



# Videopresentation om de globala hjälpveckorna

---

## FRÅGOR OCH SVAR

### VANLIGA FRÅGOR OM INITIATIVET HJÄLPVECKORNA

**Finns det planer att fortsätta med hjälpveckorna i framtiden efter verksamhetsåret 2025-2026?  
Och att fortsätta arbeta med fler av målen för hållbar utveckling?**

Ja, initiativet med hjälpveckorna kommer att fortsätta även under verksamhetsåret 2026-2027. De specifika frågorna och fokusområdena har inte fastställts ännu.

**Är psykisk hälsa och välbefinnande en global fråga eller en hjälpinsats?**

Psykisk hälsa och välbefinnande är en hjälpinsats.

**Är projekt som involverar Special Olympics och stödjer deltagare i idrottstävlingar hjälpinsatser inom området psykisk hälsa? Samt även främjande evenemang och möten mellan psykologer och unga människor?**

Ja. Hjälpinsatser kring psykisk hälsa och välbefinnande kan omfatta olika typer av förmånstagare och program. Det kan vara att stödja ungdomar, utsatta grupper, äldre personer, minska stigma, information om att förebygga självmord, skapa kontakt mellan enskilda personer och hälsovårdspersonal, förhindra mobbning samt information, utbildning och främjande insatser.

**Kan gåvor till organisationer vara ett projekt under hjälpveckorna?**

Ja. Att ge gåvor till organisationer är en hjälpinsats. Om er hjälpinsats är en donation ska ni välja "Serviceprojekt" som aktivitetstyp när ni inrapporterar den i Lion Portal. Därefter väljer ni global fråga och projekttyp som passar in bäst.

För att inrapportera ett projekt eller en donation avseende psykisk hälsa och välbefinnande ska ni välja "Annan humanitär hjälpinsats" som fråga och "Psykisk hälsa och välbefinnande" som projekttyp.

**Kan vi få tillgång till PowerPoint-presentationen och videoinspelningen av den internationella presidenten A.P. Singhs webbseminarium för det globala serviceteamet (GST) i distrikt och multipeldistrikt den 10 september 2025?**

Denna PowerPoint-presentation kommer att skickas till GAT områdesledare som i sin tur kommer att skicka den till GST-koordinatorerna.

### RESURSER FÖR ATT PLANERA PROJEKT UNDER HJÄLPVECKORNA

**Finns det flygblad eller andra resurser jag kan använda?**

Du finner resurser, idéer till hjälpprojekt, verktyg, länkar till expertorganisationer, såsom Världshälsoorganisationen, och inspirerande videor på webbplatsen om hjälpveckorna: [lionsclubs.org/sv/weeks-of-service](https://lionsclubs.org/sv/weeks-of-service)



## **Hur kan vi genomföra ett projekt om psykisk hälsa som gör skillnad? Vad bör vi göra under den första hjälpveckan?**

Vår resurs om psykisk hälsa och välbefinnande innehåller idéer till hjälpprojekt och kan laddas ner via följande länk [https://cdn2.webdamdb.com/md\\_w6KH5vv2W2K11sEL.jpg.pdf?v=1](https://cdn2.webdamdb.com/md_w6KH5vv2W2K11sEL.jpg.pdf?v=1)

Vi uppmantrar klubbarna att ta reda på vilka de lokala behoven är vid planering av hjälpprojekt. Projekt om psykisk hälsa och välbefinnande kan omfatta flera olika ämnen, till exempel:

- Öka medvetenhet om självmordsprevention.
- Minska stigmatiseringen av psykisk ohälsa.
- Genomföra hjälpinsatser kring psykisk hälsa och välbefinnande för både äldre personer och för ungdomar.
- Utbilda allmänheten om psykisk hälsa och välbefinnande, till exempel genom partnerskap med andra organisationer.
- Informera om finansiering till psykisk hälsa, lagstiftning och stöd.

Både Lions och Leos har genomfört många olika typer av hjälpinsatser kring psykisk hälsa och välbefinnande. Här följer några exempel:

- Framföra musik för äldre personer med demens, för att pigga upp, lyfta humöret och uppmantra till deltagande i musikterapi.
- Samarbeta med en lokal organisation, för att genomföra möten och/eller seminarier om att förebygga mobbning och självmord bland ungdomar.
- Genomföra en golftävling och donera intäkterna till organisationer som arbetar med att förebygga självmord.
- Genomföra en parad, för att uppmärksamma Världsdagen för psykisk hälsa och dela ut flygblad från lokala organisationer som arbetar med denna fråga.
- Genomföra regelbundna evenemang med yoga, meditation och mindfulness för ungdomar, till exempel via Zoom.
- Informera allmänheten om de telefonnummer som finns till hjälplinjer om självmord och liknande stöd som kan erhållas via telefon.

## **Är det nödvändigt att samarbeta med en yrkesorganisation, för att intyga legitimitet i de insatser vi genomför?**

Nej, det är inget krav. Vi uppmantrar dock klubbarna att samarbeta med lokala organisationer och experter på psykisk hälsa om detta är lämpligt. Till exempel att samarbeta med personal inom området psykisk hälsa i samband med utbildning för allmänheten eller att skapa kontakt mellan allmänheten och hälsovårdspersonal.

## **MARKNADSFÖRING I SOCIALA MEDIER**

### **Har Lions International officiella riktlinjer om sociala medier, speciellt om ton och budskap, som vi bör följa för att ha ett enhetligt budskap i våra sociala medier?**

Riktlinjer om sociala medier finner du på webbsidan om sociala medier för Lions klubbar <https://www.lionsclubs.org/sv/resources-for-members/social-media>



Och riktlinjer om varumärket finner du på följande sida <https://www.lionsclubs.org/sv/resources-formembers/brand-guidelines>

### **Vilken är Lions Internationals inställning när det gäller att använda TikTok för att kunna nå ut till allmänheten och informera om globala frågor? Finns det några riktlinjer eller restriktioner vi bör följa?**

Lions International uppmuntrar till användande av alla plattformar i sociala medier, även TikTok. Följ gärna Lions International i sociala medier och dela även inlägg från det internationella huvudkontoret. Klicka på länkarna ovan för att ta del av riktlinjer.

### **Vilka hashtaggar kan vi använda i samban med projekt under hjälpveckorna?**

När du gör inlägg i sociala medier under den första hjälpveckan om psykisk hälsa och välbefinnande ber vi att du använder hashtaggen #LionsForMentalHealth

Hashtaggen under hjälpveckan om hungersnöd är #LionsFightHunger

Och hashtaggen under hjälpveckan om miljö är #LionsGoGreen

## **INRAPPORTERING AV HJÄLPINSATSER OCH KRITERIER FÖR KLUBBENS EXCELLENSUTMÄRKELSE**

### **Hur kan jag inrapportera våra projekt under hjälpveckorna?**

Du inrapporterar hjälpprojekten på [Lion Portal](#). Alla projekt som slutförs under verksamhetsåret måste inrapporteras före den 31 juli 2026.

När du inrapporterar dina serviceprojekt för de globala hjälpveckorna, ska du välja "Serviceprojekt" som aktivitetstyp och därefter den globala fråga och projekttyp som passar bäst.

För att inrapportera ett projekt om psykisk hälsa och välbefinnande ska du välja "Annan humanitär hjälpinsats" som fråga och "Psykisk hälsa och välbefinnande" som projekttyp.

### **Om vi planerar hjälpprojekt som inte infaller under de specifika datumen för hjälpveckorna, men inom samma månad (oktober, januari, april), kommer de ändå att uppfylla kriterierna för klubbens excellensutmärkelse?**

### **Och vad händer om datumen för klubbens hjälpprojekt inte ligger i linje med de globala hjälpveckorna?**

Från och med mars 2026 kan projekt inom de globala hjälpveckorna genomföras när som helst under innevarande verksamhetsår från 1 juli 2025 till 30 juni 2026.

### **Kommer donationer till lokala organisationer som arbetar med psykisk hälsa att kvalificera som ett projekt under hjälpveckan samt uppfylla kriterierna för klubbens excellensutmärkelse?**

Att ge gåvor till organisationer är en hjälpinsats. Om en klubb ger gåvor till organisationer som arbetar med psykisk hälsa under hjälpveckan kan de tillgodoräknas gentemot kraven för hjälpinsatser gällande klubbens excellensutmärkelse. Notera dock att kravet gällande gåvor i klubbens excellensutmärkelse kan gåvor till andra organisationer inte tillgodoräknas gentemot utmärkelsen. För att kvalificera till kravet gällande gåvor måste gåvan ges till LCIF. Du finner mer information på följande webbsida: <https://www.lionsclubs.org/sv/excellence-awards>.



### **Finns det någon specifik period inom vilken en hjälpinsats måste genomföras, för att kunna tillgodoräknas gentemot klubbens excellensutmärkelse?**

För att uppfylla kriteriet avseende hjälpinsatser i klubbens excellensutmärkelse måste klubben inrapportera minst fyra hjälpinsatser. Tre av dem måste ligga i linje med de globala hjälpveckornas fokus på psykisk hälsa och välbefinnande, hungersnöd och miljö. Den fjärde hjälpinsatsen kan vara inom valfritt fokusområde. De fyra hjälpinsatserna kan slutföras när som helst under det nuvarande verksamhetsåret från den 1 juli 2025 till den 30 juni 2026.

### **Vad gör vi om vi har problem med att inrapportera hjälpinsatser och/eller inte har inloggning och lösenord?**

Skicka e-post till [lionssupport@lionsclubs.org](mailto:lionssupport@lionsclubs.org) för att få tekniskt stöd och hjälp.

## **ATT SPELA IN OCH SKAPA VIDEOR**

### **På vilket språk bör våra videor vara? Måste vi tillhandahålla översättning och/eller undertexter?**

Nej, det är inte nödvändigt att tillhandahålla översättning eller undertexter till era videor. Vi kommer att använda automatisk översättning på YouTube. Men du är välkommen att tillhandahålla en översatt sammanfattning av ert projekt på det formulär du använder när du skickar in klubbens video.

### **Måste vår video vara 90 sekunder lång?**

Er video får inte vara mer än 90 sekunder lång, men den kan vara kortare än 90 sekunder.

### **I vilket format bör våra videor vara?**

Videor kan skickas in i följande format: MP4, MOV, AVI, WMV eller MKV.

### **Kan jag använda min mobiltelefon för att spela in videor?**

Ja, du kan använda din mobiltelefon eller andra enheter för att spela in videor.

## **SKICKA IN VIDEOR**

### **Vilken är länken till formuläret där klubbarna kan skicka in sina videor?**

Klubbarna ska ladda upp sina videor till den länk som finns angiven i resursen *Skicka in video och urvalsprocess*, vilken du finner via följande länk: [https://cdn2.webdamdb.com/md\\_oZQNRyYiFhw01q80.jpg.pdf?v=1](https://cdn2.webdamdb.com/md_oZQNRyYiFhw01q80.jpg.pdf?v=1)

Du finner denna länk även på webbsidan om hjälpveckorna [lionsclubs.org/sv/weeks-of-service](https://lionsclubs.org/sv/weeks-of-service) i avsnittet Videor om hjälpveckorna: Lyft fram era hjälpinsatser.

### **Kan vilken medlem som helst skicka in en video eller måste den skickas in av en medlem som innehar en specifik post?**

Vilken medlem som helst i lionklubben eller leoklubben kan ladda upp klubbens video via formuläret. Varje klubb kan ladda upp en video.

### **Kan videor av zonens, distriktets och multipeldistriktets hjälpprojekt skickas in?**



Ja. Om klubbar, zoner, distrikt eller multipeldistrikt arbetar tillsammans med projekt under hjälpveckorna kan en video skickas in.

### När det gäller videor under hjälpveckorna, måste projekten genomföras inom de specifika datumen för respektive hjälpvecka?

Ja, videor som skickas in för att visa upp hjälpveckornas projekt måste ha spelats in inom de specifika datumen för respektive hjälpvecka.

### VIDEOPRESENTATION

#### Hur kan jag ta reda på mer om premiären för hjälpveckornas videor?

Du kan prenumerera på Lions Internationals kanal på YouTube, för att få meddelanden och för att titta på premiären via följande länk <https://www.youtube.com/lionsclubs>

Hjälpsveckor och videopresentation - Viktiga datum			
Roller/Aktiviteter	Psykisk hälsa och välbefinnande den 4-12 oktober 2025	Hungersnöd den 3-11 januari 2026	Miljö den 18-26 april 2026
Klubbar laddar upp videor till formuläret	24 oktober 2025, kl. 12.00 lokal tid i Chicago (CST)	23 januari 2026, kl. 12.00 lokal tid i Chicago (CST)	8 maj 2026, kl. 12.00 lokal tid i Chicago (CDT)
Områdesledare väljer de främsta videorna	31 oktober 2025	30 januari 2026	15 maj 2026
Konstitutionella områdesledare väljer de främsta videorna	7 november 2025	6 februari 2026	22 maj 2026
Videopresentation på webbplatsen	24 november 2025	23 februari 2026	8 juni 2026

Om du har frågor får du gärna kontakta oss på [ServiceActivities@lionsclubs.org](mailto:ServiceActivities@lionsclubs.org)  
För mer information och resurser går du till [lionsclubs.org/sv/weeks-of-service](https://lionsclubs.org/sv/weeks-of-service)