

Årsredovisning

My Strong Mind AB

559416-4047

Styrelsen och verkställande direktören avger följande årsredovisning för räkenskapsåret 2024-01-01 – 2024-12-31.

Om inte annat särskilt anges, redovisas alla belopp i hela kronor(sek).

Innehåll	Sida
- Förvaltningsberättelse	2
- Resultaträkning	4
- Balansräkning	5
- Noter	7
- Underskrifter	7

Fastställelseintyg

Jag intygar att resultaträkningen och balansräkningen har fastställts på årsstämma 2025-05-11. Årsstämman beslöt att godkänna styrelsens förslag till behandling av ansamlad förlust.

Jag intygar att innehållet i dessa elektroniska handlingar överensstämmer med originalen och att originalen undertecknats av samtliga personer som enligt lag ska underteckna dessa.

Elektroniskt underskriven av:
Monica Erestam Starck
2025-05-22

FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

VERKSAMHETEN

Allmänt om verksamheten

My Strong Mind använder nya vetenskapligt utprovade metoder från forskningsområdet positiv psykologi för att stärka välbefinnande och resiliens för stunden och för livet. Vi erbjuder föreläsningar, workshops och praktiska utbildningspaket för grupper och individer inom både skola och organisation.

Företaget bedriver verksamhet inom utbildning kring mental hälsa, stress, resiliens, välbefinnande, motivation och självledarskap.

Företaget har sitt säte i Nacka.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret

Under 2024 har My Strong Mind utvidgat sitt nätverk, utforskat nya samarbetspartners, utökat sitt utbildningsutbud samt genomfört föreläsningar/workshops i diverse kontexter.

Tillsammans med Röstbolaget AB har vi utvecklat utbildningar kring hur pedagoger kan stärka välbefinnande i klassrummet genom praktiska metoder och verktyg från psykologisk forskning.

Vidare har vi tillsammans med Toni Järlström (Enskild Firma) skapat ett evidensbaserat skolprogram "Lilla Mentorsprogrammet om självmedkänsla" som utvecklar ungdomars självkänedom och självledarskap genom träning av självmedkänsla.

I samarbete med Academias utbildningsakademi, Academia Academy, har My Strong Mind spelat in filmer om faktorer som påverkar vår psykiska hälsa och hur vi kan stärka dem. Utbildningssatsningen heter "5 minuter om" och är en öppen utbildning med möjlighet att nå hela Sveriges skolor, vilket skapar förutsättningar för att skolor även utanför Stockholm kan upptäcka My Strong Mind.

Under året deltog My Strong Mind som aktör under bokmässan och genomförde ett panelsamtal tillsammans med generalsekreteraren för BRIS och andra aktörer för att lyfta vikten av att skolor arbetar systematiskt med främjande och förebyggande metoder för att stärka psykisk hälsa.

FLERÅRSÖVERSIKT

	2401-2412	2301-2312
Nettoomsättning	34 556	0
Resultat efter finansiella poster	15 826	-19 434
Soliditet %	28	16

Under 2024 har My Strong Mind kommit igång med försäljning av utbildningar och ökade sin nettoomsättning med mer än 30%. Företaget drivs på deltid, varför förtjänsten fortfarande är relativt liten.

FÖRÄNDRINGAR I EGET KAPITAL

	Aktiekapital	Balanserat resultat	Årets resultat	Totalt
- Belopp vid årets ingång	25 000		-19 434	5 566
<i>Resultatdisposition enligt bolagsstämman</i>				
- Balanseras i ny räkning		-19 434	19 434	0
- Årets resultat			15 826	15 826
- Belopp vid årets utgång	25 000	-19 434	15 826	21 392

RESULTATDISPOSITION

Till årsstämmans förfogande står följande medel:

Balanserat resultat	-19 434
<i>Årets resultat</i>	<i>15 826</i>
<i>Summa</i>	<i>-3 608</i>

Styrelsen föreslår att medlen disponeras enligt följande:

Balanseras i ny räkning	-3 608
<i>Summa</i>	<i>-3 608</i>

RESULTATRÄKNING

1

	2024-01-01 2024-12-31	2023-01-02 2023-12-31
Rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.		
Nettoomsättning	34 556	0
Summa rörelseintäkter, lagerförändringar m.m.	34 556	0
Rörelsekostnader		
Övriga externa kostnader	-19 113	-19 188
Summa rörelsekostnader	-19 113	-19 188
<i>Rörelseresultat</i>	<i>15 443</i>	<i>-19 188</i>
Finansiella poster		
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter	383	0
Räntekostnader och liknande resultatposter	0	-246
Summa finansiella poster	383	-246
<i>Resultat efter finansiella poster</i>	<i>15 826</i>	<i>-19 434</i>
<i>Resultat före skatt</i>	<i>15 826</i>	<i>-19 434</i>
<i>Årets resultat</i>	<i>15 826</i>	<i>-19 434</i>

BALANSRÄKNING

1

	2024-12-31	2023-12-31
TILLGÅNGAR		
Omsättningstillgångar		
<i>Kortfristiga fordringar</i>		
Kundfordringar	21 250	0
Övriga fordringar	9 300	8 917
<i>Summa kortfristiga fordringar</i>	<i>30 550</i>	<i>8 917</i>
<i>Kassa och bank</i>		
Kassa och bank	46 520	25 000
<i>Summa kassa och bank</i>	<i>46 520</i>	<i>25 000</i>
Summa omsättningstillgångar	77 070	33 917
SUMMA TILLGÅNGAR	77 070	33 917

BALANSRÄKNING

	2024-12-31	2023-12-31
EGET KAPITAL OCH SKULDER		
Eget kapital		
<i>Bundet eget kapital</i>		
Aktiekapital	25 000	25 000
<i>Summa bundet eget kapital</i>	25 000	25 000
<i>Fritt eget kapital</i>		
Balanserat resultat	-19 434	0
Årets resultat	15 826	-19 434
<i>Summa fritt eget kapital</i>	-3 608	-19 434
Summa eget kapital	21 392	5 566
Kortfristiga skulder		
Leverantörsskulder	10 525	0
Övriga skulder	45 153	28 351
Summa kortfristiga skulder	55 678	28 351
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER	77 070	33 917

NOTER

Not 1 Redovisningsprinciper

Enligt BFNAR 2016:10

Årsredovisningen har upprättats enligt årsredovisningslagen och BFNAR 2016:10 Årsredovisning i mindre företag (K2).

Not 2 Rapport om årsredovisningen

Rapport om årsredovisningen enligt Rex - Svensk standard för redovisningsuppdrag har upprättats av Srf Auktoriserad Redovisningskonsult: Ulrika Palmberg

Not 3 Väsentliga händelser efter räkenskapsårets slut

Under våren 2025 genomför My Strong Mind en pilot av "Lilla Mentorsprogrammet om Självmedkänsla" tillsammans med Viktor Rydbergs Gymnasieskola.

Vidare har ett föreläsningssamarbete med psykologen och författaren Charlotte Bergström, aktuell med boken "På tå" inletts.

My Strong Mind deltog också i Nordic Happiness Summit i Helsingfors där forskning kring välbefinnande och lycka, och dess påverkan på samhälle och ekonomi, presenterades.

UNDERSKRIFTER

Nacka

Undertecknad den dag som framgår av min digitala underskrift

Monica Erestam Starck

Monica Erestam Starck

2025-05-11