

Äldrenämnden  
**Tjänsteskrivelse till äldrenämndens arbetsutskott**

Datum:  
2020-11-22

Diarienummer:  
ALN-2020-00664

Handläggare:  
Daniel Karlsson

## **Bidrag till föreningar 2021 - Äldrekontakt**

### **Förslag till beslut**

Äldrenämndens arbetsutskott föreslår nämnden

1. **att** bevilja Äldrekontakt 35 000 kr i bidrag för verksamhetsåret 2021.

### **Ärendet**

Äldrenämnden har vid sammanträdet 17 december 2020 behandlat samtliga inkomna ansökningar om föreningsbidrag för verksamhetsåret 2021. Äldrekontakt har ansökt om 41 828 kr för 2021. Äldrenämnden har beslutat att bevilja föreningen bidrag om 35 000 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**

Äldrekontakt har ansökt om 41 828 kr i bidrag för föreningens Uppsalaverksamhet 2020. Verksamheten är volontärbaserad och utgörs av månadsvisa fikaträffar för äldre personer, i syfte att motverka ensamhet och isolering. Äldrenämnden har beslutat att bevilja föreningen 35 000 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 Äldrekontakt.

Äldreförvaltningen

Carina Juhlin

Förvaltningsdirektör

## Ansökan om äldre nämndens bidrag till föreningar 2021

Läs anvisningarna på sista sidan innan du fyller i blanketten.

### Sökande förening/organisation

Föreningens/organisationens namn <b>Äldrekontakt</b>		Organisationsnummer <b>802443-2364</b>
Besöksadress <b>Norrskan House, Birger Jarlsgatan 57C, Box 97</b>		
Eventuell c/o adress		
Postadress (om annan än besöksadress)		Postnummer och ort <b>113 56 Stockholm</b>
E-postadress till föreningen <b>info@aldrekontakt.se</b>		Telefon <b>076-052 68 00</b>
Webbadress <b>www.aldrekontakt.se</b>		
Antal medlemmar bosatta i Uppsala kommun per sista december föregående år		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>69</b>	<b>48</b>	<b>21</b>
Antal anställda föregående och innevarande år, samt tjänstgöringsgrad		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>3,7</b>	<b>3,7</b>	<b>0</b>
Ungefärligt antal volontärer/frivilliganställda i verksamheten		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>1101</b>	<b>993</b>	<b>108</b>

### Ansökan bidrag

Bankgiro/plusgirokonto <b>plusgiro: 900 263-5</b>	Föreningen ansöker om totalt <b>41 828 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>Therese Gyll</b>	Telefon dagtid <b>070-564 30 56</b>
E-postadress <b>therese.gyll@segersta.eu</b>	

### Styrelsen och revisor

Antal styrelseledamöter (inklusive suppleanter)		
Totalt	varav kvinnor	varav män
<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
Ordförande <b>Robert Gyll</b>	E-postadress <b>robert.gyll@segersta.eu</b>	Telefon <b>070-726 78 22</b>
Sekreterare <b>Lovisa Öhnell</b>	E-postadress <b>lovisa.ohnell@segersta.eu</b>	Telefon <b>070-797 91 90</b>
Kassör <b>Therese Gyll</b>	E-postadress <b>therese.gyll@aldrekontakt.se</b>	Telefon <b>070-564 30 56</b>
Revisor <b>Niklas Jonsson</b>	E-postadress <b>niklas.jonsson@pwc.com</b>	Telefon <b>070-929 41 06</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**

Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan kommunal nämnd Vi har inte sökt bidrag från någon annan kommunal nämnd i Uppsala.	Bidrag för (typ av verksamhet) Vi har inte sökt bidrag från någon annan kommunal nämnd i Uppsala.
Bidrag fås under innevarande år (kr) från annan part Socialstyrelsen; Kungsholmens, Norrmalms, Södermalms (m fl) SDF; Företagssponsorer; Frimurarorden; Stiftelser	Bidrag för (typ av verksamhet) Uppstart av och drift av grupper. Vi söker bidrag från alla stadsdelar och kommuner där vi driver verksamhet som endast täcker lokala kostnader
Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan kommunal nämnd Vi söker/kommer ej att söka medel från någon annan kommunal nämnd	Bidrag för (typ av verksamhet) Vi söker/kommer ej att söka medel från någon annan kommunal nämnd
Bidrag söks för nästkommande år (kr) från annan part Vi har inte påbörjat ansökningsförfarandet för 2021 ännu men kommer söka i enlighet med ovan	Bidrag för (typ av verksamhet) Vi har inte påbörjat ansökningsförfarandet för 2021 ännu men kommer söka i enlighet med ovan



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

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

Vänligen se bilaga 1

**Planerade kostnader för verksamheten under perioden**

Ekonomisk planering/preliminär budget för verksamheten under perioden med information om eventuella medfinansiärer. 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
Rekrytera och utbilda volontärer	10 500	10 500	0
Stöttning av gruppledare och volontärer	23 100	23 100	0
Porto och Material	828	828	0
Uppsökande verksamhet/rekrytering gäster	4 000	4 000	0
Annonsering social media	1 000	1 000	0
IT-licenser till volontärerna	2 400	2 400	0
<b>Summa:</b>	41 828	41 828	0

**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

31/8-2020

Underskrift Ordförande

Namnförtydligande

Robert Gyll

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).

### Planerade kostnader och volymer för de aktiviteter ansökan avser

Utgå från de aktiviteter er förening söker bidrag för och ange beräknade kostnader för aktiviteten, beräknat antal deltagare samt beräknat antal tillfällen aktiviteten kommer att erbjudas. Summan av kostnaderna av aktiviteterna på denna sida ska motsvara summan av sökta bidrag för verksamheten på sidan 3 i denna blankett. Aktivitet kan både vara avgränsad aktivitet vid ett visst antal tillfällen såsom medlemsmöten, föreläsningar och kurser eller kontinuerligt pågående aktivitet såsom öppethållande av träffpunkt eller journalsamtal via telefon.

Kopia av denna sida sparas av föreningen som fyller i redovisning av sökta aktiviteter och lämnar in till nämnden senast den 31 maj året efter det år som aktiviteterna avser. Fälten under redovisning lämnas alltså tomma i denna ansökan.

[illegible]









## Äldrekontakts ordinarie verksamhet

Äldrekontakt är en ideell förening som bedriver volontärverksamhet i syfte att främja hälsa och välbefinnande hos äldre. Vi inriktar oss på att förebygga och bryta social isolering hos dem som bor ensamma och har stora svårigheter att ta sig ut på egen hand. Faktorer som av naturliga skäl gör det än svårare att upprätthålla och etablera nya sociala kontakter. Över en tredjedel av personer över 75 år uppger att de ofta eller alltid känner sig ensamma. Detta vill vi ändra på!

### Målgrupp

Äldrekontakt vänder sig alltså till ensamboende pensionärer som

- Är 75 år eller äldre
- Lever isolerade och känner sig ensamma
- Har liten kontakt med familj eller vänner
- Har svårt att ta sig ut på egen hand

Vår målgrupp lever ofta i hög grad av isolering eller ofrivillig ensamhet och har svårigheter att själva nå ut till och träffa nya vänner och riskerar därför att drabbas av nedstämdhet och allvarliga kroniska sjukdomar som diabetes och cancer mm på grund av sin sociala situation. Gruppen hamnar ofta mellan stolarna då de i hög utsträckning bor i ordinärt boende och inte har hjälp av hemtjänst eller sjukvård, men samtidigt har de sociala behov som behöver tillgodoses för ett aktivt och friskare åldrande.

De vi riktar oss till befinner sig i riskzonen att drabbas av en snabbt nedåtgående hälsospiral med försämrad hälsa och funktionsförmåga, med utökat omsorgs- och vårdberoende som följd. Enligt en undersökning besvaras ca 30% av äldre över 75 år av ensamhet, men vänner, social aktivitet och gemenskap ger livet mening och håller oss friska, också på äldre dagar. Äldrekontakt vill bryta denna negativa hälsospiral i ett tidigt skede vilket ökar chanserna att leva ett innehållsrikt liv högt upp i åren.

### *Ordinarie verksamhet*

Med hjälp av insatser från frivilliga gör vi det möjligt för den här gruppen att regelbundet träffa jämnåriga i samma situation. Vårt koncept är baserat på vetenskap och beprövad metod. Framgångsfaktorer för att effektivt bryta social isolering och uppnå långvarig effekt är just att i grupp regelbundet träffa jämnåriga som befinner sig i en liknande situation. Och regelbundenheten är nyckeln till förändring. Därför har vi som policy att aldrig ställa in en träff. På så sätt kan våra gäster lita på att de alltid får träffa sina nya vänner, något som många inte klarar på egen hand.

Konceptet är enkelt: Istället för att äldre ensamboende damer och herrar över 75 år sitter i varsin lägenhet och längtar efter gemenskap, hjälper vi dem att lära känna

varandra över en fika hemma hos våra volontärer. Värdfamiljer öppnar upp sina hem och dukar upp till fika, medan våra volontärchaufförer skjutsar gästerna till fiket och sedan hem igen. På det här sättet får annars ensamma äldre hjälp att träffas en gång i månaden, så länge de vill och kan vara med.

*Träffarna bjuder på gemenskap och småprat tillsammans med jämnåriga som befinner sig i en liknande livssituation.*

Samma grupp gäster träffas alltid så att vänskap kan utvecklas över tid. Genom möjligheten att få träffa gamla och nya vänner i ett varmt välkomnande hem kan våra gäster bli en del av en gemenskap som de hittills saknat, och får något att se fram emot i vardagen. Denna enkla idé utgör grunden i Äldrekontakt.

#### *Äldrekontakts arbete får effekt*

Och det fungerar! Vi genomför årliga kvalitetsundersökningar och i vår senaste uppgav 83 procent av våra äldre gäster att de känner sig mindre ensamma sedan de började delta i Äldrekontakts verksamhet. Och för 89 procent av gästerna är våra fikaträffar viktiga eller mycket viktiga för deras välbefinnande.

## **Äldrekontakt under Coronapandemin**

*Alla fysiska träffar är inställda till dess att Folkhälsomyndigheten justerar sina rekommendationer och bedömer det som säkert för äldre personer att ses i grupp.*

Under pågående Coronapandemi gör vi allt vi kan för att hjälpa de äldre i en mycket svår tid. I Uppsala har vi i nuläget tre grupper där 38 volontärer hjälper 24 isolerade äldre med:

- **Matinköp och apoteksärenden:** De som saknar hjälp från anhöriga eller hemtjänst får hjälp att handla mat på platser där vi har lediga volontärer. Här hjälper vi även andra äldre i Uppsala som inte är våra ordinarie medlemmar
- **Social kontakt:** Regelbundna telefonträffar med "kompisarna" i gruppen och för de som inte klarar av gruppsamtal (exempelvis på grund av väldigt dålig hörsel) en regelbunden kontakt med en volontär.
- **Telefonföreläsningar** på olika teman varje vecka, [www.telefonsamtal.nu](http://www.telefonsamtal.nu)

### **Matinköp – så att ingen tvingas riskera att bli smittad**

*Vi hjälper äldre som inte kan få hjälp med matinköp och apoteksärenden!*

Det första vi gjorde i samband med Coronakrisen var att ställa in alla träffar för att skydda de äldre från smitta. Vi insåg också att många av dem nu skulle få problem med att skaffa mat och mediciner, eftersom de inte har släkt eller vänner i sin närhet. Sedan i mars hjälper vi därför äldre i behov med matinköp och apoteksärenden.



Vår fördel är att de äldre och volontärerna i de allra flesta fall redan känner varandra – vilket skapar trygghet. Därtill innebär de extra samtalen varje månad mycket för de äldre som nu har blivit än mer isolerade. En vänlig röst som hör att allt är bra och har tid att prata en stund om även mer vardagliga ting.

Vår ambition är att alla äldre i Uppsala som behöver ska få hjälp med detta och tar emot hänvisade äldre i det här utsatta läget.

### **Telefonträffar – minskar isoleringen och håller kontakten**

*Vi gör det möjligt för gästerna att prata med jämnåriga i samma situation!*

I normala fall fikar vi för att träffas som en del i vårt arbete med att förebygga och bryta social isolering bland ensamma äldre. När vi nu inte kan träffas vill vi göra det vi kan för att hjälpa våra isolerade gäster att bibehålla kontakten med varandra och även fortsatt känna att de är en del av gemenskapen inom gruppen.

Baserat på samma princip som tidigare, som vi vet effektivt motverkar social isolering, bjuder vi in alla gäster till telefonträffar en söndag varje månad. Fikaträffar blir för en tid framöver till telefonträffar. Gästerna samlas i samma grupper som tidigare och enligt ordinarie schema. De gäster som vill och kan ringer in till ett gruppsamtal klockan 15.00 en söndag i månaden medan de som inte klarar av detta blir uppringda och inkopplade av en volontär. Samtalet kostar ett lokalsamtal.

**Tanken med telefonträffarna är just att sammanföra gästerna så att de får möjlighet att prata med varandra, utöver kontakten med oss volontärer. Det vill säga prata med jämnåriga som befinner sig i en liknande situation och med liknande erfarenheter att dela med sig av.**

Vi är så klart medvetna om att det finns gäster som kan ha svårt att höra vad andra i gruppen säger under ett gemensamt samtal. Upplägget är därför att en volontär leder samtalet så att alla kan komma till tals i turordning och därmed höra vad var och en har att säga.

Gäster som har provat att delta vid en telefonträff uppskattar att få höra hur övriga i gruppen har det och att få dela erfarenheter och skratt tillsammans. Även äldre med nedsatt hörsel har glädjande nog kunnat delta.

*"Jag uppskattade att höra få höra hur alla mådde och få veta mer om hur de har det nu. Jag har ju gått och tänkt på dem här hemma. Det var skönt att höra hur de andra upplever situationen"*

Inga-Britt, 89 år

*"Alla verkade ha lika tråkigt. Det var så upplyftande, vi pratade om ditt och datt, och sedan var det någon som sa något kul så vi fick skratta lite också."*

## **Telefonföreläsningar – för förkovran och social stimulans**

*Behovet av social stimulans, begriplighet och sammanhang har aldrig varit större!*

Det är något som flera organisationer som stöttar äldre i Coronatider vittnar om. Våra telefonföreläsningar syftar till att skapa gemenskap och göra vardagen mer begriplig för äldre.

Med våra Telefonföreläsningar kan vi erbjuda isolerade äldre social stimulans och förkovran i gruppformat, i sitt hem, över telefonen. Telefonföreläsningarna riktar sig inte bara till våra medlemmar utan hit kan vem som helst i målgruppen vända sig om de saknar någon att prata med. Genom att varje 'träff' kretsar kring en föreläsning om ett visst ämne, så uppstår det naturligt ett samtal – även mellan personer som inte känner varandra.

Telefonföreläsningarna är ca en timma långa och alltid med samma upplägg: en kort introduktion och presentation av deltagare, ca en halvtimmes föreläsning - av en spännande person i ett ämne de äldre är intresserade av – och avslut med en gemensam diskussion och chans att ställa frågor direkt till föreläsaren. Det senaste året har vi haft flera kända föreläsare – som ställt upp helt pro bono, för den goda saken – som exempelvis författare och samhällsdebattörer, sommarpratare, forskare, äventyrare, strandvandrare, trädgårdsexperter och psykologer (se [www.aldrekontakt.se/telefontraffar](http://www.aldrekontakt.se/telefontraffar)). Alla föreläsningar spelas in och laddas upp på hemsidan och kan lyssnas på av fler som poddavsnitt.

I vår utvärdering av verksamheten säger deltagare bl.a. att telefonträffarna är "något roligt som man ser fram emot, en ny slags gemenskap som jag får ingå i". Flera fascinerats över att "utvecklingen har gått så långt att vi kan sitta hemma i soffan och ändå vara tillsammans. Det är en härlig känsla." Utöver gemenskap så bidrar de till stimulans och förkovran genom att de "skapar en positiv längtan efter att lära sig och sätta sig in i nya frågor och bättre förstå sin samtid".

**Så snart Folkhälsomyndigheten anser det säkert för äldre att träffas i grupp igen, kommer vi att återuppta de fysiska träffarna. Alla fysiska träffar planeras fortfarande halvårsvis i förväg för att det snabbt och effektivt ska gå att växla över till de fysiska träffarna.**



## Ansökan

Nu söker vi bidrag för fortsatt drift av våra 3 lokala fika-grupper/nätverk vi driver i Uppsala för 2021. För det sökta anslaget kommer vi att säkra drift och kvalitet i grupperna. Så länge rådande situation pågår handlar det om drift och kvalitet av matinköp, telefonträffar och telefonföreläsningar och så snart rekommendationerna ändras återgår vi till ordinarie, fysiska träffar. Vi kommer fortsätta att stötta de äldre med matinköp så länge behovet kvarstår, vilket för vissa kan vara även efter ändrade rekommendationer från FHM.

Vi arbetar aktivt med uppföljning av verksamheten, ser över rutiner och administrations- och kommunikationsprocesser, för att kunna förbättra och effektivisera föreningens arbete och våra lokala grupper. Allt för att kunna ta hand om våra äldre gäster på ett tryggt och säkert sätt.

### Några av våra viktigaste aktiviteter är

- Stöttning av våra gruppleddare, dvs att lösa avvikelser och eventuella incidenter som dyker upp samt att följa upp att träffar och all inhandling genomförs enligt plan så att alla får den hjälp de behöver.
- Rekrytering av volontärer: Även om våra volontärer trivs i verksamheten sker det en naturlig omsättning, då det volontära engagemanget tvingas ta slut när stora förändringar sker i livet. Vi lägger mycket tid på att hitta rätt volontärer och genomför bland annat personliga intervjuer med alla innan vi utbildar dem. Baserat statistik från tidigare år vet vi att vi för ordinarie verksamhet behöver rekrytera ca 8 nya volontärer till våra grupper i Uppsala under 2021. Under pågående pandemi är omsättningen signifikant högre - volontärer drabbas av Covid-19 pandemin i olika grad (sjuka själva, sjuka anhöriga, utmattningsdepressioner och oro pga exempelvis jobbsituationen) och baserat på hur våren sett ut räknar vi då med att behöva rekrytera ca 5 nya volontärer per grupp i Uppsala, alltså totalt 15 nya volontärer.
- Rekrytering av nya gäster: Vi behöver också nå ut till fler ensamma och isolerade äldre om någon måste sluta eller avlider i gruppen och beräknat på tidigare års erfarenhet behöver vi rekrytera cirka 6 nya äldre gäster under 2021.
- Kvalitetsutvärdering: Varje år genomför vi en kvalitetsutvärdering bland alla gäster som har deltagit längre än 6 månader. Syftet är att säkerställa att processer, effekt och upplevelse bibehåller den höga kvalitet som vi önskar ha, samtidigt som det ger oss indikation på olika saker vi kan förbättra eller verktyg som vi behöver utveckla till våra volontärer. Den årliga utvärderingen distribueras per post i slutet av året i form av en anonym enkät. Vi följer t ex upp hur vår volontärservice och rutiner uppfattas, hur man trivs i sin grupp och hur känslan av ensamhet har påverkats genom deltagandet i Äldrekontakt.

I Uppsala har vi tre lokalgrupper med just nu 24 gäster och 38 volontärer som regelbundet håller kontakt med de äldre gästerna. Våra volontärer erbjuder de äldre kortare samtal varannan vecka, samt en gruppträff i månaden. Utöver det hjälper vi dem med behov med matinköp och apoteksärenden samt erbjuder social stimulans och förkovran en gång i veckan.

Våra aktiviteter i Uppsala ger de äldre tillgång till sammanlagt 1100 timmars gemenskap (mindre samtal innan matinköp, lite snack (på minst 2m avstånd) vid dörren vid överlämning av mat), Månatlig telefonträff, och två telefonföreläsningar i månaden.

Vi ansöker härmed om 41 000 i bidrag för vår verksamhet för 2021, se specifikationen i ansökningsblanketten.