

Årsrapport 2025



For deg med en oppvekst
preget av voksnes rus

Om Ly

Siden 2009 har bruker- og pårørendeorganisasjonen Ly jobbet utelukkende for barn og unge med en oppvekst preget av voksnes rus.

Organisasjonen vår representerer de enkleste, men viktigste verdiene: varme, trygghet og samhold. Dette mener vi er motgiften til en komplisert og kaotisk hverdag. Vårt arbeid handler om å gi støtte, skape forståelse og sørge for at den pårørende får den anerkjennelsen og hjelpen de trenger.

Vi drifter en anonym chattetjeneste som bemannes av frivillige, hvor vi fem dager i uka prater med folk som står i ulike utfordringer her og nå. Vi jobber også aktivt, sammen med dyktige bruker- og pårørenderepresentanter, med å løfte deres erfaringer inn i systemer og tjenester, og påvirke politisk, i håp om at fremtidens barn og unge med slike erfaringer, får bedre forutsetninger.

Når vi snakker om å være preget av oppveksten sin med rus i familien, så vet vi at dette gjelder de som er 8, 19, men også 54.

Det handler ikke om alder, men om relasjonen, og at oppveksten følger oss hele livet, i liten eller stor grad. Rusmidler kommer også i mange former, og en voksen i alkoholrus kan oppleves like ubehagelig som en som har inntatt tyngre stoffer.

Vi setter ingen merkelapper eller begrensninger. Det er opplevelsen av utrygghet og bekymring som spiller en rolle og da ønsker vi å være det trygge rommet – et sted man kan søke Ly.



Innhold

| | |
|----|--|
| 4 | Forord |
| 6 | Styrets beretning |
| 8 | Chatten |
| 9 | Hvem og hva |
| 10 | Åpningstid, skolering og frivillige |
| 11 | Chatten i tall |
| 12 | Medvirkning og brukerstemmen |
| 13 | Brukerrepresentanter og deres medvirkningsarbeid |
| 15 | Faglige råd for bruker- og pårørendemedvirkning |
| 16 | Brukerstemmen i offentligheten |
| 17 | Ungt nettverk barnevern |
| 19 | Involvering av medlemmer |
| 21 | Hotellhelg med medlemmer og frivillige |
| 22 | Politisk påvirkning |
| 23 | Høringer og innspill |
| 24 | Rusbehandlingsutvalget og stigmatiserende språk |
| 25 | Høring på Stortinget |
| 26 | Forskning og faglig utvikling |
| 27 | Arctic Youth |
| 28 | P-huset, Storfamilien og Høgskulen Vestlandet |
| 29 | Ipsos-undersøkelsen |
| 30 | Kommunikasjon og synlighet |
| 31 | Navneendring |
| 33 | Sosiale medier |
| 34 | Sosiale medier i tall |
| 36 | Nettside og nettsaker |
| 37 | Nyhetsbrev |
| 38 | Medieoppslag og synlighet |
| 40 | Utvidet skjenkestart på 17. mai |
| 41 | Lanseringsfest for nytt navn |
| 42 | Økonomi |



Forord

2025 har vært et år preget av utvikling, endringsvilje og styrket fellesskap, der organisasjonen har stått i viktige prosesser samtidig som vi har bevart stabiliteten i kjerneoppdraget vårt.

Administrasjonen har vært preget av kontinuitet, høy arbeidskapasitet og et trygt fundament, noe som har gjort det mulig å håndtere organisatoriske endringer og strategisk utvikling med stødighet. Nettopp kombinasjonen av å stå støtt i formålet og samtidig være i bevegelse har styrket retning, identitet og synlighet – uten at det har gått på bekostning av vårt grunnleggende samfunnsoppdrag.

Et sentralt kjennetegn ved året har vært den sterke endringsviljen internt i organisasjonen. Medlemmer, frivillige og brukerrepresentanter har bidratt aktivt med innspill, refleksjoner og engasjement i utviklingsarbeidet.

Prosesser knyttet til videre utvikling av organisasjonens identitet og retning har vært preget av bred involvering og reell medvirkning med organisasjonens medlemmer og frivillige. Dette har bidratt til økt eierskap, økt internt engasjement og en tydeligere felles retning.

Et viktig veiskille i 2025 fant sted 24. november, da organisasjonen offisielt gikk fra å hete Barn av rusmisbrukere til Ly – For deg med en oppvekst preget av voksnes rus. Navneskiftet markerer ikke et brudd med historien vår, men en styrking og videreføring av det arbeidet som har vært bygget opp over mange år. Formål, målgruppe og samfunnsoppdrag ligger fast, samtidig som det nye navnet gir oss en tydeligere og mer tilgjengelig inngang for dem vi er til for.

I året som har gått, har organisasjonen erfart hvordan selv nødvendige endringer for å sette ny retning, kan være krevende og ikke kjennes riktig for alle å være en del av. Dette er noe vi har forståelse for. En viktig lærdom fra året som har gått, er viktigheten av enda bredere involvering og flere lytteposter i medlemsmassen.

En tilbakemelding vi tok med oss fra det ordinære årsmøtet i april, da saken om navneendring i første omgang med nedstemt. Det nye navnet er ikke et resultat av en enkelt beslutning, men av en omfattende og inkluderende medvirkningsprosess med medlemmer og frivillige, som til slutt ble formelt vedtatt gjennom medlemsflertallets avstemning på ekstraordinært årsmøte i oktober. Dette har bidratt til bred forankring og eierskap til endringen i hele organisasjonen.

2025 har også vært et år hvor vi har sett økt engasjement fra både medlemmer og frivillige. Flere har ønsket å bidra aktivt i organisasjonens arbeid, og vi har hatt en positiv utvikling i rekruttering av frivillige til chatten.

Dette er av stor betydning, ettersom chattetilbudet er en av organisasjonens viktigste lavterskelarenaer for støtte og tilstedeværelse for målgruppen. Den økte rekrutteringen styrker både kapasiteten og kvaliteten i tilbudet, og vitner om et sterkt engasjement for oppdraget vårt.

Videre har endringene og utviklingsarbeidet gjennom 2025 bidratt til økt synlighet for organisasjonen. Vi har i større grad vært til stede i egne kanaler og i offentligheten med kunnskap, erfaringer og brukerperspektiver, noe som har bidratt til at flere har funnet frem til oss og tatt del i tilbudene våre.

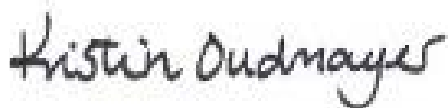
Økt synlighet har også medført at flere sterke brukerrepresentantstemmer har fått en tydeligere plass i organisasjonens arbeid og i påvirkningsarbeid utad, noe som styrker både legitimitet og gjennomslagskraft.

Internt i organisasjonen har 2025 vært preget av økende engasjement, samarbeid og felles stolthet over det vi har fått til sammen. Det er tydelig at involvering, dialog og medvirkning har styrket fellesskapsfølelsen på tvers av roller og funksjoner, og bidratt til en organisasjon med høy grad av tillit og samhandling.

Som generalsekretær har året vært særlig meningsfullt på det menneskelige plan. 1:1-samtalene med medlemmer har vært blant årets viktigste høydepunkter. Samtalene har gitt verdifull innsikt i medlemmenes erfaringer, motivasjon og forventninger, og har vært avgjørende for videre utvikling av organisasjonen som medlems- og brukerorganisasjon.

Når jeg ser tilbake på 2025, kjenner jeg først og fremst på stor stolthet over hva vi har fått til sammen. Resultatene er et direkte uttrykk for innsatsen, engasjementet og lojaliteten fra medlemmer, frivillige, brukerrepresentanter, styret og administrasjonen.

Jeg vil rette en oppriktig takk for tilliten og det gode samarbeidet som har preget året. Med styrket synlighet, brukerrepresentasjon og frivillig engasjement, står organisasjonen godt rustet for veien videre. Jeg ser frem til at vi i fellesskap skal videreutvikle vår rolle og gi en enda tydeligere stemme til dem vi er til for.



Kristin Oudmayer
Generalsekretær i Ly



Styrets beretning

2025 har vært et viktig år for organisasjonen.

Navneendringen fra Barn av Rusmisbrukere til Ly markerer et nytt kapittel. Prosessen har vært bred og demokratisk, med aktiv deltakelse fra medlemmer, frivillige og ansatte. To navn ble lagt frem for ekstraordinært årsmøte. Valget falt på Ly.

Dette handler ikke bare om navn. Det handler om retning.

Ly skal nå flere, redusere stigma og løfte barn med en oppvekst preget av voksnes rus tydeligere inn i samfunnsdebatten.

Strategisk retning

Styret startet i 2025 arbeidet med et nytt strategisk rammeverk for 2026–2029.

Ly skal være en bruker- og pårørendeorganisasjon som gir barn og unge en tydelig stemme og posisjon i samfunnet. Brukermedvirkning er bærebjelken i alt vi gjør. Erfaringene til dem det gjelder, skal forme både tilbud, prioriteringer og politisk arbeid.

Vi har identifisert fire hovedutfordringer:

- For få kjenner til oss
- Vi må styrke politisk påvirkning
- Vi må rekruttere og beholde flere frivillige og medlemmer
- Strategien skal styre økonomien – ikke omvendt

Dette arbeidet er godt i gang.

Synlighet og kjennskap

Kjennskapen til Ly er fortsatt for lav. Vi jobber mer målrettet for å nå barn som trenger støtte, og voksne som ønsker å bidra.

Samtidig skal Ly være en tydelig stemme i rus- og barnepolitikken. Når brukerstemmer løftes inn i politiske rom, bidrar vi til varig endring.

Frivillige og medlemmer

Chatten er en bærebjelke i tilbudet vårt. Den krever trygge og stabile frivillige.

Rekruttering og ivaretagelse av frivillige og medlemmer er derfor en klar prioritet. Ly skal være et trygt fellesskap der erfaring ikke bare deles – men brukes til å påvirke systemer og tjenester.

Økonomi og bærekraft

Ly er avhengig av offentlige tilskudd. Samtidig skal våre strategiske mål styre hvilke midler vi søker og hvordan vi prioriterer.

Styret har fulgt økonomien tett gjennom året. Målet er en robust organisasjon med større handlingsrom.

Veien videre

Ly skal være et trygt sted – og en tydelig stemme. Vi har et nytt navn, en vedtatt strategi og klare prioriteringer. Nå handler det om gjennomføring.

Ingen barn skal stå alene med konsekvensene av voksnes rus.

Marius Eriksen
Styreleder i Ly



Chatten



Chatten

Antall unike brukere av chatten økte med 33,5 prosent i 2025 sammenlignet med året før.

Totalt tok 442 barn og unge kontakt med oss gjennom 1286 henvendelser. Vi var i samtale i 749 timer i løpet av året, og en gjennomsnittlig samtale varte i 35 minutter.

Økningen kom i et år hvor vi i perioder hadde reduserte åpningstider. Det viser at behovet for en trygg, anonym samtalepartner er stort.

Hva snakker vi om?

Temaene i samtalene ligner tidligere år, men med noen tydelige trekk.

- Psykisk helse er den mest gjennomgående tematikken og omtales i 60,77 prosent av samtalene.
- Rus tematiseres i 52,69 prosent.
- Hverdagsutfordringer tas opp i 47,64 prosent av samtalene.
- I 23,91 prosent av samtalene handler det om andre hjelpetilbud, ofte spørsmål om hvor man kan få videre eller mer spesialisert hjelp.

Når barn og unge skriver om rus, handler det i de fleste tilfeller om én forelder. Psykisk helse går igjen fordi livssituasjonen mange står i over tid setter spor.

Samtaler om hverdagen kan dreie seg om alt fra skole og fritid til stemningen rundt middagsbordet.

Alle disse samtalene gir oss innsikt i hvordan det oppleves å vokse opp eller ha vokst opp i familier preget av voksnes rus, og hva som trengs for at barn og unge skal få støtte tidligere.

Hvem når vi?

Den største aldersgruppen er 19–23 år, som utgjør 48,9 prosent av brukerne. Det viser at mange tar kontakt i overgangen til voksenlivet, eller når de har fått større avstand til det de har stått i.

Åpningstid og tilgjengelighet

Chatten er fast åpen søndag til torsdag mellom klokken 17 og 20. I 2025 måtte vi likevel gjøre noen nødvendige prioriteringer.

Fra 20. august til og med uke 45 holdt vi stengt på onsdager. I stedet for å spre bemanningen for tynt, valgte vi å konsentrere innsatsen på færre dager.



Målet var å sikre at de som tok kontakt faktisk kom i samtale med en frivillig, fremfor å oppleve lang kø eller ikke nå frem.

Utvidet åpningstid i høytidene

Vi vet at høytider kan være særlig krevende perioder. Alkoholkonsumet i befolkningen øker generelt i disse periodene, samtidig som skole og fritidsaktiviteter er stengt. For mange betyr det færre trygge pusterom.

I påskeferien holdt vi åpent i 12 sammenhengende dager, med tre timers utvidet åpningstid på de røde dagene. Vi mottok 85 henvendelser fordelt på 25 barn og unge. Det er en nedgang i antall henvendelser på 24,1 % sammenlignet med 2024, men en økning på 8,7 % i antall barn og unge som tok kontakt.

I juleferien (21. desember–1. januar) var chatten åpen seks sammenhengende dager i starten, og fire mot slutten av ferien, med full bemanning. To dager i romjulen var vi stengt grunnet lav bemanning. Vi mottok 80 henvendelser fra 47 barn og unge – 46 % færre henvendelser enn i 2024, men en økning på 147,4 % i antall barn og unge som tok kontakt.



I 2025 har vi nådd flere barn og unge på chat enn noen gang tidligere. Selv om antall henvendelser har gått noe ned, har antall unike brukere økt med 33,5 % sammenlignet med 2024. Det betyr at vi har vært der for flere enn før.

Skolering

For å sikre at frivillige er godt forberedt til å møte barn og unge i chatten, gjennomførte vi fem skoleringer i løpet av året. 14 deltakere meldte seg på, og 9 ble aktive frivillige.

Over to intensive dager får nye chatverter innføring i Lys arbeid og opplæring i samtaleteknikk og håndtering av ulike situasjoner.

Målet er at de skal være trygge i rollen – og at barn og unge møter en voksen som er både til stede og kompetent.

Frivilligheten – hjertet i chatten

Ved utgangen av 2025 hadde vi 32 aktive chatverter som uke etter uke stiller opp for barn og unge som trenger en trygg voksen å snakke med.

Samtidig har året vært preget av endringer. Flere har avsluttet vervet sitt, og det har ført til en nedgang i antall frivillige sammenlignet med året før.

Vi vet at frivillig arbeid krever både tid og emosjonell kapasitet, og vi er oppriktig takknemlige for alle som har valgt å bruke av sin fritid for å være der for andre.

Engasjementet og innsatsen deres er avgjørende for at vi kan holde chatten åpen og være tilgjengelige når barn og unge trenger oss.

Chatten i tall

Hvem snakker vi med?



10.1 %



89.6 %

Den største aldersgruppen er 19–23 år (48,9 %), som utgjør nesten halvparten av brukerne våre.

Når er behovet størst?



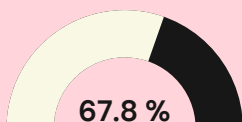
- Søndager
- Mellom kl. 17–18



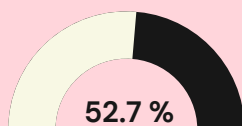
Gjennomsnittlig ventetid: 0 minutter.

De fleste slipper kø og kommer raskt i samtale. I snitt varer den 35 minutter.

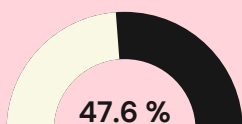
Hva snakker vi om?



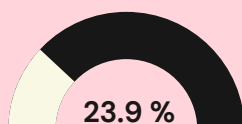
Psykisk helse



Rus



Hverdag



Hjelpetubud

Antall chatverter

32 aktive frivillige ved utgangen av 2025.



Nye chatverter: 9

Til sammen har våre frivillige gitt 749 timer i direkte samtale med barn og unge i 2025.

Medvirkning og brukerstemmen



Medvirkning og brukerstemmen

Barn og unge som vokser opp i familier preget av voksnes rus, sitter på erfaringer som må få plass i tjenester, forskning og politiske beslutninger.

De vet hvordan det kjennes når hverdagen blir uforutsigbar, og hva som faktisk gjør en forskjell.

I Ly er medvirkning en grunnleggende del av arbeidet vårt. Gjennom brukerrepresentanter, Ungt nettverk og samarbeid med fagmiljøer sørger vi for at erfaringer fra oppvekst preget av rus blir en del av kunnskapsgrunnlaget når tjenester formes og prioriteringer gjøres.

Når vi tar utgangspunkt i dem det gjelder, blir arbeidet mer treffsikkert. Det gir oss et solid kunnskapsgrunnlag og bidrar til løsninger som henger sammen med virkeligheten barn og unge faktisk står i.

Våre brukerrepresentanter i 2025

I løpet av året har brukerrepresentantene deltatt i 45 oppdrag. Til sammen har 11 representanter bidratt med hele 135,5 timer. Takk for tiden, erfaringene og engasjementet dere deler.

Hver time representerer viktige erfaringer delt og perspektiver som ellers lett mangler i rommene der beslutninger tas.

Samlet sett har organisasjonen deltatt i 143 oppdrag i 2025, med en total innsats på 532 timer.



Skolering av brukerrepresentanter

For å sikre kvalitet, trygghet og forutsigbarhet i medvirkningsarbeidet har vi i 2025 videreutviklet opplæringen av bruker- og pårørenderepresentanter.

I løpet av året gjennomførte vi tre skoleringer med totalt ni deltakere.

To av skoleringene ble gjennomført i regi av Ly og ga en grunnleggende innføring i rollen, organisasjonens verdier og rammer for medvirkning, samt etiske og praktiske sider ved representantrollen.

Én av skoleringene rekrutterte også deltakere fra Ungt nettverk, i forlengelse av prosjektet for dem som ønsker å bidra mer aktivt i organisasjonen.

Den tredje skoloringen ble gjennomført i samarbeid med Pårørendealliansen og besto av et digitalt grunnkurs og et fysisk kurs med fokus på operativ kompetanse.

Kursene bygger på opplæringsmoduler utviklet av Pårørendealliansen med støtte fra Helsedirektoratet. Innholdet omfatter forståelse av pårørendemedvirkning, rolleforventninger, etiske dilemmaer, medvirkningsarenaer og samspill mellom representant og organisasjon.

Samarbeidet kombinerer Lys erfaringskompetanse med Pårørendealliansens systematiske og kvalitetssikrede opplæringsløp innen pårørendemedvirkning.

Medvirkning i råd, utvalg og utviklingsarbeid

Brukerrepresentantene har blant annet deltatt i:

- bruker- og pårørendeutvalg innen rus- og psykisk helsefeltet
- erfaringsråd og referansegrupper i kommuner og statlige etater
- styringsgrupper og kvalitetsmøter i ideelle organisasjoner
- planlegging og utvikling av kurs, webinarer og faglige tilbud rettet mot pårørende

Deltakelsen har bidratt til mer nyanserte vurderinger og et tydeligere blikk for hvordan tiltak faktisk oppleves for dem det gjelder.

Kompetanseheving og formidling

En betydelig del av arbeidet vårt handler om å dele kunnskap og erfaringer videre.

I 2025 har organisasjonen deltatt i 11 formidlingsoppdrag, med en samlet rekkevidde på om lag 450 deltakere.

Oversikt over alle foredrag i 2025:

- Webinar og samtaleguide for voksne barn av rusavhengige
- Webinar om gutter og menn som pårørende
- Webinar om Barn som pårørende
- Webinar usynlige barn, synlige konsekvenser
- Undervisning for videreutdanning innen rus og psykisk helse ved UiT
- Foredrag på Diakonhjemmet for masterstudenter og lærere
- Foredrag på fagdag for barneansvarlige ved UNN
- Foredrag på OUS om barn som pårørende
- Undervisning for ergoterapistudenter om barn som pårørende
- IFSW konferanseinnlegg om forskningssamarbeidet med UiT om unges aktørskap i ungt nettverk
- Foredrag i Porsgrunn om medvirkning i bruker- og pårørendeorganisasjoner på fagdag «Når rusen berører familien».



Faglig råd for bruker- og pårørendemedvirkning

Helsedirektoratet lanserte nasjonale faglige råd for bruker- og pårørendemedvirkning i rus- og psykisk helsefeltet i april.

Rådene gir veiledning i hvordan medvirkning skal gjennomføres på system-, tjeneste- og individnivå, og bidrar til tydeligere begreps- og rolleavklaringer mellom tjenester, representanter og organisasjoner.

Formålet er å styrke kvaliteten i helse- og omsorgstjenestene gjennom mer systematisk og reell medvirkning, og å redusere uønsket variasjon i praksis.

Rådene tydeliggjør blant annet lederansvar, behovet for struktur og kompetanse, samt forskjellen mellom ulike former for medvirkning, som enkeltstemmer, grupperepresentasjon og erfaringskompetanse i ansattroller.

Utviklingen av rådene har vært et omfattende arbeid over flere år, med bred involvering fra bruker- og pårørendeorganisasjoner, forskningsmiljøer, tjenester og myndigheter.

Arbeidet har inkludert innspillmøter, høringer og kunnskapsoppsummeringer, og bygger på både forsknings- og erfaringsbasert kunnskap.

Ly har, sammen med flere andre organisasjoner, deltatt i prosjektgruppen og bidratt med innspill i utviklingsarbeidet og høringsprosessen.

Etter lanseringen deltok Ly også på en implementeringsworkshop i regi av Helsedirektoratet og Brukerrådet for rus og psykisk helse, med mål om å utforske hvordan rådene kan tas i bruk i praksis.

Rådene vil være et viktig utgangspunkt for Lys videre arbeid med bruker- og pårørendemedvirkning.



Brukerstemmen i offentligheten

Gjennom året har brukerstemmen fra et barne- og pårørendeperspektiv blitt løftet i flere offentlige sammenhenger.

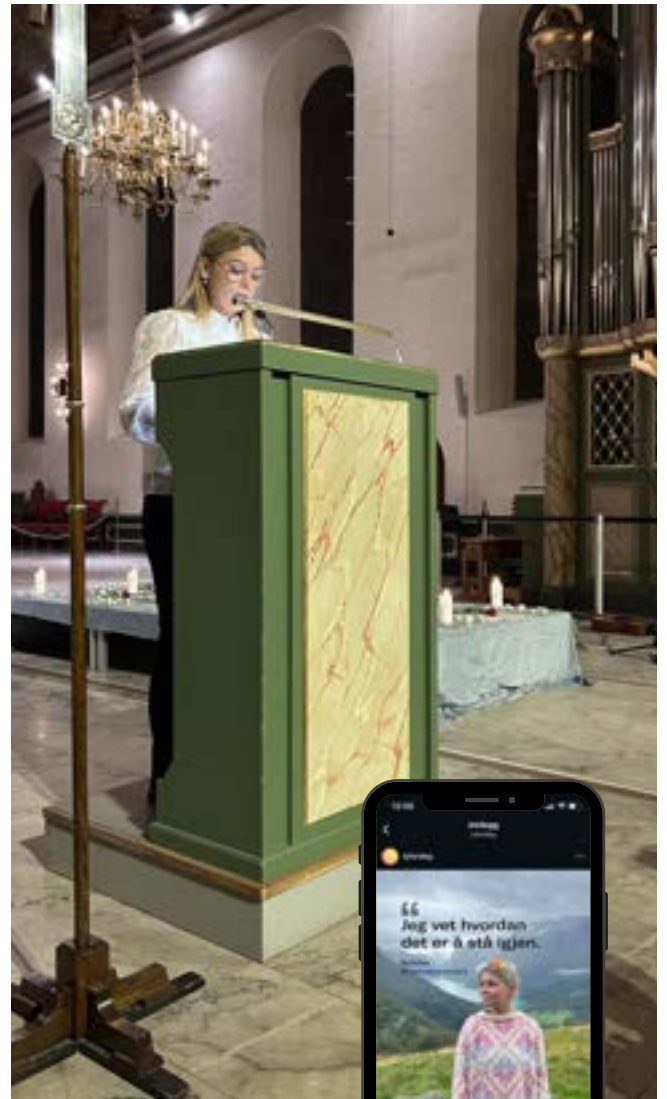
På Verdens overdosedag 31. august deltok vi i en felles markering i samarbeid med flere andre aktører på rusfeltet. En av våre brukerrepresentanter delte hvordan det er å vokse opp i konstant beredskap, med frykten for å miste en forelder hengende over seg.

Appellen inneholdt en tydelig oppfordring om et løft i rusbehandling, ettervern og støtte til pårørende, og en politikk som gir hjelp fremfor straff.

I oktober holdt en annen brukerrepresentant appell under en minnegudstjeneste i Oslo domkirke, arrangert av Kirkens Bymisjon, Frelsesarmeen og Blå Kors.

Hun satte ord på det å stå igjen etter tapet av en forelder, og løftet behovet for en ruspolitikk som ser menneskene bak tallene, og et hjelpeapparat som fanger opp barn tidlig.

Begge appellene gjorde sterkt inntrykk. Flere som var til stede kom bort etterpå og fortalte hvordan budskapene traff.



Brukerrepresentant Sunniva i Oslo Domkirke.

Når brukerstemmen får plass i offentligheten, synliggjøres både konsekvensene for barn og unge og hva som må endres.

Ungt nettverk barnevern

Det ble gjennomført to samlinger i regi av Ungt nettverk barnevern i fjor, med totalt 13 deltakere.

Samlingene fungerte som trygge arenaer for fellesskap, erfaringsutveksling og refleksjon.

Flere ga uttrykk for at det opplevdes viktig å møte andre i lignende situasjoner. Å dele og lytte til hverandre ga opplevelse av fellesskap og støtte. Gjennom samtalene ble det tydelig hvilke utfordringer unge møter i møte med tjenester og systemer.

Med støtte fra Stiftelsen Scheibler kunne vi også arrangere sosiale samlinger i Oslo og Bergen. Disse samlingene styrket nettverket som fellesskap og møteplass. I Bergen tok en deltaker selv initiativ til å planlegge og gjennomføre samlingen. Det sier noe om engasjementet, eierskapet og kraften som finnes i nettverket.

Gjennom året var vi så heldige å få tilbud om billetter til Øyafestivalen, RakettNatt i Tromsø og på Det Norske Teatret. Alle i nettverket fikk tilbud om å benytte seg av dette. Vi setter stor pris på at arrangørene ønsket å gi ungdommene slike opplevelser.

Samarbeid med UiT Norges arktiske universitet

Samarbeidet med UiT har fortsatt i 2025. Vi arbeider nå med en vitenskapelig artikkel om unges aktørskap gjennom Ungt nettverk.

Ungt nettverk barnevern er et nettverk for unge mellom 16 og 25 år som har vokst opp med rus, psykisk sykdom eller vold i familien, og som har erfaring med barnevernet.

Gjennom samlinger deler deltakerne erfaringer, støtter hverandre og lærer sammen, for å gjøre barnevernet bedre for fremtidens barn og unge.

Artikkelen bygger på erfaringer og datamateriale fra prosjektet, og rådgiver Andrea er andreforfatter.

At ungdommenes erfaringer løftes inn i en forskningskontekst, er viktig. Det bidrar til å systematisere kunnskapen de sitter på, og styrker grunnlaget for videre utvikling av praksis og politikk på feltet.

Takk til dere som deler historiene deres, tankene deres og engasjementet deres. Dere bidrar til at barnevernet kan utvikles med de unges stemmer som en tydelig del av grunnlaget.



Ungt nettverk på internasjonalt konferanse

I oktober ble Ungt nettverk barnevern presentert for et internasjonalt fagmiljø på sosialarbeiderkonferansen International Federation of Social Workers (IFSW).

Innlegget var en del av et samarbeid mellom UiT Norges arktiske universitet og Ly, og ble holdt av forsker Anne Riise fra UiT og prosjektleder Andrea Rothschild i Ly.

Sammen delte de erfaringer fra arbeidet med Ungt nettverk barnevern, med særlig vekt på hvordan trygghet, fellesskap og medvirkning kan gi ungdom med barnevernserfaring større handlingsrom.

De løftet fram verdien av tett samarbeid mellom forskning og praksis, og hvordan unges erfaringer kan bidra til utvikling av bedre tjenester.

Merk: På tidspunktet for konferansen var organisasjonen i en navneendringsprosess.

Prosjektet ble derfor presentert under daværende navn.



Involvering av medlemmer og frivillige

I 2025 har vi jobbet målrettet for å involvere medlemmer og frivillige tettere i organisasjonens utvikling.

Årsmøte og navneendringsprosessen

Arbeidet med navneendring ble igangsatt for flere år siden. I 2025 fikk vi i oppgave å fullføre arbeidet, med mål om et inkluderende og ikke-stigmatiserende navn som flere kan kjenne seg igjen i.

I første fase ble byrået Tante Randi koblet på for å bistå i arbeidet. Det ble etablert en arbeidsgruppe bestående av frivillige i organisasjonen, som sammen med ansatte deltok aktivt i arbeidet.

Byrået gjennomførte intervjuer med arbeidsgruppen, men også med unge i alder 16–23 for å hente innsikt før navneutviklingen startet.

På bakgrunn av innsikten ble det gjennomført arbeidsmøter frem mot årsmøtet i april. Arbeidsgruppen, sammen med Tante Randi, utviklet og vurderte ulike navneforslag, og ett forslag ble lagt frem for avstemning.

Forslaget ble ikke vedtatt.



Tilbakemeldingen fra medlemmene var at de ønsket bredere involvering. Det tok vi på alvor og la inn flere medvirkningsledd i prosessen.

Etter sommeren inviterte vi alle medlemmer og frivillige til å delta i videre navnearbeid. Ti personer, bredt representert i alder og rolle, meldte seg og deltok i en ny arbeidsfase sammen med to ansatte og byrået Tante Randi.

For å sikre bred representasjon dekket organisasjonen reise og opphold for deltakere som ikke bodde i Oslo.

Gjennom flere fysiske workshops og digitale møter utviklet og vurderte arbeidsgruppen både tidligere og nye navneforslag.

Tre navn ble sendt ut på høring til organisasjonens medlemmer, med invitasjon om innspill og refleksjoner. På bakgrunn av høringsrunden gikk to navn videre til avstemning på ekstraordinært årsmøte 16. oktober.

Ly – for deg med en oppvekst preget av voksnes rus ble stemt frem med 56,25 % av stemmene. Beslutningen ble tatt gjennom en åpen og demokratisk prosess, der medlemmene hadde siste ord.

Dialog og medlemsinnspill gjennom året

Gjennom sommeren sendte generalsekretær Kristin en personlig e-post til alle medlemmer, med tilbud om en uformell samtale.

Målet var å bli bedre kjent, introdusere seg selv og senke terskelen for dialog. Flere tok imot tilbudet, og vi mottok også mange nyttige tilbakemeldinger på e-post.

Parallelt gjennomførte vi en medlemsundersøkelse for å få bedre oversikt over medlemsmassen og hva som er viktig for dem i medlemskapet.

Undersøkelsen ga oss innsikt i forventninger, behov og ønsker for organisasjonens videre utvikling. Innspillene gir oss et bedre grunnlag for å styrke både tilbudene og fellesskapet i Ly.

En stor takk til alle som har brukt tid og krefter på å gi tilbakemeldinger, delta i prosesser og engasjere seg i utviklingen av organisasjonen. Det er deres stemmer som gir retning til arbeidet vårt.



Hotellhelg med frivillige og medlemmer

I november samlet vi totalt tjue medlemmer og frivillige, sammen med ansatte og styremedlemmer til en fellessamling over to fine dager, fulle av engasjement, åpne samtaler og tid til å være sammen.



I løpet av helga holdt vi workshops som handlet om å utforske temaer som er viktig å løfte når vi snakker om barn som pårørende, og hvordan erfaringene kan brukes videre i formidling.



Chatvertene fikk også jobbet med trygghet i rollen som frivillig på chatten, med fokus på krevende samtaler, grenser og det å møte mennesker på en god og respektfull måte.

Vi hadde besøk av forfatter Oliver Lovrenski, som delte utdrag fra boka *Da vi var yngre*, før han deltok i en samtale om oppvekst, minner og hvordan erfaringer setter spor. Dorthe fra Ennea holdt kurs i kommunikasjon og relasjoner, og hvordan vi påvirker hverandre.



Tusen takk til alle som deltok og delte tid, spørsmål og perspektiver. Engasjementet, erfaringene og viljen til å dele gjør Ly til et sted der flere kan kjenne seg igjen og finne støtte.

Politisk påvirkning



Politisk påvirkning og høringer



Barn og unge som vokser opp i familier med rusutfordringer, har ofte begrenset påvirkning på valg og rammer som får stor betydning for livene deres.

Nettopp derfor arbeider vi målrettet for at deres erfaringer ikke bare skal bli lyttet til, men faktisk påvirke hvordan politikk utformes og tjenester utvikles. Gjennom året har vi sendt inn flere høringssvar og skriftlige innspill, med et tydelig mål om å styrke barn og unges rettigheter, bidra til tryggere oppvekstvilkår og fremme et mer samordnet og tilgjengelig hjelpetilbud.

Høringsinnspill

I 2025 har Ly vært med og bidratt aktivt i flere viktige nasjonale prosesser innen rus, helse og barnevern. Gjennom skriftlige og muntlige innspill har vi sørget for at barn og unges erfaringer blir hørt når det utvikles politikk, lages lover og jobbes i ulike utvalg.

Arbeidet vårt er basert på det barn og unge selv deler med oss – blant annet gjennom Ungt Nettverk, brukerrepresentanter og den anonyme chattjenesten vår.

Vi har levert høringsinnspill til flere sentrale lov- og reformforslag.

- Prop. 112 L (2024–2025) – Forebyggings- og behandlingsreformen (del II)
- Forslag til endringer i lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven)
- Prop. 83 L (2024–2025) – Endringer i barnevernsloven mv. (kvalitetsløftet i barnevernet)

På tvers av høringsinnspillene løftet vi særlig:

- behovet for at barn som pårørende tydelig anerkjennes som målgruppe, ikke kun indirekte berørt av tiltak rettet mot voksne.
- betydningen av reell og meningsfull medvirkning for barn og unge på individ-, tjeneste- og systemnivå.
- viktigheten av forebyggende innsats, lavterskeltilbud og stabile fritidsarenaer, særlig i kommuner med presset økonomi.
- behovet for helhetlige og sammenhengende forløp, med tydelig ansvar i overganger mellom tjenester.
- at relasjonell kontinuitet, kompetanse og tillit er avgjørende for kvalitet i både barnevern, rusbehandling og forebyggende arbeid.

I barnevernssakene løftet vi særlig fram barnas rettssikkerhet, retten til ettervern, muligheten til å bli hørt og behovet for tiltak som faktisk tar utgangspunkt i hvordan barn lever livene sine.

Vi var tydelige på at arbeidet med reformer innen rus og forebygging i helse- og oppvekstsektoren må spille en viktig rolle.

Samtidig advarte vi mot løsninger som kan føre til mer stigma eller at unge i sårbare situasjoner blir skjøvet enda mer ut.

Rusbehandlingsutvalget

Ly fikk også mulighet til å gi muntlige innspill til Rusbehandlingsutvalget. Her tydeliggjorde vi at barn og unge som pårørende i for liten grad ivaretas som en integrert del av rusbehandling og oppfølging.

Vi pekte særlig på:

- manglende systematikk i oppfølging av barn som pårørende under behandling og i ettervern.
- svake overganger mellom spesialisthelsetjeneste, kommunale tjenester og hverdagsliv.
- behovet for styrket forebygging gjennom lavterskeltilbud, fritidsarenaer og oppsøkende tjenester.
- viktigheten av trygg og fleksibel medvirkning for barn og unge, på deres premisser.
- risikoen ved ensidig vektlegging av kontroll og justissektor i forebyggingsarbeidet.



Vi poengterte behovet for at utviklingen av framtidens rusbehandling må bygge på et helsefaglig ståsted, gode relasjoner og et tydelig fokus på rettigheter.

Innspill om stigmatiserende språk

Som en del av arbeidet med forebyggings- og behandlingsreformen deltok vi i dialog med Helse- og omsorgsdepartementet om bruken av stigmatiserende språk på rusfeltet.

I forkant hentet vi inn innspill fra brukerrepresentantene våre, og én av dem var også med i selve møtet.

Etter møtet samlet vi inn enda flere innspill ved å sende departementets spørsmål videre til medlemmene våre.

De delte erfaringer om hvilke ord og begreper som oppleves som stigmatiserende, og hvilke som fungerer bedre. Samtidig løftet de hvordan språk henger tett sammen med holdninger, og at språkendringer alene har begrenset effekt dersom holdningene ikke også endres.

Alle innspillene ble samlet og sendt til departementet som et skriftlig bidrag.

Høring på Stortinget om forebyggings- og behandlingsreformen

I mai deltok Ly på høring på Stortinget om regjeringens forebyggings- og behandlingsreform.

Deltakelsen var en viktig anledning til å løfte barn og unges perspektiver inn i den politiske behandlingen av reformen.

Ly støttet reformens mål om behandling fremfor straff, men pekte på flere utfordringer. Vi uttrykte særlig bekymring for at lovverket ikke tydelig nok sikrer barns rett til å bli hørt før henvisning til rådgivende enheter, og for at foreldre alltid skal involveres, også i situasjoner der de selv har rusmiddelutfordringer.

Vi løftet også behovet for øremerkede midler til kommunene, slik at forebygging faktisk kan følges opp med konkrete tilbud.

Videre advarte vi mot tiltak som kan føre til stigmatisering av unge, og mot en praksis som kan gjøre familier redde for å søke hjelp.

Vi fremmet konkrete forslag, blant annet styrket medvirkning for barn, tydeligere regler for informasjon og personvern, og bedre finansiering av forebyggende tiltak i kommunene.



Forskning og faglig utvikling



Forskning og faglig utvikling

Ly bidrar til utvikling av forskning og fagkunnskap om barn og unge som pårørende, og sørger for at erfaringer fra barn, unge og pårørende får plass i kunnskapsutviklingen.

Arctic Youth Center.

I 2025 har vi hatt et tett samarbeid med Arctic Youth, særlig knyttet til arbeidspakke 5 og utviklingen av et e-læringsprogram om barn og unge som pårørende. Samarbeidet kobler forskning, praksis og de unges erfaringer, og styrker både kvaliteten og relevansen i utdanning og tjenesteutvikling.

Vi deltok på den offisielle åpningen av forskningssenteret og i en panelsamtale om betydningen av samarbeid med bruker- og pårørendeorganisasjoner. Som en del av samarbeidet gjennomførte vi også undervisning for ergoterapistudenter om barn som pårørende. Undervisningen fungerte som en pilot for innhold som senere skal inngå i e-læringsprogrammet.

EUGLOH-verksted gjennom Arctic Youth

Vi deltok også på et EUGLOH-verksted i Tromsø i regi av Arctic Youth og UiT.

Studenter, forskere og eksterne aktører fra

hele Europa møttes for en uke med tverrfaglig samarbeid.

Vi bidro inn i Challenge 5: «How can we enhance youth participation and inclusion in social development?». Studentene utviklet forslag til løsninger basert på forskning, praksis og erfaringskunnskap.

Ly deltok som veileder og bidro særlig med bruker- og pårørendeperspektivet, og med refleksjoner om hva reell medvirkning innebærer i praksis.



Foto: Kim Bredsen/ UiT

P-huset Innlandet

I juni 2025 åpnet P-huset Innlandet i Moelv – Norges første pårørendestyrt senter.

Senteret er et lavterskel møte- og fristed med drop-in, samtaler og rom for å ta en pause fra hverdagen. P-huset er åpent for alle pårørende, uavhengig av bakgrunn eller situasjon.

Ly har vært med søker og deltatt i prosjekt- og styringsgruppen i etableringen, med særlig ansvar for å løfte bruker- og pårørendeperspektivet og betydningen av tilgjengelige, pårørendestyrt tilbud.



Prosjektet Storfamilien

I 2025 deltok Ly i oppstarten av det treårige prosjektet Storfamilien, i samarbeid med Organisasjonen for barnevernsforeldre og Landsforeningen for barnevernsbarn. Prosjektet er finansiert av Bufdir og skal utvikle og prøve ut modeller som styrker relasjoner og støtte rundt utsatte barn, unge og familier.

Storfamilien bygger på frivillige og varige relasjoner, der familier og ungdom selv er med på å forme fellesskapet. Ly bidrar med bruker- og pårørendekunnskap, særlig knyttet til barn og unge, og deltar i

utvikling av språk, begreper og videre modellarbeid.

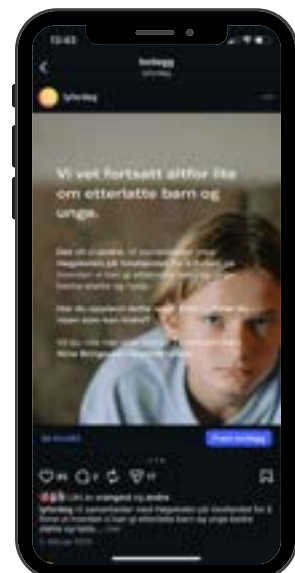
Prosjektet Storfamilien videreføres i 2026–2027 med økt vekt på samskaping og direkte medvirkning.

Forskningsprosjekt: Barn og unge som har mistet en forelder med rusmiddelutfordringer

I 2025 samarbeidet Ly med Høgskolen på Vestlandet om et forskningsprosjekt ledet av Nina Bringedal. Studien rettet seg mot barn og unge i alderen 12–23 år som har mistet en forelder med rusmiddelutfordringer.

Formålet med prosjektet var å få mer kunnskap om hvordan barn og unge opplever og håndterer hverdagen før og etter et slikt tap, hva som oppleves som hjelpsomt, og hva som kan gjøre situasjonen vanskeligere. Slik kunnskap er avgjørende for å kunne gi bedre støtte og oppfølging til etterlatte.

Ly bidro med rekruttering til studien og hadde en brukerrepresentant i referansegruppen. Gjennom våre kanaler delte vi informasjon om prosjektet og bidro til at erfaringer fra barn og unge ble løftet inn i forskningsarbeidet.



Ipsos-undersøkelsen

I år igjen har Ly fått hjelp av Ipsos til å gjøre en omfattende undersøkelse av barn og unges erfaringer med rus i familien.

Les hele rapporten her



Undersøkelsen ble gjennomført i mars 2025 og omfatter svar fra 789 barn og unge i alderen 8–19 år.

Dette samarbeidet er svært viktig for oss, da det gir oss bedre innsikt i hvordan det oppleves å stå i en situasjon hvor rus preger familien. Det forteller oss også noe om tilgangen til støtteapparatet rundt.

Resultatene brukes aktivt i vårt videre arbeid for å sikre at flere får den støtten de trenger.

Nytt i årets rapport er spørsmålet om hvorvidt man har minoritetsbakgrunn. Dette er en gruppe som ofte er underrepresentert i slike undersøkelser, så ved å inkludere dette spørsmålet kan vi kartlegge eventuelle forskjeller, ikke bare i hvor mange som har ubehagelige erfaringer med rus i hjemmet, men også hvem de snakker med om det.

I denne undersøkelsen har 1 av 10 barn minoritetsbakgrunn.

27%

kjenner noen som har opplevd problemer eller ubehag med at foreldrene bruker rusmidler. En liten økning fra fjoråret.

15%

oppgir at de selv har hatt problemer eller ubehag som følge av foreldrenes rusbruk. En liten økning fra fjoråret.

17%

har hørt om Ly, da Barn av Rusmisbrukere. Dette er en økning fra 14 % i forrige måling.

7%

av deltakerne med minoritetsbakgrunn har selv opplevd ubehag med rus i familien, en signifikant høyere andel enn totalen på 2%.

Kommunikasjon og synlighet



Kommunikasjon og synlighet

Kommunikasjon er en sentral del av arbeidet vårt for å nå dem som selv har en oppvekst preget av voksnes rus, beslutningstakere, fagpersoner og allmennheten.

Gjennom nettsiden, sosiale medier, nyhetsbrev og presse løfter vi erfaringer, deler kunnskap og bidrar i samfunnsdebatten.

I 2025 handlet kommunikasjon også om å gjøre organisasjonen mer tilgjengelig. Navneendringen var en del av dette arbeidet, og handlet om å gjøre det enklere å kjenne seg igjen i oss og lettere å ta kontakt.

Navneendringen – fra Barn av Rusmisbrukere til Ly

I november tok vi et viktig og historisk steg. Etter 16 år som Barn av Rusmisbrukere, ofte omtalt som BaR, skiftet vi navn til Ly – for deg med en oppvekst preget av voksnes rus.

Arbeidet med navneendringen ble påbegynt for flere år siden, men ble konkretisert og gjennomført i 2025 etter bestilling fra styret.

Endringen er vedtatt på ekstraordinært årsmøte 16. oktober 2025.

Bakgrunn og behov for navneendringen

Navnet Barn av Rusmisbrukere var riktig da organisasjonen ble etablert i 2009. Det satte tydelige ord på en gruppe som i liten grad ble omtalt, og bidro til å løfte tematikken inn i offentligheten.

Samtidig har språk og samfunn utviklet seg. Gjennom dialog med særlig yngre brukere har vi fått tilbakemeldinger om at det tidligere navnet for noen kunne oppleves som en terskel. Ikke fordi det var feil, men fordi sterke begreper kan gjøre det vanskeligere å ta kontakt.

Navneendringen handler derfor ikke om å endre retning, men om å gjøre inngangen enklere. Målet er å redusere stigma, nå flere tidligere og styrke organisasjonens tilgjengelighet og gjennomslagskraft.

Les mer om navneendringen her



Samme formål, større rekkevidde

Formålet står fast. Vi arbeider fortsatt for at barn og unge som vokser opp, eller har vokst opp, i familier preget av voksnes rus skal bli sett, hørt og ivaretatt.

Ly representerer trygghet, fellesskap og robusthet. Navnet speiler en organisasjon bygget på både erfaringskompetanse og fagkompetanse.

Gjennom brukerrepresentanter, chattetjenesten vår, synlighetsarbeid, forskningssamarbeid og politisk påvirkning arbeider vi for at barn som pårørende skal bli bedre ivaretatt. Med nytt navn styrker vi tilgjengeligheten og legger til rette for å nå flere tidligere.

Synliggjøring av nytt navn og visuell identitet

I lanseringsfasen var det avgjørende å sikre en tydelig og trygg overgang. Medlemmer og frivillige ble holdt løpende oppdatert, og så snart navnet var besluttet, startet arbeidet med ny logo og visuell profil (utviklet av Tante Randi), domenebytte og oppdatering av nettsiden.

Vi publiserte pressemelding via NTB for å nå bredere ut, og utviklet en strategi for sosiale medier basert på åpenhet og dialog.



Vi publiserte pressemelding via NTB for å nå bredere ut, og utviklet en strategi for sosiale medier basert på åpenhet og dialog. I sosiale medier presenterte vi først ny logo og oppdatert visuell identitet, deretter et sitat fra generalsekretær om bakgrunnen for navneendringen, før vi fulgte opp med en spørsmål-og-svar-post for å møte kjente spørsmål og behov for tydeliggjøring. Innholdet ble samlet i en nettsak og løftet på LinkedIn og i vårt nyhetsbrev.



På Instagram prioriterte vi flere innlegg med den nye visuelle identiteten for å sikre en helhetlig profil. I etterkant har vi brukt logoen konsekvent i alt vi gjør, for å bygge gjenkjennelse og gjøre avsender tydelig.

I sosiale medier valgte vi «lyfordeg» som profilnavn, en forkortelse av organisasjonens fulle navn. Forkortelsen fungerer godt digitalt, rommer en varm og inkluderende betydning og understøtter samtidig organisasjonens formål.

I etableringsfasen økte vi bruken av betalt annonsering for å styrke synlighet og tydeliggjøre hva vi tilbyr. Overgangen til nytt navn har vært vellykket: Vi har opprettholdt gode tall og fortsetter å se økning i både frivillige og nye brukere/følgere.

Sosiale medier

Å være til stede i sosiale medier har som alltid vært svært viktig for oss.

Plattformene gir oss mulighet til å være synlige, tilgjengelige og relevante – både for dem vi er til for, og for dem som kan bidra til å styrke feltet vårt.

I løpet av året som har gått har vi produsert en stor mengde innhold, og vi har hatt ekstra fokus på å bruke av den kunnskapen vi sitter på. Vi har løftet frem faglige perspektiver, delt innsikt og satt ord på erfaringer mange kjenner seg igjen i.

Vi har også økt bruken av betalt annonsering, som har bidratt til at vi har nådd flere enn før. Likevel ser vi at den organiske rekkevidden vår er større enn den betalte, og det forteller oss at innholdet vårt engasjerer og deles videre.

I likhet med i fjor så ser vi at videoer og korte snutter med personer formidler egne erfaringer eller faglige refleksjoner, fungerer særlig godt. Vi ser også at innhold som favner bredere enn kun vår primære målgruppe ofte er det som skaper størst engasjement.

Når vi tematiserer følelser, relasjoner og utfordringer som mange kan kjenne seg igjen i, opplever vi at flere liker, deler og kommenterer.



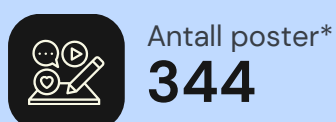
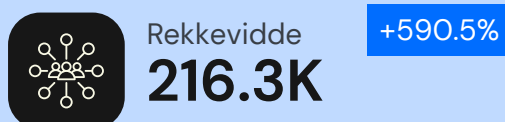
Det er med på å normalisere erfaringer og sidestille det å vokse opp med voksnes rusproblemer med andre livsutfordringer – noe som vi tenker kan være fint for å redusere skam og utenforskap.

Det er ingen tvil om at prosessen rundt navnebyttet vårt også har skapt stort engasjement i våre kanaler, og i perioden rundt endringen har vi fått flere nye følgere enn vi har mistet. Det opplever vi som en tillitserklæring og et tegn på at vi har med oss et engasjert fellesskap videre.

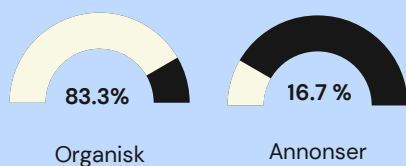
Samlet sett har 2025 vært et år der vi har styrket vår digitale tilstedeværelse, nådd bredere ut og brukt stemmen vår tydeligere. Det skal vi fortsette med!

Sosiale medier i tall

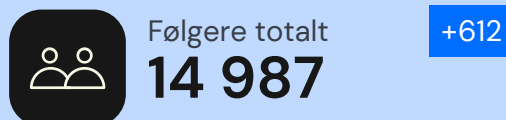
Instagram



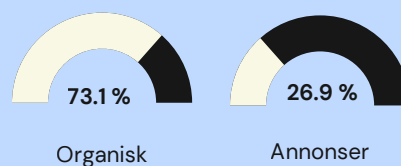
Visningsfordeling



Facebook



Visningsfordeling



*Inkluderer alt som er delt på kontoene.
 Dette kan omfatte bildeinnhold, video, stories, tekst,
 annonser m.m.

Sosiale medier i tall

TikTok



Følgere totalt

993

+399



Visninger

2.3M



Samhandlinger

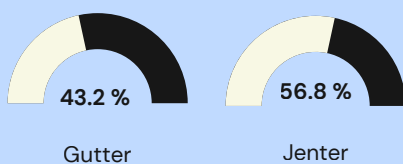
6 125



Antall poster*

81

Visningsfordeling



Gutter

Jenter

LinkedIn



Følgere totalt

301

+88



Visninger

8 308



Samhandlinger

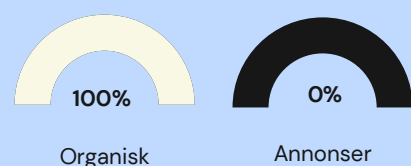
213



Antall poster*

19

Visningsfordeling



Organisk

Annonser

*Inkluderer alt som er delt på kontoene.
 Dette kan omfatte bildeinnhold, video, stories, tekst,
 annonser m.m.

Nettside og nettsaker

Nettsiden vår er også en viktig informasjonskanal, som ukentlig brukes aktivt for å spre informasjon om oss som organisasjon, og om kunnskapen vi sitter på.

Her finner man i tillegg blant annet enkel tilgang til chattetjenesten vår og annen info om hvordan man kan søke hjelp når man har det vanskelig.

Kalenderen vår er fortsatt i drift og holdes løpende oppdatert, med blant annet informasjon om kommende skoleringer for chatverter og brukerrepresentanter.



Jevnlig publiserer vi nettsaker om ulike temaer vi brenner for og bryr oss om. I år har vi skrevet 34 nettsaker, for eksempel i forbindelse med stortingsvalget og hva de ulike partiene egentlig lover når det gjelder forebygging, pårørende og barnevern, om barn som utsettes for ruskjøring, og om forslaget om å åpne for skjenkestart kl. 08.00 på søndager og høytidsdager i Oslo, inkludert 17. mai. I tillegg har vi laget flere saker med tips til metoder man kan bruke for å gjøre hverdagen litt enklere for seg selv.

Totalt har vi hatt 50 226 unike besøkende og hele 80130 sidevisninger, som er svært gode tall og det er hyggelig å se at innholdet vårt engasjerer.

Nyhetsbrev

I 2025 har vi for alvor sett hvilken verdifull plattform nyhetsbrevet vårt er.

Vi har nesten doblet antall mottakere sammenlignet med året før. Det er både inspirerende for oss – og et tydelig tegn på at stadig flere ønsker å følge arbeidet vårt og lære mer om det vi gjør.

I løpet av året sendte vi ut 12 nyhetsbrev til mailinglista, som i utgangen av 2025 hadde 203 abonnenter. Brevene inneholdt en månedlig oppdatering på aktivitet i organisasjonen.

Åpningsraten har ligget mellom 52% og 71%, og klikkraten, antallet som klikker på lenkene i brevet, har vært på mellom 2,5% og 13%.

Til sammenligning er gjennomsnittlig åpningsrate i vår bransje på ca 40% og klikkrate på 3,27% (kilde: Mailchimp.com)

Vi har også brukt nyhetsbrev som en måte å nå ut til medlemmene våre og involvere dem i jobben vi gjør i større grad, spesielt i forbindelse med prosessen rundt vårt nye navn og årsmøte.



Skolering: Vil du bli chatvert?

Tid: 10.-11. mai 2025
Sted: Gulhaugveien 7-9, Oslo

Over to dager får du en grundig innføring i hvordan det er å velke opp med rus i hjemmet, og hvordan du kan støtte barn og unge gjennom en anonym chattejeneste.

Du lærer samtalestrategier, får veiledning i hvordan du møter ulike situasjoner – og får alt du trenger for å kunne være en trygg voksen i chatten.

👉 **Vil du være med? Meld deg på her.** Eller send videre til noen som kunne vite om det.

Webinar: Gutter og menn som pårørende

Tid: 14. mai, kl. 19.00-21.00
Sted: Teams

'Gutter og menn som pårørende' er tema når foretaket inviterer til webinar onsdag 14. mai.

Johr, vår brukerrepresentant og chatvert, deltar og deler egne erfaringer som barn av en far med rusavhengighet – og hvordan det kan oppleves når følelsene skyves til siden.

Sammen med Stian, Kjell og Michael fra foretaket utforsker de hvordan det er å stå i pårønderollen som gutt eller mann – og hva som skal til for å føle seg sett, forstått og tatt på alvor.

De tar for seg det tunge, men også det rare og gjenkjennelige. Det blir en ærlig og løst humoristisk samtale om nærkontakt, sørskaper og alt det

Vil du være med og forme navnet vårt?

Bl med i prosessen – og bli med på å forme navnet vårt!

Meld deg på innen 6. august

Kjære medlem i Barn av rusmisbrukere,

Vel overstått sommer. Nå er jeg

Her i administrasjonen er vi så godt som tilbake i full vigør. Vi glæder oss til alt det spennende som skal følge denne høsten – og som dere også skal være en del av!

I den forbindelse vil jeg bare nevne at **vi gjerne vil ha et par medlemmer til med i arbeidet med navneendingsprosessen.** I praksis vil det bety å være med på noen fysiske møter her i Oslo i løpet av august, samt kanskje også litt sparring og diskusjon digitalt. Gensom du ikke bor i Oslo, fortvil ikke! Vi dekker reise- og opphold for deg. Din stemme er viktig! 🙌

Vi forlanger fristen for å melde seg til dette, frem til **fredag 8. august**. Meld deg på, og du vil høre fra oss igjen rett over høsten.

👉 **Trykk her for påmelding.**

Medieoppslag og synlighet

I året som har gått har Ly vært synlig i offentligheten på flere måter. For oss handler synlighet om å løfte barneperspektivet inn i debatter som ellers ofte handler om voksne.

Vi har skrevet egne debattinnlegg og kronikker, fått medieomtale og vært i dialog med redaksjoner om saker som berører barn som vokser opp i hjem med rus. Vi har også deltatt i flere panelsamtaler og arrangementer der barns erfaringer har vært en del av samtalen.

Til sammen hadde vi over 80 medieoppslag og innslag gjennom egne bidrag, samarbeid og omtaler.

Samarbeid – sterkere stemme sammen

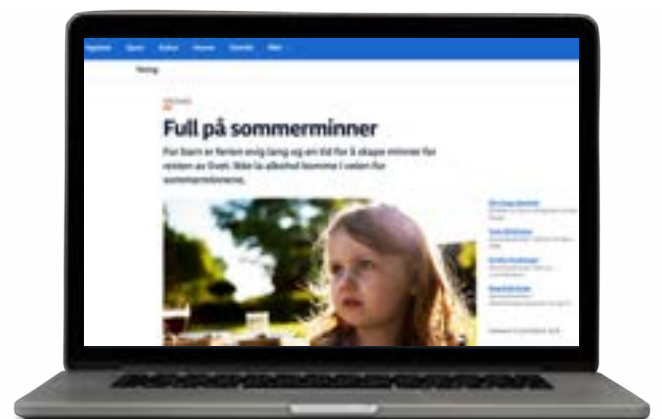
Samarbeid har vært en viktig del av arbeidet med å nå bredt ut med barneperspektivet. Når flere aktører løfter samme tematikk, styrkes både legitimiteten og gjennomslagskraften i budskapet.

Et konkret eksempel er samarbeidet med Av-og-til i forbindelse med sommer- og julekampanjene om alkohol rundt barn.



Av-og-til tok initiativ til og koordinerte leserinnlegg som ble sendt ut til lokalaviser over hele landet, og vi stod som medavsender sammen med andre organisasjoner som jobber for barns trygghet.

Gjennom disse felles utspillene nådde budskapet bredt ut i hele landet.



Verdensdagen for psykisk helse

En annen anledning der vi fikk betydelig medieoppmerksomhet, var vår vinkling av Verdensdagen for psykisk helse.

Årets tema var «beredskap». Vi løftet erfaringene til dem som har vokst opp i konstant alarmberedskap, og som senere må lære seg å ikke være i beredskap hele tiden.

I radio (NRK) og på God morgen Norge, sammen med barne- og ungdomspsykiater Paul Joachim Bloch Thoresen, satte vi ord på hva langvarig utrygghet gjør med mennesker, både som barn og som voksne.

Parallelt publiserte vi en kampanje med konkrete råd for å regulere stress og finne mer ro. Responsen viste at perspektivet traff mange.



Panelsamtaler og kulturarenaer

Vi har også deltatt i flere panelsamtaler gjennom året. Et eksempel er dokumentaren Flophouse America, der vi ble invitert inn til panelsamtale på flere av filmens visninger gjennom 2025. I møte med filmens tematikk løftet vi barnas perspektiv og knyttet historiene og erfaringene i møter inn arbeidet vårt.



Stortingsvalget 2025

En del av vårt arbeid er å være en kunnskaps-, erfarings- og rettighetsformidler på vegne av barn og unge. Det innebærer også å synliggjøre hvordan politiske prioriteringer påvirker vår målgruppe.

I forkant av stortingsvalget i 2025 gikk vi gjennom stortingspartienes partiprogrammer. Med barne- og pårørendeperspektivet som utgangspunkt undersøkte vi tre temaer av særlig betydning for vår målgruppe: forebygging, pårørende og barnevern.

Resultatet ble tre nettsaker der vi samlet og strukturerte partienes standpunkter, i tillegg til flere innlegg i sosiale medier og omtale i nyhetsbrevet vårt. Målet var å synliggjøre partienes prioriteringer og gjøre det enklere å forstå hva politikken kan bety for barn som vokser opp i familier preget av voksnes rus før valgdagen.

Utvidet skjenkestart

17. mai

Saken om tidlig skjenkestart på 17. mai ble en av årets største mediasaker for oss.

Tidlig i 2025 ble det foreslått å åpne for skjenkestart kl. 08.00 på søndager og høytidsdager i Oslo, inkludert 17. mai. Mens debatten i stor grad handlet om tradisjonen rundt champagnefrokost og hensynet til næringsliv, stilte vi spørsmålet: Hva betyr dette for barna?

Gjennom chatten og nettverket vårt vet vi hvordan nasjonaldagen kan oppleves når voksnes alkoholkonsum får stor plass, også for barn som ellers lever i trygge hjem.



Allerede i januar, da forslaget ble lagt frem, deltok generalsekretær Kristin på NRK Nyheter. Vi publiserte nettsak og løftet saken i egne kanaler.

Da saken kom opp igjen i april, publiserte Kristin et innlegg på sin private Facebook-profil.



Det skapte stort engasjement og ble plukket opp av Aftenposten som kronikk. Vi fulgte opp med bred synlighet i egne kanaler.

I hele perioden løftet vi barne- og pårørendeperspektivet, og brukte erfaringene vi daglig møter i chatten til å konkretisere hva politiske vedtak kan bety i barns liv.

Saken skapte stort engasjement og ble omtalt i flere medier, blant annet VG, NRK, TV 2 og Dagsavisen.

Selv om forslaget ble vedtatt, bidro arbeidet til å sette barns erfaringer tydeligere på dagsordenen. For oss handlet det om å vise at alkoholpolitikk også er oppvekstpolitikk, og at barns rett til trygghet må tas med i beslutningene.



Lanseringsfest for nytt navn

Den 24. november markerte vi overgangen til Ly sammen med medlemmer, frivillige, samarbeidspartnere og støttespillere.

Rundt 55 personer deltok og ga navneendringen en tydelig og samlende start på neste fase.

Musiker Marianne Sveen åpnet arrangementet, før generalsekretær Kristin ønsker velkommen.

Barneombud Mina Gerhardsen, psykiatrisk sykepleier og familieterapeut Kari Lund, forfatter Maria Kjos Fonn og bryter og Bror-grunnlegger Felix Baldauf holdt innlegg.

Dagen avsluttet med brukerrepresentant Sunniva med en sterk tale som minnet oss på hvem arbeidet vårt til syvende og sist handler om.

Lanseringen samlet organisasjonen rundt formålet vårt og retningen videre.

Med Ly går vi inn i neste fase med en tydelig ambisjon om å nå flere tidligere, med samme faglige tyngde og brukerforankring som før.



Se video fra
lanseringsfesten her



Økonomi



Økonomi

Ly fikk i hovedsak de midlene organisasjonen søkte om i 2025, med en økning i støtten til videre utvikling av chattetjenesten vår. I tillegg fikk vi 117 450 kr i støtte fra Stiftelsen Scheibler til aktiviteter for deltagere i Ungt nettverk barnevern.

I desember 2025 søkte organisasjonen treårig støtte fra Helsedirektoratet for både chattetjenesten og brukerrepresentasjonsområdet.

I oktober 2025 ble rådgiver for Ungt nettverk barnevern, fast ansatt i stillingen som rådgiver for brukerrepresentasjon og medvirkning.

Årsverk per 31.12.25: 6.



Til styret i
LY - For deg med en oppvekst preget av voksnes rus

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Konklusjon

Vi har revidert LY - For deg med en oppvekst preget av voksnes rus sitt årsregnskap som viser et underskudd på kr 282 307. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2025, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av foreningens finansielle stilling per 31. desember 2025 og av dets resultat for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med de internasjonale revisjonsstandardene International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av foreningen slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av the International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Ledelsens ansvar for årsregnskapet

Ledelsen er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til foreningens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avvirket.



Akershus Revisjon AS
Postboks 335
N-1411 Kolbotn

Besøksadresse:
Rosenholm Campus
Rosenholmveien 25

TE: +47 66 81 79 00
E-post: akershus@rg.no

Foretaksregisteret
NO 967 604 364 MVA

www.akrev.no

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar på grunnlag av årsregnskapet.

For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til <https://www.revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>

Andre forhold

Budsjettallene som fremkommer i årsregnskapet er ikke revidert.

Trollåsen, 16. mars 2026

Revisorgruppen Akershus AS

Håkon Mæland
Statsautorisert revisor

Dokumentet er elektronisk signert.

Elektronisk signatur

Signert av

Mæland, Håkon

(Identitet bekreftet med BankID (NO))

 **bankID**

Date og tid (UTC+01:00 Central European Time (Banking)) DD.MM.YYY HH:MM:SS

16.03.2026 15:48:00

Signaturmetode

BankID (NO)

Statsautoriserte
revisorer

LY - For deg med en oppvekst preget av voksnes rus
Resultatregnskap


| | Noter | 2025 | Budsjett 2025 | 2024 |
|---------------------------------------|-------|------------------|-------------------|------------------|
| DRIFTSINTEKTER | | | | |
| Egne inntekter | 1 | 1 238 472 | 1 200 000 | 1 572 313 |
| Offentlig tilskudd | 2 | 7 774 541 | 8 581 616 | 7 398 415 |
| Sum driftsinntekter | | 9 013 013 | 9 781 616 | 8 970 728 |
| DRIFTSKOSTNADER | | | | |
| Lønnskostnader | 3 | 5 192 423 | 5 387 804 | 5 034 372 |
| Kontor og administrasjon | | 3 176 499 | 3 138 214 | 2 187 198 |
| Aktivitet og arrangementer | | 930 752 | 1 731 700 | 1 198 691 |
| Sum driftskostnader | | 9 299 674 | 10 257 718 | 8 420 261 |
| DRIFTSRESULTAT | | -286 661 | -476 102 | 550 467 |
| Nettoresultat av finansielle poster | | 4 354 | 0 | 4 748 |
| ORDINÆRT RESULTAT | | -282 307 | -476 102 | 555 215 |
| ÅRSRESULTAT | | -282 307 | -476 102 | 555 215 |
| OVERFØRINGER TIL EGENKAPITAL | | | | |
| Overført til/fra opptjent egenkapital | | -282 307 | -476 102 | 555 215 |
| Sum overføringer | | -282 307 | -476 102 | 555 215 |

LY - For deg med en oppvekst preget av voksnes rus
Balanse

| | Noter | 31.12.2025 | 31.12.2024 |
|--|-------|------------------|------------------|
| EIENDELER | | | |
| OMLØPSMIDLER | | | |
| Andre kortsiktige fordringer | 4 | 571 545 | 301 631 |
| Sum fordringer | | 571 545 | 301 631 |
| Bankinnskudd | | 4 953 380 | 5 357 889 |
| Sum totale omløpsmidler | | 4 953 380 | 5 357 889 |
| SUM EIENDELER | | 5 524 925 | 5 659 520 |
| EGENKAPITAL OG GJELD | | | |
| EGENKAPITAL | | | |
| Opptjent egenkapital | 5 | 3 702 175 | 3 984 481 |
| Sum egenkapital | | 3 702 175 | 3 984 481 |
| GJELD | | | |
| Leverandørgjeld | | 354 409 | 250 704 |
| Skatt/arbeidsgiveravgift | | 381 587 | 341 397 |
| Annen korts. gj. / Ubenyttet tilskudd / Feriepenger | 2 | 1 086 754 | 1 082 938 |
| Sum kortsiktig gjeld | | 1 822 750 | 1 675 039 |
| SUM EGENKAPITAL OG GJELD | | 5 524 925 | 5 659 520 |

Oslo, 9. mars 2026

Styret i LY - For deg med en oppvekst preget av voksnes rus



Marius Eriksen
Styrets leder



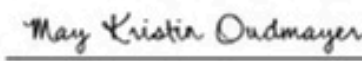
Vilde Marie Krogvold
Styremedlem



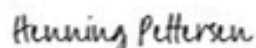
Madelen Kristoffersen Endresen
Styremedlem



Ellen Stenslie
Styremedlem



May Kristin Oudmayer
Daglig leder



Henning Pettersen
Styremedlem



Cathrine Daniela Trostrud
Styremedlem



Gro Krogsether Bodøgaard
Styremedlem

LY - For deg med oppvekst preget av voksnes rus Noter 2025

Regnskapsprinsipper

Generelt

Regnskapet er utarbeidet i overensstemmelse med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

LY er en bruker- og pårørende organisasjon som skal gi barn i familier med rusutfordringer en posisjon og stemme i samfunnet. Virksomheten drives fra Oslo.

Organisasjonen er ikke skattepliktig.

Klassifisering av eiendeler og gjeld

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler.

Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler.

Ved klassifisering av langsiktig og kortsiktig gjeld er samme regel lagt til grunn.

Vurderingsregler

Varige driftsmidler avskrives over forventet økonomisk levetid. Avskrivningene er fordelt lineært over antatt økonomisk levetid. Kundefordringer er vurdert til pålydende.

Note 1 – Egne inntekter

| | 2025 | 2024 |
|--------------------|------------------|------------------|
| Inntekter foredrag | - | 7 500 |
| MVA-kompensasjon | 594 881 | 606 195 |
| Grasrotandel | 572 605 | 482 612 |
| Gaver | 14 736 | 453 360 |
| Diverse inntekter | 56 250 | 22 646 |
| | <u>1 238 473</u> | <u>1 572 313</u> |

Note 2 – Offentlige tilskudd

Tilskudd fra Helsedirektoratet var i 2025 på kr 1 945 000 til prosjektet BarSnakk.

Inntektsført tilskudd utgjør kr 1 813 544

Det er avsatt kr 131 456 til bruk i 2026

Driftstilskudd for 2025 fra Helsedirektoratet utgjør kr 5 004 185

Inntektsført tilskudd utgjør kr 5 004 185

Prosjekttilskudd for 2025 fra BufDir på kr 950 000

til Utviklings- og samhandlingsprosjekt i Barnevernet.

Inntektsført tilskudd utgjør kr 916 096

Det ble avsatt kr 368 351 i 2024 til bruk i 2025

Det er avsatt kr 402 256 til bruk i 2026.

Organisasjonen fikk også et prosjekttilskudd for 2025 fra Scheibler på kr 117 450 til aktiviteter, medlemmer og frivillige.
Inntektsført tilskudd utgjør kr 40 716.
Det er avsatt kr 76 734 til bruk i 2026.

Note 3 – Lønnskostnader, godtgjørelser med mer

| Lønnskostnader | 2025 | 2024 |
|-------------------------|------------------|------------------|
| Lønn og honorar | 3 708 469 | 3 647 953 |
| Feriepenger | 476 529 | 470 418 |
| Arbeidsgiveravgift | 628 927 | 604 912 |
| Pensjonskostnader | 199 771 | 187 348 |
| Andre personalkostnader | 178 726 | 123 741 |
| Sum | 5 192 423 | 5 034 372 |

Andre ytelser omfatter lovpålagte personalforsikringer og andre personalkostnader.
BAR har i 2025 hatt gjennomsnittlig 5,99 årsverk (Generalsekretær og konsulenter).

Note 4 – Andre kortsiktige fordringer

Forskuddsbetalte kostnader i 2025 vedrørende 2026 utgjør kr 300 692.
Momskompensasjon innbetalt i 2026 rest fra 2025 kr 48 945.
Lønnsforskudd trukket over lønn, tilbakebetalt i 2026 kr 78 926
Grasrotandel for 2025 mottatt i 2026 kr 142 982.

Note 5 - Opptjent Egenkapital

| <u>Spesifikasjon EK</u> | <u>Opptjent EK</u> |
|-------------------------|--------------------|
| EK pr. 01.01. | 3 984 481 |
| Årets resultat | -282 307 |
| EK pr. 31.12. | 3 702 175 |

For deg med en oppvekst
preget av voksnes rus



Gullhaugveien 1, 0484 Oslo

www.lyfordeg.no

@lyfordeg