

# Unga allergiker

Verksamhetsberättelse 2025

1. Ordförande och generalsekreterare har ordet.....	3
2. Unga Allergikers målsättning och arbetsuppgifter.....	4
3. Vilka är vi?.....	5
<b>ORGANISATION</b> .....	5
Unga Allergikers medlemmar och lokalföreningar.....	5
Unga Allergikers förbundsstyrelse.....	5
Förbundskansliet 2025 .....	8
Personalförändringar.....	8
4. Vad gör vi?.....	8
<b>VERKSAMHET</b> .....	8
Måluppfyllelse.....	8
Effektredovisning .....	8
Lokalföreningarnas aktiviteter under 2025 .....	9
Temaår & medlemsenkät 2025 .....	10
Rikslägar under 2025.....	11
5. Information, kommunikation och samverkan.....	14
Kommunikation .....	14
Kommunikationsmål 2025 .....	14
Påverkan.....	15
Sociala medier .....	15
6. Extern representation.....	16
Mat för Livet .....	16
7. Samarbeten.....	16
Nätverket Unga För Tillgänglighet (NUFT).....	16
Ungdomspolitiska rådet 2025-2028.....	17
Fridays For Future .....	17
Astma- och Allergiförbundet.....	18
Svenska Celiakiungdomsförbundet (SCUF).....	18
LSU.....	18
8. Ekonomi.....	18
Ekonomisk översikt .....	18
Resultat .....	19
9. Framtid .....	19
Planerad verksamhet 2026.....	19

## 1. Ordförande och generalsekreterare har ordet

**Unga Allergiker (förkortning UA)** har en vision om att skapa ett samhälle där astma och allergi inte är begränsande. I uppdraget ingår att påverka samhället i stort till att jobba för varje ung individ. Verksamhetsåret 2025 har visat på värdet av gemenskap i sin astma, allergi och/eller annan överkänslighet - våra medlemmar har mötts både på fysiska träffar och digitala träffar både nationellt och lokalt. UA:s sociala verksamhet, de gemenskapsskapande aktiviteterna under året, har lett till ett ökat engagemang såväl på lokal som nationell nivå.

**Psykisk hälsa i fokus.** Psykisk hälsa tycker vi på UA är viktigt – förra året startade vi temaåret med psykisk hälsa och har insett att temat är för stort för att bara fokusera på det under 2024 och har därför valt ett fortsatt år med samma tema. Under våren 2025 lanserade vi vår stora rapport "Ärligt talat – hur mår du?" som grundar sig från vår enkätundersökning i slutet av 2024. Vi har visat upp rapporten till beslutfattare, postat den till viktiga aktörer, spridit runt våra medlemmars röster vart vi än är. Läs rapporten [här](#). I slutet av 2025 anordnade vi även en fokuskväll där vi lyssnade på en forskare som studerat astma och oro. Vi tog in en praktikant under hösten/vintern som sammanställde medlemsenkäten med samma tema och gjorde en slutanalys. Resultatet blev en 6-sidig broschyr som vi ska under 2026 skicka ut.

**Under verksamhetsåret** har vi kunnat genomföra ett antal aktiviteter. Sommarläger, Barnläger och lokalförenings-startup tillsammans med våra medlemmar på olika platser runt om i landet – Hos unga Allergiker skapar vi gemenskap både fysiskt och digitala träffar! Lokalföreningarna har genomfört lokala träffar med roliga aktiviteter som tex heldag på Liseberg, bowling och online-Halloween!

**Fortsatt engagemang!** Vi tar med det händelserika året 2025 för att verka för ännu mer pepp och engagemang lokalt samt att fortsätta nå ut med våra budskap, både genom social verksamhet och påverkansarbete. Detta för att tillgängliggöra samhället för barn och unga med astma, allergi och/eller annan överkänslighet.



*Johanna Sommansson, Vikarierande Generalsekreterare / Noomi Harroft, Förbundsordförande*

## 2. Unga Allergikers målsättning och arbetsuppgifter

Unga Allergikers ändamål:

- Unga Allergiker är ett ideellt riksförbund som samlar medlemmar mellan sex (6) och tjugonio (29) år med astma, allergi samt annan överkänslighet.
- Unga Allergiker arbetar för att stärka, samla och utveckla unga med astma, allergi samt annan överkänslighet och för att öka förståelsen för dessa personers livssituation.
- Unga Allergiker ska, genom en demokratiskt och självständigt uppbyggd ungdomsorganisation, bedriva verksamhet för barn och unga med astma, allergi och annan överkänslighet, där alla har lika värde och rättigheter.
- Unga Allergiker vill ge unga en meningsfull fritid och en möjlighet att engagera sig i förbundet.
- Unga Allergiker anordnar aktiviteter på riksnivå liksom verkar för bildandet och bevarandet av Unga Allergikers lokala verksamhet
- Unga Allergiker är ett partipolitiskt och religiöst obundet riksförbund.

Riksförbundet Unga Allergiker anordnar aktiviteter på riksnivå och stöttar lokalföreningarna i deras lokala arbete. Fokus på samtliga aktiviteter är den individuella utvecklingen hos våra medlemmar, att de stimuleras och aktiveras. Vi samarbetar gärna med andra organisationer. Unga Allergiker strävar efter att våra förtroendevalda är en god blandning av olika personligheter, erfarenheter och kunskaper samt att de är bosatta överallt i Sverige – UA har en bred geografisk spridning över landet.

### 3. Vilka är vi?

#### ORGANISATION

##### *Unga Allergikers medlemmar och lokalföreningar*

Unga Allergiker uppmätte ett medlemsantal på 770 medlemmar 2025, en 41,5 % minskning jämfört med föregående år. En bidragande orsak bedöms vara övergången till ett nytt medlemsregistersystem i början av verksamhetsåret. I samband med överflytten av medlemsuppgifter tappades dessvärre ett antal medlemmar, vilket har påverkat den totala statistiken.

Därtill har vi under året upplevt enstaka tekniska problem kopplade till registrering och hantering av medlemskap, vilket kan ha försvårat nyregistreringar och förnyelser.

En ytterligare analys av detta kan vara att vi nu ser effekten av att kansliet har minskat på tjänsten verksamhetsutvecklare och att vi inte hade en kommunikötör under flera månader samt att vi är på en förändringsresa när lokalföreningarna förväntas ta mer ansvar för sina aktiviteter än tidigare.

Av medlemmarna 2025 var 697 medlemmar mellan 6 och 25 år. Vi hoppas att vi når fler barn och unga som lever eller känner någon som lever med astma, allergi och/eller annan överkänslighet. Vi kan nå fler - denna tanke går vi in med under 2026.

#### **Följande lokalföreningar fanns vid årets slut:**

- UA Bergslagen (Örebro, Östergötland, Jönköping)
- UA Norr (Jämtland, Västernorrland, Västerbotten och Norrbottens län)
- UA Syd (Skåne, Blekinge, Kronoberg och Kalmar)
- UA Stockholm (Stockholm, Södermanland, Gotland, Uppland, Gävleborg och Västmanland)
- UA Värmland (Värmlands län och Dalarna)
- UA Väst (Halland och Västra Götaland)

#### **Unga Allergikers förbundsstyrelse**

Nu har förbundsstyrelsen fått mer kött på benen efter 1 års arbete och ska fortsätta leda förbundet vidare fram tills nästa Riksöverläggning som kommer ske under hösten 2026:

Noomi Harrtoft	Förbundsordförande	Lund
Hana Dindic	1:e vice ordförande	Partille
Emil Modd	2:e vice ordförande	Uppsala
Emelie Shahan	Ledamot – avgick HT25	Hammarö
Simon Forsberg	Ledamot	Stockholm
Saga Sandgren	Suppleant	Tidaholm
Kim Winqvist	Suppleant	Linköping



Under 2025 har förbundsstyrelsen planerat och genomfört fysiska läger. Styrelsen har även deltagit i flera externa samverkansmöten, och deras driv har bidragit till UA:s mycket framgångsrika verksamhetsår. Styrelsen har varit starkt engagerad och haft återkommande dialoger för att diskutera, utveckla och planera nya aktiviteter utifrån medlemmarnas önskemål. Deltagande i referensgrupper, arbetsgrupper och liknande sammanhang har också fortsatt under året.

**Representanter från styrelsen ingick 2025 bland annat i följande råd och arbetsgrupper:**

- Nätverket Unga För Tillgänglighet (NUFT)
- Nationell Arbetsgrupp Matallergi
- SPCM Specialpedagogiska skolmyndighetens ungdomsråd
- Svensk Förening för Ungdomsmedicins ungdomsråd
- NUFT- representantmöten
- NUFT årsmöte- deltog digitalt under själva årsmötet
- LSU- Årsmöte, medlemsdialog, digitala möten
- Socialstyrelsen, möte där vi anses vara patientförening, gällande allergiuppdrag

- Socialstyrelsen, varit underlag för enkät, frågor och liknande för nationella riktlinjer för allergivården
- SPSM ungdomsnätverk, digitala möten
- NAG Astma – Arbetsgrupp för framtagandet av ett Nationellt Allergiprogram Astma
- ABF:s Studie kommitté för tillgänglighet
- Unga Hörselskadade - årsmöte och 60 års jubileum

### **Styrelsemöten**

Styrelsen håller regelbundna styrelsemöten där den under en till två dagar avhandlar en gedigen agenda. Styrelsemötena under 2025 har anordnats både i digital och fysisk form. Innan varje styrelsemöte har ledningsgruppen ett möte för att utforma agendan samt hantera personalärenden.

Styrelsen har under verksamhetsåret 2025 haft fem (5) styrelsemöten 9 februari, 13 april, 11 maj, 13 september och 7 december.

## Förbundskansliet 2025

- **Lotta Boyner**, generalsekreterare, mars 2020 – pågående (Föräldraledig mars 2024 t.o.m. aug 2025.)
- **Johanna Sommansson**, vikarierande generalsekreterare, anställd från mars 2024 - september 2025
- **Alma Nilsson**, kommunikatör, augusti 2022 - mars 2025
- **Ylva Karlsson**, kommunikatör, augusti 2025 – oktober 2025
- **Viktor Grusell**, verksamhetsutvecklare anställd februari 2025 – pågående
- **Diza Janeling**, praktikant från kandidatprogrammet i folkhälsovetenskap nov-dec 2025
- **Alva Näsström**, timbasis för lägerverksamhet under hela 2025

## Personalförändringar

Budgetmässigt behövde vi under det sista kvartalet 2025 se över våra personalkostnader. Vi konstaterade att de bidrag vi sökt inte räckte för att täcka verksamhetens behov, vilket ledde till det svåra beslutet att säga upp kommunikatören som var under provanställning på kansliet.

Samtidigt har vi beslutat att tillsätta en deltidsanställd Verksamhetsutvecklare efter att den tidigare innehavaren av tjänsten sagt upp sig. Denna roll ska ge extra stöd till lokalföreningarna, samtidigt som förbundet undersöker olika möjligheter att stärka det lokala engagemanget och utveckla den lokala verksamheten.

## 4. Vad gör vi?

### VERKSAMHET

#### Måluppfyllelse

Organisationen har genom verksamheten år 2025 uppfyllt sina mål. Vi har med vår verksamhet kunnat samla och stärka våra medlemmar och arbetat för att öka kunskapen och förståelsen för barn och unga med astma, allergi och annan överkänslighet. Vi anställde en Tik tok-kreatör för att synas på en mer attraktiv kanal som passar vår målgrupp. Detta medföljde att vår följarskara ökades med 300 %!

Både nationellt och lokalt har Unga Allergikers medlemmar blivit inbjudna till fysiska och digitala aktiviteter som förbundet och förbundets lokalföreningar har anordnat. Vi har med dessa aktiviteter skapat utrymme för erfarenhetsutbyte, en känsla av samhörighet och pepp.

#### Effektredovisning

Under året har föreningen sett en minskning av medlemsantalet. En bidragande orsak bedöms vara övergången till ett nytt medlemsregistersystem i början av

verksamhetsåret. I samband med överflytten av medlemsuppgifter tappades dessvärre ett antal medlemmar, vilket har påverkat den totala statistiken.

Därtill har vi under året upplevt enstaka tekniska problem kopplade till registrering och hantering av medlemskap, vilket kan ha försvårat nyregistreringar och förnyelser.

En ytterligare faktor är att föreningen under året inte haft samma förutsättningar att arbeta aktivt med kommunikation och synlighet, då vi saknat en kommunikatör. Detta har sannolikt påverkat vår närvaro i sociala medier och därmed även vår möjlighet att nå nya potentiella medlemmar samt behålla befintliga.

Styrelsens samlade bedömning är att dessa faktorer tillsammans har bidragit till årets medlemsminskning.

Antal medlemmar: 770 medlemmar, minskning med 41 % från föregående år.

Antal medlemmar 6–25 år: 697 medlemmar, dvs 90,5 % av totala medlemsantalet.

Antal lokalföreningar: Sex (6) stycken aktiva lokalföreningar som driver lokal verksamhet under 2025.

Antal rikstäckande aktiviteter riktade till medlemmarna: Tre (3) fysiska aktiviteter och flera digitala genomfördes av förbundet under 2025:

- Lokalförenings-startup
- Sommarläger
- Barnläger
- Kunskapskväll med fokus på barnrätt och oro kring astma (digital)
- Digital medlemsträff med förbundsstyrelsen

## Lokalföreningarnas aktiviteter under 2025

En mycket viktig del i vår verksamhet är våra lokalföreningar, de är direktlänken till våra medlemmar på lokal nivå. Vår målsättning har under året främst handlat om arbete för att värna om befintliga lokalföreningarna och stötta upp med verktyg att få verksamheten. Fokus från verksamhetsutvecklaren har varit digitala verktyg för att underlätta processer för lokalföreningarna. Våra befintliga lokalföreningar har var för sig genomfört verksamhet som på olika sätt samlat, stärkt och engagerat våra medlemmar. Våra lokalföreningar skapar miljöer och plattformar där unga med astma och allergi får chans att utvecklas, utmanas och stärkas, i en miljö som är inkluderande och förstående.

Flera styrelseledamöter i lokalföreningarna deltog också på de läger som vi anordnat under 2025 både som deltagare och som lägerledare. Lokalföreningarna har anordnat både digitala och fysiska träffar och aktiviteter både inom styrelserna samt tillsammans med andra medlemmar i lokalföreningarna.

Under året har förbundskansliet och förbundsstyrelsen stöttat upp kontakten med medlemmar och finnas behjälplig för att lyfta den lokala verksamheten. Utöver

detta kan lokalföreningarna fortsatt, utöver sitt verksamhetsbidrag, söka projektbidrag för att finansiera ytterligare lokal verksamhet för sina medlemmar.

Under 2025 anordnare lokalföreningarna följande aktiviteter:

**UA Bergslagen:** Äventyrsgolf tillsammans med Astma- och Allergiförbundet

**UA Syd:** Bowlingtävling, digital spelkväll och heldag på Liseberg tillsammans med UA Väst

**UA Norr:** Bowlingtävling och årsmöte

**UA Stockholm:** Digital spelkväll, bowlingtävling, pyssel med tacomidag, digital bakning, prova på cirkus tillsammans med Astma- och Allergiföreningen Stockholm samt halloweenkväll med film.

**UA Väst:** Digital spelkväll, Laserdome, bowlingtävling och heldag på Liseberg tillsammans med UA Syd.

**UA Värmland:** Årsmöte

## Temaår & medlemsenkät 2025

### Psykisk ohälsa och astma/allergi

Psykisk ohälsa är något som många möter någon gång i livet – antingen personligen eller genom någon i sin närhet. Den kan ta sig olika uttryck, från stress och oro till ångest och depression, men gemensamt är att den påverkar hur vi mår och fungerar i vardagen.

Samtidigt lever många barn och unga med astma och allergier, vilket också kan innebära utmaningar i vardagen. Idag har ungefär vart tredje barn någon form av allergi och cirka åtta procent av alla skolbarn har astma. Att leva med dessa sjukdomar kan påverka både hälsa, livskvalitet och möjligheten att delta i aktiviteter på samma villkor som andra.

Forskning visar dessutom att psykisk ohälsa är vanligare bland unga idag, och att vissa allergisjukdomar, såsom atopisk dermatit och pollenallergi, kan kopplas till nedstämdhet, depression och försämrad skolprestation. Våra egna resultat från medlemsenkäten 2024 visar att 43 % av de svarande uppger att de lever med någon form av psykisk ohälsa. Samtidigt upplever många unga allergiker bristande förståelse i sin omgivning – exempelvis i skolan, där matallergier ibland kan leda till utanförskap.

Enligt FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning har alla rätt att delta i samhället på jämlika villkor. Detta gäller även personer med astma och allergi.

Därför har Unga Allergiker haft psykisk hälsa som tema under 2024 och 2025. Under året har vi arbetat vidare med rapporten "Ärligt talat – hur mår du?" och tillsammans med en praktikant från Folkhälsoprogrammet sammanställt resultat

från rapporten och vår medlemsenkät från 2025. Arbetet resulterade i en broschyr som kommer att spridas under 2026, med målet att öka kunskap och förståelse kring sambandet mellan allergi och psykisk hälsa bland unga.

*"Det mest givande har varit att få arbeta kreativt och ta eget ansvar, samtidigt som jag känt mig stöttad av min handledare och kollegor. Det har varit roligt och lärorikt att vara delaktig i olika projekt och att få bidra med egna idéer."* Diza Janeling, praktikant 2025

## Riksläger under 2025

Under 2025 har två olika typer av läger anordnats, sommarläger och barnläger. Utöver dessa har vi arrangerat ytterligare en nationella arrangemang i form av en POP-helg

### POP - engagemangshelg

Vi genomförde en intensiv och uppskattad POP-weekendhelg under våren, den 11/4-13/4! Vi hade 10 deltagare från hela landet i spridda åldrar. Vår yngsta deltagare var 12 år och vår äldsta 26 år. Vi hyrde en allergivänlig lokal hos Funktionsrätt Sthlm, bjöd på allergivänlig mat och snacks och hyrde hotell med allergivänlig frukost. Självklart betalade vi även resan för deltagare med lång resväg. Många av deltagarna kom fram till Stockholm på fredagskvällen den 11/4 och sov över till söndagen den 13/4.

På lördagen den 12/4 hade vi ett fullpackat schema med workshops, gästföreläsare och lek. På förmiddagen hade vi föreläsningar, workshops och lek för att komma närmare varandra, för att lära oss mer om rörelseteori och att diskutera vår nysläppta rapport om psykisk hälsa bland våra medlemmar – *"Ärligt talat, hur mår du idag?"*. På eftermiddagen hade vi workshops om föreningens ledord, om TikTok och om att växa som lokalförening. Vi hade också en gästföreläsning av Jakob Anmér på temat påverkan. Jakob Anmér har mycket erfarenhet och kunskap om påverkansarbete inom föreningar och gav en både uppskattad och engagerade föreläsning på temat.

Förväntningarna för helgen infriades och alla gick därifrån med pepp och inspiration. Reflektionerna efteråt från deltagarna var att de vill ha mer. Allt som allt, en riktigt lyckad helg!

### Sommarläger

Sommarlägret 2025 anordnades på Björkögården på Väddö, en bit utanför Norrtälje. Lägret samlade 23 deltagare samt 10 lägerpersonal varav 7 lägerledare, två sjukvårdsansvariga och en lägerkock mellan 8 juli- 13 juli.

Lägret blev mycket uppskattat av såväl deltagare som ledare och annan personal. Det anordnades en rad olika aktiviteter på plats på lägergården, till exempel femkamp, bäst i test, måla tröjor och baka tårta. På kvällarna och vid annan ledig

tid fanns tillgång till en stor mängd olika brädspel som barnen uppskattade, och även en hel pysselhörna med pennor, papper och material till att pärla armband.

På lägret arrangerades en filmkväll och godisbuffé som alla barnen kunde njuta av. Eftersom det var ett sommarläger kunde vi ha många roliga äventyr utomhus. Ett av dessa var en dag på stranden där barnen fick prova på att paddla kanot och kajak, samt passa på att sola och bada. Vi hade även en grillkväll där deltagare och ledare kunde grilla marshmallows tillsammans. Sista kvällen på lägret hade tema "avslutningsfest" och då serverades det en tre-rätters middag som alla deltagare kunde äta - oavsett allergi. Under hela lägerveckan serverades endast mat som alla kunde äta, oavsett allergi eller överkänslighet. Det var viktigt för att skapa en trygg miljö för deltagarna, där de kunde slappna av och bara fokusera på att ha det roligt - utan att behöva oroa sig för maten.

Under lägret fick vi även två olika mediabesök. Det första var från programmet "Meny" i P1 Sveriges Radio. Dem intervjuade främst vår lägerkock om hur det går till när man ska laga allergianpassad mat, men dem passade även på att intervjua några av deltagarna.

Det andra besöket var från tidningen Allergia som ville intervjua deltagare och lägerledare om deras upplevelser om att vara på ett allergianpassat sommarläger.

## **Barnläger**

Vårt barnläger 2025 gick av stapeln fredag 22 augusti och pågick under helgen. Syftet med barnlägret är att ge yngre medlemmar en möjlighet att få gå på ett tryggt och säkert läger. Därför samlades 10 barn och deras vårdnadshavare på Hjelmsjöviks Naturskola utanför Helsingborg. Tillsammans med 5 ledare och kock hade vi en rolig och mycket givande helg för alla deltagare.

Flera gemensamma aktiviteter skedde under lägret så som femkamp, lära-känna varandra bingo, paddla kanot och disco. Vi hade även uppdelade aktiviteter där barnen pysslade med pärlhalsband och armband, pratade enkelt om sina erfarenheter, fick nya kompisar och hade kul.

Vårdnadshavarna fick under samma tid möjlighet att dela erfarenheter med varandra samt dela tips som skapar en trygg vardag för barn och unga med astma, allergi eller annan överkänslighet. Med fanns två av ledarna som även kunde dela med sig av sina erfarenheter från att leva och växa upp med astma- och allergi och kunde utifrån det svara på frågor som dök upp från vårdnadshavarna.

Mest lyckat under helgen var vårt disco på lördagskvällen och att få paddla kanot. Under discot fick alla deltagare en fullproppad godispåse där alla kunde äta allt. De flesta barn med allergier kan inte plocka lösgodis på en mataffär och kan äta ytters få sorters godisar så att då få massa olika godissorter gjorde dem så otroligt glada! Det märktes extra tydligt att paddla kanot var en riktig höjdare det med, trots lite osäkert väder med blåst så paddlade näst intill alla deltagare. Otroligt stora leenden syntes när de kom in i land.

## Almedalen

Vi besökte Almedalsveckan 2025 (23/6–27/6). Med var ordförande Noomi Harroft och 2a vice ordförande Emil Modd, samt verksamhetsutvecklare Viktor Grusell. Vi träffade på andra ungdomsorganisationer, gick på seminarium och berättade om vår verksamhet.

Emil deltog i ett samtal om statlig styrning av vården. Vi var inbjudna av arrangören - Dagens Medicin - för att erbjuda ett ungt patientperspektiv. Emil tog upp de ojämlikheter unga allergiker möter i vården beroende på vart de bor i landet.

Under hösten 2023 tillsattes en statlig utredning för att undersöka för- och nackdelar med ett delvis eller heltäckande statligt vårdstyre. Utredningen har landat i att en helt statlig styrning av vården vore riskabelt och dyrt, men att en det finns behov av en stärkning av den statliga styrelsen genom till exempel ökad tillsyn och restriktioner.

Under samtalet berättar Emil om sin uppväxt i Bollnäs. "De specialistläkarna jag behövde ha tillgång till fanns inte där", säger han. "Jag behövde åka långt, och det ledde till att jag till exempel missade delar av skolan".

Men det ser annorlunda ut idag. "Idag bor jag i Uppsala, en större stad", säger Emil och tillägger, "och där har jag nu mycket bättre tillgång till vård". Han säger att det är tydligt att det finns en stor skillnad i tillgången till vård mellan mindre och större städer.



Barn och ungdomar med allergi och astma har högre sjukfrånvaro än andra barn. Frånvaron från skolan ökar när vården inte finns tillgänglig för allergiker och astmatiker i mindre städer och orter.

"Jag hoppas att förutsättningarna för unga allergiker ser annorlunda ut i framtiden", säger Emil. Det behövs en förändring!

## 5. Information, kommunikation och samverkan

### Kommunikation

Syftet med kommunikationen är att nå ut till fler barn och unga med astma, allergi och/eller annan överkänslighet. Även att värva nya medlemmar till organisationen, skapa mervärde för befintliga medlemmar samt att öka kännedomen om Unga Allergiker som organisation och om astma, allergier och andra överkänsligheter. Vi vill förändra attityden kring begreppet "allergiker".

#### *Kommunikationsmål 2025*

- Öka kännedom av Unga Allergiker som organisation bland barn och unga.
- Skapa en bättre förståelse av astma, allergier och andra överkänsligheter.
- Förändra attityd kring allmänhetens syn på begreppet "allergiker".

Unga Allergiker fortsätter jobba mot att utvärdera plattformar, kanaler och målgrupper för att optimera kommunikationen. Under 2025 har vi fokuserat på att synas på trendiga appen Tiktok där vi ser många möjligheter att fortsätta växa i framtiden. Därför anställde vi en tiktok-kreatör för att öka räckvidd till yngre målgrupper. Vår kreatör Boel arvoderades för 17 peppiga inlägg under 2025 vilket har resulterat i att vår räckvidd ökat med **300%** på plattformen.

### Påverkan

Under året har Unga Allergiker fortsatt att lyfta frågor som rör ungas hälsa, rättigheter och livsvillkor, med särskilt fokus på sambandet mellan psykisk hälsa och astma, allergi och överkänslighet.

Under våren 2025 lanserade vi rapporten "*Ärligt talat – hur mår du?*", som är en fördjupning i psykisk ohälsa bland våra medlemmar. Rapporten fick stor spridning och mottogs med stark igenkänning och stöd från våra följare. Unga med astma, allergi och överkänslighet har rätt att må bra – både fysiskt och psykiskt.

Under våren medverkade Unga Allergiker även i tematidningen *Astma, Allergi & Eksem*, där vi lyfte frågor om psykiskt välmående. Vi vet att ensamhet och oro är vanliga känslor bland unga, och genom att dela erfarenheter och synliggöra dessa frågor vill vi bidra till ökad förståelse och en bättre framtid för alla som lever med astma, allergi och eksem.

Under året har vi också i våra sociala medier lyft forskning som visar på kopplingar mellan exempelvis pollenallergi och psykisk ohälsa. Vi har även uppmärksammat

hur felaktiga eller stereotypa skildringar av allergier i populärkulturen kan påverka ungas självbild och bidra till skam eller psykiskt mående kopplat till diagnoser.

Vid skolstarten under höstterminen uppmärksammade vi det utanförskap som många unga upplever kopplat till specialkost i skolan. Under en vecka lyfte vi därför begreppet normalkost för att synliggöra att specialkost egentligen är en naturlig och självklar del av skolans måltider. Kampanjen fick stor räckvidd och engagerade många av våra följare.

Under hösten uppmärksammade vi även atopiskt eksem samt deltog i Parfymfria veckan, där vi bland annat delade korta fakta om eksem och genomförde ett quiz om parfym och överkänslighet för att sprida kunskap på ett lättillgängligt sätt.

Året avslutades med en temakväll med fokus på barnrätt, astma och oro. Under kvällen tog vi del av material från Funktionsrätt Stockholm om barnkonventionen och funktionsrättskonventionen och diskuterade vad dessa innebär i praktiken. Därefter gästades vi av psykologen och forskaren Ulrika Ehren från Karolinska Institutet, som berättade om sin forskning kring sambandet mellan astma och ångest samt delade konkreta råd om hur barn och unga med astma kan hantera oro kopplat till sin sjukdom.

unga allergiker | samarbete med Unga Allergiker.

## Mitt barn vill "vara som alla andra" – hur påverkas måendet av astma och allergi?

Text  
Unga Allergiker

**A**tt leva med astma och allergier handlar inte bara om fysiska besvär som andningsproblem eller att undvika allergener. Det påverkar också det psykiska måendet, särskilt hos barn och unga. Vi möter många unga medlemmar med astma och allergier som upplever utanförskap. Att inte kunna delta i aktiviteter eller behöva en särskild kö i skolmatsalen kan skapa utanförskap och göra det svårare att känna gemenskap. Rädslan för allergiska reaktioner och astmaanfall kan också leda till oro och stress.

Forskning från Göteborgs Universitet visar att var femte person har pollenbesvär och att pollenallergi kan

kopplas till psykisk ohälsa. Studier pekar också på att atopiskt eksem kan försämra psykiskt välmående och skol- samt arbetsliv, särskilt vid svåra eksem och astma. Vi ser sambandet mellan astma, allergi och nedstämdhet och utanförskap vilket leder till sämre skolresultat. Vi tar frågan om ungas välmående på allvar – det borde samhället också göra.

Vi på Unga Allergiker skapar trygga mötesplatser där barn och unga kan dela erfarenheter och känna gemenskap. Genom att sprida kunskap vill vi öka förståelsen och göra samhället mer inkluderande. Psykisk hälsa är minst lika viktig som fysisk hälsa.

Att bli medlem är kostnadsfritt och stöttar vårt arbete. ■



Unga Allergiker bildades år 1983 och finns till för att samla och stötta barn och unga, 6–29 år, med astma, allergier och annan överkänslighet. Tillsammans jobbar de för att stärka varandra och visa att det är vi som sätter gränserna, into allergin!

Vill du veta mer?  
Besök hemsidan  
[ungallergiker.se](http://ungallergiker.se)

I slutet av året medverkade även Unga Allergikers generalsekreterare Lotta Boyner i podden *Barnrättssnack*. Tillsammans med Åsa Ekman och Linus Torgeby fördes ett varmt och viktigt samtal om barn och unga som lever med astma, allergi och överkänslighet. Samtalet lyfte särskilt betydelsen av gemenskap – att få möta andra med liknande erfarenheter kan skapa trygghet, minska känslan av ensamhet och stärka unga i sin vardag. Man kan lyssna på avsnittet där poddar finns.

## Sociala medier

Sociala medier är en viktig kanal och verktyg för Unga Allergiker för att nå ut till medlemmar, anhöriga och intressenter. Vi har under 2025 uppdaterat flitigt med påverkans- och medlemsvärningskampanjer, intervjuer och innehåll som skapat mervärde för våra medlemmar och följare på Instagram, Facebook, Tiktok och LinkedIn. Olika plattformar når olika målgrupper och vi fortsätter öka i antal följare på samtliga.

Hösten 2022 startade Unga Allergiker ett Tiktok-konto för att nå närmre yngre målgrupper, i årsskiftet hade kontot 70 följare. Efter att vi anställde en Tiktok-kreatör under våren 2025 växte kontot kraftigt med 17 peppiga inlägg vilket gjorde att vi ökade kontot med 300 %!

## 6. Extern representation

### Mat för Livet

Liksom föregående år genomförde vi en stor rekryteringsinsats på Svenska Celiakiförbundets "Mat för livet" mässan i Kista! Vi minglade, blåste ballonger och rekryterade medlemmar i mängder under två händelserika dagar. Sagt på mässan pratbubbla: "vartenda barn gick runt med en UA ballong"

### Det goda Livet

Vi deltog även på det goda livet mässan i Malmö under året, samlade medlemmar, spred vår rapport om psykisk ohälsa från 2024 och rekryterade medlemmar. Även där så gick det åt många Unga Allergiker ballonger.

### Prisceremonin för Ledarskapspriset 2025

Stiftelsen Konung Gustav Vs 90-årsfond bjöd in Unga Allergiker för att delta under prisceremonin för det årliga Ledarskapspriset på Kungliga Slottet.

## 7. Samarbeten

### Nätverket Unga För Tillgänglighet (NUFT)

Unga Allergiker ingår i nätverket NUFT där aktuella frågor i funktionsrättspolitik diskuteras. Unga Allergikers ordförande representerar NUFT som ordinarie ledamot i Myndigheten för Delaktighets funktionshindersråd och som ersättare i Socialdepartementets Funktionshindersdelegation. I slutet av 2022 bildades organisationen NUFT som nu drivs av en egen styrelse. Unga Allergiker finns fortsatt representerade vid representantmöten och är inkluderade i eventuella remissvar och annat som kan tillkomma i NUFTs arbete.

### Ungdomspolitiska rådet 2025–2028

2025 blev Unga Allergiker inbjudna att delta i Ungdomspolitiska rådet, vilket är ett forum där regeringen och representanter för Sveriges ungdomsförbund kan diskutera ungdomspolitik. Under det första mötet som Unga Allergiker deltog i 2025 diskuterades *Ungas villkor i skola och arbetsliv*. Där hade vi möjligheten att lyfta vilka konsekvenser allergier kan ha på ungdomars aktiva deltagande i skola

och arbetslivet. Nästa möte som Unga Allergiker deltog i ägde rum 2026 och handlade om *Demokrati, politiskt inflytande och skolval*. Några av mötets diskussionsfrågor handlade om varför ungas valdeltagande minskade under valet 2022, vilka utmaningar som finns idag för unga som ska använda sin rösträtt, och vad som krävs för att ungdomar ska kunna utöva politiskt inflytande.

## Fridays For Future

Tillsammans med Fridays for Future gjorde vi ett videoinlägg på Instagram och TikTok om länken mellan pollenssäsongen och klimatet under april 2025. I videon förklarar Josefin från FFF hur pollenallergi förvärras av klimatkrisen och påverkar oss här och nu.



Årets bästa inlägg var inlägget som gjordes tillsammans med Fridays For Future som fick över 5,300 visningar och 220 reaktioner på Instagram.

## Astma och Allergiförbundet

Samarbetet med Astma och Allergiförbundet har fortsatt under 2025. Vi har fortsatt haft löpande kontakt för erfarenhetsutbyte men också vad som är på gång i respektive organisation. Under slutet av året fastställdes att vi ska flytta tillsammans till nya lokaler nära Karolinska Institutet i Stockholm. Flytten är planerad till januari 2026. Att återigen sitta tillsammans kommer bidra till mer samarbeten i framtiden!

## Svenska Celiakiungdomsförbundet (SCUF)

Unga Allergiker och SCUF har liknande organisationsuppbyggnad och flera gemensamma frågor vilket gör en tät kontakt givande. Respektive organisations kanslipersonal har haft löpande kontakt både i grupp och mellan de respektive arbetsområdena. Under slutet av höstterminen träffade kansliet SCUFs förbundsordförande för att inleda gemensamma aktiviteter under 2026.

## LSU

Unga Allergiker är en av medlemsorganisationerna i LSU. Under 2024 har UA kanslipersonal tagit del av ledarskapsutbildning och kompetensträffar som LSU erbjuder. Förbundsordförande Noomi Harroft deltog på LSUs årsmöte och mingel i oktober 2024.

## STYPA – Skills training for young patient advocates

Simon Forsberg och Hana Dindic från Unga Allergiker deltog i ett internationellt program för att få verktyg för att kunna förespråka unga patienter inom vården. Kursen pågick mellan juni och oktober.

## 8. Ekonomi

### Ekonomisk översikt

Förbundet redovisar år 2025 ett resultat om minus **126 874,32**. Verksamhetsåret har präglats av ett fortsatt ekonomiskt anpassningsarbete. Intäkterna från fonder och stiftelser har varit lägre än föregående år, och förbundet har under året inte erhållit verksamhetsstöd från Astma- och allergiförbundet. Detta har sammantaget påverkat intäktssidan och ställt ökade krav på prioriteringar och kostnadskontroll.

Efter två ekonomiskt utmanande år har styrelsen haft ett tydligt fokus på att stabilisera förbundets ekonomi. En deltidsanställning för verksamhetsutveckling har därför bibehållits i syfte att säkra kontinuitet, stärka strukturer och skapa långsiktiga förutsättningar för en hållbar ekonomi.

Under året avslutade förbundets kommunikatör, som haft en heltidsanställning under två års tid, sin tjänst. Under hösten tillsattes en ny kommunikatör på deltid. Provanställningen avslutades under hösten.

Styrelsens samlade bedömning är att årets åtgärder har varit nödvändiga för att anpassa organisationen till rådande ekonomiska förutsättningar och skapa stabilitet inför kommande verksamhetsår.

Förbundet fick ett statsbidrag från MUCF på 1 655 490 kronor. Förbundet söker varje år bidrag från andra stiftelser och fonder för lägerverksamhet. Vi fick även ett bidrag från MUCF för installation av Fritidskortet på 44 056 kronor. Under 2025 fick förbundet:

174 000 kronor från Sunnerdahls Handikappfond  
25 000 kronor från Lars Hierta Minne

30 000 kronor från Åhlénstiftelsen  
68 400 kronor från Radiohjälpen Kronprinsessan Victorias fond  
50 000 kronor från Konung Gustaf V:s 90-årsfond.  
20 000 kronor från Jerringsfonden  
50 000 kronor från CF Lundströms Stiftelse  
100 000 kronor från Kronprinsessan Margareta Minnesfond

Inget verksamhetsbidrag erhöles från Astma- och Allergiförbundet.

Förbundet fick avslag från Kerstin och Börje Hedenblads Stiftelse, Eva och Oscar Ahréns Stiftelse, Mats Klebergs stiftelse, Stiftelsen Oscar Hirsch minne, Petrus och Augusta Hedlunds Stiftelse, Olle Engkvists Stiftelse, Kungaparets bröllopsfond och Prins Gustav Adolf och Prinsessans Sibyllas minnesfond.

## Resultat

Årets resultat är ett underskott på **126 874,32**.

## 9. Framtid

### Planerad verksamhet 2026

Under 2026 kommer vi att fortsätta bedriva vår sociala verksamhet i form av fysiska träffar som sommarläger, barnläger, Riksöverläggning samt Lokalförenings-kick off. Vi kommer även att undersöka möjligheten att anordna ett ungt vuxenläger då vi har sett en ökad efterfråga bland våra äldre medlemmar. Vi har tidigare år fokuserat på de yngre medlemmarna och vill gärna kunna erbjuda aktiviteter och läger för de som är över 18 år.

### Förändringar på kansliet: Nytt kontor och ny vikarierande kanslichef

#### Visste du att?

- Från januari 2026 sitter UA kansli på Astma- och Allergiförbundets nya lokaler ute i Solna
- Vi planerar att delta på en utbytesresa genom Erasmus + tillsammans med andra internationella allergiorganisationer
- Vi hoppas också kunna fortsätta dela och sprida vår kunskap för att synliggöra hur det kan vara att leva med astma, allergi och annan överkänslighet under kampanjdagar och samverkansträffar.
- Vi lämnar vårt tvååriga temaår kring psykisk hälsa och lanserar vårt nya temaår som ska pågå i två år!
- Förbundsstyrelsen kommer att delta på Almedalsveckan
- En ny förbundsstyrelse ska röstas fram under höstens Riksöverläggning och våra medlemmar ska rösta fram verksamhetsplaneringen för 2027–2029.
- Vi ser fram emot ett 2026 fyllt av givande möten med såväl beslutsfattare, allmänhet och allra viktigast våra fantastiska medlemmar!

## Underskrifter Verksamhetsberättelse 2025

Noomi Harrtoft  
*Förbundsordförande*

Hana Dindic  
*1:e vice ordförande*

Emil Modd  
*2:e vice ordförande*

David Oleander  
*Adjungerande ledamot*

Simon Forsberg,  
*Ledamot*

# Certification

Reference: cmor4qoa5042gzdibtai7e8i1



## Document

Filename: Verksamhetsberättelse\_2025.pdf

Fingerprint: D0p7Q0VhMoxYnpVyONMkt2WTdSOxOwqpghiOW5wvpvQY=



**Hana Dindic**

Signer

**Personal number**

19990125-\*\*\*\*

**Signed with**

Swedish Mobile BankID (AES)

**Signed at**

2026-05-04 14:08:50



**Noomi Dorothy Britta Ingrid**

**Harroft**

Signer

**Personal number**

20020218-\*\*\*\*

**Signed with**

Swedish Mobile BankID (AES)

**Signed at**

2026-05-04 14:23:56



**Emil Anders Emanuel Modd**

Signer

**Personal number**

20030711-\*\*\*\*

**Signed with**

Swedish Mobile BankID (AES)

**Signed at**

2026-05-04 14:27:34



**Karl Simon Forsberg**

Signer

**Personal number**

20051021-\*\*\*\*

**Signed with**

Swedish Mobile BankID (AES)

**Signed at**

2026-05-04 14:39:40



**David Oleander**

Signer

**Personal number**

20060104-\*\*\*\*

**Signed with**

Swedish Mobile BankID (AES)

**Signed at**

2026-05-05 11:38:57

The complete audit trail and signature data is embedded within this PDF file. Please handle with care, as it contains sensitive and Personal Identifiable Information (PII).

Save Evidence Package

# Important Information About Your Digitally Signed Document



## Treat with Care

This document contains Personally Identifiable Information (PII). It is crucial to manage it with utmost care to prevent any unauthorized access or exposure.



## Always Keep a Digital Copy of This Document

This document contains critical digital signatures and security features that are only preserved in its digital format. To ensure the integrity of the document, you must retain a digital copy for your records.



## Handling and Storage

This digitally signed document is considered an original. Any alterations to the document will compromise its validity. It is your responsibility to ensure that it is stored securely to maintain its original condition.



## Verification

Independently verify the document using industry-standard tools such as Adobe Acrobat. For added convenience, Zigned provides a validation service to confirm the integrity and validity of your signed document. Visit [zigned.se/verify](https://zigned.se/verify) to access this feature.

---

## Document Contents

Included within this digitally signed document are:

- All signature information
- Original documents
- Comprehensive audit logs

Each of these components is secured with a digital signature and timestamp, backed by certificates accredited on the European Union Trusted Lists (EUTL), ensuring compliance with EU regulations and providing unparalleled security.

## About Zigned

Zigned AB (Reg. no. 559279-9224), established in Sweden in 2020, is a leader in web-based digital signing technologies. We are dedicated to delivering secure, efficient, and user-friendly digital signing solutions. Learn more at [zigned.se](https://zigned.se).