

**Selvhjælp Herning
Fredensgade 14
7400 Herning**

CVR-nr. 13 65 36 74

ÅRSRAPPORT

2025

INDHOLDSFORTEGNELSE

Påtegninger

Ledelsespåtegning	3
Den uafhængige revisors revisionspåtegning	4

Ledelsesberetning mv.

Foreningsoplysninger	5
Ledelsesberetning	6

Årsregnskab 1. januar - 31. december 2025

Resultatopgørelse	7
Balance	8
Noter	10
Anvendt regnskabspraksis	13

LEDELSESPÅTEGNING

Bestyrelsen og direktionen har dags dato behandlet og godkendt årsrapporten for perioden 1. januar - 31. december 2025 for Selvhjælp Herning.

Årsrapporten aflægges i overensstemmelse med årsregnskabsloven.

Det er vores opfattelse, at årsregnskabet giver et retvisende billede af foreningens aktiver, passiver og finansielle stilling pr. 31. december 2025 samt af resultatet af foreningens aktiviteter for perioden 1. januar - 31. december 2025.

Ledelsesberetningen indeholder efter vores opfattelse en retvisende redegørelse for de forhold, beretningen omhandler.

Herning, den 19 / 3 2026

Direktion

Iben Trabjerg

Bestyrelse

Kirsten Thomsen
Formand

Helene Nielsen

Klaus Kragh

Lisbeth Hareskov Jensen

Ove Hansen

Den uafhængige revisors revisionspåtegning

Til kapitalejerne i Selvhjælp Herning

Konklusion

Vi har revideret årsregnskabet for Selvhjælp Herning for perioden 1. januar - 31. december 2025, der omfatter resultatopgørelse, balance og noter, herunder anvendt regnskabspraksis. Årsregnskabet udarbejdes efter årsregnskabsloven.

Det er vores opfattelse, at årsregnskabet giver et retvisende billede af foreningens aktiver, passiver og finansielle stilling pr. 31. december 2025 samt af resultatet af foreningens aktiviteter for perioden 1. januar - 31. december 2025 i overensstemmelse med årsregnskabsloven.

Grundlag for konklusion

Vi har udført vores revision i overensstemmelse med internationale standarder om revision og de yderligere krav, der er gældende i Danmark. Vores ansvar ifølge disse standarder og krav er nærmere beskrevet i revisionspåtegningens afsnit "Revisors ansvar for revisionen af årsregnskabet".

Vi er uafhængige af selskabet i overensstemmelse med International Ethics Standards Board for Accountants' internationale retningslinjer for revisoreres etiske adfærd (IESBA Code) og de yderligere etiske krav, der er gældende i Danmark, ligesom vi har opfyldt vores øvrige etiske forpligtelser i henhold til disse krav og IESBA Code.

Det er vores opfattelse, at det opnåede revisionsbevis er tilstrækkeligt og egnet som grundlag for vores konklusion.

Ledelsens ansvar for årsregnskabet

Ledelsen har ansvaret for udarbejdelsen af et årsregnskab, der giver et retvisende billede i overensstemmelse med årsregnskabsloven. Ledelsen har endvidere ansvaret for den interne kontrol, som ledelsen anser nødvendig for at udarbejde et årsregnskab uden væsentlig fejlinformation, uanset om denne skyldes besvigelser eller fejl.

Ved udarbejdelsen af årsregnskabet er ledelsen ansvarlig for at vurdere foreningens evne til at fortsætte driften; at oplyse om forhold vedrørende fortsat drift, hvor dette er relevant; samt at udarbejde årsregnskabet på grundlag af regnskabsprincippet om fortsat drift, medmindre ledelsen enten har til hensigt at likvidere foreningen, indstille driften eller ikke har andet realistisk alternativ end at gøre dette.

Revisors ansvar for revisionen af årsregnskabet

Vores mål er at opnå høj grad af sikkerhed for, om årsregnskabet som helhed er uden væsentlig fejlinformation, uanset om denne skyldes besvigelser eller fejl, og at afgive en revisionspåtegning med en konklusion. Høj grad af sikkerhed er et højt niveau af sikkerhed, men er ikke en garanti for, at en revision, der udføres i overensstemmelse med internationale standarder om revision og de yderligere krav, der er gældende i Danmark, altid vil afdække væsentlig fejlinformation, når sådan findes. Fejlinformationer kan opstå som følge af besvigelser eller fejl og kan betragtes som væsentlige, hvis det med rimelighed kan forventes, at de enkeltvis eller samlet har indflydelse på de økonomiske beslutninger, som regnskabsbrugerne træffer på grundlag af årsregnskabet.

Som led i en revision, der udføres i overensstemmelse med internationale standarder om revision og de yderligere krav, der er gældende i Danmark, foretager vi faglige vurderinger og opretholder professionel skepsis under revisionen. Herudover:

Den uafhængige revisors revisionspåtegning

- Identificerer og vurderer vi risikoen for væsentlig fejlinformation i årsregnskabet, uanset om denne skyldes besvigelser eller fejl, udformer og udfører revisionshandlinger som reaktion på disse risici samt opnår revisionsbevis, der er tilstrækkeligt og egnet til at danne grundlag for vores konklusion. Risikoen for ikke at opdage væsentlig fejlinformation forårsaget af besvigelser er højere end ved væsentlig fejlinformation forårsaget af fejl, idet besvigelser kan omfatte sammensværgelser, dokumentfalsk, bevidste udeladelser, vildledning eller tilsidesættelse af intern kontrol.
- Opnår vi forståelse af den interne kontrol med relevans for revisionen for at kunne udforme revisionshandlinger, der er passende efter omstændighederne, men ikke for at kunne udtrykke en konklusion om effektiviteten af selskabets interne kontrol.
- Tager vi stilling til, om den regnskabspraksis, som er anvendt af ledelsen, er passende, samt om de regnskabsmæssige skøn og tilknyttede oplysninger, som ledelsen har udarbejdet, er rimelige.
- Konkluderer vi, om ledelsens udarbejdelse af årsregnskabet på grundlag af regnskabsprincippet om fortsat drift er passende, samt om der på grundlag af det opnåede revisionsbevis er væsentlig usikkerhed forbundet med begivenheder eller forhold, der kan skabe betydelig tvivl om selskabets evne til at fortsætte driften. Hvis vi konkluderer, at der er en væsentlig usikkerhed, skal vi i vores revisionspåtegning gøre opmærksom på oplysninger herom i årsregnskabet eller, hvis sådanne oplysninger ikke er tilstrækkelige, modificere vores konklusion. Vores konklusioner er baseret på det revisionsbevis, der er opnået frem til datoen for vores revisionspåtegning. Fremtidige begivenheder eller forhold kan dog medføre, at selskabet ikke længere kan fortsætte driften.
- Tager vi stilling til den samlede præsentation, struktur og indhold af årsregnskabet, herunder noteoplysningerne, samt om årsregnskabet afspejler de underliggende transaktioner og begivenheder på en sådan måde, at der gives et retvisende billede heraf.

Vi kommunikerer med den øverste ledelse om blandt andet det planlagte omfang og den tidsmæssige placering af revisionen samt betydelige revisionsmæssige observationer, herunder eventuelle betydelige mangler i intern kontrol, som vi identificerer under revisionen.

Udtalelse om ledelsesberetningen

Ledelsen er ansvarlig for ledelsesberetningen.

Vores konklusion om årsregnskabet omfatter ikke ledelsesberetningen, og vi udtrykker ingen form for konklusion med sikkerhed om ledelsesberetningen.

I tilknytning til vores revision af årsregnskabet er det vores ansvar at læse ledelsesberetningen og i den forbindelse overveje, om ledelsesberetningen er væsentligt inkonsistent med årsregnskabet eller vores viden opnået ved revisionen eller på anden måde synes at indeholde væsentlig fejlinformation.

Vores ansvar er derudover at overveje, om ledelsesberetningen indeholder krævede oplysninger i henhold til årsregnskabsloven.

Baseret på det udførte arbejde er det vores opfattelse, at ledelsesberetningen er i overensstemmelse med årsregnskabet og er udarbejdet i overensstemmelse med årsregnskabslovens krav. Vi har ikke fundet væsentlig fejlinformation i ledelsesberetningen.

Den uafhængige revisors revisionspåtegning

Herning, den 19 / 3 2026

Blicher Revision & Rådgivning

Statsautoriseret Revisionsaktieselskab

CVR-nr. 78 33 78 18

Per Jensen

statsaut. revisor

mne33733

Foreningsoplysninger

Foreningen	Selvhjælp Herning Fredensgade 14 7400 Herning
	Telefon: 53 58 65 88 E-mail: iben@selvhjaelpherning.dk
	CVR-nr.: 13 65 36 74 Stiftet: 1. december 1989 Kommune: Herning Regnskabsår: 1. januar - 31. december
Bestyrelse	Kirsten Thomsen, formand Helene Nielsen Klaus Kragh Lisbeth Hareskov Jensen Ove Hansen
Direktion	Iben Traberg
Revisor	Blicher Revision & Rådgivning Statsautoriseret Revisionsaktieselskab Østergade 48 7400 Herning Per Jensen, statsaut. revisor Ole Ravn Callesen, revisor

LEDELSESBERETNING

Foreningens væsentligste aktiviteter

Selvhjælp Herning er en frivillig, social forening, hvis formål er at tilbyde samtalefællesskaber i form af selvhjælps- og netværksgrupper til mennesker med behov for støtte. Foreningens aktiviteter omfatter både traditionelle selvhjælpsgrupper samt særligt tilrettelagte forløb og deltagelse som projektpartner i landsdækkende projekter gennem hovedorganisationen FriSe. Foreningen samarbejder endvidere med Herning Kommune og kommunens skoler om trivsels- og selvhjælpsindsatser.

Udviklingen i selskabets aktiviteter og økonomiske forhold

Der har i 2025 været fortsat god efterspørgsel på foreningens tilbud. Aktiviteten vurderes som stabil. Foreningen har arbejdet målrettet med fundraising og økonomisk bæredygtighed. Foreningen modtog i 2025 tilsagn fra PUF, hvilket har bevirket at årets underskud er mindre end budgetteret. Foreningens økonomiske stilling vurderes samlet set som tilfredsstillende.

Betydningsfulde hændelser indtruffet efter statusdag

Der er efter regnskabsårets afslutning ikke indtruffet begivenheder, som har væsentlig betydning for foreningens økonomiske stilling.

Forventet udvikling, herunder særlige forudsætninger og usikre faktorer

Foreningens §18-tilskud fra Herning Kommune er i 2025 øget til 600.000 kr., og det forventes, at det positive og styrkede samarbejde med kommunens forvaltninger fortsat udvikles. Selvhjælp Herning er i 2025 indtrådt som projektpartner i FriSe's projekt "*Flere mænd i fællesskaber*" (2025–2028) samt "*Naturgrupper*". Foreningen forbereder opstarten af et nyt flerårigt projekt, der skal videreføre indsatsen efter afslutningen af Ungeprojektet i 2026 støttet af TrygFonden. Ledelsen forventer, at foreningens aktiviteter og økonomiske grundlag kan videreføres på et stabilt niveau.

RESULTATOPGØRELSE

1. JANUAR - 31. DECEMBER 2025

Note	2025	2024 kr. 1.000
1 Nettoomsætning.....	2.058.953	1.960
2 Andre eksterne omkostninger.....	-418.542	-531
BRUTTORESULTAT	1.640.411	1.429
3 Personaleomkostninger.....	-1.755.479	-1.438
DRIFTSRESULTAT	-115.068	-9
4 Andre finansielle indtægter	13.975	20
RESULTAT FØR SKAT	-101.093	11
ÅRETS RESULTAT	-101.093	11
FORSLAG TIL RESULTATDISPONERING		
Overført resultat.....	-101.093	11
DISPONERET I ALT	-101.093	11

BALANCE PR. 31. DECEMBER 2025**AKTIVER**

Note	2025	2024 kr. 1.000
Tilgodehavender fra salg og tjenesteydelser	0	2
Periodeafgrænsningsposter	2.982	3
Tilgodehavender	2.982	5
5 Likvide beholdninger	1.001.883	1.174
OMSÆTNINGSAKTIVER	1.004.865	1.179
AKTIVER	1.004.865	1.179

BALANCE PR. 31. DECEMBER 2025
PASSIVER

Note	2025	2024 kr. 1.000
Overført resultat.....	778.260	880
6 EGENKAPITAL.....	778.260	880
7 Anden gæld.....	131.605	126
Periodeafgrænsningsposter.....	95.000	173
Kortfristede gældsforpligtelser	226.605	299
GÆLDSFORPLIGTELSER	226.605	299
PASSIVER	1.004.865	1.179

NOTER

	2025	2024 kr. 1.000
1 Nettoomsætning		
Herning Kommune CBF trivselsgrupper.....	205.000	205
Vel Liv.....	0	50
Herning Kommune § 18 midler.....	600.000	420
Naturgrupper, Frise 2025.....	85.000	0
Flere Mænd i Fællesskaber 2025-2028	68.000	0
Trygfonden Ungeprojekt 2023-2026.....	510.294	420
Sorgprojekt 1.0 FriSe.....	0	53
Ensomhedsprojekt FriSe 2023-2025	82.142	75
Sorgprojekt 2.0 FriSe 2024.....	0	85
Social -og Boligstyrelsen PUF Frivilligt socialt arbejde	90.154	193
Medlemskontingenter	37.870	24
Legater og Fonde (Løn).....	110.372	0
Legater og Fonde (ej løn)	198.858	415
Øvrige tilskud & Donationer	71.263	20
	2.058.953	1.960
2 Andre eksterne omkostninger		
Salgsomkostninger		
Repræsentation og mødeudgifter.....	8.257	3
Kurser, efteruddannelse ansatte.....	31.041	35
Annoncer, Facebook, kopier.....	10.548	13
Mental Talk	6.202	9
Ungeprojekt, udgifter udover løn	20.562	43
Sorgprojekt 2.0	396	1
Møder, forplejning, gaver mv. til frivillige	3.646	23
Frivillige Gave og blomster.....	4.969	0
Kaffe og the i grupperne.....	13.499	13
Frivillige, Sociale arr. & pleje	47.871	50
Eksterne undervisere	7.175	10
Frivillige, Supervision	11.311	0
Frivillige, Kurser	18.282	34
Materialer/forplejning, Børne, trivsel -og ungegrupper	17.313	18
Materialer/forplejning Voksen Grupper	1.257	0
Materialer/forplejning, Naturgruppeprojekt	8.027	0
Generalforsamling	1.162	5
Bestyrelsesmøder.....	2.863	5
	214.381	262

NOTER

	2025	2024 kr. 1.000
Lokaleomkostninger		
Husleje.....	9.600	10
Forbrugsafgifter.....	14.936	16
Rengøring.....	7.278	7
	31.814	33
Administrationsomkostninger		
Kørselsgodtgørelse ansatte.....	16.171	10
Personaleudgifter og parkering.....	13.680	13
Kontorartikler.....	3.344	2
IT-omkostninger.....	17.759	10
PR, logo, postkort etc.	32.494	0
Småanskaffelser (Inventar, IT udstyr mm.).....	20.267	117
Telefon & internet.....	8.149	10
Porto & fragt.....	945	1
Bankgebyr/Danløn mv.....	7.943	8
Revision.....	34.375	54
Personaleforsikringer.....	11.820	6
Kontingenter (Frise og FCH).....	5.400	5
	172.347	236
	418.542	531
3 Personaleomkostninger		
Lønninger.....	1.474.787	1.222
Pensioner.....	252.571	195
Andre omkostninger til social sikring.....	28.121	21
	1.755.479	1.438
4 Andre finansielle indtægter		
Renteindtægter højrentekonti.....	13.975	20
	13.975	20

NOTER

	2025	2024 kr. 1.000
5 Likvide beholdninger		
KK Ringkøbing Landbobank 1276588.....	105.677	57
RL Ringkøbing Landbobank 4867748	146.206	367
Højrentekonto.....	750.000	750
	1.001.883	1.174
	Primo	Forslag til resultatdisponering
6 Egenkapital		Ultimo
Overført resultat.....	879.353	-101.093
	879.353	778.260
7 Anden gæld		
Skyldig A-skat og AM bidrag	43.021	42
Skyldig ATP	0	3
Feriepengeforpligtelse	55.446	47
Forudbetalinger	32.788	34
Nøglebrik depositum	350	0
	131.605	126

ANVENDT REGNSKABSPRAKSIS

Årsregnskabet for Selvhjælp Herning for 2025 er udarbejdet i overensstemmelse med årsregnskabslovens bestemmelser for virksomheder i regnskabsklasse A.

Årsregnskabet er aflagt efter samme regnskabspraksis som sidste år og aflægges i danske kroner.

RESULTATOPGØRELSEN

Nettoomsætning

Nettoomsætningen omfatter kontingenter og modtagne tilskud, som vedrører regnskabsåret. Faktureret salg mv. indregnes efter faktureringsprincippet.

Andre driftsindtægter

Andre driftsindtægter indeholder regnskabsposter af sekundær karakter i forhold til virksomhedens væsentligste aktivitet.

Andre eksterne omkostninger

Andre eksterne omkostninger omfatter omkostninger til gennemførelse af diverse projekter, reklame, administration, lokaler mv.

Personaleomkostninger

Personaleomkostninger omfatter lønninger og øvrige lønrelaterede omkostninger, herunder sygedagpenge til virksomhedens ansatte.

Finansielle indtægter og omkostninger

Finansielle indtægter og omkostninger indregnes i resultatopgørelsen med de beløb, der vedrører regnskabsåret. Finansielle poster omfatter renteindtægter og -omkostninger.

BALANCEN

Tilgodehavender

Tilgodehavender måles til amortiseret kostpris, hvilket sædvanligvis svarer til nominel værdi. Værdien reduceres med nedskrivning til imødegåelse af forventede tab.

Eventuelle nedskrivninger til tab opgøres på grundlag af en individuel vurdering af de enkelte tilgodehavender.

Likvide beholdninger

Likvide beholdninger omfatter indestående i pengeinstitutter på bankkonti.

Gældsforpligtelser

Øvrige gældsforpligtelser måles til amortiseret kostpris, hvilket sædvanligvis svarer til nominel værdi.

Periodeafgrænsningsposter

Under periodeafgrænsningsposter indregnes modtagne donationer til anvendelse i efterfølgende år.

PENNEO

Underskrifterne i dette dokument er juridisk bindende. Dokumentet er underskrevet via Penneo™ sikker digital underskrift. Underskrivernes identiteter er blevet registreret, og informationerne er listet herunder.

“Med min underskrift bekræfter jeg indholdet og alle datoer i dette dokument.”

Ove Hansen (CPR valideret)

Bestyrelsesmedlem

Serienummer: eb2e35ce-7e79-4e65-a7d6-6f36063a2d68

IP: 93.165.xxx.xxx

2026-03-20 08:05:12 UTC



Iben Trabjerg

Direktion

Serienummer: 78915843-470d-4cad-aad5-5a15ac1aee83

IP: 85.83.xxx.xxx

2026-03-20 12:29:39 UTC



Iben Trabjerg

Direktionsmedlem

Serienummer: 78915843-470d-4cad-aad5-5a15ac1aee83

IP: 85.83.xxx.xxx

2026-03-20 12:29:39 UTC



Lisbeth Jensen (CPR valideret)

Bestyrelsesmedlem

Serienummer: f23bcf73-5649-4e6f-9868-2c8f6130ccef

IP: 104.28.xxx.xxx

2026-03-22 13:31:10 UTC



Helene Elisabeth Nielsen (CPR valideret)

Bestyrelsesmedlem

Serienummer: 85de0a5d-9cb2-4a5f-a790-250ea4948099

IP: 93.165.xxx.xxx

2026-03-22 14:45:11 UTC



Kirsten Bang Thomsen

Bestyrelsesformand

Serienummer: e001cca2-97a0-4e47-9dfa-1e443479ef47

IP: 87.56.xxx.xxx

2026-03-22 16:39:39 UTC



Penneo dokumentnøgle: 7PGLK-UC8AC-LDMSJ-SG3E5-NOODZ-B4MIPN

Dette dokument er underskrevet digitalt via **Penneo.com**. De underskrevne data er valideret vha. den matematiske hashværdi af det originale dokument. Alle kryptografiske beviser er indlejret i denne PDF for validering i fremtiden.

Dette dokument er forseglet med et kvalificeret elektronisk segl. For mere information om Penneos kvalificerede tillidstjenester, se <https://eutl.penneo.com>.

Sådan kan du verificere, at dokumentet er originalt

Når du åbner dokumentet i Adobe Reader, kan du se, at det er certificeret af **Penneo A/S**. Dette beviser, at indholdet af dokumentet er uændret siden underskriftstidspunktet. Bevis for de individuelle underskrivers digitale underskrifter er vedhæftet dokumentet.

Du kan verificere de kryptografiske beviser vha. Penneos validator, <https://penneo.com/validator>, eller andre valideringstjenester for digitale underskrifter.

PENNEO

Underskrifterne i dette dokument er juridisk bindende. Dokumentet er underskrevet via Penneo™ sikker digital underskrift. Underskrivernes identiteter er blevet registreret, og informationerne er listet herunder.

“Med min underskrift bekræfter jeg indholdet og alle datoer i dette dokument.”

Klaus Kragh (CPR valideret)

Bestyrelsesmedlem

Serienummer: be83b879-1e7b-492e-afd7-4f2041820c86

IP: 93.165.xxx.xxx

2026-03-23 06:08:45 UTC



Per Jensen

BLICHER REVISION & RÅDGIVNING STATS-AUTORISERET REVISIONSAKTIESELSKAB CVR: 78337818

Statsautoriseret revisor

På vegne af: Blicher Revision & Rådgivning

Serienummer: 9eb3d870-0d7d-4bed-8b51-c9d44273ef31

IP: 86.52.xxx.xxx

2026-03-23 06:51:46 UTC



Ole Ravn Callesen

BLICHER REVISION & RÅDGIVNING STATS-AUTORISERET REVISIONSAKTIESELSKAB CVR: 78337818

Revisor

Serienummer: a5be2345-6e5d-45f9-b07d-7b28207f9445

IP: 86.52.xxx.xxx

2026-03-23 07:37:20 UTC



Dette dokument er underskrevet digitalt via **Penneo.com**. De underskrevne data er valideret vha. den matematiske hashværdi af det originale dokument. Alle kryptografiske beviser er indlejret i denne PDF for validering i fremtiden.

Dette dokument er forseglet med et kvalificeret elektronisk segl. For mere information om Penneos kvalificerede tillidstjenester, se <https://eutl.penneo.com>.

Sådan kan du verificere, at dokumentet er originalt

Når du åbner dokumentet i Adobe Reader, kan du se, at det er certificeret af **Penneo A/S**. Dette beviser, at indholdet af dokumentet er uændret siden underskriftstidspunktet. Bevis for de individuelle underskrivers digitale underskrifter er vedhæftet dokumentet.

Du kan verificere de kryptografiske beviser vha. Penneos validator, <https://penneo.com/validator>, eller andre valideringstjenester for digitale underskrifter.