



1981-2021

Verksamhetsberättelse

2021

Verksamhetsberättelse 2021

Uppsala Kvinnojour	4
Om oss	4
Uppsala Kvinnojour 40 år!	5
Vår organisation	6
Ekonomi	6
Styrelsen	7
Medlemmar	7
Digital grundutbildning för nya medlemmar	7
Boendegruppen	8
Juridikjouren	9
Aktivitetsgruppen	10
Anställda	10
Fortbildning	11
Stödverksamhet	11
Samtalsgrupp	12
Juridik och juridiskt ombud	12
Uppsala Juridikjour AB	13
Skyddat boende	14
Barn på jouren	15
Statistik 2021	16
Opinionsbildning och utbildning	17
Föreläsningar och utåtriktat arbete	17

Evenemang	18
Internationella kvinnodagen: Om dödligt våld mot kvinnor	20
Digital konferens: Ekonomiskt våld i nära relationer	20
Projekt	21
Digital kvinnofrid	21
Om hon varit man.....	22
Spirituellt våld- med tron som vapen	23
Fredens hus X Uppsala Kvinnojour: Samtycke och relationer – om våld, schysta relationer och samtycke i lag och praktik	23
Inre kraft	24
Yoga för våldsutsatta kvinnor.....	25
Gåvor under 2021	25
Avslutande ord från styrelsen	27

Uppsala Kvinnojour

Om oss

Uppsala Kvinnojour är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation som arbetar professionellt och ideellt med att stödja, hjälpa och företräda våldsutsatta kvinnor. Uppsala Kvinnojour välkomnar alla kvinnor, oavsett sexualitet samt juridiskt och biologiskt kön. Föreningen arbetar utifrån en feministisk grundsyn, med målsättningen att verka för kvinnor och tjejers rättigheter och mot kvinnoförtryck i alla former. Med insatser från ideella och anställda har Uppsala Kvinnojour tagit emot kvinnor och tjejer i stödsamtal via telefon, mail, enskilda möten och i grupp sedan 1981. Förutom stödsamtal erbjuder vi även skyddat boende för kvinnor, barn och eventuella husdjur. Uppsala Kvinnojour är också den enda kvinnojouren i Sverige som har en heltidsanställd jurist.

De kvinnor som söker stöd hos Uppsala Kvinnojour har utsatts för olika former av psykiskt, fysiskt, sexuellt och ekonomiskt våld av någon som de har eller har haft en nära relation till. I de flesta fall är förövaren en man. Uppsala Kvinnojour stödjer även kvinnor och tjejer som blivit utsatta för våld av en annan kvinna, incest och sexuella övergrepp i barndomen, våldtäkt, sexuella trakasserier, grooming, hedersrelaterat våld, prostitution och fruimport. Utöver vårt arbete med våldsutsatta kvinnor tar vi emot studiebesök och arbetar med utbildning och föreläsningar för föreningar, skolor, arbetsplatser, utbildningsorgan, företag och andra verksamheter.

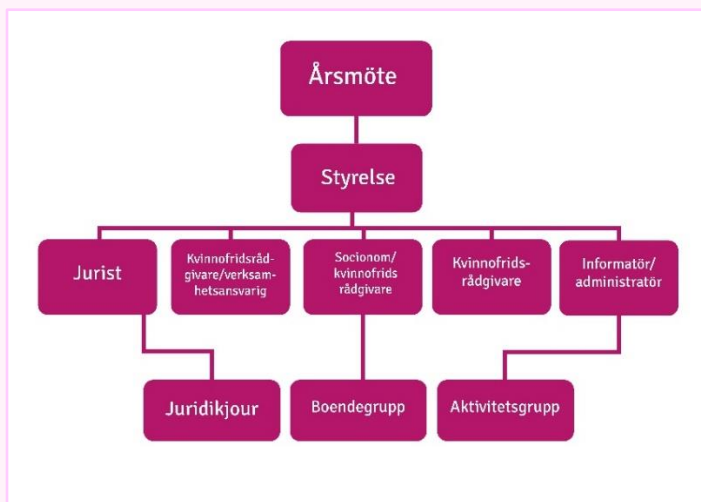
Uppsala Kvinnojour 40 år!

Det har gått hela 40 år sedan Uppsala Kvinnojour bildades! Redan i slutet av 70-talet skapades en Kvinnohusgrupp som senare skulle resultera i bildandet av Uppsala Kvinnojour år 1981. I 40 år har kvinnor samlats, delat erfarenheter och kämpat mot mäns våld mot kvinnor. Mycket har förändrats sedan föreningens start, exempelvis bedrevs verksamheten enbart av ideella krafter under flera år, medan vi idag har flera anställda i kombination med ett stort antal ideellt engagerade medlemmar som fyller olika funktioner i föreningen. Den feministiska kärnan i verksamheten är dock densamma. De första åren beskrev jouten verksamheten på följande vis: "Vår verksamhet baseras på grundsynen att kvinnor kan ge varandra styrka genom att ta del av varandras erfarenheter". Vårt arbete vilar fortfarande på denna övertygelse!

Vi hade självklart velat fira 40-årsdagen med en storslagen fest, men pandemin begränsade tyvärr våra möjligheter att anordna ett stort evenemang. I stället uppmärksammade vi 40-årsjubileet på våra Instagram- och Facebookkonton, och vi mottog även en fana på Skansen på Sveriges nationaldag!



Vår organisation



Ekonomi

Uppsala Kvinnojour finansieras i huvudsak genom föreningsbidrag, statsbidrag, organisationsbidrag och utvecklingsmedel från Uppsala kommun och Socialstyrelsen. Uppsala Kvinnojour får även in intäkter via det skyddade boendet samt via donationer, insamlingar och privata gåvogivare.

Huvudsakliga finansiärer 2021

Uppsala kommun föreningsbidrag	1 400 000 kr
Socialstyrelsen statsbidrag	1 900 000 kr

Styrelsen

Styrelsen ansvarar för föreningens verksamhet och ekonomi och är de anställdas arbetsgivare. För att sitta i styrelsen ska man ha gått jourens grundutbildning och vara medlem i föreningen. En styrelseplats är undantagen kravet på genomförd grundutbildning, vilket innebär att en kvinna som delar jourens målsättningar och värderingar utifrån en feministisk grundsyn kan väljas in i styrelsen även om hon inte genomfört grundutbildningen. Under 2021 har styrelsen haft fem medlemmar. Styrelsen har haft regelbundna möten cirka en gång per månad, varav ett konstituerande styrelsemöte i anslutning till årsmötet. Styrelsen har även haft medarbetarsamtal, lönesamtal och planerings-/uppföljningsmöten med de anställda, samt regelbundet ätit lunch med de anställda på jouren eller via Zoom. På styrelsemötena deltar verksamhetsansvarig som representant för de anställda. Förutom dessa möten har styrelsen arbetat med administrativa och praktiska uppgifter.

Medlemmar

Föreningen har under 2021 haft 45 betalande medlemmar, varav 6 anställda och fem styrelseledamöter, samt ytterligare 51 stödmedlemmar. Samtliga aktiva medlemmar har gått Uppsala Kvinnojours grundutbildning, eller bedömts besitta motsvarande kunskap. Jourens ideella arbetar i tre arbetsgrupper: boendegruppen, aktivitetsgruppen och juridikjouren. Varje grupp handleds av en av de anställda.

Digital grundutbildning för nya medlemmar

Uppsala Kvinnojours grundutbildning för nya medlemmar ska hållas i januari/februari varje år. På grund av coronapandemin behövde den ordinarie grundutbildningen för nya medlemmar, som var planerad till januari 2021, ställas in. När sommaren närmade sig blev det tydligt att verksamheten behövde fler ideella krafter,

därför genomfördes en förkortad digital version av grundutbildningen under hösten. Den digitala utbildningen innehöll två halvdagar och en gruppträff i september samt tre obligatoriska fortbildningstillfällen i november, januari och mars 2022. Innehållet i grundutbildningen var anpassat för att kunna ge medlemmarna en grundläggande kunskap om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer samt fördjupad kunskap om arbetet i deras respektive grupper, för att de snabbt skulle kunna påbörja sitt engagemang. Efter den digitala grundutbildningen kunde vi välkomna **17 nya medlemmar** till Uppsala Kvinnojour! Än så länge har enbart de två första grundutbildningstillfällena utvärderats, och medlemmarnas omdömen har varit positiva. Många var dock överens om att utbildningstillfällena var för korta, och att utbildning på plats hade varit att föredra framför det digitala formatet.

Boendegruppen

Boendegruppens uppgift är att fungera som boendestödjare till de kvinnor som bor i våra skyddade boenden. Varje boende kvinna med eventuella barn tilldelas 2–3 boendestödjare som har till uppgift att stödja de boende kvinnorna genom att göra aktiviteter tillsammans. Exempel på aktiviteter är att följa med och visa var olika myndigheter ligger, gå till lekparken med kvinnorna och deras barn, simma, träna, besöka ett museum eller studera. Boendestödjarna tilldelas telefoner som boende kvinnor kan nå dem på under veckorna. Boendegruppen bestod under 2021 av 11 ideella medlemmar som fick handledning och stöd av den kvinnofridsrådgivare som ansvarar för våra skyddade boenden.

För att ta tillvara våra ideella boendestödjares engagemang samt tillgodose stödsökandes behov utöver stödsamtal, har vi under hösten infört ett kontaktpersonsuppdrag. Två erfarna medlemmar i boendegruppen har blivit kontaktpersoner till varsin stödsökande kvinna och träffat henne och fikar, samtalat, ätit middag och genomfört andra aktiviteter. Kontaktpersonerna rapporterar alla aktiviteter till de anställda, som i sin tur för in dem i statistiken.

Kvinnorna som fått en kontaktperson är inflyttade till Uppsala, och har små sociala nätverk här. Kontaktpersonsuppdraget har både varit en chans för erfarna medlemmar att utvecklas i sitt ideella engagemang, och en möjlighet för stödsökande att få ett socialt stöd utöver stödsamtal. Att få umgås med en trygg kvinna som har kunskap om mäns våld mot kvinnor har varit mycket uppskattat av de stödsökande!

Juridikjouren

Juridikjouren bestod under 2021 av 9 ideella medlemmar som är jurister och juriststudenter. Under handledning av den anställda juristen har de svarat på frågor från kvinnor och allmänheten. Juridikjouren svarar i telefon på torsdagar ojämnt mellan kl. 18.00-21.00, och besvarar då även mail som inkommit till juridikjourens mailadress. Medlemmarna kan vid tillfälle få möjlighet att delta vid besök, rättegångar och förhandlingar. De får även skriva inlagor och yttranden till domstolar och myndigheter under handledning av jourens jurist.

Under första halvan av 2021 var det svårt att hålla juridikjouren i gång då antalet ideella medlemmar var lågt. Ett par digitala träffar hölls, men kapaciteten att ge rådgivning var begränsad. Efter den digitala grundutbildningen kunde juridikjouren öppna igen i oktober, och träffar har därefter genomförts digitalt och på plats. Juridikjouren har under året gett råd via mail och telefon, och antalet mailkontakter har varit ovanligt högt under 2021. De flesta kontakter har berört brottmål, t.ex. frågor kring polisanmälningar, överprövning och preskriptionstider. Frågor kring vårdnad, underhållsbidrag och bodelning har även inkommit. Juridikjouren har arbetat med rådgivning, men även med rättsutredningar i specifika ärenden.

Aktivitetsgruppen

Aktivitetsgruppen arbetar med utåtriktad verksamhet såsom informationsbord, insamlingar, förberedelse och genomförande av aktiviteter på Internationella kvinnodagen den 8:e mars, Kulturnatten och Internationella dagen för avskaffandet av våld mot kvinnor 25:e november. Under 2021 har aktivitetsgruppen, precis som 2020, även arbetat med livesända evenemang på jourens Facebooksida. Aktivitetsgruppens främsta uppgift är att sprida information om jouren och om mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer. Aktivitetsgruppen bestod 2021 av 9 ideella medlemmar som arbetade under handledning av Uppsala Kvinnojours informatör.

Möten och aktiviteter har genomförts både på plats och digitalt, men pandemin har generellt begränsat vilken typ av aktiviteter som gruppen kunnat genomföra. Trots pandemins utmaningar har de ideella arbetat hårt för att genomföra sitt uppdrag! Aktivitetsgruppen genomförde bland annat livesändningar i samarbete med de anställda, en manifestation på Internationella dagen för avskaffandet av våld mot kvinnor, och de deltog på Kreativa Feministers julmarknad på Uppsala Konsert och Kongress!

Anställda

Uppsala Kvinnojour hade under 2021 sex heltidsanställda, en deltidsanställd och en timanställd. Uppsala Kvinnojours tjänster avsåg 2021 två jurister, två kvinnofridsrådgivare varav en verksamhetsansvarig, en socionom och två informatörer. En informatör har varit tjänstledig på heltid och senare deltid under året. Uppsala Kvinnojour anlitar en extern ekonom för bokföring, redovisning och löneadministration.

Fortbildning

Uppsala Kvinnojours anställda har i syfte att fortbilda sig deltagit i ett antal olika utbildningar under 2021, bland annat om riskbedömningsmetoden PATRIARK, våldsförebyggande arbete, prostitution och sugardating, hedersrelaterat våld och förtryck, ungas brottsutsatthet på internet, praktisk barnrätt och vårdnadsprocessen.

Stödverksamhet

Den öppna stödverksamheten, där våldsutsatta kvinnor och tjejer erbjuds samtal och praktiskt stöd, är den delen av verksamheten där vi möter flest kvinnor. Precis som föregående år har stödverksamheten främst innefattat telefonsamtal och digitala besök under 2021, då de fysiska besöken har begränsats med anledning av pandemin och rådande restriktioner. Under hösten började vi dock ta emot några stödsökande på kontoret igen. Numera erbjuds kvinnor både besök, telefon- och digitala samtal, vilket har bidragit till en större möjlighet att anpassa stödet efter kvinnors behov. På grund av en hög efterfrågan på stödsamtal behövde vi pausa mottagandet av nya stödkontakter under drygt en månad i slutet av året. Under 2021 ändrades jourens telefontider till måndag till fredag kl. 09.00-15.00, med lunchstängt 11.30-12.00.

Stödsamtalen sker med stöd av olika samtalstekniker såsom kognitiv beteendeterapi, MI - motiverande samtal och ACT - acceptance and commitment therapy. De anställda förmedlar kontakter med advokat och myndigheter såsom polis, socialtjänst och sjukvård. De kan även följa med som stöd vid exempelvis rättegångar och besök hos myndigheter. Arbetet innebär också möten och samarbete med myndigheter, kommunala verksamheter och andra ideella organisationer. Uppsala Kvinnojours anställda har månadsvis handledning i grupp.

Samtalsgrupp

Under hösten 2021 startade vi en samtalsgrupp för kvinnor som utsatts för våld i en nära relation. Gruppen bestod av åtta kvinnor som hade en etablerad kontakt med Uppsala Kvinnojour, men som kvinnofridsrådgivarna bedömde hade behov av att dela sina erfarenheter med andra kvinnor. Under hösten genomfördes åtta träffar, där kvinnorna under ledning av kvinnofridsrådgivarna pratade om olika ämnen. Gruppen pratade till exempel om förmåga att känna tillit, hur de överlevt våldet, förhållande till sexualitet, vad de skulle vilja säga till sin förövare, barn och föräldraskap, och om att förlåta sig själv när man gått över sina egna gränser. Gruppen hade också besök av chefsåklagare Ingrid Isgren som berättade om rättsprocessen, och deltagarna fick möjlighet att ställa frågor. Samtalsgruppen har varit mycket uppskattad av både deltagare och anställda, och kommer fortsätta under våren 2022.

Juridik och juridiskt ombud

Som enda kvinnojour i landet har Uppsala Kvinnojour en heltidsanställd jurist. Det innebär att kvinnor som kommer till jouden erbjuds gratis juridisk rådgivning, samt att de kan bli företrädare av vår jurist i tvister som rör skilsmässa, bodelning och vårdnad. Många kvinnor har flera juridiska processer på gång samtidigt. Dessa tvister drabbar ofta en redan hårt pressad privatekonomi, vilket många gånger leder till att kvinnan hamnar i en ohållbar ekonomisk situation. Att vi erbjuder kvinnorna juridiskt ombud har visat sig ha flera positiva effekter, dels har vi kunnat hjälpa stödsökande kvinnor att kunna tillvarata sina juridiska rättigheter, dels gett dem möjligheten till upprättelse utan att det skapar svåra ekonomiska problem. I juristtjänsten ingår även att handleda juriststudenter och leda arbetet på juridikjouden, samt att hålla utbildningar och föreläsningar i juridik. I mån av tid bidrar kvinnojourens jurist med råd och hjälp i juridiska frågeställningar till andra organisationer.

Uppsala Juridikjour AB

På årsmötet 2021 beslutades att Uppsala Kvinnojour skulle starta en juristbyrå för att utveckla den juridiska verksamheten, och i större utsträckning kunna erbjuda ett juridiskt stöd som vilar på kvinnojoursrörelsens principer och kunskap. Bolaget Uppsala Juridikjour AB blev registrerat i slutet av 2021, men den jurist som sedan 2022 års början är anställd i bolaget var deltidsanställd på Uppsala Kvinnojour under större delen av 2021.

Bolaget är ett AB med särskild vinstbegränsning, vilket innebär att aktieutdelning inte ska göras. I stället ska eventuell vinst stanna i företaget. Det juridiska aktiebolaget ägs till 100% av den juridiska personen Uppsala Kvinnojour, inte av Uppsala Kvinnojours medlemmar. Uppsala Kvinnojour och det juridiska aktiebolaget är två separata verksamheter, men det juridiska bolagets styrelse är densamma som Uppsala Kvinnojours styrelse. Precis som i föreningen är det styrelsen som är ytterst ansvarig för verksamheten. Uppsala Juridikjour AB:s bolagsstämma hålls i direkt anslutning till Uppsala Kvinnojours årsmöte. Uppsala Kvinnojours medlemmar blir kallade till, och får närvara vid, bolagsstämman. De har också rätt att rösta om fastställande av arvode till styrelsen samt ansvarsfrihet för styrelsen. Medlemmarna kan också lämna in och rösta på motioner. Medlemmarna har däremot inte rätt att besluta om bolagets likvidation, det kan enbart styrelsen göra.

Skyddat boende

Uppsala Kvinnojour har två skyddade boenden. Båda boendena är trerumslägenheter med plats för en eller två kvinnor. Om en kvinna har mer än ett barn disponerar hon i regel hela lägenheten själv. Vi kan även ta emot hela familjer eller par. I det ena boendet kan vi ta emot husdjur. Husdjur utsätts ofta för våld av samma förövare som kvinnor och barn, och hot om våld mot husdjur kan skapa rädsla för att lämna relationen. Om en kvinna inte kan ta med sig sitt husdjur från hemmet finns en risk att hon stannar kvar i relationen, därför är det viktigt att kunna erbjuda plats för medföljande husdjur.

Uppsala Kvinnojour vill kunna erbjuda en trygg miljö för de kvinnor och barn som kommer till oss. Därför lägger vi ned mycket arbete på att våra skyddade boenden ska kännas ombonade och hemtrevliga. De två boendena har olika skyddsgrad: i den ena lägenheten är larm installerat och i den andra lägenheten finns säkerhetsdörr. Den andra lägenheten ligger dessutom högt upp i fastigheten. Lägenheterna har även safety rooms som gjorts i ordning efter polisens rekommendationer.

Vid varje inflytt i det skyddade boendet upprättar vi en genomförandeplan och för journal i enlighet med Socialstyrelsens föreskrifter. Kvinnan har samtal med boendeansvarig minst en gång i veckan under tiden hon bor i vårt boende. Är behovet större genomförs flera stödsamtal i veckan. Utöver detta träffar kvinnan ideella boendestödare regelbundet. Det finns dessutom möjlighet att nå ansvarig personal under hela dygnet och på helger.

Under 2021 har 7 vuxna, 5 barn och ett husdjur bott i Uppsala Kvinnojours skyddade boenden: 390 vuxennätter, 275 barnnätter och 57 djurnätter. Placeringarna avsåg tre kvinnor med medföljande barn, två ensamstående kvinnor varav en med medföljande husdjur, samt ett par bestående av en man och en

kvinnor. Det genomsnittliga antalet boendenätter per vuxen var 55,7 nätter, och för barn 55 nätter.

Barn på jouten

Kvinnoutens anställda och ideella boendestödare möter många barn i sitt arbete, både direkt när barn bor i Uppsala Kvinnoutens skyddade boende och indirekt i samtal med mammor. Det är viktigt att lyfta barnens situation då många av barnen antingen själva utsatts för våld eller upplevt våld mot sin mamma. Barnen behöver bli sedda, bekräftade och få ett eget sammanhang. Vår uppfattning, också bekräftad i forskning, är att när barnen är trygga från våld så vågar de berätta om sina upplevelser och utsatthet.

För att tillgodose barnens behov ska barnperspektivet särskilt beaktas i allt arbete på jouten. Anställda inom jouten är utbildade i Trappan-modellen, en modell för krissamtal med barn som upplevt våld i sin familj. Flera anställda är också utbildade i intervjumetoden In my shoes, som med hjälp av ett datorprogram hjälper barn samt vuxna med kommunikationssvårigheter att berätta om vad de varit med om. Alla barn som bor i joutens skyddade boende ska bli erbjudna Trappan- eller In my shoes-samtal.

Statistik 2021

Direkta kontakter med stödsökande kvinnor	Antal
Besök (inklusive Zoom-samtal)	495
Telefonsamtal	2403
E-post	938
Sms	2429
Medföljande stöd	57
Myndighetsbesök/kontakt	350
Totalt (summa)	6672
Antal kvinnor	463
Varav kontakter med nya stödsökande kvinnor	373
Stödsökande anhöriga	56
Besök från anhöriga	8
Telefonsamtal från anhöriga	90
E-post och sms från anhöriga	57

Under året ökade antalet stödsökande kvinnor från **404 år 2020 till 463 år 2021**. Det innebär en ökning med 59 kvinnor i jämförelse med 2020. 373 av de stödsökande kvinnorna var nya stödsökande. Vi ser en stor ökning i antalet kontakter (besök, telefonsamtal, mail, sms, medföljande stöd, myndighetsbesök/kontakt) under 2021, **6672 direkta kontakter i jämförelse med 4462 år 2020**. Antalet anhöriga som sökte stöd ökade i år igen, och vi såg en särskild ökning av manliga anhöriga. Av 56 stödsökande anhöriga var 21 män och 35 kvinnor.

Opinionsbildning och utbildning

Uppsala Kvinnojours informatör ansvarar för det utåtriktade och förebyggande arbetet. Detta arbete består exempelvis av föreläsningar, studiebesök och opinionsbildning, medverkande i media, projektsamordning, och externt kommunikationsarbete via webb och sociala medier. Informatören ansvarar också för den interna grundutbildningen för nya ideella medlemmar tillsammans med de andra anställda.

Föreläsningar och utåtriktat arbete

Opinionsbildning, utbildning och kommunikation utgör Uppsala Kvinnojours förebyggande arbete. Det innebär att vi sprider kunskap om mäns våld mot kvinnor genom föreläsningar och deltagande vid olika evenemang och i medier, samt sprider information via sociala medier. Vi föreläser om ämnen relaterade till **mäns våld mot kvinnor och våld i nära relationer**.

Under 2021 genomfördes 42 föreläsningar och fem studiebesök för cirka 1109 respektive 48 åhörare. Uppsala Kvinnojour har också genomfört fem livesändningar med ca 242 åhörare. Föreläsningarna innefattade bland annat mäns våld mot kvinnor, Uppsala Kvinnojours verksamhet, hedersrelaterat våld och förtryck, våld i ungas nära relationer, våld mot personer med funktionsnedsättning, våld i LHBTQ-personers nära relationer, våld mot äldre, sexuellt våld mot kvinnor samt digitalt våld. Under året föreläste Uppsala Kvinnojour bland annat på/för Lundellska gymnasiet, Gävle Högskola, Nyby vårdcentral, Cultus gymnasium, Samhällsorienteringen, Jönköping Qom ut, Våldsombuden i Uppsala Kommun, Vittnesstödsutbildningen, Indra queer- trans- och tjejjour, och NCK:s kurs om mäns våld mot kvinnor för yrkesverksamma och studenter.

Evenemang

Uppsala Kvinnojour har både arrangerat och deltagit vid ett flertal evenemang under 2021. På grund av pandemin har vi satsat särskilt på livesändningar, både frågestunder, samtal och konferenser. Vi har deltagit vid evenemang anordnade av bland andra Kreativa feminister, Lush Mall of Scandinavia, Socionomdagarna, Liberalerna Uppsala Kommun och Moderata kvinnor Uppsala.



Vi var bland annat närvarande på Socionomdagarna, och deltog vid Kreativa Feministers julmarknad!

Nedanstående evenemang har arrangerats av Uppsala Kvinnojour;

8/3 Livesändning: Tills döden skiljer oss åt- Om dödligt våld mot kvinnor
Livesändning om dödligt våld mot kvinnor.

25/3 Livesändning: Frågestund om ekonomiskt våld
Livesänd frågestund om ekonomiskt våld.

21/4 Livesändning: En tyst minut med Uppsala Kvinnojour för kvinnor som dödat
Livesänd tyst minut för kvinnor som mördats av en närstående man.

19/5 Livesändning: Ekonomisk jämställdhet: en fråga om makt
Livesänt samtal om ekonomisk jämställdhet. Medverkande: Monica Sjöstedt.

11/9 Digital kulturnatt: Glädjeflickan i konstverken

Kortfilm gjord av Uppsala Kvinnojours aktivitetsgrupp, om hur konst har skildrat prostitutionen genom tiderna. Filmen producerades till Kulturnatten 2020, men sändes åter igen på Kulturnatten 2021. Filmen visades på Uppsala Kvinnojours Facebook-sida.

25/11 Digital konferens: Ekonomiskt våld i nära relationer

Konferens om ekonomiskt våld i nära relationer.

25/11 Manifestation mot mäns våld mot kvinnor

Manifestation på Stora torget anordnad av aktivitetsgruppen. Under manifestationen tändes ljus för kvinnor som mördats av en manlig partner eller ex-partner, och aktivitetsgruppen informerade om våld mot kvinnor och om Uppsala Kvinnojours verksamhet



Internationella kvinnodagen: Om dödligt våld mot kvinnor

På internationella kvinnodagen den 8 mars anordnade Uppsala Kvinnojour en livesändning om dödligt våld, lagstiftning och vilka förändringar som behövs för att stoppa mäns dödliga våld mot kvinnor. Justitieminister Morgan Johansson, rådmann Nils Pålbrant och advokat Elisabeth Aronsson medverkade.



Digital konferens: Ekonomiskt våld i nära relationer

I samband med FN:s internationella dag för avskaffandet av mäns våld mot kvinnor arrangerade Uppsala Kvinnojour traditionsenligt en konferens, och även detta år hölls konferensen digitalt. Årets



tema var ekonomiskt våld i nära relationer, och medverkade gjorde Annika Strandhäll, jämställdhetspolitisk talesperson för Socialdemokraterna, Rickard Ulmestig, docent i socialt arbete, och Erika Gyllenswärd, verksamhetsutvecklare på Nationella Operativa Avdelningen. 92 personer deltog vid konferensen!

Projekt

Digital kvinnofrid

Digital kvinnofrid är ett projekt som inleddes hösten 2018 och som drivs av Uppsala Kvinnojour och IT- och informationssäkerhetsföretaget Sentor. Syftet med projektet är att utbilda yrkesverksamma, kvinnojourer i synnerhet, om hur digital teknik kan användas för att utöva våld samt vilka säkerhetsåtgärder som kan vidtas. Projektet har en egen hemsida, digitalkvinnofrid.se, där det går att boka utbildningar och beställa material.

Digital kvinnofrid tilldelades priset "Årets initiativ 2020" av intresseorganisationen Forum, och stoltheten från den utmärkelsen har vi tagit med oss in i 2021! Under 2021 genomfördes fem utbildningar inom ramen för projektet. Tillsammans med Sentor genomförde vi utbildningar för Gävle högskola, Jönköpings länsstyrelse, Jönköpings kvinnojour, Tildagården, Brottsofferjouren Västerort, och Kvinnojouren Märta.



Om hon varit man

Under våren 2020 släppte Uppsala Kvinnojour boken *Om hon varit man*, som skrivits med hjälp av en externt anlitad skribent men projektletts av jourens informatör. Boken är baserad på intervjuer med 11 LHBTQ-kvinnor, som intervjuas om våldet de utsatts för samt hur de blivit bemötta av omgivningen i allmänhet och professionella verksamheter i synnerhet. Genom boken ämnar Uppsala Kvinnojour dels fördjupa och förankra LHBTQ-kompetensen internt i föreningen, dels hos andra kvinnojourer. Boken ämnar också ge utrymme för LHBTQ-kvinnors berättelser om våld, vilket kan bidra till att andra kvinnor får möjlighet att känna igen sig berättelserna och identifiera sin egen upplevelse som våld.

Under 2021 genomfördes fyra föreläsningar om våld i LHBTQ-kvinnors nära relationer, som alla utgick från *Om hon varit man*. I augusti lade vi även upp *Om hon varit man* i vår webshop!



Spirituellt våld- med tron som vapen

På årsmötet 2021 fastställdes verksamhetsplanen för det kommande året. I verksamhetsplanen ingick att arbeta för att informera om spirituellt våld, en typ av våld som det finns mycket litet kännedom om i Sverige. Under hösten 2021 började en av informatörerna utveckla ett projekt som går under arbetsnamnet *Spirituellt våld- med tron som vapen*. Målet är att producera informationsmaterial om spirituellt våld i form av filmer och podcastavsnitt samt tryckt material. Projektet fortsätter under 2022.

Fredens hus X Uppsala Kvinnojour: Samtycke och relationer – om våld, schyssta relationer och samtycke i lag och praktik

Under 2021 inleddes ett samarbetsprojekt med Fredens hus, där vi tillsammans genomförde workshops för andraårselever på Lundellska skolans samhälls- och ekonomiprogram. Projektet innehåller två workshops för alla klasser; en workshop om våld och våldsprevention på höstterminen, och en workshop om samtycke och schyssta relationer på vårterminen. Varje workshop utvärderas av eleverna. Första workshopen hölls höstterminen 2021, och projektet fortsätter under 2022. Både Lundellska skolan och andra skolor har uttryckt stort intresse för att fortsätta och utöka antalet klasser som inkluderas i projektet!



Inre kraft

Tillsammans med ett ämnesöverskridande nätverk av forskare har Uppsala Kvinnojour inlett samarbetsprojektet Inre kraft. Projektet syftar till att skapa och testa ett program med praktiska övningar för att stärka inre kraft hos personer utsatta för våld i nära relationer utifrån genomtänkta kombinationer av relevanta kunskaper och praktiker från nätverkets olika ämnen (psykologi, filosofi, litteraturvetenskap, pedagogik, kvinnojourskunskap). Dessa övningar skulle komplettera den ordinarie verksamheten vid Uppsala Kvinnojour och liknande verksamheter genom att erbjuda andra stärkande metoder än stödsamtal och kunskapsförmedling, inriktas på relevanta utvecklingsprocesser snarare än specifika symtom och problem, fokusera på att stärka egna livsbejakande krafter och potentialer och motivation för att förverkliga dem. I förlängningen syftar samarbetet till att skapa möjligheter att erhålla medel för att storskaligt tillämpa, utvärdera och disseminera programmet. Under 2021 har övningarna som ska ingå i projektet utformats genom workshops, och under våren 2022 ska de första pilottesterna genomföras.

Inre kraft är en fantastisk möjlighet för Uppsala Kvinnojour att medverka till utveckling av evidensbaserade metoder för att stärka personer som utsatts för våld i nära relationer, och dessutom bidra till att vår unika kvinnojourskunskap inkluderas i forskning om jourens målgrupp!

Yoga för våldsutsatta kvinnor

Under våren arrangerade Uppsala Kvinnojour och vår ordförande Sara Nilsson en yogakurs för kvinnor som befunnit sig i destruktiva relationer. Yogakursen syftade till att erbjuda kvinnor som varit utsatta för någon form av våld en möjlighet att lära sig tekniker från yogan, exempelvis andningsövningar, meditation, kroppspositioner och reflektionsövningar som bidrar till ökad sinnesnärvaro och läkning av känslomässiga sår. Kursen bestod av 8 tillfällen.



Yogakurs
- för kvinnor som befunnit sig i destruktiva relationer

Hur?
Kursen består av 8 tillfällen, varav ett är en föreläsning med Uppsala Kvinnojour och ett är självförsvarsträning med Bodil Frick, Uppsala Kampsport och hälsocenter.

Kursledare
Sara Nilsson är engagerad i Uppsala Kvinnojour, utbildad yogalärare och håller kontinuerligt yogakurser och ledarskapsutbildningar.

Anmäl ditt intresse till:
info@saranilssonyoga.com



Gåvor under 2021

Uppsala Kvinnojour har mottagit många gåvor under året. Totalt har privatpersoner, företag och föreningar skänkt **drygt 296 000 kronor** (om vi enbart inkluderar gåvor över 1000 kr). Det här är en helt fantastisk summa, som gör det möjligt för oss att stötta våldsutsatta kvinnor och barn på en mängd sätt. Vi har exempelvis kunnat hjälpa kvinnor att finansiera inköp av möbler, hyra och ett konstprojekt. Vi har bland annat mottagit gåvor från Freespee, Advokatbyrån Linklaters, Advokatfirman Lindahl, Rädda Barnen,

Frumtimersföreningen Uppsala, Föreningen Uppsala hem och samhälle, Nanodev AB, Jultomtarna Uppsala, Odd Fellow, Snerikes nation, Patrik Hansson Jewellery, Feministsmeden, Skuttunge kyrka, samt från privatpersoner. De största gåvorna har 2021 kommit från:

Snerikes Nation

I samband med Internationella dagen för avskaffandet av våld mot kvinnor anordnade Snerikes Nations jämlikhetsgrupp en välgörenhetsklubb till förmån för Uppsala Kvinnojour! Alla intäkter från garderob och entré skänktes till vår verksamhet.

Advokatbyrån Linklaters

Advokatbyrån Linklaters bidrog med en gåva som möjliggjorde en yogakurs för kvinnor som befunnit sig i destruktiva relationer.

Rädda Barnen Uppsala

Inför sommarledigheten skänkte Rädda Barnen Uppsala pengar med syftet att våra stödsökande kvinnor skulle få ökade möjligheter att utföra sommaraktiviteter tillsammans med sina barn. Rädda Barnen är en återkommande gåvogivare, och varje år gör deras gåva att familjer får möjlighet att sätta guldkant på vardagen genom härliga sommaraktiviteter!

Sällskapet Jultomtarna

Sällskapet Jultomtarnes gåva inför jul gjorde att vi hade möjlighet att stötta kvinnor med barn som bott i vårt skyddade boende eller gått i stödsamtal. Precis som Rädda Barnen är Jultomtarna en återkommande gåvogivare som gör stor skillnad för de kvinnor och barn som får stöd hos oss. Tack vare Jultomtarnes gåva får kvinnor och barn en möjlighet att skapa lite julmagi, trots vistelse på skyddat boende eller hårt ansatt ekonomi till följd av våldet.

Avslutande ord från styrelsen

Vi tog med oss många lärdomar kring arbetssätt från pandemiåret 2020 in i 2021, som också i mångt och mycket blev ett digitalt år för oss alla.

Men trots pandemi så lyckades vi starta och genomföra både fysisk samtalsgrupp, yogakurs för våldsutsatta kvinnor och ta emot en fana av kronprinsessan Viktoria under högtidliga former på svenska flaggens dag.

Uppsala Kvinnojour har haft ett stort antal stödsökande kvinnor under året, **463 kvinnor**, vilket tyder på att behovet av jouten verkligen finns och vi möter det med kompetenta kvinnofridsrådgivare och ideella krafter.

Under året har företaget Uppsala Juridikjour AB (svb) bildats. En juristbyrå som med den samlade erfarenhet, kompetens och expertis som finns inom jourrörelsen kan hjälpa och stötta ännu fler kvinnor i juridiska processer.

Vi ser med stolthet tillbaka på året 2021!

Sara Nilsson
Ordförande, Uppsala Kvinnojour



www.upsalakvinnojour.se

info@upsalakvinnojour.se

Box 2146

750 02 Uppsala