

Äldrenämnden  
**Tjänsteskrivelse till äldrenämndens arbetsutskott**

Datum:  
2020-11-22

Diarienummer:  
ALN-2020-00678

Handläggare:  
Daniel Karlsson

## **Bidrag till föreningar 2021 – Suicid Prevention Efterlevande Stöd (SPES) Uppsalakrets**

### **Förslag till beslut**

Äldrenämndens arbetsutskott föreslår nämnden

1. **att** bevilja SPES 6 000 kr i bidrag för verksamhetsåret 2021.

### **Ärendet**

Äldrenämnden har vid sammanträdet 17 december 2020 behandlat samtliga inkomna ansökningar om föreningsbidrag för verksamhetsåret 2021. SPES Uppsalakrets har ansökt om 9 993 kr för 2021. Äldrenämnden har beslutat att bevilja föreningen bidrag om 6 000 kr för detta år.

### **Beredning**

Ärendet har beretts på avdelningen för avtal och marknad.  
Fördelningen av bidrag till föreningar har gjorts efter följande kriterier:

- Verksamhetens planerade omfattning
- Uppfyllelse av tidigare aktiviteter man fått bidrag för av nämnden.
- I vilken mån verksamheten utgör ett komplement till nämndens ordinarie verksamhet och annan ideell verksamhet
- Vid ansökan om lönekostnader görs alltid en avvägning om hela eller del av ansökt lönekostnad bör självfinansieras eller täckas av ideellt arbete
- Bidrag ges i enlighet med bestämmelserna i nämndens riktlinjer för bidrag till föreningar
- Bidrag ges i enlighet med intentionerna i den lokala överenskommelsen mellan kommunen och föreningslivet
- Bidrag ges i enlighet med intentionerna i kommunens mål och budget och nämndens verksamhetsplan

### **Föredragning**

SPES Uppsala (suicid prevention efterlevandes stöd) vänder sig till den som förlorat någon som tagit sitt liv. Föreningen arbetar både preventivt och ger stöd åt drabbade personer genom samtalsgrupper (sorgegrupper) där de som drabbats kan komma och dela med sig av sin förlust med andra drabbade. Föreningen ordnar även utbildningar och utflykter.

SPES har ansökt om 9 993 kr för denna verksamhet under verksamhetsåret 2021. Äldrenämnden har beslutat att bevilja föreningen 6 000 kr i bidrag för verksamhetsåret 2021.

### **Ekonomiska konsekvenser**

Bidraget ryms inom budgeten för föreningsbidrag. Budgeten för föreningsbidrag (exklusive bidrag till pensionärsföreningar samt bidrag/stöd inom ramen för IOP) föreslås omfatta 1 594 000 kr år 2021, vilket är 100 000 kr mer än utfallet för innevarande år.

### **Beslutsunderlag**

- Ansökan om bidrag från äldrenämnden för verksamhetsåret 2021 från SPES.

Äldreförvaltningen

Carina Juhlin

Förvaltningsdirektör

## Ansökan om äldrenämndens bidrag till föreningar 2021

Läs anvisningarna på sista sidan innan du fyller i blanketten.

### Sökande förening/organisation

Föreningens/organisationens namn SPES Uppsalakrets		Organisationsnummer 802512-3590
Besöksadress Västra Ågatan 16, 753 09 Uppsala		
Eventuell c/o adress		
Postadress (om annan än besöksadress)		Postnummer och ort
E-postadress till föreningen elisabeth.lindstro@spes.se		Telefon 073 326 1234
Webbadress www.spes-i-upsala.webnode.se		
Antal medlemmar bosatta i Uppsala kommun per sista december föregående år		
Totalt	varav kvinnor	varav män
61	48	13
Antal anställda föregående och innevarande år, samt tjänstgöringsgrad		
Totalt	varav kvinnor	varav män
0		
Ungefärligt antal volontärer/frivilliganställda i verksamheten		
Totalt	varav kvinnor	varav män
0		

### Ansökan bidrag

Bankgiro/plusgirokonto 5195-5268	Föreningen ansöker om totalt kr
Ansökan avser	
<input checked="" type="checkbox"/> 1 år	<input type="checkbox"/> 3 år
År 1	kr
År 2	kr
År 3	kr

### Kontaktperson

Kontaktperson Elisabeth Lindström	Telefon dagtid 073 326 1234
E-postadress elisabeth.lindstrom@spes.se	

### Styrelsen och revisor

Antal styrelseledamöter (inklusive suppleanter)		
Totalt	varav kvinnor	varav män
7	6	1
Ordförande Elisabeth Lindström	E-postadress elisabeth.lindstrom@spes.se	Telefon 073 326 1234
Sekreterare Mary Hagström	E-postadress mary_hag@hotmail.com	Telefon 070 325 95 40
Kassör Kaisa Nordquist	E-postadress kaisa.nordquist@yahoo.com	Telefon 46702777044
Revisor Göran Svensson	E-postadress	Telefon 070-4474709

**Andra sökta och beviljade bidrag (från till exempel landstinget, annan kommunal nämnd, projektbidrag etc. för verksamhet som vänder sig till personer över 65 år**

Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan kommunal nämnd Omsorgsnämnden	Bidrag för (typ av verksamhet) Hyra av lokal hos Sensus, Samtalsgrupper, enskilda samtal, anordna suicidpreventiva dagen 10/9, annonsering
Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan part Region Uppsala	Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan
Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan kommunal nämnd Omsorgsnämnden	Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan
Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan part Region Uppsala	Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan



**Beskrivning och redogörelse av vad ansökta medel ska användas till.****Ange särskilt vilken målgrupp verksamheten vänder sig till.**

Vår ansökan till Äldrenämnden vänder sig till personer över 65 som har mist någon närstående i självmord. De är en mycket utsatt grupp då många är ensamma och behöver mycket stöd. Deras yrkesliv är över och om de mister sin livskamrat, vilket är vanligt i den här åldersgruppen, så blir sorgen och ensamheten tung. Ca 20 - 25 % av våra deltagare är 65 år eller äldre. Man behöver inte vara medlem i SPES för att delta i våra aktiviteter.

Vi bedriver stöd åt dessa personer. Ideellt, vilket innebär att de flesta av oss yrkesarbetar och gör det här på vår fritid. Stödet ges genom enskilda möten och samtalsgrupper. Ibland även hembesök. I lokalen vi hyr av Sensus används till våra möten och samtal. Huvudparten av våra kostnader är för hyran.

Våra samtalsträffar sker en gång i månaden. Antalet deltagare varierar från 3 till 18. Läsa för Livetgruppen har 6 - 8 deltagare och hålls en gång i månaden. Vad gäller antalet enskilda möten varierar de kraftigt beror helt på antal drabbade personer i regionen. De sker därför oregelbundet.

**Planerade kostnader för verksamheten under perioden**

Ekonomisk planering/preliminär budget för verksamheten under perioden med information om eventuella medfinansierare. Ange typ av kostnad, (ex. personalkostnad, lokalhyra, el, resekostnader, telefon-abonnemang, administration etc.) budgeterad kostnad, sökt bidragssumma samt eventuell finansiering från annan part. Eventuell personalkostnad ska anges *inklusive* arbetsgivaravgifter.

Typ av kostnad	Budgeterad kostnad	Varav sökta bidrag från äldrenämnden	Varav eventuell finansiering från annan
Lokalhyra (8.379 kr per kvartal)	33,516	6,703.20	26,812.80
Resor årskort UL	4,950	990	3,960
Annonsering exl moms	5,900	1180	4,720
Litteratur till Läsa för Livet	1,600	320	1,280
Utflykter	400	80	320
Suicidpreventiva dagen (musik + sågn, ljus m m)	2,000	400	1,600
Banktjänster SEB	1,100	220	880
Samtalsstöd + styrelsearbete (kopiering, fika mm)	500	100	400
<b>Summa:</b>	49,966	9,993.20	39,972.80

**Handlingar som ska bifogas med ansökan**

- Stadgar (endast vid stadgeändringar eller om förening inte sökt bidrag hos nämnden tidigare)
- Årsmötesprotokoll (från senaste årsmötet)
- Verksamhetsberättelse (från föregående år)
- Ekonomisk redovisning (från föregående år)
- Revisionsberättelse (från föregående år)
- Kopia på hyresavtal vid ansökan om hyres-/lokalkostnader
- Ifylld redovisningsblankett av verksamheten 2019 (endast om föreningen beviljats bidrag av nämnden för detta år)

**Underskrift**

Att uppgifterna i ansökan jämte bilagor är korrekta intygas. Föreningen förbinder sig att lämna verksamhetsberättelse, resultat- och balansräkning och revisionsberättelse för det år föreningen beviljats bidrag.

Datum	Underskrift Ordförande	Namnförtydligande
2020-08-25		Eisabeth Lindström

Vi behandlar och skyddar din information i detta formulär enligt reglerna i Dataskyddsförordningen (GDPR). Läs mer om Uppsala kommuns hantering av personuppgifter och dina rättigheter som uppgiftslämnare på [www.uppsala.se/gdpr](http://www.uppsala.se/gdpr).







## Anvisningar

Till blankett för ansökan om ekonomiskt stöd för föreningar och organisationer.

Redogör för den planerade verksamheten så att beskrivningen kan förstås av den som inte tidigare känner till föreningens verksamhet. Det är viktigt att uppgifterna är så konkreta som möjligt och att nämnden kan bedöma hur stor omfattning verksamheten har. Varje förenings verksamhet måste beskrivas utifrån sin egenart, men nedan har angivits exempel på aktiviteter som är förekommande i de föreningar som nu får bidrag. Utöver de uppgifter ni själva bedömer som viktiga ange således uppgifter som framgår av nedanstående.

Om någon av föreningens uppgifter är att

**ge stöd till anhöriga:**

ange hur ofta stöd ges och beräknat antal deltagare

**ge stöd till ökad trygghet och/eller ökad social samvaro** (ex. trygghetsringning, ledsagarservice, besöksverksamhet och fixartjänster) ange beräknad tid och beräknat antal deltagare för insatserna.

vara en **träffpunkt:**

ange öppettider och beräknat genomsnittligt antal besökare/öppethållandetillfällen.

organisera **fritidsaktiviteter:**

ange för varje aktivitet hur ofta den anordnas och beräknat genomsnittligt antal deltagare.

**ge utbildning/information:**

ange ämne, mottagare, beräknat antal utbildnings-/info-timmar och beräknat antal utbildnings-/info-mottagare.

Om föreningen bedriver **annan typ av verksamhet** ange omfattning på liknande sätt som i ovanstående exempel.

Samtliga uppgifter på blanketterna måste vara ifyllda. Alternativt kan ansökan kompletteras muntligt.

Blanketten ska vara äldreförvaltningen tillhanda senast den **31 augusti 2020** och skickas till nedanstående adress:

Uppsala kommun

Äldrenämnden

753 75 Uppsala Kommun

Blanketten ska skickas in i **två** exemplar. För att underlätta kontorets hantering av ansökningarna ber vi er att undvika häftklamrar för att fästa ihop ansökan. Använd istället plastficka eller gem och undvik i möjligaste mån att blanda enkelsidiga och dubbelsidiga utskrifter av ansökningsblanketter och bilagor.

Vid frågor om blanketten kontakta:

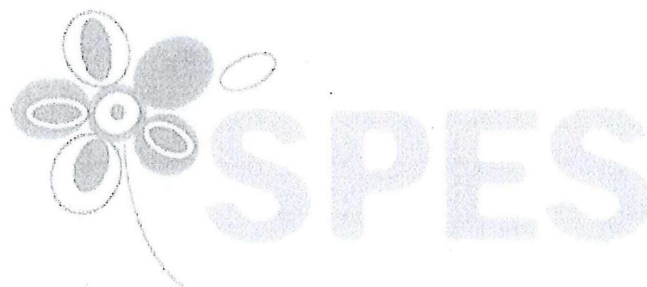
Daniel Karlsson

Äldreförvaltningen

Telefon: 018-727 85 97

daniel.karlsson@ uppsala.se

# **Verksamhetsberättelse för 2019 SPES Uppsalakrets**



## **Innehållsförteckning** s.2

### **SPES Uppsalakrets verksamhetsberättelse**

Sammanfattning s.3

Styrelsens sammansättning

Revisorer

Valberedning

Styrelsemöten s.4

Medlemsantal

Ekonomi

Resultatrapport per 2019-12-31 för SPES Uppsalakrets (se bilaga nr 1)

Bidrag

Gåvor

Media

Samarbeten s.5

Samtalsgrupperna

Suicidpreventiva dagen

Utbildningar s.6

Verksamhetsplan

Årets händelser s.7

Övrigt s.8

## Sammanfattning

2019 har varit ett händelserikt år, precis som 2018. Vi har ökat antalet medlemmar från 48 personer till 64. Vi har startat en ny grupp, biblioterapi, där vi träffats två gånger i månaden för att gemensamt läsa och samtala om litteratur som handlar om sorg, förlust och självmord. Vi har deltagit i olika arrangemang och vid flera föreläsningar, synts och hörts i Uppsalatidningen, Upsala Nya Tidning och P4 Radio Uppland. Vi har uppmärksammat Suicidpreventiva dagen och Världsmentalhälsodagen och avslutat årets verksamhet med ett mycket uppskattat glöggmingel där vi dessutom pärlade fina SPES-armband. Tyvärr märker vi av ökningen av självmord även i vår region. Under 2018 tog 1574 personer sitt liv i hela landet. Det är en ökning jämfört med 2017. I vårt län ser med oro på att fler unga män tar sitt liv, något som återspeglar sig i våra grupper. Världsartisten Tim Avicii Berglinds självmord 20 april 2018 har satt ännu mer fokus på att vi måste börja tala om psykisk ohälsa och självmord. Familjen Bergling har startat en fond som ska stötta organisationer vilka arbetar för att förhindra självmord vilket vi ser positivt på. Alla krafter som kan påverka är välkomna.

## Styrelsens sammansättning

Vid Uppsalakretsens årsmöte den 14 mars 2019 som hölls i SPES lokal, Sensus, Västra Ågatan 16, Uppsala, valdes styrelsen bestående av följande personer:

Elisabeth Lindström, ordförande 1 år

Kaisa Nordqvist, ledamot och kassör, nyval (2 år)

Kerstin Ahlgren, ledamot och sekreterare, sittande (1 år kvar)

Annika Lindgren, ledamot, sittande (1 år kvar)

Joakim Ramqvist Hallin, suppleant, omval (1 år)

## Revisorer

Göran Svensson, revisor

## Valberedning

Frida Runhagen, 1 år

## Styrelsemöten

Under verksamhetsåret har vi hållit 10 protokollförda styrelsemöten, konstituerande mötet inräknat.

## Medlemsantal

Antalet medlemmar var vid årsskiftet 65 personer fördelade enligt nedan:

34 ordinarie

7 familjemedlem

9 ungdom

13 pensionär

2 stödmedlem

## Ekonomi

Vår ekonomi under 2019 har varit god. Vi har förvaltad de gåvor och bidrag vi erhöll väl och pengarna har räckt till det vi ansökt för som lokalhyra, resor, material för verksamheten, annonsering samt kaffe, the, frukt och fikabröd.

## Bidrag

- SPES Uppsala ansökte 2018 om bidrag från omsorgsnämnden och äldrenämnden för 2019. 03 januari och 1 februari tilldelades vi verksamhetsbidrag på sammanlagt 30,000 kr från dem. I juni fick vi besked från Erik Klingenberg, strateg för suicidprevention Region Uppsala att det fanns pengar att söka från regeringen för 2019. Ansökan skulle vara inlämnad 1 augusti. Vi ansökte om medel för perioden juli – december 2019 och fick det beviljat, men då de ansökta medlen inte inkom förrän 13 november kom vi överens om att de skulle kunna användas även våren 2020.

## Gåvor

- Under året inkom en gåva på 2,000 kr från en privatperson vilket vi tacksamt tog emot och sände ett tackkort till givaren.

## Media

- SPES Uppsala har förekommit ett flertal gånger i både pressen, och radio under året vilket närmare beskrivs under punkten Årets händelser.



## Samarbeten

- SPES Uppsala har samarbetat med följande: Balans i Uppsala, Hjärnkoll i Uppsala, NSPH Uppsala, Sensus Uppsala, studenter vid psykologprogrammet Uppsala Universitet, Studieförbundet Vuxenskolan i Uppsala, och Svenska kyrkans diakoner, Uppsala.

## Samtalsgrupperna

- Under året har vi hållit tio välbesökta träffar. De flesta som kommit har varit föräldrar som förlorat ett barn och syskon till barnet. Sammanlagt har 80 till 90 personer deltagit i våra grupper.
- Unga vuxna grupp: tyvärr har vi under större delen av året inte haft någon ledare för denna grupp som därför varit vilande. De unga vuxna som behövt samtalsstöd har varit välkomna i vår andra grupp.
- Läsa för livet: under februari 2019 startade vi upp gruppen som har haft 5 – 7 deltagare per tillfälle. Vi har träffats två gånger per månad vilket blev sammanlagt 16 gånger. Vi har läst, diskuterat och delat med oss av våra tankar och funderingar utifrån texten samt våra egna erfarenheter. Ett mycket bra och givande sätt att bearbeta våra förluster.

## Suicidpreventiva dagen

- Suicidpreventiva dagen uppmärksammades 2019 för femte året i rad. Vi har genom åren provat lite olika modeller och tycker nu att vi har funnit en bra modell med samarbetspartner som känns relevanta och passande. Den inleddes med en minnesstund i Helga Trefaldighets kyrka, med sång och musik av Simon Jirhede & Eric Cardenas, tal och uppläsning av dikter och andra texter av Malin Carlsson, Christina Rangstedt, Elisabeth Lindström och Kerstin Olsson samt den så viktiga ljuständningen där samtliga deltagare fick ett eget litet ljus att tända. Vi hade fyra olika ställen att sätta ljusen då vi var närmare 80 personer och vi ville undvika köbildning. Under ljuständningen spelade Simon och Eric Efter stunden i kyrkan vandrade vi gemensamt ner till Stadsträdgården och Lycksalighetens Ö. Där tände vi våra medhavda ljus, samlades i stillhet och gemenskap samt njöt av varm saft och goda hallongrottor som stiftets diakoner bjöd på. En mycket vacker och rolig avslutning där våra älskade stod i centrum för våra tankar.

## Utbildningar

- Vid förbundsstyrelsens årsstämma i Katrineholm den 10 - 12 maj deltog Elisabeth Lindström och Joakim Ramqvist Hallin vid utbildningar och föreläsningar om bl a MI motiverande samtal – en samtalsmetod för SPES som arbetar i telefonjour och samtalsgrupper.
- 22 – 24 november deltog Viktória Szábo, Uppsala under utbildningsdagarna i Katrineholm. Utbildningen hölls för de som är eller vill bli aktiva i telefonjouren eller som samtalsledare i våra grupper.

## Verksamhetsplan

- Se bilaga 2

## Årets händelser

- 21 februari åkte ordförande Elisabeth till Heby vårdcentral för att hjälpa till att ta fram en lokal handlingsplan för att förhindra självmord i kommunen. Deltog gjorde Eva-Linnéa Eriksson, närvårdsstrateg och Hans Ulvmar Larsson, kurator och rehabkoordinator.
- Psykologstudenter vid Uppsala Universitet anordnade Psykologidagen den 23 mars i Blåsenhus. På programmet stod flera intressanta föreläsningar. SPES Uppsala deltog med ett informationsbord där besökarna kunde svara på tipsfrågor om självmord, köpa böcker och armband. En mycket lyckad dag. Elisabeth Lindström och Johanna Edström (unga vuxna) bemannade bordet.
- 28 mars höll Humana assistans i samarbete med Uppsala stadsteater för andra året en föreställning med tema psykisk ohälsa och självmord där unga berättade om sin psykiska ohälsa, en pappa berättade om sorgen efter sonens självmord och unga sjöng och läste dikter. SPES Uppsala deltog med ett informationsbord.
- 30 mars hölls SPES Uppsalas årsmöte. Direkt efter höll den nya styrelsen sitt första styrelsemöte.
- 10 – 12 maj deltog ordförande i Riksförbundet SPES utbildningsdagar samt vid Förbundsstämmans årsmöte.
- 13 maj hölls ett möte med Mari-Ann Bonin, Hjärnkoll och SPES Uppsala i syfte att planera inför Suicidpreventiva dagen och utöka vårt samarbete vid bland annat Världsmentalhelsodagen 10 oktober.
- 2 juni publicerades en debattartikel i UNT där SPES Uppsala betonade vikten av att ges både ekonomiska och praktiska förutsättningar för att kunna fortsätta sitt arbete med efterlevande efter självmord. (se bilaga nr 3)
- Den 10 juni hölls ett första möte med Kerstin Olsson, diakon i Svenska Kyrkan för att dra upp riktlinjer och planera inför 10 september.
- 13 juni deltog ordförande Elisabeth vid NSPH:s styrelsemöte i syfte att stärka samarbetet. NSPH – Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa är en



samarbetsorganisation för patient-, brukar- och anhörigorganisationer inom det psykiatriska området där SPES är en av dem.

- 23 augusti träffade Elisabeth Darren Gordon, irländare numera bosatt i Uppsala. Han har egna erfarenheter av psykisk ohälsa och självmord. På Irland finns organisationen Peta en rörelse som startade 2009 för att uppmärksamma självmord, en rörelse som spridits över flera länder. Darren vill nu införa traditionen till Sverige: Darkness into Light, och söker nu flera samarbetspartner.
- 26 augusti genomförde vi ett andra planeringsmöte inför 10 september i Helga Trefaldighets kyrka. Deltagare från Balans, Hjärnkoll, kyrkan, SPES och musiker deltog.
- 27 augusti intervjuades ordförande Elisabeth av Petra Rohrer, skribent och Monica Atterberg, redaktör och ansvarig utgivare, från nättidningen Voxvigor. Det är en nättidning som är ett projekt som drivs av Studieförbundet Uppsala Västmanland och finansieras av Arvsfonden. Uppsala kommun, Hjärnkoll Uppsala län, SeSam Uppsala, Ting&Kaka i Uppsala, Svenska OCD-förbundet och NSPH i Uppsala stödjer projektet.
- 27 augusti intervjuades SPES även av Upsala Nya Tidning inför Suicidpreventiva dagen. Journalist Ingela Söderman intervjuade och den hölls i vackra Stadsparken, på Lycksalighetens Ö.
- Dagen för ungas psykiska ohälsa, den 30 augusti, uppmärksammades av P4 Radio Uppland. Reporter Thomas Artäng intervjuade Elisabeth om sonen Davids psykiska ohälsa som ledde till självmord och om sorgen och saknaden efteråt.
- 5 september deltog SPES Uppsala vid Brukarnätverksmötet där man bland annat behandlade problemet med lyhördheten i väntrummet på psykiatrins hus. Sitter man i väntrummet så hörs det samtal som pågår mellan patient och psykolog/psykiatriker vilket inte är acceptabelt.
- För femte året i rad uppmärksammade vi Suicidpreventiva dagen den 10 september, se punkt ovan.
- 14 september hölls Kulturnatten i Uppsala. Vi medverkade för fjärde gången med uppläsning, dikter, sång och musik. Ylva Larsson och Malin Carlsson (Hjärnkoll och Balans) berättade om sin psykiska ohälsa, Elisabeth läste ur sin bok och Simon Jirhede spelade gitarr och sjöng. Mycket uppskattat och lyckat. SPES-armband och böcker såldes till stöd för SPES Uppsala

- 30 september anordnades Hjärnkollcafé i kafferummet Storken. Ett event där kafébesökare inbjuds till samtal om psykisk ohälsa. SPES Uppsala var inbjudna att delta och Elisabeth åtog sig uppdraget. Hjärnkoll bjöd på fika och flera givande samtal hölls.
- 1 – 3 oktober deltog Elisabeth Lindström tillsammans med Pirjo Stråte, båda förbundsstyrelsen, med ett informationsbord när den stora Suicidpreventiva konferensen hölls i Norrköping.
- Omsorgsnämnden bjöd in föreningar och organisationer den 9 oktober till föreningsdialog och SPES Uppsala deltog bland en mängd organisationer. Syftet var att skapa bättre förutsättningar för samverkan mellan omsorgsnämnden och de föreningar som får bidrag från nämnden. Efter en kort presentation fick organisationerna möjlighet att samtala med politiken och diskutera våra olika förutsättningar och utmaningar samt vilka utmaningar våra organisationer ser. SPES Uppsala upplevde det som lite rörigt då politikerna började hela tiden och vi fick börja om med vår presentation. Vi fick då inte möjlighet till några närmare diskussioner tyvärr. Hoppas på bättre upplägg om det blir fler tillfällen.
- 10 oktober och Världsmentalhälsodagen. SPES Uppsala tillsammans med Hjärnkoll i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan stod som arrangörer. Temat i år var suicidprevention och förutom Elisabeth Lindström, SPES Uppsala så föreläste Erik Klingenberg, strateg för suicidprevention region Uppsala, Leif Svanlund SPES Stockholm och Malin Carlsson Hjärnkoll. En intressant och givande dag med många åhörare från våra olika organisationer.
- 13 oktober träffade Elisabeth L Eva Osterman-Lind, som förlorat sin 18-åriga son Manfred i självmord. Tanken var att samarbeta och diskutera hur vi tillsammans kan försöka informera och förändra i skolorna för att förhindra att det händer igen.
- Under november startade Upsala Nya Tidning en artikelserie om framför allt ungas psykiska ohälsa och självmord. I en undersökning av länets grundskolor och gymnasieskolor framkom att många unga på framför allt gymnasienivå tänkt på självmord och oroväckande många hade dessutom försökt ta sitt liv. Uppgifterna startade artikelserien. SPES Uppsalas ordf. Elisabeth L intervjuades i en av artiklarna och citerades dessutom i flera andra. Journalist Elin Sandow intervjuade och skrev artiklarna.
- Vecka 45 inföll Psykiatriveckan och den 6 november inbjöds SPES Uppsala som en av medlemsorganisationerna i NSPH för att presentera SPES och vårt arbete i länet. Kaisa Nordqvist företrädde SPES i Gunnesalen, Akademiska sjukhuset.



- Med anledning av de ökade skjutningarna i Uppsala skrev UNT en artikel om polisens ökade arbetsbelastning och Carin Götblad, regionpolischef för Region Mitt kommenterade i intervjun ”Polisen är ingen vårdverksamhet”, detta med anledning av att de tvingas lägga resurser på hämtning av akut psykiskt sjuka och självmordsförsök. SPES Uppsalas ordförande intervjuades av David Hallerby där hon efterlyste en psykiatriambulans PAM även till region Uppsala och hänvisade till lyckade erfarenheter i framför allt Stockholm, Göteborg och region Skåne.
- SPES Uppsala skrev redan i början av september en debattartikel om behovet av en psykiatriambulans och fördelarna med detta. Artikeln publicerades i UNT den 1 december (Se bilaga nr4)
- 8 december. Verksamhetsåret avslutades med styrelsemöte med efterföljande glöggmingel, pärla SPES-armband och trevlig samvaro.
- 9 december deltog Elisabeth vid ett möte i Östhammar. Frösåkers församling genom kyrkoherde Sara Gustavsson Grip stod för inbjudan och förutom personal från församlingen och SPES Uppsala var Eva Ekberg, personligt ombud för personer med psykiska funktionsnedsättningar/sjukdomar, Pia Jelk och Catharina Wahlström från Arbetsmarknadsenheten – förberedande spåret (för de som mår psykiskt dåligt och vill komma vidare) alla från Östhammars kommun. Dessutom deltog Håkan Blom, rektor för Frösåkersskolan och skolans kurator. Tanken är att vi gemensamt ska diskutera och arbeta fram ett samarbete med tanke på ungas psykiska hälsa.

## Övrigt

- SPES Uppsala har haft flera annonser och artiklar insatta i Upsala Nya Tidning och Uppsalatidningen inför suicidpreventiva dagen. (intervjuer och debattartiklar)
- Under 2019 startade vi en egen hemsida: [www.spes-i-uppsala.webnode.se](http://www.spes-i-uppsala.webnode.se)
- På facebook har vi en egen sida SPES Uppsala Suicidprevention Efterlevande stöd
- SPES Uppsala har även under 2019 varit en referensgrupp i det fortsatta arbetet med suicidprevention. Handlingsplanen är nu färdig och godkänd så nu arbetar gruppen fram instruktioner och checklistor för personal ute i verksamheten.



Styrelsen SPES Uppsala

Elisabeth Lindström

Elisabeth Lindström, ordförande

Kaisa Nordqvist

Kaisa Nordqvist, kassör

Kerstin Ahlgren

Kerstin Ahlgren, sekreterare

Annika Lindgren

Annika Lindgren, ledamot

Joakim R. Hallin

Joakim Ramqvist Hallin, suppleant



## Resultatrapport per den 31/12 2019

Intäkter	Utfall 32/12
Ingående saldo 1/1 2019	19 418,19
Verksamhetsbidrag	66 300
Donationer, gåvor	2 200
Försäljning	3 020
Föreläsningar	2 000
<b>Summa Intäkter</b>	<b>92 938,19</b>
<b>Kostnader</b>	
Lokalhyra 3 kvartal	27 390
Resor	7 170
Utgift Samtalsgrupper	1 136,52
Utgift Ungdomsgrupp	109,25
Banktjänster	1 175,16
Annonsering	9 518
Utgifter SPES (kontorsmateriel)	2 073,18
Övrigt (konferenser)	8 460,12
<b>Summa Kostnader</b>	<b>57 032,23</b>
<b>Summa resultat</b>	<b>35 905,96</b>
<b>Behållning enligt kontoutdrag</b>	<b>51 780,05</b>

## REVISIONSBERÄTTELSE 2019

Efter granskning av Spes Uppsalakrets räkenskaper och förvaltning för 2019-01-01 2019-12-31 får jag härmed avlämna följande revisionsberättelse.

Jagi har granskat föreningens räkenskaper och granskningen har ej givit anledning till anmärkning beträffande föreningens bokföring varför Jag tillstyrker att styrelsen beviljas ansvarsfrihet för 2019 års förvaltning.

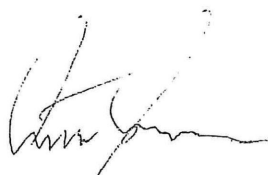
Inkomster under 2019 kr 92.938:19

Utgifter under 2019 kr 57.032:23

Summa Resultat kr 35.905:96

Behållning enl kontoutdrag 51.780:05

Gimo 20200214



Göran Svensson

Revisor

# SPES Uppsalakretsens årsmöte 2020

Plats: Sensus lokaler, Västra Ågatan 16, 3 tr

Datum: 2020-03-14

Närvarande: Christer Lindström, Annika Lindgren, Kaisa Nordqvist, Joakim Ramqvist Hallin, Mari Pettersson, Mary Hagström, Åke Hagström, Elisabeth Lindström

1. Mötets öppnande  
Ordförande Elisabeth Lindström hälsade välkomna och öppnade mötet
2. Val av mötets ordförande och sekreterare  
Årsmötet beslutade att välja Christer Lindström till mötesordförande och Elisabeth Lindström till mötesseskreterare
3. Val av två protokolljusterare  
Årsmötet beslutade att välja Kaisa Nordqvist och Mari Pettersson till justerare
4. Fastställande av dagordning  
Årsmötet beslutade att godkänna dagordningen
5. Fråga om årsmötet blivit stadgeenligt utlyst  
Årsmötet beslutade att årsmötet blivit stadgeenligt utlyst.
6. Styrelsens Verksamhets- och förvaltningsberättelse  
Ordförande Elisabeth Lindström föredrog Uppsalakretsens verksamhetsberättelse och kassör Kaisa Nordqvist föredrog förvaltningsberättelsen. Dessa godkändes och lades till handlingarna
7. Revisorns berättelse  
Kassör Kaisa Nordqvist läste upp revisorns berättelse som lades till handlingarna
8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen  
Årsmötet beslöt att ge styrelsen ansvarsfrihet för det kommande verksamhetsåret
9. Val av ordförande för styrelsen  
Till ordförande för kretsen valdes Elisabeth Lindström 1 år (omval)
10. Val av ledamöter för kretsen  
Till ledamot tillika sekreterare valdes Mary Hagström 2 år (nyval)
11. Till suppleanter (3 st) valdes Mari Pettersson 2 år (nyval), Joakim Ramqvist Hallin 1 år (omval) Eva Osterman Lind 2 år (nyval)

(Övriga ledamöter Kaisa Nordqvist och Annika Lindgren har båda 1 år kvar)

12. Val av revisor

Till revisor valdes Göran Svensson 1 år (omval)

13. Verksamhetsplan och budget för det kommande året

Ordförande föredrog verksamhetsplanen och kassören föredrog budget för det kommande året som godkändes av mötet och lades till handlingarna

14. Eventuella motioner, inlämnade frågor m m

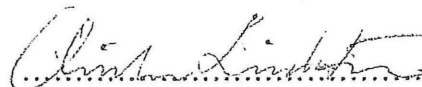
Inga motioner har inkommit till mötet

15. Mötesordförande avslutade mötet

Protokollet Justerat:



Elisabeth Lindström, sekreterare



Christer Lindström, mötesordförande

.....  
Mari Pettersson, justerare

.....  
Kaisa Nordqvist, justerare



SENSUS

HYRESKONTRAKT  
för lokal

Hyresvärd	Sensus studieförbund, region Svealand	Org nr 817600-7360
Hyresgäst:	SPES Västra Ågatan 16, 753 09 Uppsala	Org nr 802512-3590
Lokalens Adress:	Västra Ågatan 16, 753 09 Uppsala	
Lokalens skick och användning	Kontorslokal	
Lokalens storlek och omfattning	1 rum ca 14 kvm. SPES hyr ett kontorsrum till 70%, samt har tillgång till gemensamma utrymmen såsom entré, toaletter samt pentry. 30% av rummet nyttjas av annan hyresgäst dvs i snitt 1.5 dag per vecka. Ytterligare konferensrum/utbildningsrum bokas separat enligt Sensus prislista för utbildningslokaler.	
Inredning	Viss kontorsmöblering ingår.	
Telefon och data	Ingår ej. Hyresgästen bekostar samtlig erforderlig dragnig av ledningar för telefoni och data inkl abonnemang Trådlöst fibermät finns i våra utbildningslokaler och kan nyttjas av våra hyresgäster	
Hyrestid	1 juni 2020 t.o.m. 31 december 2020	
Uppsägningstid/ Förlängningstid	Uppsägning av detta kontrakt anses verkställt i och med underskrift av detsamma, om inte annat överenskommit senast 3 månader innan hyrestidens utgång. Under hyrestiden äger båda parter rätt att säga upp kontraktet med en uppsägningstid på 3 månader innan planerad avflyttning.	
Värme och varmvatten	Ingår i hyran	
Hyra	Hyran för 2020 är 3.420 per kvadratmeter vilket för 70% av lokalen blir 2.793 kronor per månad och 8.379 per kvartal. Hyra exkl nedan markerade tillägg.	
Indexklausul	Ändring av ovan angiven hyra sker vid kalenderårsskifte i samband med att Sensus erhåller indexändring och kostnadsökning för städ och el mm. Hyreshöjning för 2020 är angiven ovan under punkt "hyra"	
El	Ingår i hyran	
Emballage och sopor	Normala kontorssopor ingår i hyran	
Fastighetsskatt	Ingår i hyran	
Mervärdesskatt	Då Sensus icke är momsredovisningskyldig utgår ingen moms på hyresbeloppet. Skulle Sensus efter beslut bli skattskyldig för moms för uthyrningen av lokalen skall hyresgästen utöver hyran erlagga vid varje tillfälle gällande moms. Detta gäller också om Sensus skulle bli retroaktivt skattskyldig för moms.	
Hyrans betalning	Hyran erläggs mot faktura kvartalsvis i förskott	
Ränta, betalningspåminnelse	Vid försenad hyresbetalning skall hyresgästen erlagga dels ränta enligt räntelagen, dels ersättning för skriftlig betalningspåminnelse enligt lagen om ersättning för inkassokostnader m m.	
Övrigt	Hyresgästen tillhandahåller själv ytterligare möbler och erforderlig utrustning som önskas. Hyresgästen tillhandahåller utöver de för lokalen ingående låsanordningar de låsanordningar som hyresgästen själv önskar. Lokalvård av kontoret ombesörjes av Sensus en gång per vecka Lokalerna ska återställas i likvärdigt skick vid avflyttning Hyresgästen svarar för skador på grund av åverkan på fönster, dörrar, väggar och golv Hyresgästen ska själv ordna med försäkring av egna inventarier m.m.	

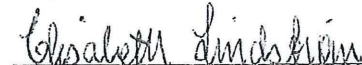
Uppsala den 19/5 2020

Sensus studieförbund, region Svealand


Hyresvärd  
Monica Rilvén

Uppsala den 19/5 2020

SPES


Firmatecknare  
Elisabeth Lindström

## Ansökan om äldrenämndens bidrag till föreningar 2021

Läs anvisningarna på sista sidan innan du fyller i blanketten.

### Sökande förening/organisation

Föreningens/organisationens namn <b>SPES Uppsalakrets</b>		Organisationsnummer <b>802512-3590</b>
Besöksadress <b>Västra Ågatan 16, 753 09 Uppsala</b>		
Eventuell c/o adress		
Postadress (om annan än besöksadress)		Postnummer och ort
E-postadress till föreningen <b>elisabeth.lindstro@spes.se</b>		Telefon <b>073 326 1234</b>
Webbadress <b>www.spes-i-uppsala.webnode.se</b>		
Antal medlemmar bosatta i Uppsala kommun per sista december föregående år		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>61</b>	<b>48</b>	<b>13</b>
Antal anställda föregående och innevarande år, samt tjänstgöringsgrad		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>0</b>		
Ungefärligt antal volontärer/frivilliganställda i verksamheten		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>0</b>		

### Ansökan bidrag

Bankgiro/plusgirokonto <b>5195-5268</b>	Föreningen ansöker om totalt <b>kr</b>
Ansökan avser <input checked="" type="checkbox"/> 1 år <input type="checkbox"/> 3 år	År 1    kr    År 2    kr    År 3    kr

### Kontaktperson

Kontaktperson <b>Elisabeth Lindström</b>	Telefon dagtid <b>073 326 1234</b>
E-postadress <b>elisabeth.lindstrom@spes.se</b>	

### Styrelsen och revisor

Antal styrelseledamöter (inklusive suppleanter)		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>7</b>	<b>6</b>	<b>1</b>
Ordförande <b>Elisabeth Lindström</b>	E-postadress <b>elisabeth.lindstrom@spes.se</b>	Telefon <b>073 326 1234</b>
Sekreterare <b>Mary Hagström</b>	E-postadress <b>mary_hag@hotmail.com</b>	Telefon <b>070 325 95 40</b>
Kassör <b>Kaisa Nordquist</b>	E-postadress <b>kaisa.nordquist@yahoo.com</b>	Telefon <b>46702777044</b>
Revisor <b>Göran Svensson</b>	E-postadress	Telefon <b>070-4474709</b>

**Andra sökta och beviljade bidrag (från till exempel landstinget, annan kommunal nämnd, projektbidrag etc. för verksamhet som vänder sig till personer över 65 år**

<p>Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan kommunal nämnd Omsorgsnämnden</p>	<p>Bidrag för (typ av verksamhet) Hyra av lokal hos Sensus, Samtalsgrupper, enskilda samtal, anordna suicidpreventiva dagen 10/9, annonsering</p>
<p>Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan part Region Uppsala</p>	<p>Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan</p>
<p>Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan kommunal nämnd Omsorgsnämnden</p>	<p>Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan</p>
<p>Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan part Region Uppsala</p>	<p>Bidrag för (typ av verksamhet) Samma som ovan</p>

**Beskrivning och redogörelse av vad ansökta medel ska användas till.**

**Ange särskilt vilken målgrupp verksamheten vänder sig till.**

Vår ansökan till Äldrenämnden vänder sig till personer över 65 som har mist någon närstående i självmord. De är en mycket utsatt grupp då många är ensamma och behöver mycket stöd. Deras yrkesliv är över och om de mister sin livskamrat, vilket är vanligt i den här åldersgruppen, så blir sorgen och ensamheten tung. Ca 20 - 25 % av våra deltagare är 65 år eller äldre. Man behöver inte vara medlem i SPES för att delta i våra aktiviteter.

Vi bedriver stöd åt dessa personer. Ideellt, vilket innebär att de flesta av oss yrkesarbetar och gör det här på vår fritid. Stödet ges genom enskilda möten och samtalsgrupper. Ibland även hembesök. I lokalen vi hyr av Sensus används till våra möten och samtal. Huvudparten av våra kostnader är för hyran. Våra samtalsträffar sker en gång i månaden. Antalet deltagare varierar från 3 till 18. Läsa för Livetgruppen har 6 - 8 deltagare och hålls en gång i månaden. Vad gäller antalet enskilda möten varierar de kraftigt beror helt på antal drabbade personer i regionen. De sker därför oregelbundet.



**Planerade kostnader för verksamheten under perioden**

Ekonomisk planering/preliminär budget för verksamheten under perioden med information om eventuella medfinansierare. Ange typ av kostnad, (ex. personalkostnad, lokalhyra, el, resekostnader, telefon-abonnemang, administration etc.) budgeterad kostnad, sökt bidragssumma samt eventuell finansiering från annan part. Eventuell personalkostnad ska anges *inklusive* arbetsgivaravgifter.

Typ av kostnad	Budgeterad kostnad	Varav sökta bidrag från äldrenämnden	Varav eventuell finansiering från annan
Lokalhyra (8.379 kr per kvartal)	33,516	6,703.20	26,812.80
Resor årskort UL	4,950	990	3,960
Annonsering exl moms	5,900	1180	4,720
Litteratur till Läsa för Livet	1,600	320	1,280
Utflykter	400	80	320
Suicidpreventiva dagen (musik + sågn, ljus m m)	2,000	400	1,600
Banktjänster SEB	1,100	220	880
Samtalsstöd + styrelsearbete (kopiering, fika mm)	500	100	400
<b>Summa:</b>	<b>49,966</b>	<b>9,993.20</b>	<b>39,972.80</b>

**Handlingar som ska bifogas med ansökan**

- Stadgar (endast vid stadgeändringar eller om förening inte sökt bidrag hos nämnden tidigare)
- Årsmötesprotokoll (från senaste årsmötet)
- Verksamhetsberättelse (från föregående år)
- Ekonomisk redovisning (från föregående år)
- Revisionsberättelse (från föregående år)
- Kopia på hyresavtal vid ansökan om hyres-/lokalkostnader
- Ifyllt redovisningsblankett av verksamheten 2019 (endast om föreningen beviljats bidrag av nämnden för detta år)

**Underskrift**

Att uppgifterna i ansökan jämte bilagor är korrekta intygas. Föreningen förbinder sig att lämna verksamhetsberättelse, resultat- och balansräkning och revisionsberättelse för det år föreningen beviljats bidrag.

Datum	Underskrift Ordförande	Namnförtydligande
2020-08-25		Eisabeth Lindström

Vi behandlar och skyddar din information i detta formulär enligt reglerna i Datskyddsförordningen (GDPR). Läs mer om Uppsala kommuns hantering av personuppgifter och dina rättigheter som uppgiftslämnare på [www.uppsala.se/gdpr](http://www.uppsala.se/gdpr).



## Anvisningar

Till blankett för ansökan om ekonomiskt stöd för föreningar och organisationer.

Redogör för den planerade verksamheten så att beskrivningen kan förstås av den som inte tidigare känner till föreningens verksamhet. Det är viktigt att uppgifterna är så konkreta som möjligt och att nämnden kan bedöma hur stor omfattning verksamheten har. Varje förenings verksamhet måste beskrivas utifrån sin egenart, men nedan har angivits exempel på aktiviteter som är förekommande i de föreningar som nu får bidrag. Utöver de uppgifter ni själva bedömer som viktiga ange således uppgifter som framgår av nedanstående.

Om någon av föreningens uppgifter är att

*ge stöd till anhöriga:*

ange hur ofta stöd ges och beräknat antal deltagare

*ge stöd till ökad trygghet och/eller ökad social samvaro* (ex. trygghetsringning, ledsagarservice, besöksverksamhet och fixartjänster) ange beräknad tid och beräknat antal deltagare för insatserna.

*vara en träffpunkt:*

ange öppettider och beräknat genomsnittligt antal besökare/öppethållandetillfällen.

*organisera fritidsaktiviteter:*

ange för varje aktivitet hur ofta den anordnas och beräknat genomsnittligt antal deltagare.

*ge utbildning/information:*

ange ämne, mottagare, beräknat antal utbildnings-/info-timmar och beräknat antal utbildnings-/info-mottagare.

Om föreningen bedriver *annan typ av verksamhet* ange omfattning på liknande sätt som i ovanstående exempel.

Samtliga uppgifter på blanketterna måste vara ifyllda. Alternativt kan ansökan kompletteras muntligt.

Blanketten ska vara äldreförvaltningen tillhanda senast den **31 augusti 2020** och skickas till nedanstående adress:

Uppsala kommun  
Äldrenämnden  
753 75 Uppsala Kommun

Blanketten ska skickas in i två exemplar. För att underlätta kontorets hantering av ansökningarna ber vi er att undvika häftklamrar för att fästa ihop ansökan. Använd istället plastficka eller gem och undvik i möjligaste mån att blanda enkelsidiga och dubbelsidiga utskrifter av ansökningsblanketter och bilagor.

Vid frågor om blanketten kontakta:

Daniel Karlsson  
Äldreförvaltningen  
Telefon: 018-727 85 97  
daniel.karlsson@ uppsala.se