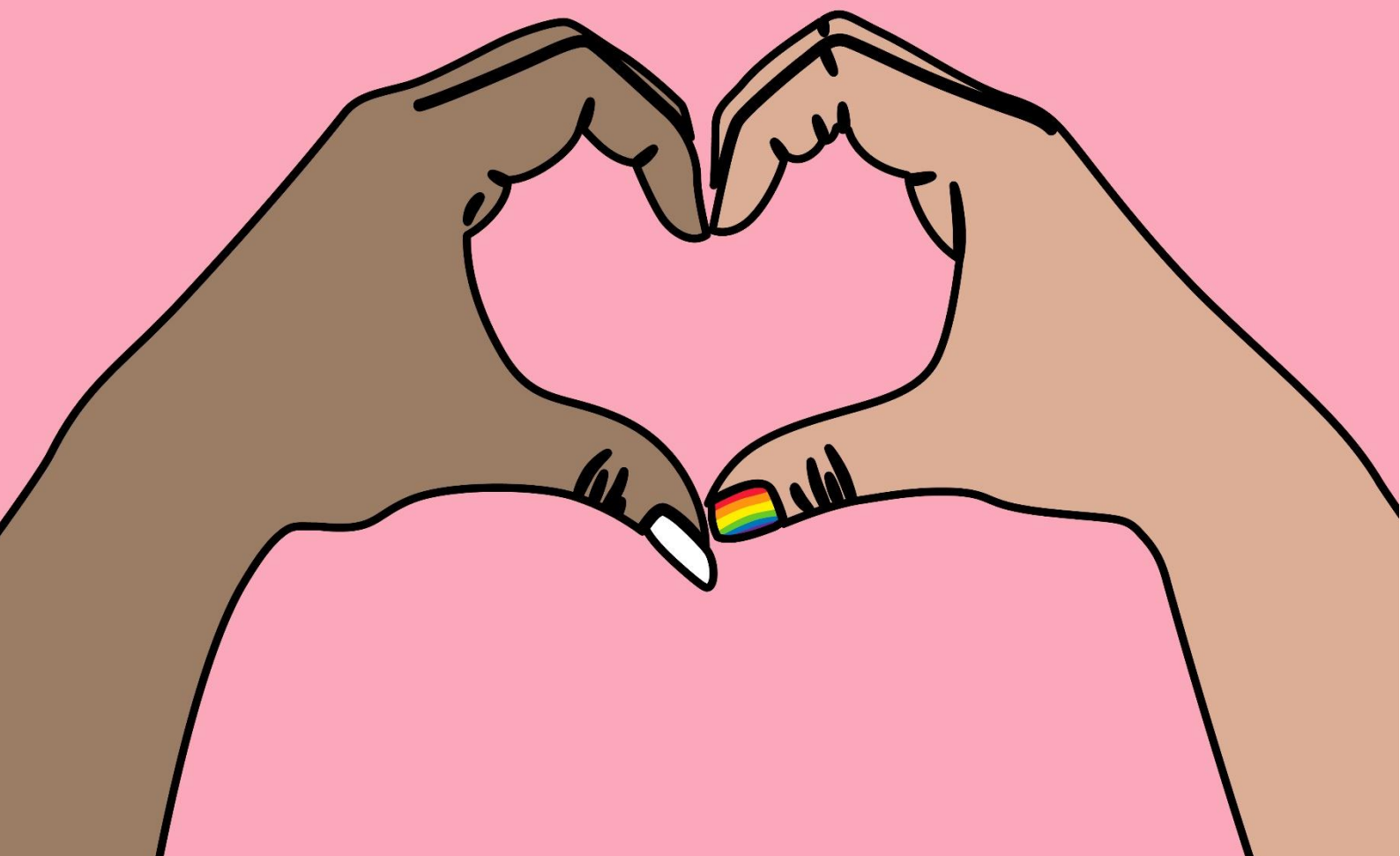


UPPSALA TJEJ- OCH TRANSJOUR

Backar alltid, backar aldrig.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2021



SAMMANFATTNING	3
BAKGRUND	4
PANDEMINS EFFEKTER PÅ VERKSAMHETEN	4
MEDLEMMAR.....	4
STYRELSEVERKSAMHET	5
ÅRSMÖTE.....	5
STYRELSENS ARBETE UNDER VERKSAMHETSÅRET	5
EKONOMI.....	6
ANSTÄLLDA.....	6
JOURVERKSAMHET.....	7
STÖDVERKSAMHET.....	7
FÖREBYGGANDE OCH UTÅTRIKTAT ARBETE	14
OPINIONSBILDNING.....	21
INTERNT ARBETE	21
MARKNADSFÖRING.....	22
ANNONSERING	22
SOCIALA MEDIER OCH VÅR HEMSIDA	23
ÖVRIGT	24
UTBILDNINGAR OCH KOMPETENSUTVECKLING.....	24
INTERNA UTBILDNINGAR.....	24
EXTERN UTBILDNINGAR	25
SAMARBETEN OCH NÄTVERK	26
VÅRA KONTINUERLIGA SAMARBETEN	26
SAMARBETEN 2021	27
ÖVRIGT.....	29
STORT TACK!	30
BIDRAGSGIVARE OCH STÖDMEDLEMMAR.....	30
ÖVRIGA.....	30

SAMMANFATTNING

2021, Uppsala tjej- och transjours sextonde verksamhetsår, har liksom 2020 varit ett speciellt år där pandemin fortsatt inneburit digitalisering av vår utåtriktade och interna verksamhet. Då vår stödverksamhet till sin form redan var digital har vi utan avbrott kunnat fortsätta erbjuda stöd via chatt och mejl.

Vi har genomfört 808 stödåtgärder vilket är en minskning med 40% jämfört med förra året. Denna drastiska minskning kan förklaras av nedstängningen av tjejjouren.se i början av 2021, vilket påtagligt minskade synligheten för vår jour. Vi har under 2021, som en krisåtgärd, tillsatt extra resurser på marknadsföring vilket har gett goda resultat och sedan sommaren har vi sett en återhämtning i antal stödsökande. De samtalsteman som är mest förekommande är psykisk ohälsa och relationer. Ett tema som vanligtvis är ett av de mest förekommande är samtal om sexuella övergrepp och våld som 2021 procentuellt sett har minskat mest jämfört med 2020. I avsnittet om genomförd stödverksamhet resonerar vi kring vad detta kan bero på. Under 2021 startade vi även upp möjligheten för stödsökande att på ett strukturerat sätt få regelbundet stöd med samma kontaktperson på jouren. Vi har fortbildat oss inom olika viktiga ämnesområden och erbjudit alla jourare handledning för att bättre kunna hantera de svåra samtal som jourarbetet ofta innebär.

Vi har fortsatt med vårt förebyggande arbete mot sexuellt våld där vi vänt oss till ungdomar för att prata om samtycke och ömsesidighet i sexuella relationer samt sexuellt våld och våldtäkt. Totalt har vi träffat 1298 elever på 16 skolor. Vi har även genomfört vår föreläsning om sexuella trakasserier vid ett tillfälle. Drygt hälften av skolpassen och föreläsningarna har genomförts digitalt. Vi har fortsatt att erbjuda pass i feministiskt självförsvar då restriktionerna har tillåtit det och anordnat egna evenemang. Vi anordnade en temavecka på sociala medier på temat abort i samband med den Internationella kvinnodagen, ett samarbete mellan oss, RFSU Uppsala och Amnesty Uppsalas Kvinnorättsgrupp. Vi uppmärksammade Transgender Awareness Week genom att arrangera en föreläsning med den queera fotografen och transaktivisten Freja Lindberg samt en quizkväll på tema trans.

Uppsala tjej- och transjour har under året deltagit i radio, tidningar och livestreams på sociala medier där vi fört fram tjej- och transperspektivet i olika viktiga ämnen. Vi har kunnat synliggöra tjejers och unga transpersoners situation samt nått ut till vår målgrupp och andra med information om vår verksamhet.

Jouren har under hela året haft två heltidsanställda och under fyra månader en deltidsanställd som kunde fokusera extra på synlighet i sociala medier. Heltidsanställda har bland annat avlastat jourarna och styrelsen administrativt, samordnat och utvecklat verksamheten, genomfört mycket av vårt förebyggande arbete, deltagit i media samt i nätverks- och samverkansträffar. Det är mycket tydligt att jouren har behov av att ha anställda för att kunna möta den stora efterfrågan som finns både internt i jouren och externt i samhället.

Denna verksamhetsberättelse visar på det omfattande och viktiga arbete som jouren genomfört under 2021. Det ideella engagemanget i jouren är ett engagemang som inte har några gränser, ett engagemang med enorma förutsättningar och framtidsutsikter! Med det kan vi lägga 2021 till handlingarna och se framåt mot 2022 års utmaningar.

BAKGRUND

Uppsala tjej- och transjour startade 2005. Vi är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell förening som jobbar för jämställdhet, jämlikhet, syskonskap och systerskap. Vi startade som en tjejjour och sedan juni 2017 är jouren en tjej- och transjour.

Uppsala tjej- och transjourns syfte är att stärka och stötta tjejer (cis och trans) och unga transpersoner genom främst stödsamtal. Vi stöttar målgruppen i den situation de befinner sig i och på deras egna villkor. Vi arbetar även förebyggande och informerande/opinionsbildande för att synliggöra, förändra och öka medvetenheten om tjejers och unga transpersoners situation i samhället. Vår verksamhet ska verka som ett komplement och en brygga till andra samhällsinstanser så som hälso- och sjukvård, skola, polis och socialtjänst.

PANDEMINS EFFEKTER PÅ VERKSAMHETEN

Coronapandemin har under 2021 fortsatt påverka jourens verksamhet på olika sätt. Stödverksamheten har likt 2020 kunnat fortsätta nästan precis som vanligt då den mestadels utförs på nätet via chatt och mejl. Vi har dock sett en kraftig nedgång i antal genomförda stödåtgärder under 2021 jämfört med 2020. Detta beror främst på att vår synlighet för stödsökande minskat på grund av nedstängningen av hemsidan tjejjouren.se (läs mer under rubrikerna *Stödverksamhet* och *Drastisk nedgång i antal stödåtgärder*).

Den del av vår verksamhet som fortsatt har påverkats mest är vårt utåtriktade arbete. Under första halvan av 2021 genomförde vi enbart digitala skolpass och föreläsningar. Vissa delar av vår utåtriktade verksamhet, exempelvis feministiskt självförsvar, går inte att ställa om till digital form och har därför varit på paus under första halvan av 2021. Från höstterminen har vår utåtriktade verksamhet kunnat genomföras i fysisk form igen.

Internt i organisationen har pandemin fortsatt inneburit stora anpassningar, bland annat har våra möten mestadels fått ske digitalt. Våra jourare och styrelsemedlemmar har i och med det tappat mycket av den sociala gemenskapen som är en viktig del i engagemanget. I vår medlemsenkät framkom det att våra volontärer har saknat gemenskapen och att engagemanget har påverkats negativt av detta. Vi har dock kunnat rekrytera så många nya volontärer vi haft behov av och inte haft något stort tapp under året. Styrelsen har under året fortsatt arbetet med riskanalyser och förebyggande strategiskt arbete kopplat till pandemin. Anställda har främst arbetat hemifrån under första halvan av året, de har delvis fått arbete från kontoret, dock inte samtidigt. Andra halvan av året har de fått arbeta samtidigt på kontoret och hemifrån efter behov.

MEDLEMMAR

Jouren har under året haft 62 medlemmar vilka innefattar våra volontärer – jourare och styrelsemedlemmar – samt anställda. Antalet medlemmar som har varit aktiva har skiftat under året – mellan 43 och 56 personer.

STYRELSEVERKSAMHET

Styrelsen har under året verkat beslutsfattande i olika frågor, arbetat med jourens ekonomi, agerat arbetsgivare, ordnat grundutbildningar för att få in nya jourare samt arbetat för att underlätta och möjliggöra jourarnas arbete. Styrelsemöten har hållits månadsvis med kortare uppehåll över sommaren.

ÅRSMÖTE

Jouren har den 21 mars haft ett digitalt årsmöte där en ny styrelse valdes in, se tabell nedan. Till valberedning valdes Frida Lindström, Jona Mörn och Denise Wessman. På årsmötet bifölls stadgeändringar som utökade maxantalet på medlemmar i styrelsen samt tog bort suppleantrollen från styrelsen. En motion om att sänka den undre åldersgränsen för vår målgrupp från 12 år till 10 år bifölls. Till årsmötet anlätades extern ordförande och sekreterare för att främja att alla medlemmar kunde fokusera på mötesfrågorna.

Vår auktoriserade revisor heter Maria Lennmark och arbetar på EY (Ernst & Young).

STYRELSEMEDLEMMAR	2021/2022 – nu sittande mars till mars	2020/2021 mars till mars
Ordförande	Elin Reutermo	Jona Mörn
Sekreterare	Emma Larsson	Emma Westdahl
Kassör	Helena Winge	Helena Winge
Ledamot och medkassör	Linnéa Anerfält	Linnéa Anerfält
Ledamot	Helena Hagegård	Ellie Gustafsson
Ledamot	Johanna Hallman*	Johanna Hallman
Ledamot	Johanna Willman	Johanna Willman
Ledamot	Carin Danielsson Näsdal	-
Suppleant	-	Amanda Källmark
Suppleant	-	Helena Hagegård

* I januari 2022 valde Johanna Hallman att avgå av privata skäl.

STYRELSENS ARBETE UNDER VERKSAMHETSÅRET

Styrelsen har under året fortsatt arbetet med riskanalyser och förebyggande strategiskt arbete kopplat till **pandemin**. **Bidragsansökningar** till våra två största bidragsgivare har skickats in; för åren 2022–2024 till Uppsala kommun och för åren 2022–2023 till Socialstyrelsen. Under året har det varit större fokus på **marknadsföring av vår stödverksamhet** än tidigare till följd av nedstängningen av tjejjouren.se i februari 2021 (läs mer under rubriken *Stödverksamhet*). Mycket arbete har lagts på **personalhandboken** som påbörjades 2020, dock har den inte färdigställts under 2021 på grund av diskussioner om anslutning till kollektivavtal. Diskussionerna utmynnade i att styrelsen beslutade att jouren ska **kollektivavtalsanslutas** via Fremia, vilket trädde i kraft vid årsskiftet 2021/2022.

Styrelsen har också i samarbete med anställda arbetat med **rutiner och policies**. I vårt utåtriktade arbete har vi nu nya eller förbättrade rutiner för fotografering vid evenemang, prissättningspolicy vid workshopsförfrågningar, hur vi förhåller oss till anmälningsplikt och stöd vid skolpass samt säkerhetsrutiner för digitala skolpass och andra digitala workshops/föreläsningar. Vi har också förbättrat våra riktlinjer vid suicidsamtal och vår policy för sociala medier med kommentarsregler.

Minst en styrelsemedlem har varit närvarande på jourarnas möten för att främja en bra kommunikation och insyn styrelsen och jourarna emellan. Jourarna bjuds alltid in till styrelsemötena.

EKONOMI

Jourens ekonomi har i huvudsak varit god men vi har fått arbeta med en mycket stram budget. De senaste åren har våra största bidrag inte höjts samtidigt som våra största kostnader, personalkostnader och lokalhyra, årligen höjts. Detta har i kombination med den krisåtgärd som tillsattes vid nedstängningen av tjejjouren.se, där vi sköt till 50.000 kr extra till marknadsföring, medfört att vi medvetet budgeterade att gå back under 2021 (läs mer under rubriken *Stödverksamhet*). De extra resurser vi budgeterade för planerades att tas ur vår buffert vilket inte är hållbart i längden, det planerades som en engångsåtgärd under 2021. Det ekonomiska resultatet för 2021 hamnade nära ett nollresultat trots att vi använde hela den extra marknadsföringspotten, vilket innebär att vi inte har behövt använda våra buffertpengar.

De största bidragen som finansierat bland annat lokalhyra, anställningar och större delarna av jourverksamheten har varit Socialstyrelsens verksamhetsbidrag för kvinno- och tjejjourer samt verksamhetsbidrag från Uppsala kommuns socialnämnd. Vi har även mottagit bidrag från andra organisationer, företag och privatpersoner – se tacklistan i slutet på verksamhetsberättelsen.

ANSTÄLLDA

Styrelsen har varit arbetsgivare till fyra anställda:

- Chris-Emelie Denstedt, samordnare 100% (anställd sedan augusti 2015)
- Hanna-Li Liljehag, vikarierande informatör 100% (anställd sedan augusti 2020)
- Emma Westdahl, vikarierande informatör 20% perioden 29 mars till 18 juli
- Hanna Lundberg, tjänstledig informatör.

Anställningarna har finansierats av statsbidrag från Socialstyrelsen samt bidrag från Uppsala kommun.

Samordnaren har haft det övergripande administrativa samordnaransvaret och har varit jourarnas främsta kontakt gällande stödarbetet. Detta har gett jourarna möjlighet att fokusera på stödarbetet, bibehålla våra ordinarie öppettider samt engagera sig mer i förebyggande arbete. Samordnaren har också avlastat styrelsen administrativt vilket möjliggjort ett större fokus på planering och strategiska frågor.

Informatören har haft övergripande samordningsansvar för vår förebyggande och utåtriktade verksamhet. Det innebär ansvar för att planera, genomföra och utveckla vårt förebyggande arbete tillsammans med jourarna samt ansvara för vår övriga utåtriktade och informerande verksamhet.

Samordnaren och informatören har möjliggjort för jouren att vara mer synlig, både i media och på platser där vår målgrupp befinner sig, och kunnat samverka med viktiga myndigheter och organisationer.

Deltidsvikarierande informatören har arbetat med synlighet i våra sociala medier, research kring annonsering och marknadsföring i sociala medier och varit heltidsanställda behjälplig med mindre uppgifter.

JOURVERKSAMHET

Jourens grundverksamhet har tre delar som syftar till att arbeta mot killar och mäns våld mot tjejer, kvinnor och unga transpersoner, samt att stötta och stärka tjejer och unga transpersoner i andra svåra situationer.

Den första delen är **stödverksamheten** där stödsökande kan vända sig till jouren via chatt, mejl eller besök. Där stötts, stärks och erbjuds de stödsökande hjälp och svar på eventuella frågor. All kontakt inom stödverksamheten bygger på förtroende och sker på den stödsökandes villkor.

Den andra delen är det **förebyggande och utåtriktade arbetet**. Vi håller skolpass om sexuellt våld och ömsesidighet i sexuella situationer och utbildar skolpersonal om sexuella trakasserier. Vi informerar även om vår verksamhet, håller pass i feministiskt självförsvar, håller stärkande separatistiska tjej-/transgrupper på olika teman, deltar i fritidshäng och andra tjej- och transseparatistiska evenemang samt arrangerar och deltar i olika evenemang och projekt.

Den tredje delen är jourens **informerande/opinionsbildande** arbete för att synliggöra, förändra och öka medvetenheten om tjejers och unga transpersoners situation.

STÖDVERKSAMHET

Under året har **chatten** varit öppen varje vecka. Öppettiderna har varit tisdagar kl. 18-20, torsdagar kl. 19-21 och söndagar kl. 19-21. Chatten bemannas alltid av två till tre jourare. Stödsökande kan vara anonyma om de vill och behöver inget konto för att logga in. Under sommarmånaderna har chatten varit öppen två kvällar i veckan. Under jullovet hölls chatten öppen under ordinarie dagar, samt höll **extraöppet** på juldagen (en lördag).

Vår **stödmejl** har varit öppen året runt. Mejlen bemannas av en till två jourare per vecka och vi har strävat efter att svara inom 48 timmar från att mejlet har inkommit.

Under 2021 har vi startat upp möjligheten för stödsökande att på ett strukturerat sätt få **regelbundet stöd med samma kontaktperson på jouren**. Stödsökande fick möjlighet att prata med samma jourare en gång i veckan under tio veckor. Möjligheten gavs en gång per termin. Vi fick totalt in nio intresseanmälningar och regelbundna stödsamtal inleddes med fem stödsökande. De övriga fyra som anmält intresse erbjöds kontakt men tackade nej eller svarade inte. Totalt genomfördes 41 chattsamtal med dessa fem stödsökande.

STÖD	2021	2020	2019	2018
Antal stödåtgärder	808 (-40%)	1347 (-16%)	1611 (+31%)	1233 (+4%)
Antal unika stödsökande	347 (-32%)	508 (+11%)	457* (+18%)	388* (-30%)
Volontärtimmar	933 (+6%)	881 (+0%)	881 (+2%)	865 (+13%)

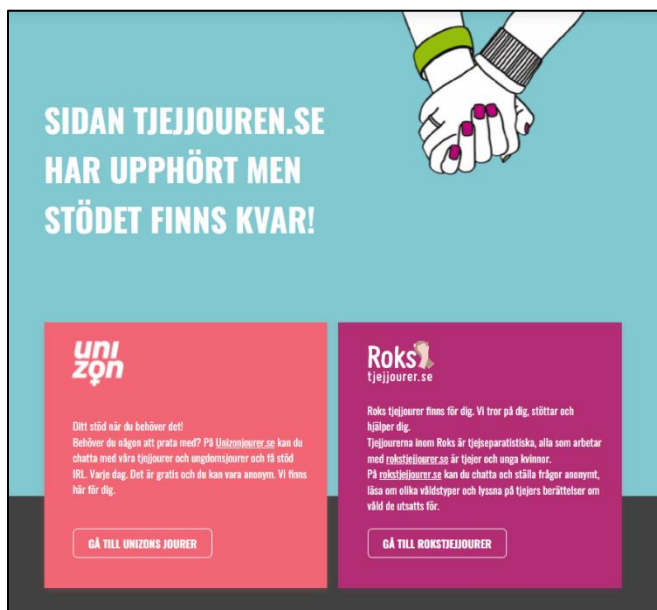
KONTAKTEN SKEDDE VIA:				
Chatt	719	1135	1126	960
Mejl	87	206**	462**	266**
Personlig träff	0	2	16	7
Telefon	1	2	7	0
Annat	1	2	0	0

*Anmärkningsvärt färre 2019 och 2018 än tidigare och senare år. Svårt att säga om vi de facto hade färre unika stödsökande eller om det missades att registreras i vårt från 2018 nya statistikverktyg.

**Dessa år hade vi också stödverksamhet via en frågelåda på vår hemsida. I samband med vårt utträde ur Unizon i april 2020 förlorade vi tillgången till den hemsida som frågelådan var knuten till.

DRASTISK NEDGÅNG I ANTAL STÖDÅTGÄRDER

Antal stödåtgärder har minskat drastiskt 2021 jämfört med tidigare år. Detta har sin förklaring i att hemsidan tjejjouren.se (en samlingsportal för alla Sveriges jourer) stängde ner den 1 februari 2021. På hemsidan hänvisades sedan till riksförbunden Roks tjejjourer och



Unizons jourer som riktar sig till unga. Vi och andra jourer som inte är medlemmar i något av riksförbunden var tidigare synliga på denna hemsida men går efter nedstängningen inte att hitta via tjejjouren.se eller de hänvisningar som visas på sidan. Denna nedgång har även andra jourer som inte är anslutna till riksförbunden märkt av vilket är oroande då avsaknaden av en välkänd samlingsportal försvårar för stödsökanden att hitta tillgängligt stöd. Risken är att ett fåtal jourer blir överbelastade med resultatet att stödsökande hamnar i kö.

Vi har under 2021, som en krisåtgärd, tillsatt stora extra resurser på marknadsföring vilket har gett goda resultat och sedan sommaren har vi sett en återhämtning i antal stödsökande (läs mer under rubriken *Marknadsföring*). De extra resurser vi budgeterade för planerades att tas ur vår buffert vilket inte är hållbart i längden, det planerades som en engångsåtgärd under 2021. Det ekonomiska resultatet för 2021 hamnade nära ett nollresultat trots att vi använde hela den extra marknadsföringspotten, vilket innebär att vi inte har behövt använda våra buffertpengar.

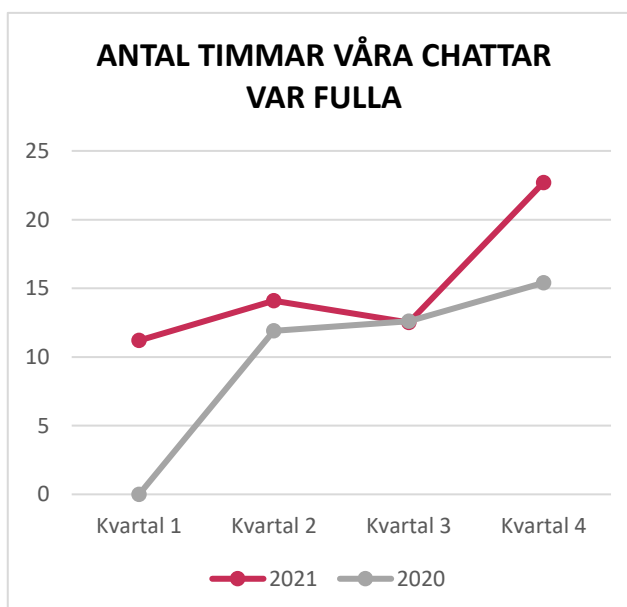
CHATTBELÄGGNING

I vårt chattverktyg anger våra jourare hur många chattar de kan ha igång samtidigt, vår rekommendation är högst tre. När alla jourares möjliga chattsamtal är upptagna så kan ingen ny stödsökande chatta med oss.

Diagrammet till höger visar hur många timmar per kvartal som vår chatt har varit full under våra öppettider. Vi började använda vårt nuvarande chattverktyg i april 2020, därav avsaknad av statistik från första kvartalet i 2020.

Totalt var vår chatt full 60 timmar och 25 minuter under 2021. 2020 (april-dec) var vår chatt full 39 timmar och 54 minuter.

Denna tid skulle kunna minskas om vi hade mer resurser i form av fler jourare vilket i sin tur kräver resursökningar i antal anställda, lokal etc.



DETALJERAD STATISTIK

Siffrorna i tabellen nedan visar hur många gånger som olika ämnen kommit upp i våra samtal. Vi registrerar ofta flera olika ämnen för ett och samma samtal. Exempelvis har olika typer av psykisk ohälsa registrerats 704 gånger, det innebär inte att 704 av våra stödsamtal handlat om psykisk ohälsa. Ett samtal kan handla om t.ex. skuld/skam, ätstörningar och suicid varpå alla tre registreras och räknas in under psykisk ohälsa.

KONTAKTEN HANDLADE OM	2021	2020	2019	2018
<i>Grupperat</i>				
Psykisk ohälsa, inkl. självskada	704 (-37%)	1122 (-42%)	1923 (+35%)	1422
Annan ohälsa*	84 (-25%)	112 (-25%)	150 (+74%)	86
Sexuellt våld	66 (-60%)	164 (-60%)	415 (+19%)	349
Våld (utöver sexuellt våld)	69 (-50%)	138 (-51%)	284 (+100%)	142
Kroppen	157 (-38%)	253 (+16%)	219 (+31%)	167
Sexualitet och identitet	166 (-42%)	285 (+2%)	280 (+74%)	161
Relationer (partners, vänner, familj)	366 (-25%)	489 (-8%)	530 (+13%)	468
Annat**	539 (-14%)	624 (+45%)	429 (+34%)	320

*Här ingår även köns- och kroppsdyssfori som kan handla om både psykisk och fysisk ohälsa.

**Siffrorna har justerats neråt för 2020 och bakåt då kategorin "Kroppen" av misstag även varit inräknat i kategorin "Annat".

Psykisk ohälsa och relationer är de ämnen som är mest förekommande. Tidigare år har sexuellt våld och annat våld (hopräknat) varit ett av de vanligaste ämnena men 2021 har samtal om våld minskat med ca 50–60%. Av de stödsökande som är utsatta för våld är sexuellt våld vanligast, det står för 66 av totalt 135 registreringar (49%).

Det är inte bara samtal om våld som minskat i antal. Vi ser en minskning över samtliga teman vilket till största delen är en naturlig procentuell minskning då antalet stödåtgärder totalt minskade med 40% 2021 jämfört med 2020 (se förra tabellen). Dock har samtal om våld minskat betydligt mer procentuellt än övriga teman. Det är svårt att säga vad den stora nedgången just på temat våld beror på. Det skulle kunna bero på en mängd olika saker, exempelvis brist på synlighet för vår målgrupp på grund av pandemin, att det är svårare för stödsökande att ta kontakt när familj eller vårdnadshavare är hemma hela tiden eller kanske minskade sociala kontakter som kan ha lett till minskad våldsutsatthet.



Bilder från vårt Instagramkonto

Statistiken fortsätter på nästa sida

KONTAKTEN HANDLADE OM	2021	2020	2019	2018
VÅLD - detaljerat				
Grooming	0	1	1	1
Hot/Förföljelse	5	9	21	21
Incest	1	9	44	41
Mobbning	10	13	10	10
Spridning av bilder/film mot ens vilja	2	4	2	2
Sexuella trakasserier	7	14	14	17
Sexuella övergrepp	34	78	151	157
Sex mot ersättning	3	15	23	14
Sexuellt självskadebeteende	2	4	14	9
Fysiskt våld	14	37	91	40
Psykiskt våld	15	38	81	25
Verbalt våld	10	19	24	20
Socialt våld	3	5	32	7
Ekonomiskt våld	1	0	3	2
Materiellt våld	1	2	6	3
Våldtäkt	19	43	168	111
Hedersrelaterat våld	3	1	2	1
Våld mot anhörig/närstående/annan	4	6	7	10
Våld mot djur	0	1	0	0
Annat våld	1	3	5	0

I tabellen ovan beskrivs mer detaljerat innehållet i kategorin *Våld*. Innehållet i denna tabell var uppdelad i två grupperade kategorier i den tidigare grupperade tabellen; *Sexuellt våld* samt *Våld (utöver sexuellt våld)*.

Utifrån tabellen ser vi nedgångar på alla ämnen utom hedersrelaterat våld och ekonomiskt våld. Antalsmässigt har ämnena våldtäkt, sexuella övergrepp, fysiskt våld och psykiskt våld minskat mest. Procentuellt sett har incest, sex mot ersättning, fysiskt våld, psykiskt våld minskat mest (här har ämnena som har 5 eller färre registreringar 2021 och 2020 inte räknats in då siffrorna är så låga).

Då en stödsökande utsatts för våld fyller vi om möjligt även i statistik kring förövare och var våldet skedde. Av den statistiken framgår att förövaren i 74% av fallen var en kille/man, att det i 95% av fallen var någon som stödsökande känner och att våldet i 80% av fallen skedde inomhus på en plats där en ska känna sig trygg (sitt eget eller annans hem, skola eller jobb).



Vågade du inte säga nej?



Är du rädd för din partner?

Bilder från vårt Instagramkonto.

Statistiken fortsätter på nästa sida

KONTAKTEN HANDLADE OM	2021	2020	2019	2018
OHÄLSA - detaljerat				
Ensamhet*	87	122	173	172
Fysisk ohälsa	18	44	67	29
Köns-kroppsdysfori	16	17	11	7
Låg självkänsla*	70	84	130	105
Nedstämdhet*	140	231	320	267
Närståendes ohälsa	17	10	24	17
Otrygghet*	44	80	134	77
Eget missbruk*	6	16	49	9
Närståendes missbruk	5	8	12	7
Skuld/skam*	63	93	169	120
Stress*	53	75	88	61
Sorg*	14	25	80	28
Självska debeteende*	27	46	99	71
Suicid*	31	89	243	173
Ångest*	132	215	365	296
Ätstörningar*	37	46	73	43
Annan ohälsa	28	33	36	26

*Denna kategori är medräknad i kategorin "Psyisk ohälsa, inkl. självskada" i tabellen med grupperade siffror

I tabellen ovan beskrivs mer detaljerat innehållet i kategorin *Ohälsa*.

Utifrån tabellen ser vi nedgångar på alla ämnen utom närståendes ohälsa. Antalsmässigt har kategorierna nedstämdhet, ångest, suicid och otrygghet minskat mest. Procentuellt sett har suicid, eget missbruk, fysisk ohälsa och otrygghet minskat mest.

ENKÄT TILL STÖDSÖKANDE

I vårt chattverktyg finns en frivillig integrerad enkät som stödsökande kan svara på efter avslutat chattsamtal. Genom enkäten kan våra stödsökande tycka till om hur de upplevde kontakten med oss. Tanken med enkäten är att de inkomna svaren ska ligga till grund för intern feedback och eventuella förbättringar.

Stödsökande har kunnat ge 1–5 stjärnor för att visa vad de tyckte om samtalet, där 5 stjärnor är högsta betyg.

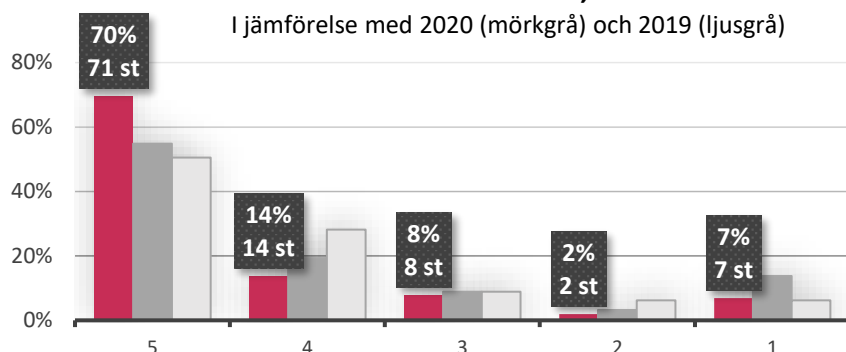
Under 2021 fick vi in 102 svar vilket motsvarar 14% av de totala chattsamtalen. Se resultat i diagrammet samt några av stödsökandes fritextsvar i pratbubblorna på nästa sida. Den vanligaste kommentaren när stödsökande har gett 1 eller 2 stjärnor är tekniska problem eller att de upplevt våra svar i chatten som långsamma.

Stödsökande som erhöll regelbundet stöd fick möjligheten att fylla i en enkät efter avslutad kontakt. 3 av 5 stödsökande svarade. Frågorna besvarade genom att klicka in det svar som stämmer bäst på en skala. Samtliga gav högsta betyg på följande frågor:

- Hur nöjd är du med den stödperson som du blev tilldelad? Tänk utifrån hur du känt att du blivit bemött och hur din stödperson varit mot dig. (Alternativet "Jättenöjd" var högst).
- Hur mycket stöd fick du med de känslor/problem som gjorde att du sökte en stödperson hos oss? (Alternativet "Jättebra stöd" var högst).

ANTAL STJÄRNOR STÖDSÖKANDE GAV SAMTALET, 1-5:

I jämförelse med 2020 (mörkgrå) och 2019 (ljusgrå)



"Det kändes väldigt bra. Jag lyssnades på och kunde dela med mig om det jag ville."

"Skönt att anonymt kunna bolla sina tankar med någon som man vet inte kommer döma över huvud taget."

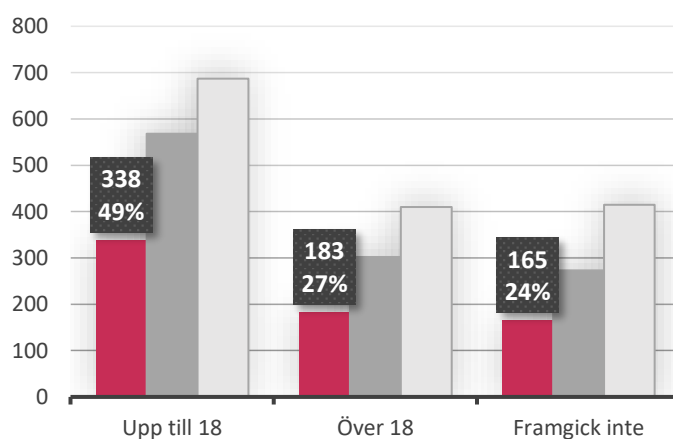
"Första gången jag skrev men det va så skönt. Beträffande och lugnande. Ni gör ju ett så fint jobb <3"

ÖVRIG STATISTIK

Följande diagram visar åldern på våra stödsökanden (efter vad vi tror) samt våra jourares upplevelse av huruvida stödsökande stärktes av kontakten med oss.

ÅLDER STÖDSÖKANDE 2021:

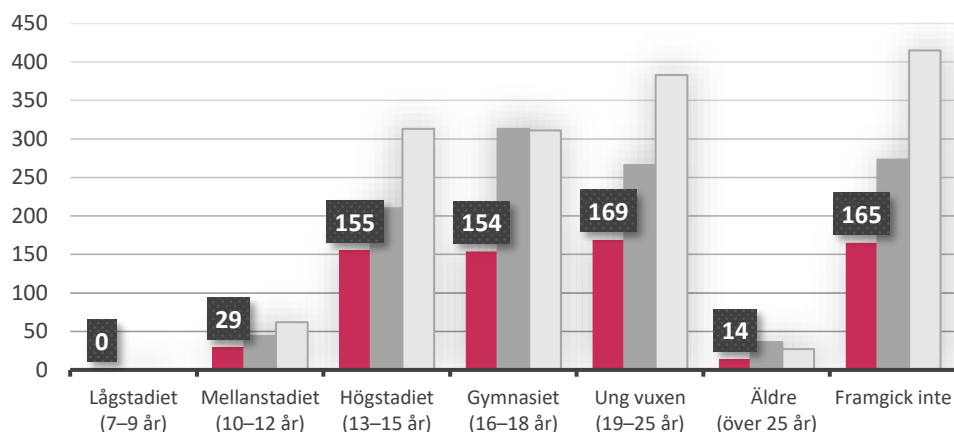
I jämförelse med 2020 (mörkgrå) och 2019 (ljusgrå)



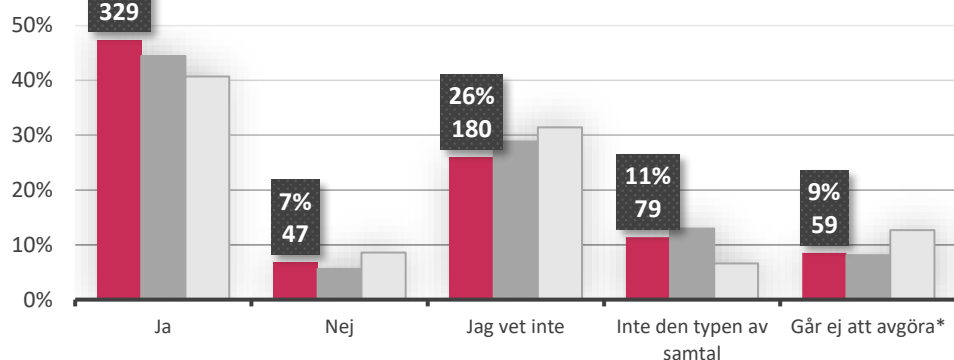
Statistiken fortsätter på nästa sida

ÅLDER STÖDSÖKANDEN 2021, DETALJERAT:

I jämförelse med 2020 (mörkgrå) och 2019 (ljusgrå)

**STÖDSÖKANDE STÄRKTES 2021:**

I jämförelse med 2020 (mörkgrå) och 2019 (ljusgrå)



*Går ej att avgöra på grund av envägskommunikation

JOURJURIST

Sedan september 2019 samarbetar vi med Rebecca Mueller som är Uppsala tjej- och transjour egen jourjurist. Rebecca är biträdande jurist på advokatfirman Thomas Bodström. Hon har tidigare varit jourare i Uppsala tjej- och transjour och har även arbetat på Uppsala kvinnojour. Vi har som rutin att ge vår jourjurist grundläggande transkunskap.

Jourjuristen tar via mejl och telefon emot frågor och funderingar från stödsökande som är utsatta för brott, samt lämnar kostnadsfri juridisk rådgivning. Hon stöttar också våra jourare vid juridiska frågeställningar och håller i juridikpasset vid utbildningar av nya jourare.

Rebeccas kompetens och engagemang skapar en trygghet för våra jourare. Våra stödsökande i behov av juridisk rådgivning får ett bra bemötande när de kontakter henne. Under 2021 hade Rebecca 11 kontakter varav 6 rörde utsatthet för sexuellt våld.

**Fråga jourjuristen**

Rebecca Mueller är Uppsala tjej- och transjourns egen jurist. Hon ger dig gratis juridisk rådgivning. Ingen fråga är för stor eller för liten! Rebecca nås på mejlen jurist@uppsalattj.se.

FÖREBYGGANDE OCH UTÅTRIKTAT ARBETE

Under 2021 har vi fortsatt satsa på vårt utåtriktade arbete. Vi har trygghetsvandrat i Uppsala city, hållit i feministiskt självförsvar på fritidsgårdar, uppmärksammat temadagar och hållit i utbildningar. Vi har anordnat egna evenemang och medverkat på andras, i fysisk form när det har varit möjligt men i stor utsträckning i digital form. Genom vårt utåtriktade arbete jobbar vi för att motverka sexuellt våld och skadliga normer gällande sex och relationer, men vi skapar också personliga relationer med vår målgrupp.

En stor del av det förebyggande arbetet organiseras genom olika grupper inom jouren som leds av den anställda informatören. Skolpassen utförs till största del av informatören. De jourare som håller i skolpass eller feministiskt självförsvar utbildas internt först.

SKOLPASS OM ÖMSESIDIGHET, SAMTYCKE OCH SEXUELLT VÅLD

Vi har under vår- och höstterminen erbjudit skolor i Uppsala med omnejd skolpass i form av en workshop på två timmar. Workshopen har temat samtycke och ömsesidighet i sexuella situationer, samt sexuellt våld. Skolpassen har erbjudits gratis till alla niondeklassare och gymnasieelever. Vi har riktat workshopen till alla ungdomar oavsett kön. Under året har även digitala skolpass erbjudits. Vissa perioder har det erbjudits parallellt med fysiska skolpass, men när smittspridningen av covid-19 har varit hög har vi bara erbjudit digitala skolpass. Detta innebär att alla skolpass under vårterminen hölls digitalt.

Syftet med skolpassen är att skapa förändring genom fakta, öppna samtal och interaktiva reflektionsövningar. Målet är att förebygga sexuellt våld genom att få ungdomar att förstå och reflektera kring ömsesidighet och det egna ansvaret att alltid försäkra sig om sin/sina sexpartners samtycke. Passen syftar även till att lyfta bort skulden från den som blir utsatt och istället lägga skulden på förövaren.

Under skolpassen reflekterar vi tillsammans med eleverna kring ömsesidighet och samtycke och hur detta i praktiken genomförs. Vi definierar och reflekterar kring vad sexuellt våld är och ger statistik på vem det är som utsätter/blir utsatt. Vi informerar om hur lagstiftningen ser ut, hur en polisanmäler och vilken övrig hjälp som samhället kan ge.

Skolpassen har i år varit mycket eftertraktade och vi har både under vår- och höstterminen blivit fullbokade. Vi har behövt avböja ett flertal förfrågningar. Under höstterminen blev dessvärre sammanlagt åtta skolpass inställda med kort varsel, ibland av skolorna av olika skäl och ibland på grund av sjukdom hos informatören.

Under 2021 slutade vi erbjuda storföreläsningar, dvs föreläsningar då vi träffade flera klasser på en och samma gång. Detta då vi anser att de elever som deltar på storföreläsningar inte får samma kvalitet på lektionerna som elever som får delta klassvis i skolpassen.

I samband med skolpassen har ungdomarna gjort en skriftlig utvärdering. I utvärderingen, se tabell på nästa sida, har ungdomarna svarat på frågor där de fått uppge sina svar enligt en skala från 1–6. Tabellen visar sammanslagen statistik för både de digitala och fysiska skolpassen.

Vår informatör Hanna-Li Liljehag efter ett skolpass.



SKOLPASS ÖMSESIDIGHET/SEXUELLT VÅLD	2021	2020	2019
Antal genomförda skolpass	60	44	51
- Varav i niondeklasser	36	28	28
- Varav i gymnasieklasser	24	16	22
- Varav digitala skolpass	34	11	-
Antal elever som deltagit i skolpass	1298	1026	1133
Antal elever som deltagit i storföreläsningar	*	500	380
Antal skolor	16	14	19

UTVÄRDERINGSRESULTAT SKOLPASS:

Vi redovisar de som valt 5 eller 6 på en skala från 1–6

Antal ifyllda utvärderingar	1085 (84%)	658 (64%)	813 (72%)
Angav att lektionen var mycket bra	61%	63%	63%
Angav att lektionen gett dem bra kunskap om:			
- Ömsesidighet	74%	73%	73%
- Ja- och nejsignaler	77%	81%	76%
- Sexuellt våld	76%	81%	77%
- Var gränsen för övergrepp går	75%	78%	77%
Angav att det vi pratat om kommer påverka hur de agerar i framtiden**	69%	73%	-

* Erbjuds inte från 2021

** Ny fråga med start hösten 2020

REFLEKTIONER KRING UTVÄRDERINGSRESULTATEN

Under 2021 har vi nått ut till fler högstadieskolor än 2020 och 2019, vilket har påverkat resultaten av utvärderingarna då högstadieelever generellt ger lektionen lägre betyg än vad gymnasieelever gör. Vi tror att orsaken till detta till viss del beror på mognad, då diskussionerna i högstadielklasser ofta är kortare och mer grundläggande än diskussionerna i gymnasieklasserna, som ofta är djupgående och mer analytiska.

Vi har även sett att i de klasser där eleverna har god tidigare kunskap om ämnet så anser de att det vi pratat om inte kommer att påverka deras framtida agerande i lika hög grad som i klasser där informationen var ny för många. Flertalet elever brukar då skriva till en kommentar bredvid den frågan om att den låga siffran är på grund av att de redan agerar på detta sätt idag.

I utvärderingen har vi även ställt frågan "Vad tycker du har varit bra?" och här är några svar:

"Att få diskutera olika scenarion i grupp och att få höra andras åsikter. Jag hade antagligen inte fått chansen till det annars. Tack <3"

"Det var tydligt, viktigt, intressant, tryggt och kul att lära sig."

"Att vi gick igenom vad som är okej och inte. Speciellt med situationer man skulle kunna befinna sig i verkligheten"

"Det juridiska hade jag ingen aning om så det var bra att få lära sig."

"Jag gillade gruppdiskussionerna för då fick man en chans att samla tankarna och få idéer från varandra. Det var en väldigt informativ lektion och det vi snackade om kändes viktigt."

"Att vi pratade om gränser mellan samtycke och våldtäkt."

Här är några av svaren för de digitala passen. "Vad tyckte du var bra med lektionen?"

"Att det var bra med exempel med samkönade par. Det var inkluderande överlag. Bra med mentimeter och att diskutera för att få variation. JÄTTEBRA att man får ställa frågor!! Skulle verkligen rekommendera denna föreläsning till andra! Svinbra med förhållningsregler, älskar att det var nolltolerans mot hat, såklart det ska vara det!! Älskar även hur lätt Hanna hade för ämnet och hur kunnig hon var, inga problem med "obekväma" frågor och blev inte likt vissa lärare alldeles röd när ord som kuk och fitta yttras :)"

"Bra med variation för att bibehålla intresse hos lyssnaren. Viktigt ämne som presenteras på ett övergripligt sätt med hänsyn till tiden. Tack!"

"Att de tog upp väldigt mycket information om varje ämne på ett bra teoretiskt sätt."

"Har du några reflektioner kring att föreläsningen var digital? Vad funkade bra, vad funkade mindre bra i denna form?"

"Tyckte att det var bra då man kunde vara lite mera anonym om man känner att det är ett pinsamt ämne att prata eller när någon pratar om det."

"Det fungerade ju bra med t.ex. menti.com och att man kunde klicka mellan olika sidor, men det är säkert enklare att diskutera om man ses i person."

"Allt funkade perfekt."

"Mentimeter och diskussion osv var jättebra! SVINBRA att kunna ställa frågor anonymt, det borde även försökas hittas sätt att göra i klassrummet (om det inte redan finns)!"

UTVECKLING OCH FÖRBÄTTRINGAR AV SKOLPASSET

Vi har förbättrat och utvecklat innehållet i skolpassen kontinuerligt under året med hjälp av ungdomarnas kommentarer i utvärderingarna och våra egna erfarenheter av att hålla i passen. De förbättringar som har gjorts i år är främst att vi har reviderat och skalat ned informationen i passen för att de viktigaste frågorna ska få mer tid att diskuteras och fördjupas, samt för att det inte ska bli stressigt. Detta är baserat på att många utvärderingar har påpekat behovet av en bättre tidsplanering.

Vidare har rutinerna kring bokning, säkerhet, stöd till elever och statistikföring förbättrats. Vi har även förbättrat informationsinhämtningen från skolorna inför skolpass vilket bland annat innebär att passen bättre kan anpassas till de enskilda klasserna. De kan bli tillgängligare för elever med NPF och extra pauser erbjuds när det finns behov av det.



Vi har under året fortsatt arbeta med projektet att utveckla skolpass på samma tema för särskoleklasser för årskurs nio och gymnasieklasser. I utformningen av detta har samarbetet med projektledarna för *Alla!*-projektet fortsatt för att säkra att materialet blir anpassat till målgruppen (läs mer under rubriken *Samarbeten 2021*). *Alla!* är ett samarbete mellan Föreningen Fyriskgården och Fredens Hus. De arbetar med att stärka rättigheterna för personer med funktionsnedsättning.

Bild från vårt Instagramkonto.

FLER JOURARE TILL SKOLPASSEN

Fler jourare har internutbildats i att hålla skolpass och har under 2021 vid ett par tillfällen hållit i delar av skolpassen. Utbildningen består av två genomgångstillfällen samt ett "studiebesök" då jouraren är med och observerar ett skolpass utan att själv hålla någon del av passet.

FÖRELÄSNING OM SEXUELLA TRAKASSERIER

Vi har hållit vår föreläsning om sexuella trakasserier för skolpersonal, fritidsledare och lärarstudenter vid ett tillfälle.

Fokus ligger på hur skolpersonalen eller fritidsledarna ska kunna bemöta och förebygga sexuella trakasserier i skolan och i fritidsverksamheter.

Detta år var det endast lärarstudenter som bokade föreläsningen vilket vi tror beror på att skolor har haft annat att fokusera på under pandemin. Föreläsningen genomfördes digitalt.

Utvärderingsresultaten kan ses i tabellen på nästa sida. I pratbubblan står några citat från utvärderingarna.

"Tydligt, bra med så många råd om vad konkret man kan göra och tydligt varför det är viktigt!"

"Väldigt konkret som visar på hur vi som lärare kan och bör arbeta"

"Konkret och bra information, även för mig som ska jobba i förskola."

FÖRELÄSNING SEXUELLA TRAKASSERIER	2021	2020	2019
Antal genomförda föreläsningar	1	2	7
- Varav grundskolor	-	-	4
- Varav gymnasieskolor	-	-	1
- Varav övriga (lärarstudenter, fritidsledare)	1 - digitalt	2 - digitalt	1
- Varav öppen för alla	-	-	1
Antal åhörare	16	86	214

UTVÄRDERINGSRESULTAT:

Vi redovisar de som valt 5 eller 6 på en skala från 1–6

Antal ifyllda utvärderingar	16 (100%)	31 (36%)*	179 (84%)
Angav att föreläsningen var mycket bra	88%	97%	92%
Angav att de lärt sig mer om sexuella trakasserier	88%	70%	74%
Angav att de fått konkreta verktyg för att kunna bemöta sexuella trakasserier	75%	90%	77%
Angav att det efter föreläsningen är större chans att de ingriper mot sexuella trakasserier	81%	81%	77%

* Denna siffra är betydligt lägre än andra år då det varit svårare att få deltagare på de digitala föreläsningarna att fylla i en utvärdering.

SPECIALUTFORMADE FÖRELÄSNINGAR OCH SKOLPASS

Under verksamhetsåret har vi hållit i tre specialutformade skolpass. Ett av dessa skedde digitalt för en klass på Jensengymnasiet. Det hade samma grund som passet om samtycke, ömsesidighet och sexuellt våld men hade extra fokus på sexuella trakasserier och hur en kan ingripa eller agera om det förekommer. De andra två hölls i halvklass för en årskurs åtta på Vaksalaskolan. Det handlade om normer, kränkningar och vänskap.

Vi har även fått flera förfrågningar om skolpass på tema trans, könsidentitet och sexualitet från både skolpersonal och elever. Dessa förfrågningar har vi tyvärr behövt avböja på grund av resursbrist.

På förfrågan från ett säkerhetsföretag höll vi ett halvdagsspass om trans och bemötande för ordningsvakter. Passet gick igenom begrepp, transpersoners hälsa, normmedvetenhet, bemötande samt situationer och problem som kan uppstå i deras arbete i relation till tvåkönsnormen och cisnormen. I pratbubblan står några citat från utvärderingarna.

"Otroligt informationsrikt. Väldigt bra förklarat. Viktigt!! Tack för en väldigt bra och pedagogisk föreläsning."

"Intressant och ny information. Bra att lära sig hantera olika situationer."

FEMINISTISKT SJÄLVFÖRSVAR

Under 2021 har vi erbjudit kostnadsfria pass i feministiskt självförsvar när pandemin har tillåtit det. Passen har hållits av en grupp volontärer som är utbildade instruktörer i feministiskt självförsvar. Vi har erbjudit ett tjejseparatistiskt pass och ett HBTQIA+ separatistiskt pass.

Under året har två pass i hållits för tjejer på olika fritidsgårdar. Vi har även hållit i ett specialpass för HBTQIA+-ungdomar på Café Colorful. Det skedde digitalt på grund av pandemin och deltagarna fick därför främst ta del av de teoretiska delarna av passet. Deltagarna fick därför inte fylla i någon utvärdering.

Utvärderingsresultaten kan ses i tabellen på nästa sida.

FEMINISTISKT SJÄLVFÖRSVAR	2021	2020*	2019
Antal genomförda pass	3	-	3
- Varav fysiska	2	-	3
- Varav digitala	1	-	-
Antal deltagare i de fysiska passen	27	-	36**
Antal deltagare i det digitala passet	4	-	-

UTVÄRDERINGSRESULTAT FÖR DE FYSISKA PASSEN:

Vi redovisar de som valt 5 eller 6 på en skala från 1–6

Antal ifyllda utvärderingar	22 (81%)	-	36(100%**)
Angav att självförsvarspasset var mycket bra	91%	-	92%
Angav att övningarna var lätta att förstå	86%	-	97%
Angav att de kände sig trygga under passet	100%	-	100%
Angav att de lärt sig saker de kan använda utanför passet	100%	-	89%
Angav att de lärt sig nya saker	96%	-	83%

*2020 hölls inga pass på grund av pandemin.

**Statistiken från 2019 är baserad på utvärderingar och vi har inga siffror på hur många som deltog utöver det antal som besvarade utvärderingarna.

I utvärderingen har vi även ställt frågan "Vad tycker du har varit bra?" och här är några svar:

"Allt var bra!"

"Att man får mer kraft när man skriker"

"Allt!"

"Att jag lärde mig skrika från magen. NEJ! NEJ! NEJ!"

"Juridik-pratet"



Två av våra instruktörer i feministiskt självförsvar.

INFORMATION PÅ EVENEMANG OCH I SKOLOR

Vi har inte kunnat delta på evenemang och informationstillfällen i lika stor utsträckning som tidigare år på grund av pandemin. De tillfällen vi deltagit har varit under perioder där smittspridningen varit låg eller så har det skett digitalt:

- Vi har hållit i ett digitalt informationsbesök för Rosendalsgymnasiet.
- Vi deltog under Kulturhuset Grands evenemang "Vi måste prata". Evenemanget firade 100 år av allmän och lika rösträtt. Där presenterades vår organisation strax innan en föreläsning av Mia Mulder på temat "Transpersoner som syndabock." Evenemanget livestreamades även och det var många som såg livestreamen.

SEPARATISTISKA TRÄFFAR

På grund av pandemin har vi inte kunnat delta fysiskt på Grands HBTQ-häng Café Colorful som planerat. Däremot har vi, som nämnt under rubriken "Feministiskt självförsvar", kunnat hålla ett digitalt specialpass i feministiskt självförsvar. Detta var separatistiskt för unga HBTQIA+-personer. Vi har även hållit separatistiska pass i feministiskt självförsvar för tjejer vid två tillfällen, även detta går att se i ovannämnda rubrik.

Vi har under året erbjudit separatistiska tjej- och transgrupper när de gått att genomföra på ett säkert sätt ur smittorisksynpunkt. Vi har vid ett tillfälle hållit en tjejgrupp för en klass i årskurs 7. Orsaken till tjejgruppen var en pågående konflikt mellan två grupperingar i klassen. Under tjejgruppen pratades det om respekt, vänskap och systerskap. Deltagarna var enligt skolpersonal "supernöjda med träffen".

EGNA EVENEMANG

Med anledning av 8 mars, **Internationella Kvinnodagen**, organiserade jouren en temavecka på **tema abort** i samarbete med RFSU Uppsala och Amnesty Uppsala Kvinnorättsgrupp. Under temaveckan lades filmer på temat abort upp i facebookevenemanget och på alla tre



organisationers sociala medier med fakta, personliga berättelser och spoken word. Filmerna visades totalt 1402 gånger på vår Instagram och hade en räckvidd på drygt 2900 personer på vår Facebooksida. Vi anordnade även ett digitalt quiz i sociala medier. Quizet hade ca 30 deltagare och vinnarna fick priser skickade till sig.

Under **Transgender Awareness Week** höll vi i två evenemang för att synliggöra veckan. Det ena evenemanget var en **föreläsning** på Kulturhuset Grand med den queera fotografen och transaktivisten **Freja Lindberg**. Det kom cirka 25 personer i blandade åldrar. Föreläsningen handlade om ickebinärhet i en binär värld, om identitet, transaktivism och konstnärsskap. Det andra evenemanget var en **quizkväll** på tema trans. Tyvärr var det få personer som deltog i quizet.



ÖVRIGT

I samarbete med Uppsala Kvinnojour har vi uppmärksammat **Pride** med tre **videos i sociala medier**. Två av filmerna är på vår informatör Hanna-Li Liljehag där hon pratade om vår verksamhet och om minoritetsstress. Den tredje videon har Uppsala Kvinnojour spelat in och där presenterades deras verksamhet och det stöd de kan erbjuda. Videoklippen delades på våra och Uppsala Kvinnojours sociala medier.

Vid två tillfällen har flera jourare gått **trivselvandringar** i Uppsala city. Initiativet togs av Uppsala ungdomsjour och var ett samarbete mellan kommunen, Svenska kyrkan, ordningsvakter och olika ideella föreningar, däribland vår jour. Under vandringarna tillfrågades tjejer och andra ungdomar om tryggheten i city. Trivselvandringarna har pågått under våren och hösten.

OPINIONSBILDNING

MEDVERKAN I MEDIA

Uppsala tjej- och transjour har under året deltagit i radio, tidningar och livestreams på sociala medier där vi fört fram tjej- och transperspektivet i olika viktiga ämnen. Vi har kunnat synliggöra tjejers och unga transpersoners situation samt nått ut till vår målgrupp och andra med information om vår verksamhet.

Radio

- Med anledning av vår **temavecka om abort** i samband med Internationella kvinnodagen 8 mars intervjuades vår informatör Hanna-Li Liljehag i **P4 Upplands morgonprogram**. [Länk till intervjun](#).
- Vår samordnare Chris-Emelie Denstedt berättade om vår **satsning på regelbundet stöd i P4 Upplands morgonsändning**. [Utdrag ur inslaget](#).
- **Studentradions** program Terapitimmen sände ett avsnitt på temat *Att leva i ett patriarkat* där vår samordnare Chris-Emelie Denstedt deltog och berättade om jourens verksamhet och **vad vi möter i vår stödverksamhet**. [Länk till programmet](#).

Tidning och webb

- Lokaltidningen UNT uppmärksammade i ett helt uppslag vad **nedläggningen av tjejjouren.se** har fått för konsekvenser för oss och andra jourer som inte är med i något av riksförbunden Roks och Unizon. Publicerades även på webben.

Sociala medier

- Vår samordnare Chris-Emelie Denstedt deltog på Grön Ungdoms Instagram live på temat **killars våld mot tjejer**. Ett 20 minuter långt livesamtal med språkröret David Ling om våld, normer och vad som behöver göras för förebyggande arbete.



INTERNT ARBETE

Jourarna har varannan vecka haft **möten för planering, fortbildning och handledning**. Utöver jourmötestid har jouren haft arbetsgrupper som arbetat med specifika frågor och utåtriktat arbete så som skolpass, Transgender Awareness Week och Internationella kvinnodagen.

Under hösten har vi kunnat ha fysiska möten igen, tack vare sponsring av stor möteslokal hos Clarion Collection Hotel i Uppsala. Detta har uppskattats mycket av jourarna.

MEDLEMSVÅRD

Jourarna genomför många svåra samtal i stödverksamheten, vilka är viktiga att få möjlighet att ventileras. Tillfälle till detta finns under våra regelbundna möten eller genom att kontakta anställd samordnare eller journalsyskon mellan mötena. Utöver detta har jourarna under året haft möjlighet att få **handledning** i grupp av en legitimerad psykolog där det också getts verktyg för att kunna hantera svåra samtal. Handledning har erbjudits minst en gång per termin. Vid behov har även **akut handledning** erbjudits till jourare.

Jourarna har fått fylla i **enkäter** om hur de upplever sitt arbete och sin arbetsbelastning i jouren. Svaren från enkäterna har sedan legat till grund för styrelsens utvecklings- och förbättringsarbete. Jourens **heltidsanställda** har haft **medarbetarsamtal** med en styrelserepresentant två gånger under året och erbjudits **handledning** av legitimerad psykolog. Under 2021 har anställda erbjudits handledning flera gånger per termin på grund av arbetssituationen under pandemin.

Under året har styrelsen och jouren haft gemensamma träffar i form av en digital **sommaravslutning**, en **medlemsvårdskväll** där vi samlades för att få ha roligt tillsammans med aktiviteter som lasergame och bowling samt en **julavslutning**.

MARKNADSFÖRING

Vi har försökt nå ut till så många tjejer och unga transpersoner som möjligt i Uppsala län genom att vara aktiva på sociala medier, delta i evenemang samt affischera och dela ut informationsfoldrar på relevanta ställen.

Under 2021 har vi satsat extra mycket på marknadsföring för att nå ut till stödsökande med anledning av nedstängningen av tjejjouren.se och dess negativa effekt på antal stödsökanden som hittade till vår stödverksamhet.

ANNONSERING

Vi har, i jämförelse med tidigare år, storsatsat på annonsering i sociala medier med fokus på Snapchat och Instagram, men även på Facebook och Tiktok. Vi har främst marknadsfört en animerad video (se bild) om vår stödverksamhet som Ludvig Martinsson i början av året gjorde gratis till oss som en del av hans utbildning på Hyper Island. En del av annonseringsbudgeten har gått till en gemensam kampanj med andra fristående jourer där hemsidan ungasjourer.se har marknadsförts (läs mer om hemsidan under rubriken *Samarbeten och nätverk*).

I övrigt har vi också annonserat om att vi söker nya jourare, om våra evenemang (temavecka abort i samband med Internationella kvinnodagen, föreläsning och quiz under Transgender Awareness Week) samt om möjligheten att kandidera till styrelsen.



Vi har också sedan mars annonserat på Google Adwords, vilket vi kan göra gratis genom vårt medlemskap i Google for Non Profits. Vid sökning på relevanta sökord kommer sponsrade länkar upp med information om vår stödverksamhet. Under året har vår annons visats 7430 gånger och klickats på 775 gånger.

Instagram och Facebook

- 2943 länkklick
- 1 015 313 visningar
- Nådde 282 507 personer

Snapchat

- 11 373 swipe ups
- 1 025 333 visningar...
- ...varav 55 153 var kvalificerade*

*Visningar där annonsvideon visades i minst två sekunder

SOCIALA MEDIER OCH VÅR HEMSIDA

Vi har arbetat aktivt med våra sociala medier och under vårterminen hade vi en vikarierande informatör som kunde fokusera extra på sociala medier. Fokus låg framför allt på att producera regelbundna inlägg på Instagram med informerande texter gällande olika teman såsom våld, psykisk ohälsa och könsidentitet.

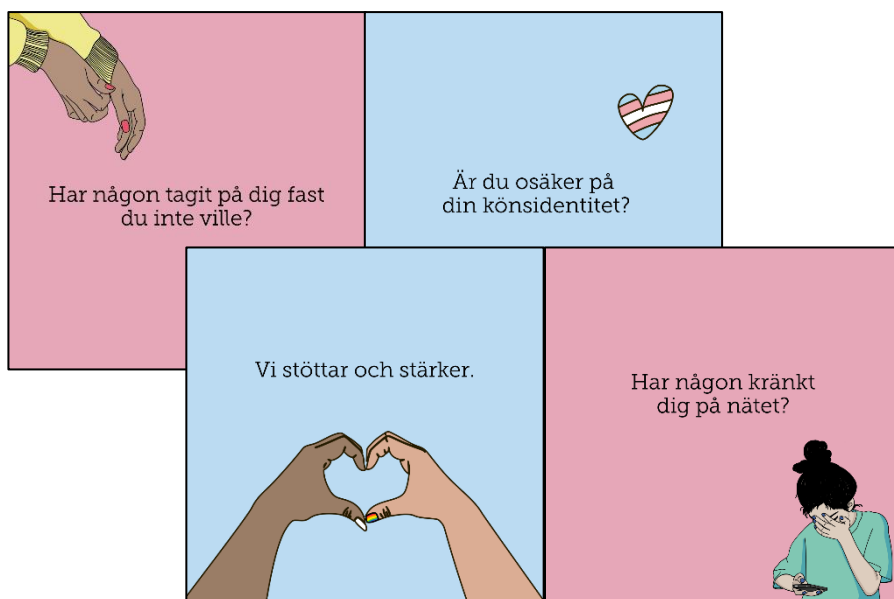
Sammanlagt under året har vi gjort 73 inlägg på Facebook, 80 inlägg i flödet på Instagram och 78 unika stories på Instagram (vi har räknat bort stories där vi meddelar att chatten är öppen och direkta reposts) – totalt 231 inlägg. Vi har även arbetat med Snapchat men där kan vi tyvärr inte se vår historik.

Vi har även fått stor spridning om vår stödverksamhet och om hemsidan ungasjourer.se genom att be organisationer och personer på Instagram om delning, vilket många gjorde.

SOCIALA MEDIER	2021 (dec)	2020 (dec)	2019 (dec)	2018 (dec)	2017 (dec)
Följare Facebook	2356 (+2%)	2308 (+9%)	2117 (+6%)	1998 (+14%)	1752 (+22%)
Följare Instagram	1502 (+8%)	1388 (+12%)	1234 (+11%)	1113 (+19%)	936 (+79%)
Följare Snapchat	*	*	*	*	*

*Ingen uppgift. Det går inte att se antal följare på Snapchat.

VÅR HEMSIDA	2021	2020	2019
Antal besök	17776 (+138%)	7456 (-5%)	7847
- Varav nya	91,9%	87,9%	90,5%
- Varav återkommande	8,1%	12,1%	9,5%
Användare från:			
- Mobiltelefon	83,4%	66,9%	66,2%
- Dator	15,4%	30,7%	27,7%
- Surfplatta	1,1%	2,3%	6,1%



Exempel på inlägg från vårt Instagramkonto.

ÖVRIGT

Den animerade filmen om vår stödverksamhet har sedan mars kunnat ses i väntrum på regionens vårdcentraler. Vi syns numera även på 1177:s sida om stödlinjer för unga i Uppsala.

Se även de evenemang vi arrangerat och deltagit i samt vår mediamedverkan.

UTBILDNINGAR OCH KOMPETENSUTVECKLING

INTERNA UTBILDNINGAR

Under 2021 har vi fortbildat våra jourare i följande:

- Föreläsning om **suicid och bemötande** med socionomen och leg. psykoterapeuten Anneli Svensson
- Föreläsning och workshop om **NPF (neuropsykiatriska funktionsnedsättningar) och NPF-anpassat stöd** med Malin Meissner och Linn Fröjendahl från Stockholms tjejjour. Föreläsningen utgick från deras projekt Irischatten vilket är en stödchatt för tjejer med NPF.
- Föreläsning om **mellanförskap** med Paula Dahlberg som driver bloggen och Instagramkontot Vardagsrasismen
- Föreläsning på temat **identitet kopplat till sexualitet och könsidentitet** med Christopher Enblom från RFSL Uppsala.

Utbildningarna har rustat våra jourare i sitt stödarbete och informationen från föreläsningarna finns på jourens intranät. Kunskapen om NPF-anpassat stöd har delvis inkorporerats i vår grundutbildning för nya jourare och vi har listat olika NPF-anpassningsåtgärder som vi ska fortsätta med under 2022. Åtgärderna handlar om bemötande i stödverksamheten, kommunikation i våra externa kanaler och hur vi utför vårt utåtriktade arbete.

Vi har utbildat totalt **21 nya jourare** vid två grundutbildningstillfällen, varav ett digitalt och ett fysiskt. Utbildningen varade över tre heldagar, den digitala utbildningen hade kortare dagar med tillägg av två kvällstillfällen för att kompensera detta. Inför varje utbildningstillfälle hade vi ett informationsmöte för personer som varit intresserade av att bli jourare där vi också intervjuade alla intresserade enskilt.

Varje ny jourare har fått ett storasyskon – en mer erfaren jourare som är behjälplig vid frågor eller vid behov av att exempelvis prata om en svår jour. Alla nya jourare får också vår stödhandbok "Lyssna, stötta och stärka – en handbok för dig som har jour". Handboken samlar kunskap, policys och information som våra jourare behöver i sitt arbete med fokus på bemötande och samtalsmetodik.

Nya styrelsemedlemmar har kunnat ta till sig inspelade föreläsningar om jourens organisation och transkunskap.



EXTERNA UTBILDNINGAR

När någon eller några jourare, styrelsemedlemmar och/eller anställda går externa utbildningar har vi som rutin att information som är relevant för vårt jourarbete ska nedtecknas och ligga till grund för internutbildning av alla jourare eller styrelsemedlemmar.

Vi har deltagit i följande externa utbildningstillfällen:

- Halvdagsutbildning på temat "**De osedda flickorna – autism ur ett tjejperspektiv**" arrangerat av Stockholms tjejjour
- Föreläsningar om **antirasism i praktiken** arrangerade av Teskedsorden och ABF Stockholm
 - **Vithet och civilsamhället** med Bilan Osman
 - **Minoritetsstress kopplat till rasism och alliering** med Hanna Wallenstein
- Lanseringskonferens för **Irischatten** – Stockholms tjejjours chatt riktad till tjejer med NPF (neuropsykiatriska funktionsnedsättningar)
- Föreläsningsdagar arrangerade av Länsstyrelsen Uppsala för länsgruppen mot mäns våld mot kvinnor:
 - **Att förstå, agera och utveckla – hur kan vi stärka arbetet mot hedersrelaterat våld och förtryck**
 - **Ekonomiskt våld i nära relation – uttryck, konsekvenser och rättigheter**
- Halvdagsseminarier arrangerade av MUCF:
 - **Sex mot ersättning – med fokus på hbtq-personer och migranter/ensamkommande**
 - **Hbtq och heder**
- Heldagskonferens på temat "**Hur pratar vi med killar som använder våld?**" arrangerad av föreningen Män
- Heldagskonferens på temat **våld i ungas nära relationer** arrangerat av Örebro universitet

- Deltagande på MR-dagarna som 2021 hade temat "**Demokrati + mänskliga rättigheter = sant!**"
- Konferens om **polisanmälan och rättsprocessen vid sexualbrott** där föreningen Storasyter presenterade sin rapport på ämnet
- Föreläsning med föreningen Storasyter om **konsekvenserna av sexuellt våld – stress och återhämtning**
- Föreläsning om **incest** med Eija Vargblom från föreningen Rise
- Panelsamtal om **sex och njutning efter sexuella övergrepp** med RFSU, Paulina Bengtsson och Suzann Larsdotter
- Panelsamtal om **hur man pratar om sex och relationer med unga killar** med RFSU och ABF Stockholm
- Föreläsningar arrangerade av Flickaplattformen:
 - **Kommunikation och opinionsbildning** med Kristina Wicksell Bukhari från Make Equal
 - **Antirasism i organisationer** med Denise Beniwa Johnson från Amphi
- Webinarium med FUNKA om **tillgänglighet i sociala medier**
- Två olika panelsamtal om **transexkluderande feminism**, ett med RFSU Ungdom och ett med RFSU och ABF Stockholm
- Panelsamtal om **konsekvenserna av transdebatten** med Maktsalongen
- Föreläsningar och workshops på Förenade tjej-, trans- & ungdomsjourers stormöte på temat **ledarskap**:
 - **Hållbart ledarskap** med Mikaela Wikström
 - **Att leda samtalsgrupper** med föreningen Tillsammans
 - **Samverkansworkshop** med Malin Helldorf
 - **Styrelsearbete 101**

Flera av utbildningstillfällena har gett oss kunskap som vi använt för att uppdatera vår grundutbildning för nya jourare, exempelvis MUCF:s sex mot ersättning, Stockholm tjejjours NPF-utbildning, föreningen Rise om incest och föreningen Storasyters rapport om polisanmälan och rättsprocessen vid sexualbrott. Mäns konferens om killar och våld gav bra insikter vi tar med oss i vårt utåtriktade och förebyggande arbete. Information från flera av utbildningarna har nedtecknats och lagts upp på vårt intranät. De flesta utbildningar har gett oss djupare kunskap om hur olika organisationer arbetar och vilka vi vid behov kan hänvisa våra stödsökanden till.

SAMARBETEN OCH NÄTVERK

VÅRA KONTINUERLIGA SAMARBETEN

Vi är sedan 2015 medlemmar i **Flickaplattformen** som är en samlingspunkt och ett nätverk för alla aktörer som arbetar med att förbättra och stärka unga tjejers position i samhället.

Vi är sedan 2020 medlemmar i **Förenade tjej-, trans- & ungdomsjourer**, en feministisk



förening med syftet att verka som en samverkansplattform för Sveriges tjej-, trans- och ungdomsjourer. Genom vårt medlemskap har vi tillgång till ett chattverktyg som vi, och flera andra medlemsjourer, använder i vår stödverksamhet.

Vi har deltagit i **Förenade tjej-, trans- & ungdomsjourer årsmöte** där vår medlem Jona Mörn valdes in som delad ordförande för andra året i rad. På årsmötet antogs en viktig policy som tydliggör föreningens ståndpunkter gällande transinkluderande feminism. I samband med årsmötet deltog vi även i föreningens stormöte på temat ledarskap (läs mer



under rubriken *Utbildningar och kompetensutveckling*). Vi har även deltagit i föreningens medlemsmöten som är ett forum för direkt samverkan mellan medlemsjourerna. På mötena har det diskuterats bland annat volontärrekrytering, digitala möten, policys kring samverkan och transinkluderande feminism, marknadsföring och framtidsplaner för vårt gemensamma chattverktyg.

Förenade tjej-, trans- & ungdomsjourer driver hemsidan **ungasjourer.se** som samlar alla Sveriges tjej-, trans- och ungdomsjourer på samma webbplats. Vår jour är synlig på denna hemsida.

Vår juridiska rådgivning sker i samarbete med juristen **Rebecca Mueller** (läs mer under rubriken *Jourverksamhet*).

SAMARBETEN 2021

Under året har vi samverkat med många olika organisationer. Det har utmynnat i nya kontakter, gemensamma aktiviteter, kunskapsutbyten samt planer för framtida samarbeten.

Vi har fortsatt samarbetet med **Fredens Hus** och **Fyrisgården** gällande arbetet med utveckling av våra skolpass för särskolor. De har ett projekt som heter *Alla!* som syftar till att stärka rättigheterna för personer med funktionsnedsättning. De har granskat vårt material och gett förslag till målgruppsanpassade förändringar och tillägg. Planen att pilottesta vårt material på Fyrisgården fick liksom 2020 skjutas upp på grund av pandemin. Vi har även haft flera samverkansträffar med **Fredens Hus** där vi delat erfarenheter kring våra skolpass och diskuterat de skolpass och workshops som respektive förening erbjuder för att se till att vi kompletterar varandra.

Vi har deltagit i **transvården i Uppsalas brukarsamverkansmöten**, ett viktigt sammanhang för oss att kunna hålla oss uppdaterade om transvården och möta andra transorganisationer. Mötena hålls en gång per termin. Under 2021 var fokus för träffarna väntetider, transvårdens kommande omstrukturering, stopphormoner, samsjuklighet och bidrag till hjälpmedel.

Inför samverkan med transvården kunde våra följare på Instagram skicka med frågor. Frågorna besvarades sedan på vårt konto.



Tillsammans med **RFSU Uppsala** och **Amnesty Uppsala Kvinnorättsgrupp** genomförde vi en temavecka på tema abort i anslutning till 8 mars, Internationella Kvinnodagen (läs mer under rubriken *Egna evenemang*)

Vi har samverkat med **Uppsala kommun** och **andra lokala aktörer** för att öka **tjejs trygghet i city**. På initiativ och under ledning av Uppsala Ungdomsjour har vi tillsammans med Svenska kyrkan, ordningsvakter och olika ideella föreningar planerat och genomfört trivseltvandringar i Uppsala city.



En av de trivseltvandringar vi deltog i. Bild från Uppsala Ungdomsjours facebookside.

Vi har haft flera samverkansmöten med **Förenade tjej-, trans- och ungdomsjourer och dess medlemsjourer** med anledning av nedstängningen av tjejjouren.se. Vi har stöttat varandra i hur vi kan öka synligheten av våra jourer. Vi har planerat och genomfört en gemensam marknadsföringsinsats på sociala medier av hemsidan ungasjourer.se.

Vi har spridit våra skolpass till andra jourer. Materialet har delats med **Tjejjouren Vulcana** och **Kvinnojouren Blåklockan** som själva ska börja erbjuda skolpass i Gävle. De har fått vara med under ett skolpass för att se hur materialet ska användas och har även fått ta del av de rutiner vi har för att hålla skolpass. Vi har även delat med oss av våra erfarenheter av att digitalisera skolpassen med **Stjärnjouren - Sundbybergs trans- och tjejjour** och **Indra Queer Trans & Tjejjour**.

Vi har deltagit i **samverkansträffar** med andra **tjej-, trans- och ungdomsjourer** för att utbyta erfarenheter kring jourarbetet i stort, vårt utåtriktade arbete, samt verksamheten under pandemin.

Vi har på partiets initiativ träffat David Lind, språkrör för **Grön Ungdom**, för att informera om vad vi möter i vår verksamhet, vad vi ser för förändringsbehov i samhället samt vad vi som jour behöver för att säkra vår verksamhet.

Genom **Volontärbyrån** har vi även ingått i ett nätverk av olika Uppsalaorganisationer som bygger på erfarenhetsutbyte utifrån olika teman. Under året har pandemins påverkan på våra verksamheter varit i fokus. På ett möte höll vår informatör Hanna-Li Liljehag en

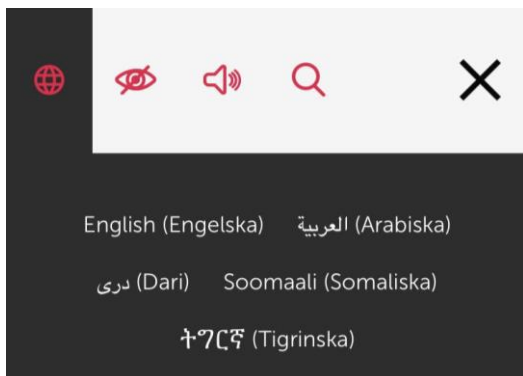
uppskattad presentation om verktyg och strategier som gör digitala möten mer interaktiva och givande.

Uppsala kommuns referensgrupp för organisationer som arbetar med mäns våld mot kvinnor och hedersvåld har varit på paus under året på grund av pandemin.

Uppföljningsinformation: Det planerade samarbetet med **Sirius Innebandy** uteblev. Vi har meddelat att vi är redo att genomföra ledarutbildningar men inte fått någon beställning på sådana från Sirius.

ÖVRIGT

Jourens alumninätverk har under 2021 fortsatt få nyhetsbrev om jourens verksamhet. Tidigare medlemmar i jouren får via nätverket ett frivilligt nyhetsbrev och erbjuds gå med i en facebookgrupp för andra alumner. Nyhetsbrevet skickades ut två gånger på vårterminen och en gång på höstterminen. Tanken med nyhetsbrevet är att hålla tidigare medlemmar informerade om vad som händer i jouren, bjuda in till evenemang och sociala aktiviteter samt informera om utlysta tjänster och möjlighet till styrelseengagemang.



Vår hemsida har förstärkts med information om vår verksamhet på fler språk än svenska: engelska, arabiska, dari, somaliska och tigrinska. På dessa sidor finns också tips på stödverksamheter på andra språk än svenska.

Vi har fått användartesta Kvinnofridslinjens nya hemsida och gett feedback utifrån innehåll, struktur och användarvänlighet.

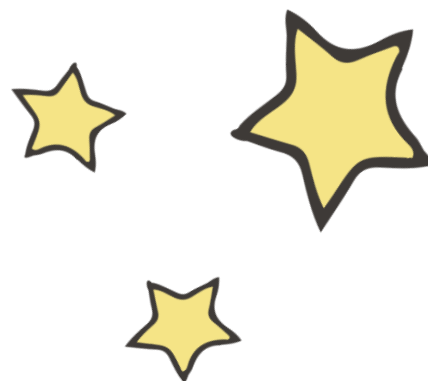
Språkval på vår hemsida.

STORT TACK!

BIDRAGSGIVARE OCH STÖDMEDLEMMAR

Vi tackar ödmjukast för ert stöd under 2021:

- Socialstyrelsen
- Uppsala kommun
- Wefixit
- Gottsunda kyrka
- Uppsala Hem och Samhälle
- Upplands Energi
- Kajsa Karlsson
- Fredrik Jönsson
- Marian Niskala
- Anna Lindstam
- Stina Lindqvist
- Flera andra anonyma bidragsgivare och stödmedlemmar



ÖVRIGA

Vi vill också tacka alla privatpersoner, företag och organisationer som har bidragit till vår verksamhet genom exempelvis handledning, rådgivning, kunskap, kvalitetssäkring, föreläsningar, hemsidesutveckling, lokallån, evenemangmedverkan och marknadsföring:

- My Säfström
- Rebecca Mueller
- Ludvig Martinsson
- Clarion Collection Hotel Uppsala
- Smatter
- Fritidsgården Grand
- RFSU Uppsala
- Fredens Hus
- Fyrisgården
- Stockholms tjejjour
- Rise – Riksföreningen mot incest och andra sexuella övergrepp i barndomen
- Novahuset
- Tjejjouren Väst
- Indra Queer Trans & Tjejjour
- Stjärnjouren – Sundbybergs trans- och tjejjour