetet för en bättre psykisk hälsa.
4. Engagemangsnivån i sociala medier.
5. Insamlade medel.

Vi bryter ner och mäter framstegen genom nyckeltalen i avsnittet nedan. Vi gör mätningar av attityden till suicidprevention. Att självmordsfrågan får allt större utrymme i media, både i form av ökat antal artiklar och TV-program, likväl som att vårt eget varumärke är välkänt bland allmänheten och att antalet personer som vill engagera sig som givare är stort, anser vi indikerar attitydförändring.

6. Vad har vi åstadkommit under 2018?

Stora framsteg har skett under 2018. Öppenheten har ökat genom att fler vågar fråga och fler vågar berätta om psykisk ohälsa, vilket innebär att tabun försvinner och stigmatiseringen minskar. Vår utbildning Våga fråga, de många artiklar och inslag i media samt olika poddar som Suicide Zero initierat haft stor betydelse.

Våra föreläsningar och politikermöten är en angelägen del av vårt opinionsbildande arbete. Resultatet är främst att allt fler regioner, län och kommuner antar handlingsplaner för att förebygga självmord. Sammanlagt träffade vi 130 politiker över hela landet och föreläste sammanlagt för 2 500 personer.

Fler och fler län och kommuner antar lokala handlingsplaner. Fler politiker pratar om vikten av suicidprevention. Suicide Zero syns mer än någonsin i nyhetsmedier. Allt fler vill bidra ekonomiskt till verksamheten. Vi bjuds in till mängder av olika samarbeten och engagemanget på sociala medier ökar. Det tolkar vi som att fler satsningar görs på suicidprevention, att stigmat kring självmord och psykisk ohälsa har minskat.

Vi utökade vår personalstyrka under året, vilket i sin tur gett än mer synlighet och ökade intäkter. Men mycket återstår. Att färre ska ta sitt liv är ett långsiktigt mål som många fler behöver engagera sig i. Den höga siffran 1 574 mänskliga tragedier under 2018 indikerar vilket stort samhällsproblem det är.

Engagemang mäter vi bland annat i följande nyckeltal, som avser 2018:

1. Antal medlemmar 577, volontärer cirka 200, regelbundna givare 330
2. Antal aktiva ambassadörer: åtta
3. Antal införda artiklar om Suicide Zero i media och medieframträdanden: 640
4. Mediaräckvidd: 59,9 miljoner möjliga lästillfällen
5. Antal möten med politiker: 130
6. Antal personer som vi föreläst för: 2 500
7. Antal personer som gått Våga fråga-utbildningen: 400
8. Totala intäkter via insamling och bidrag: 17 010 821 kronor
9. Antal företagsgåvor >10 000 kr: 19
10. Antal följare i sociala medier: Facebook > 60 000, Instagram > 13 000