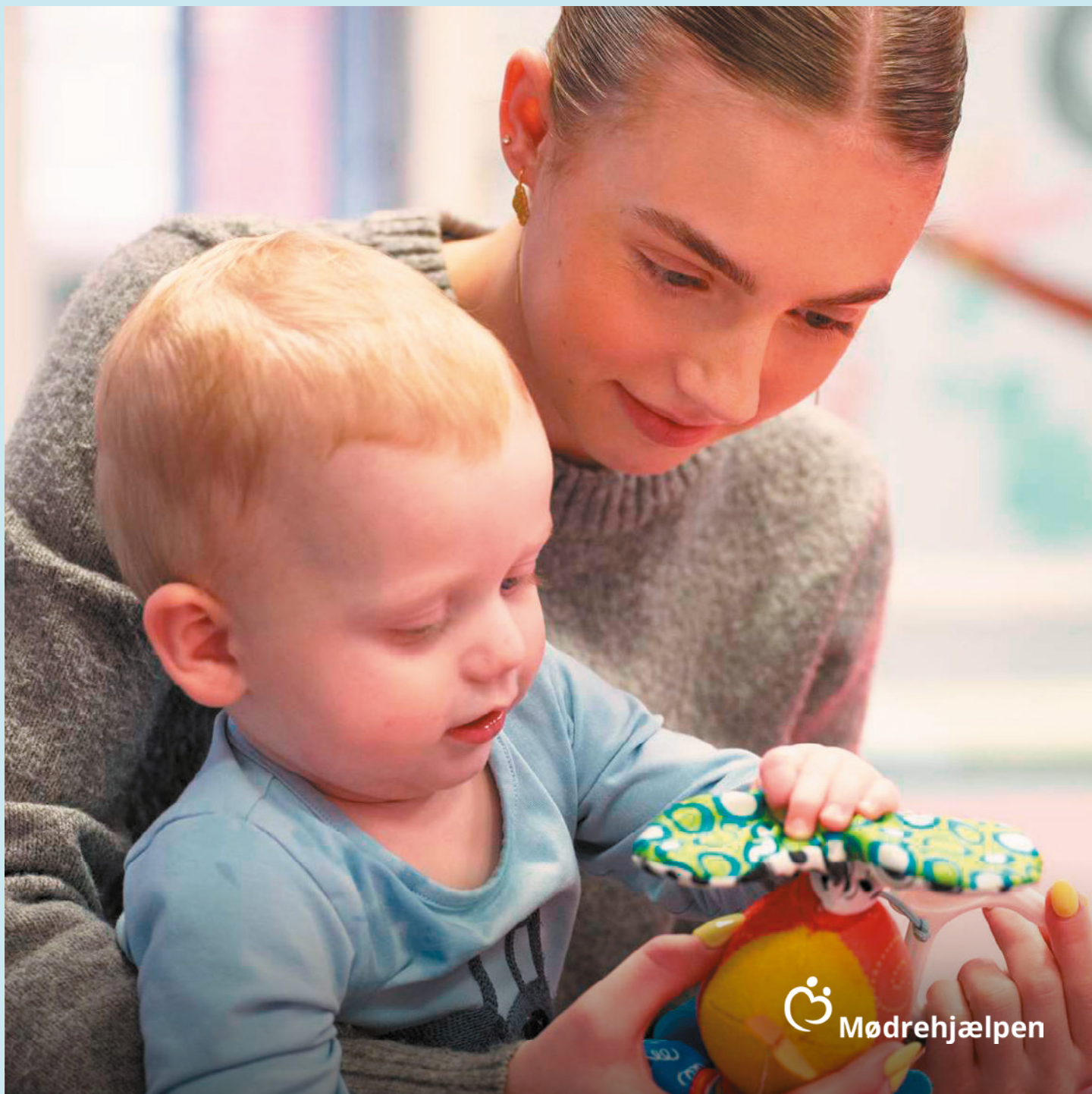


# Fonden Mødrehjælpen

ÅRSMAGASIN 2025



## ÅRSMAGASIN 2025

### Udgivet af

Fonden Mødrehjælpen

### Foto

Lasse Skovgaard Hansen (forside)

Lasse Skovgaard Hansen (side 4)

Zara Wölck (side 10-11)

### Illustration

Pia Olsen

### Design

Brix GD

## FONDSOPLYSNINGER

### Navn

Fonden Mødrehjælpen

Abel Cathrines Gade 13

1654 København V

CVR-nr. 72 98 85 15

Kommune: København

### Formål

At yde social, sundhedsmæssig, økonomisk og uddannelsesmæssig støtte til enlige forsørgere, gravide og børnefamilier, som herigennem kan sikre deres børn bedre opvækst og levevilkår.

At arbejde for øget offentlig og politisk forståelse for enlige forsørgeres, gravides og børnefamiliers levevilkår.

At virke for en lovgivning, der i højere grad sikrer mulighed for en social, sundheds- og uddannelsesmæssig støtte til disse grupper.

### Skattegodkendelse

Mødrehjælpen er efter sine vedtægter en almenvelgørende eller på anden måde almennyttig fond. Institutionen er godkendt i henhold til skattelovgivningen som værende berettiget til at modtage gaver m.v. med fradragsret for giveren.

## BESTYRELSEN

### Elin Schmidt, formand

*Direktør, Rockwool Fonden*

### Pia Werborg, næstformand

*Mødrehjælpens lokalforening i Kolding*

### Thomas Blach

*Partner, Firstline Government Affairs*

### Frank Cloyd Ebsen

*Docent, Københavns Professionshøjskole*

### Ilse Hansen

*Mødrehjælpens lokalforening i Brønderslev*

### Anette Jonassen

*Socialrådgiver, Mødrehjælpens Rådgivning*

### Ninna Thomsen

*Direktør*

# Indhold

- 5 Direktørens beretning
- 6 Mødrehjælpen i tal
- 7 Nedslag i året der gik
- 10 Personlig beretning: Støttende fællesskaber
- 12 Tak for støtten



# Når hverdagen er under pres

**D**et går godt i Danmark for de fleste, men ikke for alle. I 2025 mødte vi mange børnefamilier, hvor økonomiske bekymringer fylder stadig mere. Stigende priser gør det svært at få en almindelig hverdag til at hænge sammen. Der er ikke råd til fødselsdag, ferie eller en ordentlig madpakke.

Derfor er der brug for Mødrehjælpen. I 2025 støttede vi børn og forældre 105.266 gange.

Behovet for støtte er baggrunden for vores nye strategi "Stærke børnefamilier – når livet er svært". Frem mod 2030 vil vi kæmpe for en socialt ansvarlig familiepolitik, styrke hjælpen i barnets første år og sikre, at flere familier får den rette støtte, når krisen rammer.

Vi kan ikke løfte opgaven alene. Derfor har vi i 2025 styrket vores partnerskaber med kommuner og regioner. Et nyt samarbejde med Region Midtjylland og Aarhus Kommune om tidlig opsporing af partnervold viser, at tæt og forpligtende samarbejde gør en reel forskel. Nu har vi partnerskaber med tre ud af fire regioner.

Samtidig har vi arbejdet for at ændre de strukturer, der presser familierne. Sammen med andre organisationer satte vi fokus på behovet for en madpakkecheck. En bred politisk aftale om en fødevarecheck blev et vigtigt skridt, men 48.500 børn lever fortsat i fattigdom. Den kamp fortsætter vi.

Vi har også mærket konsekvenserne af kontanthjælpsreformen og arbejdet for at synliggøre dem politisk. Op til kommunalvalget gik vi sammen med 20 organisationer om konkrete forslag mod børnefattigdom.

På abortområdet oplevede vi flere henvendelser og styrkede vores rådgivning, herunder digitale tilbud. Samlet steg antallet af rådgivninger markant fra året før – et tydeligt tegn på, at mange har brug for et sted at gå hen, når livet bliver for svært.

2025 har endnu en gang vist, hvor afgørende Mødrehjælpens arbejde er. Tak til alle frivillige, støtter, fonde og samarbejdspartnere, der gør det muligt. Sammen skaber vi stærkere børnefamilier – også når livet er svært.

Tak!

De bedste hilsner

Ninna Thomsen  
Direktør, Mødrehjælpen



# Mødrehjælpen i tal – 2025

## Rådgivning og behandling i 2025



### 8.449

henvendelser i alt

Flest henvendelser handlede om:

- Børns trivsel (50 %)
- Samliv, parforhold og samlivsophævelse (41 %)
- Økonomi (20 %)

Brugerne var **91 % kvinder** og **9 % mænd** med en gennemsnitsalder på 36 år. **95 % af brugerne** var tilfredse med rådgivningen.

## Lokalforeningernes aktiviteter i 2025



I 2025 deltog **36.932 børn og voksne** i Mødrehjælpens aktiviteter – fra netværks- og babycaféer til udflugter, sommerlejr og juleaktiviteter.

**15.740** deltog i netværksaktiviteter som fx 'Måltidet', mens **12.378** deltog i aktiviteter for gravide og småbørnsfamilier. Babycaféer tiltrak **8.890** deltagere.

Oplevelsesaktiviteter samlede **21.192** børn og deres familier, heraf **17.335** udflugter, **862** sommerlejr og **2.636** juleaktiviteter.

Den store deltagelse i lokale aktiviteter var mulig takket være Mødrehjælpens dedikerede frivillige. De skaber fortsat trygge fællesskaber og støtte for familier i hele landet.

## Mødrehjælpen online i 2025



### 892.921

har samlet set besøgt Mødrehjælpens hjemmesider.

### 485.505

har besøgt mødrehjælpen.dk, hvor de tre mest læste rådgivningsartikler var:

- Få overblik: Økonomisk støtte til forældre
- Børnetilskud til enlige forsørgere
- Psykisk vold mod børn

## Uddeling via kampagner i 2025



### 41.800

børn har modtaget hjælp gennem Mødrehjælpens landsdækkende indsamlingskampagner. **5756** børn har modtaget sommerhjælp og **1000** børn har modtaget en flyverdragt.

### 35.044

børn har modtaget julehjælp i 2025. Det betyder, at vi har kunnet uddele hjælp til **3.383** flere børn end året før.

# Nedslag i året der gik



## Støtten kom tættere på familier i Trekantområdet

Den 1. marts åbnede vi Mødrehjælpens Hus i Fredericia. Med rådgivning om økonomi, børns trivsel, skilsmisse og abort er støtten kommet endnu tættere på sårbare gravide og børnefamilier i Region Syddanmark.



## Babycaféer styrkede fællesskaber for småbørnsfamilier

Mødrehjælpens babycaféer er et trygt mødested for forældre med små børn over hele landet. Her mødes familier, deler erfaringer og opbygger netværk i en tid, hvor mange kan føle sig alene. I 2025 styrkede vi indsatsen yderligere med to nye babycaféer. I marts åbnede lokalforeningen i Næstved en babycafé, hvor 28 familier deltog fra start, og kort efter fulgte Vesterbro lokalforening. Udvidelsen gjorde det muligt for endnu flere familier at finde fællesskab og støtte tæt på hverdagen.

## Stærkere indsats mod vold

I 2025 har vi styrket indsatsen for at bryde voldens onde cirkel, både gennem projektet Videre Uden Vold og den nye indsats Ny Familie Uden Vold i Aarhus. Sammen med kommuner, politi, hospitaler og voldsfaglige organisationer sikrer vi, at voldsudsatte og voldsudøvere kan få hjælp hurtigt og uden lange ventetider. Samtidig opkvalificerer vi fagpersoner og skaber bedre sammenhæng i indsatserne, så familier i risiko opspores tidligere og får den rette støtte. En VIVE-evaluering peger på stort potentiale i arbejdet, som vi nu bygger videre på for at hjælpe endnu flere familier i tide.



## Nyt partnerskab styrker indsatsen på fødestederne

I marts indgik vi et nyt partnerskab med Region Hovedstaden, hvor vi tilbyder socialfaglig rådgivning til sårbare gravide og familier på regionens fødesteder. I et uvildigt og myndighedsfrit rum mødes familierne med vores rådgivere, som hjælper med alt fra økonomi til bolig og rettigheder. Partnerskabet er et vigtigt skridt i arbejdet for at forebygge ulighed og sikre børn en god start på livet.



## Familiepolitik blev sat til debat på Folkemødet

Til Folkemødet på Bornholm i juni 2025, satte vi fokus på social retfærdighed i familiepolitikken. Under overskriften "Er familiepolitik blevet de ressourcestærkes fest?" rejste vi debatten om, hvordan politikken også skal favne familier i sårbare positioner.

## En hverdag designet til to - men båret af én

I august lancerede vi udgivelsen MødrehjælpenTEMA, hvor vi satte fokus på enlige forsørgeres rammevilkår. Vores analyse viste blandt andet, hvordan samfundets strukturer fortsat er indrettet til familier med to voksne, selvom hver fjerde børnefamilie har én forsørger. Enlige forældre bliver oftere ramt af sygdom, står mere alene og har børn, der deltager markant mindre i fritidslivet. Resultaterne peger på øget risiko for mistrivsel og behovet for en ny, mere målrettet familiepolitik.



## Ny kontanthjælpsreform vækker bekymring

Den 1. juli trådte den nye kontanthjælpsreform i kraft og vi udtrykte stor bekymring for niveauet af de nye ydelser. Reformen blev endnu et eksempel på politiske beslutninger, der risikerer at ramme de mest sårbare, heriblandt gravide og børnefamilier. Vi frygter konkrete konsekvenser som f.eks. boligudsættelser og følger derfor fortsat reformens effekter tæt i vores rådgivning - og gennem netværket #BørnifattigdomNejTak.

## Styrket rådgivning med den nye abortlov

Da den nye abortlov trådte i kraft den 1. juni 2025, blev grænsen for fri abort hævet til 18. uge, og Mødrehjælpen fik ekstra midler til rådgivning. Det betyder, at vi endnu bedre kan bistå kvinder og deres partnere med støttesamtaler både før og efter abort og sikre, at gravide kender vores tilbud. Via rådgivning og abort.dk hjælper vi fortsat mange gravide og indsatsen styrkes gennem samarbejdet med det nationale abortnævn.



## Stort skulderklap til Mødrehjælpens Rådgivning

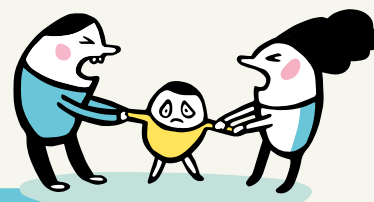
I august blev Mødrehjælpens Rådgivning endnu engang akkrediteret af RådgivningsDanmark, med en stærk anerkendelse af det høje kvalitetsniveau i arbejdet med gravide og familier i sårbare situationer. Auditorer fra Aarhus og København roste vores erfaring, faglighed og kvalitet i rådgivningen. Det viser, at vores rådgivning fortsat lever op til standarderne og sikrer dagligt, at familier får solid og professionel støtte.

## Familiepolitik på valgkampens dagsorden

Op til kommunal- og regionsvalget i november satte vi fokus på vigtigheden af en socialt ansvarlig familiepolitik. Vi anbefalede blandt andet, at sårbare familier får en koordinerende sagsbehandler, at de får adgang til familiehjælp, og at der laves stærkere partnerskaber med civilsamfundet. Samtidig foreslog vi tiltag mod børnefattigdom, så børn får gratis fritidstilbud og hjælp til udgifter relateret til fritidsaktiviteter. Vi arbejder fortsat for, at anbefalingerne omsættes til praksis.

## Kampagne satte fokus på stigende fødevarepriser

I efteråret satte vi fokus på de rekordhøje fødevarepriser, der rammer de mest udsatte familier. Sammen med Red Barnet, FOLA og Enestående Forældre lavede vi debatindlæg, åbent brev til regeringen og en happening på Christiansborg Slotsplads, hvor vi uddelte tomme madpakker som symbol på de måltider, børn måtte undvære. Kampagnen skabte folkelig opbakning og satte familiernes situation på dagsordenen.



## Tidlig indsats kan ændre liv

I efteråret 2025 udgav vi endnu et MødrehjælpenTEMA – denne gang om børn i mistrivsel. Analysen viste, at underretninger ofte kommer for sent, og kun én ud af fem handler om børn under seks år. Vi peger på løsninger som en national opsporingsmodel, socialrådgivere i dagtilbud og familiehuse i hele landet. Mødrehjælpen arbejder fortsat for, at tidlig støtte giver børn og forældre ro, styrke og bedre muligheder i hverdagen.

## Madpakke-check blev en politisk sejr

Kampagnen kulminerede, da statsministeren i sin nytårstale annoncerede indførelsen af en fødevarecheck til landets mest udsatte familier – præcis det, vi havde advokeret for hele efteråret. Mødrehjælpen følger fortsat implementeringen tæt og håber på, at initiativet når de familier, der har mest brug for hjælp.



# Jeg mødte kun forståelse for min situation



Marie er 35 år og enlig mor til tre børn. Gennem Mødrehjælpens Rådgivning og lokale graviditets- og barselsgrupper i Randers har hun fundet støtte, faglig vejledning og et fællesskab, der giver hende større ro i hverdagen.

**D**a Marie som 18-årig stod med en positiv graviditetstest midt i en livskrise, traf hun en beslutning.

”Da jeg stod med en positiv graviditetstest, vidste jeg bare, at det var det, jeg skulle. Jeg skulle vokse med opgaven og tage et ansvar over for et lille barn - og det har jeg gjort, og har gjort det godt.”

I dag arbejder hun 30 timer om ugen som social- og sundhedshjælper og er enlig mor til tre børn på 16 år, 7 år og en baby på knap 10 måneder.

For fire år siden flyttede hun fra Sjælland til Randers for kærligheden. Forholdet holdt ikke, og hun stod pludselig langt fra sit netværk.

”Jeg har boet i Randers i omkring fire år nu og er først nu begyndt rigtigt at etablere et netværk.”

En frivillig gjorde hende opmærksom på Mødrehjælpens tilbud under graviditeten. Hun ringede selv og talte med en socialrådgiver og blev en del af både graviditets- og barselsgruppen i Mødrehjælpens lokalforening i Randers.



Når man møder familierne i en anden kontekst end sygehuset, får man nogle andre snakke, fordi fødsel og de første dage efter fødslen er på afstand, og nu kan man se det i et andet lys. Og det synes jeg, giver rigtig god mening.”

– Sygeplejerske, tilknyttet Mødrehjælpens babycafé i Horsens

Det var grænseoverskridende at møde op første gang. Hun har svært ved at møde nye mennesker. Men hun blev mødt med varme.

”Jeg mødte kun forståelse for min situation.”

I gruppen deltog også en sundhedsplejerske, som kunne rådgive og vejlede. For Marie gjorde det en stor forskel at kunne stille spørgsmål i trygge rammer uden tidspres.

”Jeg var rigtig glad for den rådgiver, der havde graviditets- og barselsgruppen. Når noget var svært, kunne jeg sige det højt i gruppen, og jeg kunne blive vejledt og få nogle gode råd med på vejen. Og der var altid en at tale med.”

For Marie blev det afgørende, at gruppen var fast, og at det var de samme mødre, der mødtes hver gang. Det skabte en tryghed og en tillid, som gjorde det muligt gradvist at åbne op. I fællesskabet kunne hun dele både tvivl, træthed og de særlige udfordringer, hun oplever som enlig mor – og opleve, at hun ikke stod alene med dem.

Samtidig fik hun konkret viden om støttemuligheder og legater, hvilket har gjort en kæmpe forskel for Marie og hendes børn.

Økonomien rækker til det nødvendige. ”Der er råd til det, der skal være råd til.” Men der er ikke ekstra luft i budgettet. Derfor betyder det noget at kende sine muligheder – og at have et sted at gå hen, når tvivlen eller bekymringerne melder sig.

I dag står Marie stærkere i sin rolle som mor, ikke fordi hverdagen er blevet mindre krævende, men fordi hun har fået støtte, viden og et fællesskab, hun kan læne sig op ad.



Vi vil gerne styrke samarbejdet mellem sygehuset og Mødrehjælpen, fordi vi tror på, at der kommer nogle mødre her, som godt kunne have brug for mere faglig vejledning – og det vil vi gerne blive ved med.”

– Sygeplejerske, tilknyttet Mødrehjælpens babycafé i Horsens



## Samarbejde styrker indsatsen

Mødrehjælpens babycaféer drives af frivillige i tæt samarbejde med fagfolk som fx sundhedsplejersker og sygeplejersker fra kommuner og regioner, som bidrager med faglig viden og vejledning i trygge, uformelle rammer.

Samarbejdet betyder, at forældre både møder fællesskab og professionel støtte – samlet ét sted.

## Et unikt set-up

Babycaféerne giver sundhedspersonale indblik i familiernes behov, og mulighed for at assistere tidligt.

Forældrene kan:

- Komme med bekymringer og glæder
- Møde andre i samme situation
- Få faglig vejledning i øjenhøjde



# I støttede os i 2025

En stor tak til alle jer, der støtter vores arbejde! Med jeres støtte kan vi fortsætte vores vigtige indsats for gravide og børnefamilier i sårbare situationer og imødekomme de tusindvis af henvendelser i vores rådgivning, særlige indsatser og frivillige aktiviteter.

## Fondsfinansierede initiativer

Det Obelske familiefond  
Egmont Fonden  
Grundfos Fonden  
Louis Petersens Legat  
Ole Kirk's Fond  
TrygFonden

## Øvrige fondsbidrag

Albion-Fondet  
Almene Fond  
Asta og Jul. P. Justesens Fond  
Augustinus Fonden  
Avnefond  
Bechgaards Fond  
Brødrene Hartmanns Fond  
Buschardfonden  
C.A. Tesch's og Hustrus Fond  
Civilingeniør H. C. Bechgaard og hustru Ella Mary  
Cold Stores Fond (I C Møllers Legat)  
Dansk Tennis Fond  
Danske Banks Fond  
Den A. P. Møllerske Støttefond  
Direktør J. P. Lund og hustru Vilhelmine Bugges Legat  
Direktør J.P.A. Espersen og hustru fru Dagny Espersens Fond  
Ege Fonden - Vibeke og Mads Eg Damgaards Fond  
Ejnar og Meta Thorsens Fond  
Elsass Fonden  
Enid Ingemanns Fond

Enkefru Juliane Buntzens Mindelegat  
Enkefru Sophie Fønnesbech - født Maags Legat-fond  
Eva Merete Falck Crones Fond  
Fabrikant Chas. Otzens Fond  
Fodboldfonden  
Fonden Sol og Strand ved Margit og Kjeld  
Foreningen PlanDanmark  
Frederik og Emma Kraghs Mindefond (Mindelegat)  
Generalkonsul Jens Olsens Fond  
Grete og Sigurd Pedersens Fond  
Grosserer Heinrich Paasche og hustru Lisbeth født Strøhs Fond  
Grosserer Ludvig Berlins og frk. Marie Poulsens Fond  
Grundfos Fonden  
Hanne's Fond  
Hoffmann og Husmans Fond  
Ingeniør Kaptajn Aage Nielsens Familiefond  
J S Fonden  
Jonna og Henning Søndergaards Fond  
Jubilæumsfonden af 12.8.1973  
Knud Højgaards Fond  
Konsul - Grosserer Osvald Christensens Mindefond  
Købmand Niels Erik Munk Pedersen Fonden  
Lars Larsens JYSK Fond  
Lauritzen Fonden  
Lemvig-Müller Fonden  
Liljeborgfonden  
Lillian Scheeles Fond  
Lise og Tages Almennyttige Fond

Lån og Spar Fond  
Manufakturhandlerforeningen I Københavns  
Metro-Schrøder Fonden  
Meyerdonationen  
Mica-Fonden  
Nikolai og Felix Fonden - H.E. Greve Nikolai og H.E. Greve Felix' Fond  
Novo Nordisk Fonden  
Oda og Hans Svenningsens Fond  
Ole Kirk's Fond  
Olga og Esper Boels Fond  
Politiken-Fonden  
Rodox Fonden  
Simon Spies Fonden  
Spar Nord Fonden  
Toyota-Fonden  
Tømmerhandler Johannes Fogs Fond  
Ulla og Mogens Folmer Andersens Fond  
Velfærds- og Forskningsfonden for Pædagoger  
Vemmetofte Kloster  
Vinhandler N.O. Andersens Legat  
William og Hugo Evers Fond  
Østifterne  
Aage og Johanne Louis-Hansens Fond  
Århus Lærerforening  
Aase og Ejnar Danielsens Fond

## Offentlige bidragsydere og partnerskaber

Helsingør Kommune  
Københavns Kommune  
Randers Kommune  
Region Syddanmark



Særlig tak  
til Circle K

I 2025 indledte vi et flerårigt partnerskab med **Circle K**, hvor kunder støtter Mødrehjælpens Fødselsdagshjælp ved køb af bagværk på tankstationer. Kampagnen startede med en flot donation på 1 mio. kr., og partnerskabet fortsætter i 2026 for at sikre både økonomisk støtte til børnefamilier og national synlighed for Mødrehjælpens arbejde.

Social- og boligstyrelsen  
Sundhedsstyrelsen  
Aarhus Kommune

#### Virksomheder

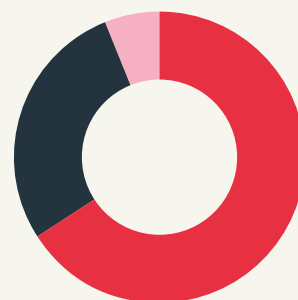
365discount A/S  
BESTSELLER A/S-MAMALICIOUS  
BL - Danmarks Almene Boliger  
Bykalender  
Capgemini Danmark A/S  
CG Jensen A/S  
Circle K  
CLAUSEN ENGINEERING APS-(Sagitta Charity Foundation)  
Dansk Miljø Analyse  
Dao  
DHL eCommerce Nordic  
DM Family Office  
Falck Formco ApS  
Gasoline Grill Special Ops ApS  
GB Holding  
GEA Process Engineering A/S  
Hartmann Packaging A/S  
HCH Consult ApS  
Johnstad Group Holding ApS  
JOSO Invest ApS  
Justesen Enterprise ApS  
Klinisk Psykiatri  
Kopari ApS  
Lavazza Denmark ApS  
Mascot International A/S  
Meyers A/S

Momenti Vejen A/S  
MUNTHE  
No Strings ApS  
Nomeco A/S Nordea  
Northern Survey ApS  
OscarSystems ApS  
Per N. Ørnstrand A/S  
ROCKWOOL A/S  
RAAHAUGE CONSULT ApS  
Sanderhage ApS  
Sankt Markus Kirke på Frederiksberg  
Scansupply Batteries ApS  
Schroder Investment Management (Europe) S.a., Luxembourg, dansk filial  
Second Female ApS  
Sephora Danmark ApS  
Simati ApS SKALTS ApS  
Spejdernes Genbrug - Farum  
SPI-Fonden  
TPE Consulting Group ApS  
Trolle Care A/S  
Urtegården ApS  
Visma Acubiz A/S  
VML MAP A/S  
Wellmore A/S  
Wellperform  
Zonta Kbh II  
Ørnstrand Holding A/S

## Økonomi 2025

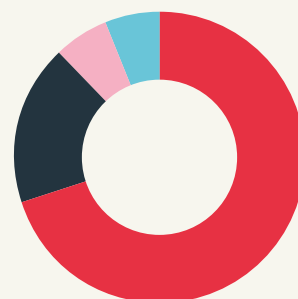
Mødrehjælpen ser fortsat en stor opbakning til vores fælles sag, med indtægter på i alt 134.336 t.kr.

### Sådan tjener vi pengene



■ Private midler 66%  
■ Offentlige midler 28%  
■ Frivillighed 6%

### Sådan bruger vi pengene



■ Hjælp til sårbare børnefamilier og gravide 70 %  
■ Indtægtskabende virksomhed 18%  
■ Administration 6%  
■ Familiepolitisk arbejde 6%

”Når civilsamfund, kommuner og regioner arbejder tættere sammen, skaber vi en stærkere og mere helhedsorienteret støtte til de familier, der har allermost brug for den. Ingen kan løfte opgaven alene. Men sammen kan vi sikre, at sårbare børnefamilier mødes tidligere, mødes bedre - og mødes med den sammenhæng, der gør en reel forskel i deres liv.”

Ninna Thomsen,  
Direktør i Mødrehjælpen