



## Ansökningsblankett folkhälsobidrag

**Föreningens namn.** Ideella föreningen Kärngården

**Organisationsnummer** 802492-6381

**Adress** Dunkersgatan 1

**Postnummer** 903 27 **Ort** Umeå

**Post-/bankgiro** 380-5637

### UPPDRAGETS NAMN

Skapa en hälsosam och meningsfull tillvaro så att våra medlemmar och besökare får en ökad livskvalitet.

Sökt 64 000 kronor

### Beskrivning

Vad ska göras. **Se bifogad bilaga**

Vi har på bifogad bilaga specificerat vad vi skulle vilja arbeta med under kommande år. Vi har en bred målgrupp där en del behöver stor anpassning och därför skulle vi vilja arbeta inom de flesta av era målområden.

### Målgrupp

Våra medlemmar i Ideella föreningen Kärngården och besökare på Kärnhuset. Inom målgruppen finns personer med psykiska funktionshinder och som står långt utanför både arbetsliv och social samvaro.

### Tidplan

1/1 – 31/12-19

### Vilket/vilka av följande målområden ingår i uppdraget

- Delaktighet och inflytande i samhället
- Ekonomiska och sociala förutsättningar
- Barns och ungas uppväxtvillkor
- Hälsa i arbetslivet
- Miljöer och produkter
- Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
- Skydd mot smittspridning
- Sexualitet och reproduktiv hälsa

### Ansökan folkhälsobidrag för 2019

Frivilliga organisationer har möjlighet att söka bidrag från Västerbottens läns landsting för att främja folkhälsan. Både länsorganisationer och mindre föreningar kan söka pengar för sitt hälsofrämjande och förebyggande arbete.

Riksdagen har fastställt ett nationellt folkhälsomål "att skapa samhällseliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen" samt 11 målområden. Målområdena omfattar de bestämmningsfaktorer som har störst betydelse för folkhälsan. Det förebyggande arbetet ska utgå från något/några av de 11 nationella målområdena samt landstingets tolfte om psykisk hälsa.

I ansökningsblankett önskas svar på följande frågor:

- Vad ska ni göra?
- Varför vill ni göra det?
- Vilka är era målgrupper?
- Vilka målområden anknyter ni till?
- Vilka andra samarbetsparter finns? (studieförbund, kommun, annan organisation)
- Ekonomisk kalkyl

### Beslut om beviljat bidrag

Inkomna ansökningar bereds av Samverkansnämnden som beslutar om fördelning av medel vid sitt sammanträde i slutet av varje år. Därefter skickas beslut ut till respektive förening. Bidrag betalas ut i början av varje kalenderår.

### Uppföljning

Skriftlig redovisning om genomförda insatser skickas in till Västerbottens läns landsting senast 30 april nästkommande år.

Bidrag beviljas bara om återrapportering av föregående års folkhälsobidrag inkommit i tid, det vill säga före 30 april året efter det år som folkhälsobidraget gällde. Till exempel folkhälsobidrag beviljat för 2017 ska återrapporteras före 30 april 2018 för att föreningen ska ha möjlighet att söka bidrag 2019.

En gemensam frivilligdag arrangeras av landstinget och varje år inbjuds ett antal föreningar som erhållit finansiellt stöd för föregående år att redovisa sitt arbete för berörda politiker, tjänstepersoner samt varandra. Dessa inbjudna föreningar ska även skicka in skriftlig återrapportering.

Vid frågor kontakta [mona.wennberg@vll.se](mailto:mona.wennberg@vll.se) 090-785 71 94.

Kom ihåg att fylla i **alla** uppgifter!

**Ansökan inlämnas senast måndag den 17 september 2018.**

- Fysisk aktivitet
- Matvanor och livsmedel
- Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel
- Främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa

**Hur följer ni upp ert arbete?**

Genom styrelsemöten, medlemsmöten och möten tillsammans med personalen på Kärnhuset.

**Vilka samarbetspartners har ni?**

Kärngårdens personalkooperativ, NBV,

**Ange här om ni har bidrag från andra aktörer och i så fall vilka dessa aktörer är (tex kommun, studieförbund).**

Under 2018 har vi inga andra bidrag.

**Ekonomisk kalkyl**

Intäkter	Kronor	Kostnader	Kronor
Sökt bidrag	64 000	Aktiviteter	41 000
Medlemsavgift	2 000	Föreläsningar	4 000
		Kurs	7 000
		Studiebesök	3 000
		Prova-på-verksamhet	3 000
		Material	8 000
Summa	66 000	Summa	66 000

**Kryssa i de påståenden som stämmer med er förening:**

- Föreningen är demokratisk Ja  Nej
- Föreningen har en styrelse med minst tre medlemmar Ja  Nej
- Föreningen har revisor Ja  Nej
- Föreningen har återrapporterat eventuella tidigare folkhälso- Ja  Nej

bidrag från landstinget

**Kontaktperson:**

Namn Carina Holmström

Telefon 070-349 14 62

E-mail [carina.holmstrom@vbidrott.rf.se](mailto:carina.holmstrom@vbidrott.rf.se)

**Ansökan inlämnas senast måndag den 17 september 2018**

Via mail:

[landstinget@vll.se](mailto:landstinget@vll.se)

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2019"

Via post:

Västerbottens läns landsting

Diariet

Köksvägen 11, 901 89 Umeå

Märk ansökan "Folkhälsobidrag 2019"

## Bilaga till ansökan

### Beskrivning av vad vill göra under 2019

#### Ansökan Folkhälsobidrag 2019

Vi i den Ideella föreningen Kärngården verkar för att våra medlemmar ska få en meningsfull och hälsosam tillvaro.

Vår värdegrund som vi arbetar efter är "Vår människosyn grundar sig på alla människors lika värde. Medmänsklighet, integritet och vardagssolidaritets."

Tack vare folkhälsobidraget 2018 har vi kunnat genomföra många betydelsefulla aktiviteter. Vi hoppas på ökat bidrag för kommande år då vi förändrat och utvecklat verksamheten och vill genomföra mer och nya aktiviteter för vår målgrupp.

Bland våra medlemmar finns det personer som står långt utanför samhället, behöver stöd på flera sätt, är åldersmässig bred och det gör att vi vill arbeta inom de flesta målområdena.

Vår förening består av en styrelse och i dagsläget ca 70 medlemmar. Våra medlemmar har liten eller ingen möjlighet att vara med i själva arbetet utan det möjliggörs via vårt fina samarbete med Kärngården. Men vi arbetar ständigt med att förbättra och stärka brukarinflytandet, att de ska bryta sin isolering genom att hjälpa till och delta i våra aktiviteter. Som stöd för att kunna genomföra aktiviteterna hjälper Kärngården personer som arbetstränar till.

Alla aktiviteter är helt drogfria, inte ens lättöl serveras.

#### 1. Delaktighet och inflytande i samhället

**Samtal.** Vi har dagliga samtal och läser gemensamt i tidningen för att skapa diskussioner och medvetenhet om nyhetsflödet i Umeå och andra delar av världen.

**Information.** Vi vill trycka upp informationsblad som vi, både styrelse och medlemmar kan dela ut när vi är ute och informerar om vår verksamhet.

**Tidning.** Vi vill prenumerera på VK för att medlemmarna ska kunna få tillgång till en dagstidning. Det har varit uppskattat och gett ett större samhällsengagemang då de flesta inte har ekonomisk möjlighet att köpa den själv.

**Dator.** Vi vill erbjuda medlemmarna att använda husets dator.

#### 2. Ekonomiska och sociala förutsättningar

**Medlemsavgift.** Vi har en låg medlemsavgift (20kr) för att alla ska ha råd att bli medlem. Under 2017 hade vi genom ert bidrag möjlighet att erbjuda gratis medlemskap och då hade vi 160 medlemmar. Tyvärr har medlemsantalet minskat trots den låga avgiften och vi har i dagsläget 70 medlemmar. Vi skulle vilja skapa en "pott" där de som inte har råd ändå kan få bli medlem.

**Aktiviteter.** Vår målsättning är att aktiviteterna ska vara gratis eller så låg kostnad som möjligt för våra medlemmar.

**Anpassning.** Vi arbetar ständigt med att allt vi genomför ska vara anpassat utifrån medlemmens behov.

3. Barn och ungas uppväxtvillkor

**Ungdomskvällar.** Vi vill bjuda in till ungdomskvällar där man får fika, samtala och skapa en trygg gemenskap.

**"Efter skolan tid".** Vi vill erbjuda barn och ungdomar

**Barnuppfostran.** Vi vill genomföra föreläsning i ämnet.

4. Hälsa i arbetslivet

5. Miljöer och produkter

**Miljöarbete.** Vi vill genomföra föreläsningar i ämnet, skapa förståelse att alla kan bidra och vikten av att vi gör det. Vi vill även skapa delaktighet hos våra medlemmar.

6. Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård

**Läkarbesök.** Vi vill kunna ge stöd och följa med till läkarbesök.

Ge stöd då man är rädd inför läkarbesök eller hälsoundersökningar.

**Hjärt- och lungräddning.** Anordna en kurs för våra medlemmar i hjärt- och lungräddning.

7. Skydd mot smittspridning

**Vaccination.** Vi vill erbjuda de som vill vaccinera sig mot influensa att få betald avgift eftersom det också är viktigt för smittspridningen.

**Handsprit.** Vi vill kunna köpa in handsprit i de lokaler vi använder.

8. Sexualitet och reproduktiv hälsa

**Sexuellt samtycke och lagstiftning.** Vi vill genomföra föreläsningar/samtal om sexualitet, samtala om frihet från våld i sexuella situationer.

9. Fysisk aktivitet

**Bad Hemgården.** Vi vill fortsätta att erbjuda 50% rabatt på badkort för att medlemmarna ska ges möjlighet att bada/simma på Hemgården.

**Gymnastik/Yoga.** Vi vill erbjuda ett kort gymnastik- eller yogaprogram på förmiddagen 3 ggr/vecka.

**Stavgång.** Erbjud stavgång 1 ggr/vecka.

**Prova på verksamhet.** Vi vill ge medlemmarna möjlighet att prova lämpliga idrotter ex boule, bowling, ridning. Vissa aktiviteter kan innebära en mindre subventionerad kostnad.

**Trädgård.** Vi vill skapa en trivsamt utemiljö med blommor, en mindre trädgård för att stimulera till att röra sig ute och välbefinnande.

**Studiebesök.** Vi vill tillsammans med medlemmarna göra studiebesök för att ge dem ökad kunskap, träna på social närvaro.

10. Matvanor och livsmedel

**Bra och nyttig mat.** Föreläsning om bra och nyttig mat vid hjärt- och kärlsjukdomar.

11. Tobak, alkohol, narkotika, doping och spel

**Spelberoende.** Vi vill genomföra informationsträffar tillsammans med Umeå spelberoendeförening och Kärngården. Träffar som riktar sig både till de med beroende och anhöriga.

**Polisen.** Vi vill genomföra informationsträffar med Polisen runt alkohol och droger.

**Tobaksavvänjning.** Vi vill genomföra informationskvällar och genomföra studiecirklar med de som i grupp vill försöka sluta.

12. Främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa

**Musikafnär.** minst 1 ggr/månad som är helt drogfria.

**Öppen scen.** Vi vill prova och ge möjlighet för de som vill prova på att uppträda, sjunga, spela, berätta några gånger per år.

**Aktiviteter/utflykter.** Vi vill erbjuda några aktiviteter/utflykter under kommande år där hälsa är tema. Vi vill även skapa möjlighet för dem att få träna på att besöka nya ställen, träffa nya personer. Någon aktivitet kan genomföras med andra föreningar för att få ökad gemenskap och samtidigt en bättre möjlighet att ekonomiskt kunna genomföra den.

Vi ansöker om 64 000 kr för att kunna genomföra planerad verksamhet utan att öka medlemsavgiften eller ta ut någon kostnad för aktiviteterna.

