

ÅRSMELDING 2021

ELDRELIV



Fellesskap

Fysisk aktivitet

Frivillighet

Innledning	3
Formål	4
Målgruppe	4
Samarbeid	4
AKTIVITETER OG TILBUD 2021	5
Møteplasser	5
Møteplass Nøkkeland	6
Energikvarteret	6
Turgruppa	7
Juleglede for eldre	8
Besøksvenner	9
Ringevenn	9
Strøsandbokser - forebygging av fallulykker	9
Følge til lege etc.	10
Handlehjelp	10
Bowls	10
Sykling uten alder – med rett til vind i håret	11
Vennegrupper	12
Frivillige	12
Eldrelivs Deltakere	13
Markedsføring og rekruttering	14
Utfordringer i Eldreliv	14
Frivillighetens hus	16
Organisering og finansiering	16
Arbeidsmiljø og personalsituasjon	16
Økonomi	16
Kurs og seminarer	17
Vedlegg 1: Vedtekter	19
Vedlegg 2: Utklipp fra avtalen mellom Moss kommune og Moss og omegn kvinneråd	20

INNLEDNING

Eldreliv er en avdeling under Moss og omegn kvinneråd og retter seg mot de eldste innbyggerne i Moss kommune. Eldreliv hadde i 2021 to fast ansatte koordinatore i til sammen 90% stilling. Det har også vært ansatt en vikar i noen måneder høsten 2021.

Det er et daglig og tett samarbeid mellom Eldreliv og Moss Frivilligsentral, som også driftes av Moss og omegn kvinneråd. Både Eldreliv og Frivilligsentralen har kontorer og flere aktiviteter i Frivillighetens hus, som rommer 29 organisasjoner til sammen.

Uten frivillige ingen Eldreliv!

De frivillige er Eldrelivs viktigste ressurs, og blir satt veldig stor pris på! Eldreliv og Moss frivilligsentral har felles arrangementer for frivillige gjennom året, både faglige og sosiale. Det benyttes også et felles digitalt registreringsprogram for frivillige og deltakere (Invi).

Vi hadde et håp om at 2021 skulle bli et år fritt for både korona og restriksjoner, fritt for sosiale begrensninger og nedstengninger, men slik ble det dessverre ikke. Vi startet året med hjemmekontor da dette var en nasjonal anbefaling, og så å si alle våre aktiviteter måtte holde stengt. Dette førte til at mange av våre deltakere nok en gang mistet tilbudene de hadde om sosial kontakt og/eller fysisk trening. Nok en gang måtte vi tenke alternativt.

Tusen takk til alle frivillige for flott innsats i nok et annerledes år, takk for deres tålmodighet og vilje til å stille opp og prøve dere på nye ting!

Takk til andre frivillige organisasjoner og kommunale foretak for godt samarbeid!

Silje Haugen, daglig leder



FORMÅL

Moss og Omegn Kvinneråd fikk våren 2008 en forespørsel fra Moss Kommune om å starte et prosjekt rettet mot hjemmeboende eldre med lite eller ingen nettverk. Prosjektet fikk navnet «Hverdagsliv for eldre», og er nå et fast tiltak med navnet Eldreliv.

Formålet med Eldreliv er å forebygge ensomhet og motivere til økt fysisk aktivitet, samt drive ulykkesforebyggende arbeid blant hjemmeboende eldre. Målet skal nås gjennom sosial støtte i form av frivillige besøksvenner og møteplasser i nærmiljøene. Videre er det et mål å gi tilbud om tilpasset fysisk aktivitet for å opprettholde eller øke god fysisk helse, noe som igjen kan bidra til å forebygge ulykker blant målgruppen. Det skal også legges til rette for å skape kontakt mellom generasjonene, samarbeid med lokale skoler og barnehager er derfor viktig.

MÅLGRUPPE

Målgruppen er hjemmeboende eldre i Moss kommune som har lite eller ingen nettverk, og som i liten eller ingen grad benytter seg av andre tilbud i nærmiljøet.

Eldreliv jobber aktivt oppsøkende for å komme i kontakt med målgruppen, både via hjemmebaserte tjenester i kommunen, gjennom lokalavisen og sosiale medier. Eldreliv er et viktig supplement til de kommunale tjenestene i Moss kommune, noe som jo også var utgangspunktet for opprettelsen av Eldreliv og grunnen til at Eldreliv ble videreført fra et prosjekt til et fast tiltak.

SAMARBEID

Eldreliv har partnerskapsavtale med Moss kommune via eierorganisasjonen Moss og Omegn Kvinneråd. Utdrag fra avtalen kan leses lenger bak i årsmeldingen. Eldreliv og Moss Frivilligsentral har et daglig, tett samarbeid, og det er glidende overganger mellom en del av oppgavene.

I 2021 samarbeidet vi blant annet med:

- Frivilligkoordinator i Moss kommune: Frivilligkoordinatoren har kontor i 1. etg. på frivillighetens hus
- Aktivitetskontakten i Moss kommune: samarbeid om kontakt med- og rekruttering av eldre i målgruppen
- Aktivitetssenter for hjemmeboende eldre, Moss kommune: samarbeid om kontakt med- og rekruttering av eldre i målgruppen
- Hjemmebaserte tjenester (hjemmesykepleien og praktisk bistand), Moss kommune: samarbeid om kontakt med- og rekruttering av eldre i målgruppen
- Skoggata bo- og servicesenter: bowls og sykling uten alder holder til her. Eldreliv får låne lokaler, beboerne får tilbud om å delta
- Leve hele livet-reformen, Moss kommune: Daglig leder i Eldreliv sitter i arbeidsgruppe i regi av kommunen. Arbeidsgruppa har i perioder hatt ukentlige møter
- Nøkkeland skole: Samarbeid om Møteplass Nøkkeland
- Moss Røde Kors besøktjeneste: samarbeid om kontakt med- og rekruttering av målgruppen
- Velferdssentralen for eldre: samarbeid om brukere i målgruppen

- Norges Carpet bowls forbund: samarbeid om og planlegging av bowlsturnering som skulle funnet sted i Mossehallen høsten 2021, men som måtte avlyses på grunn av pandemien. Eldreliv har en partnerskapsavtale med forbundet.
- Hjerteress v/fysioterapeut Kenneth Busch: samarbeid om Energikvarteret, foredrag om hjertehelse og treningsappen Memento U m.m.
- Memento: Samarbeid om bruk av treningsappen Memento U. Deltakerne på Energikvarteret fikk veiledning i bruk av appen høsten 2021
- Sykling uten alder Norge: daglig Leder i Eldreliv sitter i styret
- Moss Cyckle klubb: Sykkelfestivalen i Nesparken
- Jeløy kystlag: planlegging av båtturer for eldre
- Seniornettverk: Nettverk for frivillighet innen eldreomsorgen: I regi av frivilligkoordinator i kommunen. Startet samarbeid for å danne og videreutvikle et bærekraftig nettverk
- «Ut og leve livet i Moss» i regi av Moss kommune: Tilbud til eldre hvor de fikk gratis middag og underholdning på ulike restauranter i Moss. Eldreliv og kommunen samarbeidet om rekruttering av deltakere samt at flere av våre frivillige bidro som verter på restaurantene

Eldreliv hadde håpet på økt samarbeid med flere relevante kommunale aktører i 2021, men dette har dessverre av ulike grunner vært utfordrende. Vi har hatt et sterkt ønske og behov for å øke samarbeidet med hjemmebaserte tjenester i kommunen, og lage en plan for samarbeid for å lettere nå Eldrelivs målgruppe, men har dessverre ikke lyktes helt med dette. Vi tror noe av grunnen er at de ansatte i de ulike hjemmebaserte tjenestene har hatt økt arbeidspress, og at flere har blitt omdisponert til andre arbeidsoppgaver på grunn av pandemien.

AKTIVITETER OG TILBUD 2021

Også i 2021 har Eldrelivs aktivitetstilbud vært annerledes enn normalt, flere nedstengninger og økte restriksjoner har ført til at tilbudet har variert veldig gjennom hele året.

MØTEPLASSER

Eldreliv sitt formål er å forebygge ensomhet blant de eldste i Moss kommune. Ett av tiltakene for å nå dette målet er å tilby sosiale møteplasser. Møteplassene er nærmiljøtilbud, og det er ansatte i Eldreliv som står for organisering og tilrettelegging, mens de frivillige tilknyttet de ulike møteplassene står for gjennomføringen.

Forutsetninger for at møteplassene skal fungere er at vi har egnede lokaler, frivillige som tar ansvar for de praktiske oppgavene samt gode samarbeidspartnere på hver enkelt møteplass.

2021 startet med at våre møteplasser måtte stenge. Det var mye smitte i samfunnet, og både Nøkkeland Skole og Skoggata bo- og omsorgssenter var helt stengt for utenforstående.

Vi valgte i løpet av året å avvikle møteplassen på Skoggata, som besto av sosialt samvær og trening med fysioterapeut. Den ble erstattet med en ekstra dag med Energikvarteret på Frivillighetens hus.

MØTEPLASS NØKKELAND

Møteplass Nøkkeland arrangeres på Nøkkeland skole hver torsdag kl 13-15. Det har i 2021 vært to faste frivillige. Frivilligkoordinator i Eldreliv har tatt seg av innkjøp o.l.

På grunn av pandemien var Nøkkeland Skole stengt for utenforstående hele første halvår i 2021. Først i september kunne vi starte opp igjen. Det har på grunn av restriksjoner ikke vært noe samarbeid med elever ved skolen, slik som tidligere år.

Deltakerne har fått servert vafler og det har vært loddosalg. De fikk også besøk av en line dance-gruppe som underholdt.

Smitten økte i løpet av høsten, og fordi møteplassen var på en skole med potensielt mye smitte ble den igjen stengt ned i slutten av november.



ENERGIKVARTERET

Energikvarteret er et populært tilbud med 45 minutters styrke- og kondisjonstrening tirsdager og torsdager, etterfulgt av sosialt samvær med enkel servering. Treningen er ledet av fysioterapeut Kenneth Busch.

Energikvarteret fikk tilskuddsmidler fra Sparebank 1 fra starten i 2017 og frem til våren 2021, etter det fikk vi avslag på søknad om støtte.

Vi søkte og fikk nye tilskuddsmidler fra Helsedirektoratet høsten 2021.

Etter dette har vi ingen finansiering av Energikvarteret.

Tiltaket forebygger ensomhet og sosial isolasjon, gir økt livskvalitet og bedre helse. Forskning viser at styrketrening forebygger fall og skader blant eldre. Vi har fått tilbakemeldinger fra flere av deltakerne om at de opplever å ha blitt i bedre fysisk form etter å ha deltatt på Energikvarteret og at de har blitt en del av et sosialt fellesskap.

Mange av deltakerne har flerkulturell bakgrunn, vi har deltakere fra ca 10 ulike nasjoner.



Energikvarteret holdt stengt fra januar til mai 2021 på grunn av pandemien.

i denne perioden trente noen hjemme på egenhånd til en treningsvideo vi har laget. I løpet av vinteren startet vi med trening på Zoom (digital videokonferanse), hvor fysioterapeuten hadde direkte sendte treningstimer på nett. Så ble det noen måneder med trening i mindre grupper ute, også hver uke gjennom hele sommeren.

På høsten var det trening inne, etterfulgt av sosialt samvær og lett servering, med hjelp fra frivillige. Vi måtte stenge energikvarteret i begynnelsen av desember på grunn av økt smitte og strengere restriksjoner.

Det er alltid veldig god stemning på Energikvarteret, både under trening og når de samles for sosialt samvær etter trening. Flere forteller at hadde det ikke vært for Energikvarteret hadde de ikke kommet seg ut i det hele tatt, så det er et veldig viktig tilbud!

Deltakerne på Energikvarteret har fått like treningstrøyer, caps og treningsstrikker.



TURGRUPPA

Turgruppa ble startet som et smittevennlig alternativ til Energikvarteret da vi måtte stenge ned i 2020. Initiativet kom fra en frivillig, som også har hatt ansvaret for turgruppa siden starten. Deltakerne møtes utenfor Frivillighetens hus hver tirsdag klokken 1130 og går turer sentralt i Moss. Turgruppa vokste sakte men sikkert til å bli en stor gruppe, og i perioder måtte de dele seg i flere små grupper. Den har stort sett vært i drift i hele 2021, med noen få unntak ved mye smitte. Etter turen er det sosialt samvær med enkel servering, enten ute i hagen vår eller inne på Frivillighetens hus. Turgruppa er en suksess. Det er godt samhold, deltakerne tar godt vare på hverandre. De forteller at de får både god mosjon og dekket mye av sitt sosiale behov.



JULEGLEDE FOR ELDRE

Juleglede er et arrangement for eldre i kommunen som har få eller ingen andre tilbud i julen. I 12 år har frivillige bidratt til at ca. 200 eldre har fått oppleve et flott julearrangement med underholdning og julemat på Verket scene. I 2020 måtte vi dessverre avlyse arrangementet på grunn av pandemien.

Sparebank 1 Stiftelsen Østfold Akershus innvilget søknad om økonomisk støtte i 2020, men vi fikk vi muligheten til å overføre midlene til 2021.

Da pandemien bare fortsatte i 2021 valgte vi å arrangere to mindre juleglede-arrangementer på Frivillighetens hus. Vi ønsket å prioritere eldre som hadde få eller ingen andre tilbud i julen.

Men smitten økte og det kom strengere restriksjoner, så vi gjennomførte kun den ene julelunsjen. Det ble en flott opplevelse for både de eldre og de frivillige, men med mange færre enn opprinnelig planlagt. Mange eldre var redde for smitte og meldte avbud i siste liten. Vi måtte også avbestille den planlagte underholdningen fordi de var for mange. Men vi fikk en god erstatting: Trond Bull-Hansen fra Humlens venner.

Maten og gavene vi ikke fikk avbestilt delte vi ved hjelp av frivillige ut til eldre vi visste satt mye alene i julen.

Takk til Sparebank1 Stiftelsen Østfold Akershus for støtte!





BESØKSVENNER

Besøksvenner er frivillige over 18 år som besøker eldre mennesker som opplever ensomhet, som har lite eller ingen familie eller nettverk og som ønsker økt sosial kontakt. Besøksvennen drar hjem til den de besøker et par timer to til fire ganger i måneden. De prater, drikker kaffe, lager mat sammen, går en tur etc. Det er viktig å understreke at en besøksvenn på ingen måte skal erstatte hjemmebaserte tjenester, deres oppgave er rett og slett å være et medmenneske.

Det å være besøksvenn krever ingen spesielle forkunnskaper, men man må igjennom et intervju og signere en taushetserklæring. Koordinator i Eldreliv kobler frivillige besøksvenner med eldre som ønsker en besøksvenn.

Vi har i 2021 samarbeidet med Moss Røde Kors Besøkstjeneste. De har hatt ledige besøksvenner, og dermed har vi sammen klart å finne en besøksvenn til de aller fleste som har henvendt seg.

RINGEVENN

En ringevenn er en frivillig som ringer fast til en eldre person som har behov for økt sosial kontakt, og som ikke ønsker fysiske besøk. De har ofte fast avtale en gang i uken.

Vi var sikre på at etterspørselen etter ringevenner ville øke under korona, men slik ble det ikke. Vi håper og tror at dette er fordi mange har noen som ringer de jevnlig.

STRØSANDBOKSER - FOREBYGGING AV FALLULYKKER

Også i 2021 har vi med hjelp fra frivillige delt ut strøsandbokser (og påfyll) til eldre som ikke har mulighet til å skaffe seg dette selv. Tilbudet er i samarbeid med frivilligsentralen. Det er Eldreliv og frivilligsentralen sine frivillige som henter og leverer ut strøsandboksene, og returnerer de tomme til oss. Etterspørselen etter strøsandbokser har ikke vært veldig stor i 2021.



FØLGE TIL LEGE ETC.

Eldreliv og Frivilligsentralen samarbeider om å rekruttere frivillige som følger eldre til lege, tannlege, sykehus, frisør etc. Det er ikke alltid den samme frivillige som følger hver gang. Deltakerne har behov for følge fordi de trenger en arm å støtte seg til, hjelp til å finne fram, eller noen å snakke med fordi de er engstelige. Eldreliv vil helst ha henvendelser om behov for følge minst en uke i forveien. Vi har i 2021 hatt en følgetjeneste gjennom deler av året hvor det har vært lav smitte. Etterspørselen har ikke vært veldig stor.

HANDLEHJELP



Eldreliv tilbyr handlehjelp til eldre som har behov for bistand til handling, og som ikke allerede har vedtak om dette gjennom kommunen. Å hjelpe eldre med handling er en oppgave som frivillige gjerne påtar seg. I flere tilfeller fungerer handlevennen også som besøksvenn, mens andre har fått mer sporadisk handlehjelp. Noen blir handlet for, og noen har vært med og handlet sammen med den frivillige.

Det er ulike grunner til at eldre ber om hjelp til å handle, men et fellestrekk er svake sosiale nettverk. Handlevenn og besøksvenn har derfor vist seg som en god kombinasjon. De fleste som har fått hjelp av en handlevenn har hatt behov for å handle dagligvarer. I 2021 har vi hatt tilbud om handlehjelp i de periodene det har vært lite smitte. Etterspørselen har ikke vært veldig stor.

Eldreliv har også tilbud om hjelp til å bestille varer med hjemlevering, men dette har det så langt vært lite interesse/behov for, både før og under korona.

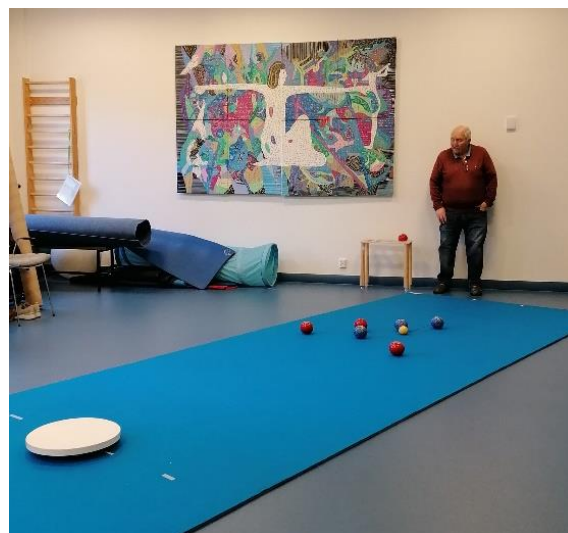
BOWLS

Bowls er et sosialt kulespill som likner på boccia og kan spilles enten sittende eller stående. Det krever ingen forhåndskunnskaper, er lett å sette seg inn i og passer derfor for alle uavhengig av alder og funksjonsnivå. Det er et veldig bra folkehelseiltak!

Bowls arrangeres på Skoggata bo- og servicesenter hver onsdag, deltakerne er fordelt på to ulike grupper. Det er Eldrelivs egne frivillige som står for gjennomføringen av aktiviteten. Da Skoggata som tidligere nevnt var stengt for utenforstående hele første halvår i 2021, kunne vi først starte opp på høsten.

Det har også blitt arrangert bowls noen få ganger på Nøkkeland skole.

Vi planla i samarbeid med Norges carpet bowls-forening å arrangere bowls-turnering i Mossehallen høsten 2021. Et stort stykke arbeid ble lagt ned, det meste var organisert og klart og påmeldingene var klare. Men dessverre måtte vi som i 2020 avlyse turneringen på grunn av økt smitte.



SYKLING UTEN ALDER — MED RETT TIL VIND I HÅRET

Sykling uten alder (SUA) er en verdensomspennende organisasjon som ble stiftet i Danmark, og har vært aktiv i Moss siden 2015.

Frivillige sykkelpiloter gir eldre med nedsatt funksjonsevne og mobilitet mulighet til å komme ut på tur, oppleve byen og naturen på nært hold fra elektriske rickshaw-sykler. Formålet er å skape livsglede hos eldre og gi dem mulighet til å forbli en aktiv del av fellesskapet og nærmiljøet.



Sykling uten alder har egen facebookside: <https://www.facebook.com/syklingutenalderinorge>

Eldreliv har fire sykler som er plassert i Skoggata omsorgssenter og benyttes av både Eldreliv og omsorgssenteret. Passasjerene blir hentet av de frivillige og velger selv hvor de vil på tur.

Syklene har i likhet med i 2020 vært lite brukt, først og fremst på grunn av korona. De turene som har blitt gjennomført har stort sett vært med passasjerer fra Skoggata omsorgssenter.

Eldreliv var også til stede med tre sykler på den årlige sykkelfestivalen i Nesparken i september. Noen besøkende fikk prøve seg som passasjerer mens andre fikk prøvesykle selv.

SUA Moss er medlem av SUA Norge. Daglig leder i Eldreliv har sittet i styret til SUA Norge siden 2020, og deltatt på fire styremøter samt årsmøtet i 2021.



VENNEGRUPPER

Aktivitetstiltak for å motvirke isolasjon og ensomhet blant hjemmeboende eldre

Eldreliv fikk i oktober 2020 kr 125 000 i tilskuddsmidler fra Statsforvalteren for å motvirke isolasjon og ensomhet blant eldre hjemmeboende i koronatiden. Tanken var å danne flere små grupper bestående av 3-4 deltakere og 2 frivillige som skulle møtes fast en gang i uken. Deltakere som hadde behov for transport, skulle få dekket dette ved hjelp av tilskuddsmidlene fra Helsedirektoratet. Planlagt oppstart av aktivitet var januar 2021. Men også denne aktiviteten ble satt på hold på grunn av pandemien. Vi forsøkte å starte opp flere ganger, men måtte utsette på grunn av økte smitte. Det var også mye vanskeligere enn antatt å rekruttere deltakere til vennegruppene. Dørstokkmila har nok blitt ekstra lang for mange ensomme eldre i løpet av pandemien. Flere meldte seg på men trakk seg i siste liten.



Høsten 2021 kunne vi endelig starte opp en liten gruppe på frivillighetens hus. De møttes til sammen 8 ganger før vi måtte stenge ned igjen.

Vennegruppeprosjektet har vært et samarbeid med Rygge Frivilligsentral hvor ansatt i Eldreliv, Silje Haugen har vært prosjektleder. Rygge frivilligsentral fikk midler til en 20% stilling i prosjektet. Disse midlene ble i samråd med Statsforvalteren og Moss kommune overført til Eldreliv, slik at Silje Haugen med disse midlene økte sin stillingsprosent fra 50% til 70% i hele 2021.

FRIVILLIGE

De frivillige hos Eldreliv deltar i planlegging, rekruttering og gjennomføring av alle aktivitetene som Eldreliv tilbyr. Frivillige er Eldrelivs viktigste ressurs og det er viktig at de frivillige gjør oppgaver som de selv ønsker og som de er komfortable med.

Frivillige får dekket utgifter til reise i henhold til statens satser for oppdrag som er avtalt på forhånd. De skal ikke fortrenge ordinært arbeid for å gjøre frivillige oppgaver. Alle frivillige under 70 år er forsikret mot ulykker som medfører invaliditet eller død. De har taushetsplikt både mens de er frivillige og etter at de har sluttet som frivillige. Alle frivillige signerer taushetserklæring.

Eldreliv legger til grunn at alle skal behandles med respekt, uansett etnisitet, religion, seksuell orientering, fysiske, økonomiske og sosiale forhold, og at relasjonen mellom frivillig og bruker preges av gjensidighet og likeverd.

Det har i 2021 vært færre aktive både deltakere og frivillige i Eldreliv, dette skyldes utelukkende koronapandemien og det at vi måtte stenge ned så å si alle våre aktiviteter i perioder.

Det var færre møter for frivillige i 2021 enn det var før pandemien. Vi har hatt en lunsj for frivillige i samarbeid med Frivilligsentralen. I tillegg har alle frivillige hatt stående invitasjon til å komme innom oss for en prat og en kopp kaffe i de periodene det har vært mulig, eller ta en telefon til oss dersom de har behov for det.

Vi har arrangert et foredrag om hjertehelse, hvor alle frivillige og deltakere ble invitert. Foredraget ble holdt av hjertelege på Sykehuset Østfold, Vinjar Romsvik og ble tatt veldig godt imot.

Vi har også arrangert koronakonsserter ute i hagen til Frivillighetens hus, i samarbeid med frivilligsentralen.



Foredrag om hjertehelse v/Vinjar Romsvik



Koronakonsert

ELDRELIVS DELTAKERE

Eldrelivs målgruppe er hjemmeboende eldre. Målet er å nå de eldste eldre som er alene og som i liten eller ingen grad benytter eksisterende nærmiljøtilbud, eldre som ikke har familie eller nettverk eller som har dette i meget begrenset omfang. Det er også et mål å bidra til å forebygge ensomhet og isolasjon blant eldre, med andre ord både hindre og lindre.

Eldreliv har valgt å endre betegnelsen på målgruppen fra *brukere* til *deltakere*, da sistnevnte er et mer positivt ladet ord, og sier noe om at de eldre ikke nødvendigvis trenger å være passive mottakere av en tjeneste, men at de også kan bidra aktivt på ulike måter.

I 2021 har det på grunn av koronapandemien vært begrenset med aktivitet og tilbud til våre deltakere gjennom store deler av året. Eldrelivs målgruppe er alle i risikogruppen, og det har hele tiden vært viktig for oss å ta ansvar for å unngå smitte. Vi har fulgt retningslinjene nøye, og åpnet opp litt når det har vært mulig og stengt ned igjen så fort det har vært nødvendig.

Eldrelivs deltakere er ofte sosialt isolerte mennesker som bor hjemme i egen bolig, og ikke i institusjon. Mange har svake sosiale nettverk, lite eller ingen familie eller pårørende, eller familie som bor langt unna. En del av henvendelsene vi får kommer fra den eldre selv, resten er gjennom hjemmebaserte tjenester, pårørende, naboer etc.

Eldreliv jobber hele tiden for å nå målgruppen. Dette gjøres blant annet gjennom kontakt med hjemmebaserte tjenester. Som tidligere nevnt ønsker vi et økt samarbeid med de for å lettere nå målgruppen, men opplever at det er utfordrende å få til dette.

Vi har også hatt noen annonser i avisen, og kontakter lokalavisen for å få publisert saker som omhandler Eldrelivs tilbud.

MARKEDSFØRING OG REKRUTTERING

Eldreliv jobber kontinuerlig med markedsføring for å øke kjennskapen blant kommunens befolkning. Det har på grunn av korona vært vanskelig også i 2021 å drive både markedsføring av Eldreliv og rekruttering av frivillige. Med stadige endringer i smittesituasjonen og strengere restriksjoner har mange av planene blitt satt på vent inntil videre.

Vi har annonsert i Moss Avis et fåtall ganger, men da dette er svært kostbart er det begrenset hvor ofte det kan gjøres.

Rekrutteringen av frivillige til Eldreliv har, som i 2020, vært vanskeligere enn tidligere år. Vi har jevnlig fått henvendelser om mennesker som ønsker å være frivillige. I perioder med lite smitte har vi kunnet ta de imot og finne oppgaver til dem, mens ved høy smitte har de måttet vente til vi åpnet opp mer.

Unni og Turid er med på turgruppa: - Dette er helsebringende og sosialt



Nyhetssak om turgruppa i Moss avis

UTFORDRINGER I ELDRELIV

Eldreliv er et tiltak i stadig vekst og utvikling, men vi har også noen utfordringer:

- **For lite midler til drift**

Driften av Eldreliv er finansiert av Moss kommune, men i realiteten sitter vi igjen med veldig lite midler til drift av aktivitetene våre. Det er lagt til grunn at Eldreliv skal søke eksterne midler, dette gjøres og vi får innvilget flere av søknadene vi sender. Men veldig ofte lyser det ut midler kun til nye prosjekter, og ikke til allerede eksisterende aktiviteter. Dette medfører at vi ikke klarer å finansiere de aktivitetene vi allerede har og som fungerer bra. Vi blir heller blir «tvunget» til å starte nye prosjekter som kun finansieres i korte perioder og hvor det er lagt opp til egenfinansiering etter prosjektslutt, noe som ofte er utfordrende fordi det ikke er mer midler å hente.

- **Utfordringer med å rekruttere frivillige til faste og mer praktiske oppgaver over tid**

En av forutsetningene for at Eldreliv skal kunne opprettholde det gode tilbudet er at vi har nok frivillige som bidrar i de ulike aktivitetene. Det er ofte enkelt å rekruttere frivillige til ad hoc-oppgaver, men det er ofte mer utfordrende å få de til å binde seg til faste oppgaver over tid. Det er særlig utfordrende å rekruttere frivillige til rutinepregede, praktiske oppgaver som å koke kaffe, steke vafler, rydde og ta oppvasken etterpå. Dette er noe mange ikke opplever som meningsfylt, og dermed vil de ikke binde seg, men bare møte opp når de har tid, på sparket. Det blir dermed ofte et gap mellom det Eldreliv har behov for og det den frivillige ønsker å bidra med. Dette vet vi er en utfordring for mange frivillige organisasjoner, og ikke unikt for Eldreliv.

- **Transport til og fra aktiviteter**

Transport til og fra de ulike aktivitetene er fortsatt en utfordring for flere av de eldre i målgruppen til Eldreliv. Det er mange som ikke har bil, pårørende som kan kjøre de eller økonomi til å ta taxi. Dersom transport hadde vært en del av tilbudet i alle Eldrelivs aktiviteter hadde det vært mulig å få med enda flere eldre i målgruppen. Vi ser ingen umiddelbar og endelig løsning på transportutfordringene og vil jobbe videre med problemstillingen, men dette klarer vi ikke alene. Eldreliv vil derfor ta dette videre gjennom Leve hele livet-reformen som vi samarbeider med kommunen om.

- **Mangel på ansattressurs på Frivillighetens hus:**

Frivillighetens hus hvor Eldreliv holder til er drevet av et frivillig styre uten ansatte. Dermed faller veldig mye av det praktiske arbeidet på de daglige lederne av Eldreliv og Moss Frivilligsentral. Dette arbeidet kommer i tillegg til det arbeidet det er ment vi skal ha, og er ikke en del av arbeidsinstruksen til daglig leder i Eldreliv.

Kommunen sørger for renhold to ganger i uken, men dette er på langt nær nok. Det er aktiviteter på huset så å si hver dag. Sjøppel skal tømmes, gulv skal moppes, overflater vaskes og sprites, ting skal repareres. Det tar mye tid og går utover kvaliteten på tilbudene våre.

- **Utfordringer med å nå en del av målgruppen vår**

Vi har jevnt over økende besøk på aktivitetene våre, men har utfordringer med å nå eldre som sitter ensomme og isolerte hjemme uten særlig kontakt med andre. Dette er en gruppe som ofte har behov for å oppmuntres og trygges for å tørre å gå ut. Flere trenger ofte også følge til og fra aktivitet, i hvert fall de første gangene. Vi vet det er mange eldre i denne kategorien i kommunen, men vi har behov for hjelp til å nå de.

Vi tror løsningen er å få til et bedre samarbeid med kommunens hjemmebaserte tjenester, men som tidligere nevnt har vi dessverre ikke lyktes helt med dette. Vi tror noe av grunnen er at de ansatte i de ulike hjemmebaserte tjenestene har hatt økt arbeidspress, og at flere har blitt omdisponert til andre arbeidsoppgaver på grunn av pandemien.

FRIVILLIGHETENS HUS

I 2017 flyttet Eldreliv til Frivillighetens hus sammen med en rekke andre frivillige organisasjoner. Det er mange kontorer og møterom i huset. Frivilligsentralen, Eldreliv og Frivilligkoordinator ansatt i Moss kommune holder til i 1. etg. Frivillighetens hus er en organisasjon, registrert i Brønnøysundregisteret.

Huset har en stor flott hage som blir veldig mye brukt til diverse møter og sammenkomster.

ORGANISERING OG FINANSIERING

Eldreliv er et tiltak med Moss og omegn Kvinneråd som juridisk eier. Kvinnerådet er registrert i enhetsregisteret i Brønnøysund, og har organisasjonsnummer 971454385. Driften av Eldreliv er fullfinansiert av Moss Kommune. Det ligger til grunn at Eldreliv skal søke penger fra andre instanser som skal gå til aktiviteter, og det gjøres.

Eldreliv har i 2021 fått midler fra:

Sparebank1 til Energikvarteret, kr 20 000

Helsedirektoratet til Energikvarteret, kr 50 000

Midler til vennegrupper fra Stasforvalteren (kr 125 000) er overført fra 2020 til 2021.

Vi fikk også i desember 2021 positivt svar på søknad om midler til digital og sosial møteplass for seniorer, fra Gjensidigestiftelsen (kr 270 000). Prosjektet starter opp i 2022.

ARBEIDSMILJØ OG PERSONALSITUASJON

Det har i 2021 vært ansatt to koordinatore i til sammen 90% stilling i Eldreliv. Det er frivillige som står for gjennomføringen av aktivitetene i samarbeid med koordinatorene. Fra oktober 2021 ble koordinator Silje Haugens stilling omgjort fra koordinator i Eldreliv til daglig leder av Eldreliv.

Ingen arbeidsrelaterte skader eller ulykker inntraff i løpet av året. Koordinatorene er forsikret mot yrkesskade og yrkessykdom, og har obligatorisk tjenestepensjon.

Det ble gjennomført en medarbeidersamtale i 2021.

Eldreliv medfører ingen større miljøbelastning.

ØKONOMI

Etter styrets oppfatning viser årsregnskapet en rettvise oversikt over utviklingen i regnskapsåret og stillingen pr 31.12.21. Regnskapet er satt opp under forutsetning av fortsatt drift.

Organisasjonens inntekter skriver seg i hovedsak fra driftstilskudd, Moss kommune, diverse inntekter og momskompensasjon. De totale driftsinntekter i 2021 var kr 1.025.793. Budsjettet for 2021, vedtatt av årsmøtet, hadde et negativt driftsresultat på kr 34.222. Det regnskapsmessige positive driftsresultatet ble kr 31.413.

Det er et negativt avvik på inntektssiden i forhold til budsjett på kr 110.207. Avviket forklares ved et positivt avvik på kr 98 877 når det gjelder diverse inntekter og et tilskudd fra Fylkeskommunen som ble budsjettert med kr 125.000, men som ble utbetalt og inntektsført allerede i 2020. Aktiviteten skulle først skje i 2021. Pga pandemien var det dessverre ikke mulig å gjennomføre aktiviteten det var søkt midler til og kr 121 817 tilbakeføres dermed til Fylkeskommunen.

Annen driftskostnad har et positivt avvik på kr 207 309, hvilket i all hovedsak forklares ved redusert aktivitet grunnet pandemien.

Avvikene på andre inntekter og kostnader er av mindre karakter og har både positive og negative utslag. Netto finanskostnader er kr 0, og positivt årsresultatet blir følgelig på kr 31.413.

KURS OG SEMINARER

Koordinatorerne i Eldreliv har deltatt på følgende kurs/ seminarer i 2021:

Digitale seminarer/ konferanser:

Frivillige organisasjoner og digitale medier (Frivillighet Norge)

Koronakrisen og den norske frivilligheten (Institutt for samfunnsforskning)

Omsorgsrevolusjonen starter nå – vil du være med? (Norwegian smartcare cluster)

Digitalt utenforskap må motvirkes -men hvordan gjør vi det? (Norwegian smartcare cluster)

Leve hele livet-konferansen (Helsedirektoratet)

Nasjonal erfaringskonferanse -leve hele livet (Helsedirektoratet)

Verdighetsdagene (Verdighetssenteret)

Sammen for et aldersvennlig Norge (Senteret for et aldersvennlig Norge)

Fysisk konferanse:

To dagers fagsamling for frivillighetskoordinatorer innen eldreomsorgen (Verdighetssenteret)

Styret i Moss og omegn kvinneråd består av (etter årsmøte juni 2021):

Leder:	Kari Bunes
Styremedlemmer:	Bente Hedum (nestleder) Iris Ringstad (kasserer) Anne Utnes Borgaas (sekretær) Gerd Louise Molvig Gretha Kant Anne Aga
Varamedlemmer:	Inger- Lise Skartlien Gudrun Grindaker
Valgkomite:	Kjellaug Nakkim Turid Danielsen Sonja Rønneberg

Styremøter: Det har vært avholdt 10 styremøter i 2021.

Årsmøtet ble avholdt (fysisk) 10. juni, senere enn vanlig på grunn av pandemien.

Moss, 23.03.2022



Kari Bunes
Styreleder



Iris Ringstad
Kasserer



Bente Hedum
nestleder



Anne Utnes Borgaas
sekretær



Gerd Louise Molvig
Styremedlem



Gretha Kant
Styremedlem



Anna Aga
Styremedlem

VEDLEGG 1: VEDTEKTER

1. Formål

Eldreliv retter seg mot eldre som er alene og som i liten eller ingen grad benytter eksisterende nærmiljøtilbud. Eldreliv skal forebygge ensomhet og drive ulykkesforebyggende arbeid.

Eldreliv skal:

- gi eldre tilbud om sosial støtte i form av frivillige besøksvenner, og møteplasser i nærmiljøene.
- gi tilbud om tilpasset fysisk aktivitet
- legge til rette for å skape kontakt mellom generasjoner

Aktivitetene skal ikke erstatte kommunale tjenester, eller tjenester som det normalt betales for.

2. Prinsipper

- Eldreliv skal drives på basis av frivillige ubetalte medarbeidere, med unntak av koordinator.
- Eldreliv legger til grunn at alle skal behandles med respekt, uansett etnisitet, religion, legning, fysiske, økonomiske og sosiale forhold, og at relasjonen mellom frivillig og bruker preges av gjensidighet og likeverd.
- De frivillige gjør oppgaver som de selv ønsker og som de er komfortable med.
- Hjelp ytes kostnadsfritt til brukerne, og de frivillige skal ikke ha utgifter for å yte frivillig innsats.

3. Eierskap, drift og økonomi

Moss og Omegn kvinneråd (MOK) er eier av Eldreliv. Eldreliv er en del av Moss Frivilligsentral, men allikevel en selvstendig enhet. Styret for Eldreliv og Moss Frivilligsentral er det samme som styret for MOK med visse unntak: på møtene for Eldreliv deltar også koordinator for Eldreliv, samt en representant for de frivillige. Styret har arbeidsgiveransvar for koordinator, og har også overordnet ansvar for budsjett, regnskap og handlingsplan for Eldreliv. Det henvises til vedtekter for MOK. Koordinator for Eldreliv har ansvar for den daglige driften, søknader, budsjett, regnskap og rapportering. Driften av Eldreliv er fullfinansiert av Moss Kommune. Eldreliv skal søke eksterne midler som skal gå til aktiviteter.

4. Nedleggelse av Eldreliv

Ved eventuell nedleggelse skal resterende midler gå tilbake til givere når all gjeld er betalt.

5. Vedtektsendringer

Vedtektsendringer foretas av styret.

VEDLEGG 2: UTKLIPP FRA AVTALEN MELLOM MOSS KOMMUNE OG MOSS OG OMEGN KVINNERÅD

2.1.5 Innhold

Det nye tilbudet skal inneholde både et seniorsenter (dagens Velferdssentral) og Eldreliv (desentraliserte aktiviteter).

Det fremheves som viktig at tilbudet:

- Legger til rette for at alle kan delta på aktivitetene, blant annet ved å organisere transport gjennom frivillige, Rickshawsykler og benytte Flex-tilbudet.
- Tilbyr arenaer hvor man kan opprettholde, eller bedre sin fysiske og psykiske helse, eksempelvis bowls, trening og «sykling uten alder».
- Legger til rette for at mat og måltider er naturlig del av livet
- Legger til rette for at eldre mestrer livet, og blant annet organisere handlehjelp ved behov.
- Forebygger ensomhet, blant annet ved å organisere og rekruttere besøksvenner.
- Har fokus på innbygger- og deltagermedvirkning.
- Rekrutterer og følger opp frivillige som skal være en naturlig del av tilbudet.
- Opprettholder sentrale deler av aktiviteten som er i Eldreliv og Velferdssentralen i dag. (Se beskrivelse under "Bakgrunn")
- Sikrer aktivitet, deltakelse og sosialt fellesskap, i møte med hverandre og på tvers av generasjoner. Etablere samarbeid med barnehager, SFO og skoler.
- Bidrar til fysisk, sosial og kulturell aktivitet både på senteret, og gjennom desentraliserte tilbud. - Gjennomfører "Juleglede", et stemningsfullt og hyggelig førjulsarrangement for eldre.
- Sikrer økonomisk grunnlag for å utvikle tilbud, gjennom søknader og prosjektmidler fra ulike samarbeidspartnere og instanser.
- Tilbyr senioruniversitet i samarbeid med Folkeuniversitetet eller andre.
- Deltar i og bidrar på arrangementer i byen (f.eks. Seniorfestival, byfest, etc).
- Bidrar til at alle kan oppleve kunst og kulturopplevelser.