

**CANCERREHABFONDEN**

---

**Effektrapport 2021**

## INNEHÅLL

Det här vill CancerRehabFonden uppnå .....	3
Organisatoriskt sammanhang.....	3
Strategier för att uppnå våra mål .....	4
Kapacitet och kunskande .....	5
Så vet vi om vi gör framsteg .....	6
Det här har vi åstadkommit .....	6

### OM EFFEKTRAPPORTEN

*CancerRehabFonden är medlem i Giva Sverige, en branschorganisation för tryggt givande. Som en del av Giva Sveriges kvalitetskod ska varje medlemsorganisation årligen upprätta en Effektrapport utifrån Giva Sveriges mall för rapportering. Detta är CancerRehabFondens Effektrapport för 2021.*

*I rapporten förklarar vi organisationens mål och hur vi arbetar för att nå dem. Vi berättar även om vad vi redan har uppnått och vilka effekter vårt arbete har haft. Mer information om vår verksamhet finns på vår webbsida [www.cancerrehabfonden.se](http://www.cancerrehabfonden.se) och i vår årsredovisning.*

## DET HÄR VILL CANCERREHABFONDEN UPPNÅ

CancerRehabFonden är en ideell förening som samlar in pengar för att finansiera rehabilitering och stöd till cancerdrabbade. Vår vision är att alla som har haft cancer ska kunna få rehabilitering.

Idag drabbas var tredje svensk av cancer. Totalt lever i Sverige omkring en halv miljon människor som någon gång fått en cancerdiagnos. Tack vare utvecklingen inom forskning och vård är det närmare 70 procent som lever tio år efter sin cancerdiagnos.

För de som insjuknar i cancer innebär sjukdomsförloppet och medicinsk behandling en stor fysisk och psykisk påfrestning. Många cancerdrabbade behöver därför hjälp och stöd för att kunna komma tillbaka till vardagen. Rehabilitering hjälper cancerdrabbade att återhämta sig fysiskt och psykiskt.

Bland våra rehadeltagare är det endast 1 av 5 som uppger att de har blivit erbjudna rehabilitering via sjukvården. Vårdens resurser är begränsade och räcker inte till för att rehabilitera alla cancerdrabbade. Därför behövs CancerRehabFonden. I dagsläget är den psykiska ohälsan i samband med cancer ett nedprioriterat område inom den svenska sjukvården.

Vi samlar in pengar från privatpersoner, företag och stiftelser till förmån för de cancerdrabbade som inte fått den hjälp de behöver via sjukvården.

På kort sikt bidrar vi till att cancerdrabbade får samtalsstöd, ett socialt nätverk av andra cancerdrabbade och information kring kost och träning. På medellång sikt kan detta bidra till en stärkt fysisk och psykisk hälsa. Långsiktigt bidrar vi till ett mer hållbart samhälle då vi hjälper cancerdrabbade tillbaka till livet, vardagen och arbete. Våra rehabprogram kan förebygga psykisk ohälsa, vilket på längre sikt gynnar både individen och samhället i stort.

Vår målsättning är att kunna hjälpa alla cancerdrabbade som ansöker om rehabilitering hos oss. Efterfrågan på vår cancerrehabilitering är väldigt stor, men samtidigt är våra ekonomiska resurser begränsade vilket gör att vi inte kan hjälpa alla som kontaktar oss.

För att kunna uppnå vårt mål om att hjälpa alla som ansöker hos oss arbetar vi intensivt med att samla in mer pengar. Som ett led i detta behöver CancerRehabFondens verksamhet bli mer effektiv, tydlig och synlig i syftet att öka insamlade medel.

## ORGANISATORISKT SAMMANHANG

CancerRehabFonden är helt fristående och tillhör ingen annan cancerorganisation. Vi får inga statliga bidrag utan är beroende av donationer från privatpersoner, företag och stiftelser.

Alla vuxna cancerdrabbade kan ansöka om rehabilitering hos oss, oavsett var i landet man bor eller vilken cancerform man har. Vi har därför rehadeltagare från hela landet, från Luleå såväl som Malmö.

Under 2021 genomförde vi totalt 21 (18) rehabprogram: 6 i Falköping, 5 i Uppsala, 2 i Skellefteå, 2 på Österlen, 3 i Helsingborg, samt 3 digitala rehabprogram.

Totalt finansierade vi 307 (252) rehabplatser, varav 61 var digitala platser. Särskilda temaprogram hölls för bröstcancer och kronisk cancer. Att vi hjälpte fler 2021 än året innan beror på att vi 2020 på grund av pandemin fick ställa in tre rehabveckor, samt att vi 2021 fick möjlighet till extra rehabplatser på Mösseberg Rehabcenter.

Vi har även finansierat individuella videobaserade terapisaamtal med psykolog för 17 deltagare (max åtta terapisaamtal per deltagare) samt en digital samtalsgrupp med tema bröstcancer för 6 deltagare.

Våra samarbetsparter, som utförde rehabiliteringsprogrammen, var Bräcke Diakonis Rehabcenter Mösseberg i Falköping, Foodpower, Medlefors och Psykologpartners.

CancerRehabFonden utgår från det nationella vårdprogrammet för cancerrehabilitering, för att säkerställa att de rehabaktörer vi samarbetar med håller hög kvalitet. Vi är lyhörda och inspireras av vårdens utveckling och riktlinjer, samt lyssnar in önskemål från våra rehadeltagare.

CancerRehabFondens organisation består av medlemmar, styrelse, generalsekreterare och medarbetare på kontoret i Stockholm. CancerRehabFonden granskas av en auktoriserad revisor.

Medlemmarna är via årsmötet CancerRehabFondens högst beslutande organ, därefter följer styrelsen.

Styrelsen bestod 2021 av sju ledamöter och leddes av ordförande Magnus Sjölund samt vice ordförande Catharina Hamilton Padin. Den dagliga operativa verksamheten leddes av generalsekreterare Pia Watkinson.

Vi har ett 90-konto och Svensk Insamlingskontroll granskar årligen hur våra intäkter används.

## **STRATEGIER FÖR ATT UPPNÅ VÅRA MÅL**

Att drabbas av cancer påverkar inte bara kroppen, det innebär även en stor psykisk påfrestning. Efter en cancersjukdom är det många som känner oro och ångest, är rädda för återfall och har svårt att komma tillbaka till livet och vardagen. Därför erbjuder CancerRehabFonden rehabilitering och stöd till cancerdrabbade.

## **VÅR CANCERREHABILITERING**

Vuxna cancerdrabbade kan få stöd från CancerRehabFonden i form av en veckolång vistelse på ett rehabiliteringsprogram hos någon av de rehabaktörer vi samarbetar med. Vi står för kostnader för boende, måltider och programinnehåll. Grundstenarna i vår cancerrehabilitering är gruppsamtal som leds av legitimerad personal, fysisk aktivitet, kostråd, samt metoder (som t.ex. yoga/mindfulness) för att hantera ångest och stress.

Vi erbjuder även digitala rehabprogram som pågår måndag till fredag ca 9.00–12.00. Innehållet liknar våra övriga rehabprogram dvs kostråd, gruppsamtal med psykolog, samt ett tränings- eller yogaprogram.

Vi är måna om att de rehabiliteringsprogram som vi erbjuder ska vara av högsta möjliga kvalitet. När vi tagit fram riktlinjerna för vår rehabverksamhet har vi utgått ifrån Regionala Cancercentrum i Samverkans nationella vårdprogram för cancerrehabilitering.

Vi har rehabveckor som är öppna för alla cancerformer, men vi har även temaveckor t.ex. för bröstcancer och kronisk cancer.

Även om rehabprogrammen begränsas till en vecka så tror vi att de på längre sikt kan leda till att stärka deltagarna både psykiskt och fysiskt. Efter ett avslutat rehabprogram håller ofta deltagarna kontakten med varandra och kan även fortsatt stötta varandra.

## ÖKA KÄNNEDOMEN OM CANCERREHABFONDEN

För att samla in mer pengar och kunna hjälpa alla de som ansöker hos oss måste vi öka kännedomen om CancerRehabFonden. Detta gör vi genom att aktivt informera allmänheten om vår verksamhet och vikten av cancerrehabilitering, t.ex. genom den årliga CancerRehabRapporten, debattartiklar och i våra digitala kanaler.

Vi arbetar hela tiden för att öka förståelsen för hur cancer påverkar människor både psykiskt och fysiskt. Genom att upplysa allmänheten, privata givare och företag om värdet av cancerrehabilitering, för både individen och samhället, hoppas vi bidra till större förståelse och acceptans.

## KAPACITET OCH KUNNANDE

Ryggraden i verksamheten är medarbetarna på kontoret i Stockholm och samarbetet med rehabaktörerna. Per den sista december 2021 var fem personer anställda på CancerRehabFonden. Personalen arbetade med insamling, rehabadministration, ekonomi och kommunikation. Arbetet leddes av generalsekreterare Pia Watkinson.

Alla medarbetare involveras i rehabfrågan då alla besvarar telefonsamtal och mejl från cancerdrabbade. Medarbetarna besöker med jämna mellanrum rehabveckorna för att samtala direkt med deltagarna.

CancerRehabFonden samarbetar med flera rehabiliteringsaktörer som verkar på olika platser i Sverige. För oss är det viktigt att kvalitetssäkra våra rehabprogram och därför leds programmen av legitimerad personal. Vid uppstart tillsammans med en rehabiliteringsaktör skriver vi alltid ett samarbetsavtal. För relevant kravställning samt utformning av avtal har vi erhållit hjälp av specialister inom vården samt tagit hjälp av juridiskt ombud.

CancerRehabFondens personal administrerar ansökningar och ärenden rörande våra rehabiliteringsprogram. Detta arbete sköts enligt de styrdokument och policys som framtagits för att säkerhetsställa att hanteringen sker på bästa sätt.

Vår styrelse består av kompetenta personer som bidrar till hög kvalitet i verksamheten, däribland Kjell Bergfeldt, som har arbetat som överläkare inom cancervården. CancerRehabFonden har även ett Vetenskapsråd som stödjer organisationens arbete genom att bidra med sin expertis inom vård och forskning.

Organisationen har samarbete med flera företag som stöttar vår verksamhet antingen med ekonomiska medel eller med tjänster.

CancerRehabFonden följer Svensk Insamlingskontrolls riktlinjer och har en kompetent medarbetarstyrka som har nära kontakt med både auktoriserad revisor och Svensk Insamlingskontroll. Genom ökad insamling kan CancerRehabFonden hjälpa fler cancerdrabbade. Detta görs genom riktade insatser, bearbetning, uppföljning och lyhördhet för förändringar i omvärlden liksom givarnas behov.

## SÅ VET VI OM VI GÖR FRAMSTEG

Vi för statistik över hur många cancerdrabbade vi årligen hjälper med rehabiliteringsprogram.

Antalet ansökningar som kommer in är en tydlig indikator på huruvida kännedomen om CancerRehabFonden ökar eller inte. Ju fler som känner till vår verksamhet desto fler ansöker om rehab hos oss.

Vi kan även jämföra den totala summan insamlade medel från år till år, vilket är en indikator på allmänhetens kännedom om organisationen och deras förståelse för behovet av cancerrehabilitering.

Vi för kontinuerligt en dialog med de rehabaktörer vi samarbetar med. Vi gör även egna utvärderingar och för statistik över hur deltagarna upplevt veckan och vad de fått ut av den.

Vid 2021:s utvärdering framkom att 97 procent av våra rehabdeltagare ansåg att rehabveckan gett dem verktyg och metoder att hantera sin livssituation. 96 procent tyckte att rehabveckan haft en positiv inverkan på deras psykiska hälsa och 92 % på deras fysiska hälsa. Liksom tidigare år framkom det att endast 1 av 5 hade erbjudits cancerrehabilitering via sjukvården.

Några citat från rehabdeltagarna:

*"Jag är oerhört tacksam för att ni finns, skrämmande att vården och dess rehab är så olika över landet. I min region Västra Götaland så har jag helt blivit lämnad åt mitt eget öde, ingen stöttning alls, återigen tack!!"*

*"Tänk om alla som gått genom en cancerresa kunde få känna hur fantastiskt det är när man starkt kommer hem från en rehabvecka!"*

*"Helt fantastisk vecka som verkligen ger verktyg för att orka ta sig tillbaka till livet. En stor bekräftelse på att det jag känner inte är konstigt på något vis, snarare tvärtom."*

*"Man förstår inte riktigt vad man har gått igenom förrän man kan sitta ner och prata med likasinnade. Umgänge med andra drabbade, så otroligt skönt att få prata av sig och lyssna på andra. Tack för att ni finns."*

Flera gånger per år gör CancerRehabFondens personal besök hos rehabaktörerna för att kvalitetssäkra verksamheten och samtala direkt med rehabdeltagarna. Direktkontakten med deltagarna är en viktig del av utvärderingen, då vi får mer än bara statistik – vi får deltagarnas egna ord direkt på plats.

Vi bevakar noggrant våra digitala kanaler och sociala medier och följer hur antal besökare och engagemang utvecklas. Detta sammantaget ger en tydlig bild av om kännedomen och intresset för CancerRehabFonden ökar.

## DET HÄR HAR VI ÅSTADKOMMIT

Kännedomen om CancerRehabFonden fortsätter att öka och vi har en oerhört stor efterfrågan på våra rehabprogram. Vi har ansökningsperiod en gång per termin och varje gång får vi in hundratals ansökningar, vilket är betydligt fler än vi har ekonomi att hjälpa.

CancerRehabFonden har 2021 släppt sin fjärde rapport om cancerrehabilitering i Sverige: CancerRehabRapporten. Syftet med rapporten är att utveckla och driva cancerrehabiliteringsfrågan.

Under året har vi kunnat erbjuda rehabplatser till 307 personer, varav 61 var digitala rehabplatser. Särskilda temaprogram hölls för bröstcancer och kronisk cancer. Att vi hjälpte fler 2021 än året innan beror på att vi 2020 på grund av pandemin fick ställa in tre rehabveckor, samt att vi 2021 fick möjlighet till extra rehabplatser på Mösseberg Rehabcenter.

Vi har även finansierat individuella videobaserade terapisaamtal med psykolog för 17 deltagare (max åtta terapisaamtal per deltagare) samt en digital samtalsgrupp med tema bröstcancer för 6 deltagare.

Större externa insamlingar har hållits av Ride Against Cancer (75 000 kr) och Matchen mot cancer (70 000 kr).

Arbetet med att utveckla CancerRehabFondens webbplats har fortgått med fokus på insamling. CancerRehabFonden har i slutet av året skrivit avtal med en ny webbyrå, med syftet att arbeta mer kostnadseffektivt.

Den strategiska satsningen på ökat månadsgivande fortsatte under 2021, vilket resulterade i ökad intäkt från 1 630 tkr (2020) till 2 044 tkr (2021). Antal månadsgivare vid årets utgång var 1 573 st.

Verksamhetskostnaderna 2021 var 13 321 548 kr varav ändamålskostnaderna utgjorde 84 %, insamlingskostnaderna 13 % och administrationskostnaderna 3 %.

CancerRehabFonden har under 2021 utvärderat sin digitala närvaro och beslutat att avsluta organisationens Twitterkonto och fokusera på Facebook, Instagram och LinkedIn.

CancerRehabFonden hade i slutet av december 14 142 följare på Facebook, 3 492 följare på Instagram och 338 följare på LinkedIn, vilket är en ökning jämfört med året innan.

Överlag är våra rehadeltagare mycket nöjda med sin cancerrehabilitering och vi kan se att svarsresultaten i våra utvärderingar är väldigt lika från år till år. Det är ett tecken på att vi upprätthåller en hög kvalitet på rehabprogrammen.

CancerRehabFonden är en liten organisation som, trots begränsade personalresurser och begränsad ekonomi, gör ett bra och effektivt arbete. Samtidigt vill vi fortsätta utveckla både vårt insamlingsarbete och vår rehabverksamhet, så att vi kan hjälpa fler cancerdrabbade tillbaka till livet.