

**CANCERREHABFONDEN<sup>+</sup>**

---

**Effektrapport 2020**

## INNEHÅLL

Det här vill CancerRehabFonden uppnå .....	3
Organisatoriskt sammanhang .....	3
Strategier för att uppnå våra mål .....	4
Kapacitet och kunnande .....	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 2020. 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 nästan 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.

Men bland våra rehabdeltagare 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 hjälp 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 har hittills inte fått några statliga bidrag utan är beroende av donationer från privatpersoner, företag och stiftelser.

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

Under 2020 arrangerades våra rehabprogram på fem olika orter i landet: Solna, Falköping, Uppsala, Skellefteå och Österlen. Vi anordnade även digitala rehabprogram. Våra samarbetsparter, som utför rehabiliteringsprogrammen, var Bräcke Diakonis Rehabcenter Sfären i Solna, Bräcke Diakonis Rehabcenter Mösseberg i Falköping, Foodpower, Medlefors folkhögskola och KBT Janet Hedendahl.

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 2020 av åtta 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.

### REHABVECKA FÖR VUXNA

Vuxna cancerdrabbade kan få stöd från oss i form av en veckolång vistelse på ett rehabiliteringsprogram hos någon av de rehabaktörer vi samarbetar med. Vi står för kostnader för boende, kost 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.

På grund av pandemin 2020 utvecklade CancerRehabFonden även digitala rehabprogram, som cancerdrabbade kunde delta i hemifrån. Ett digitalt program pågår måndag till fredag ca 9.00–12.00 och 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 de cancerdrabbade både psykiskt och fysiskt. Efter ett avslutat rehabprogram håller ofta deltagarna kontakten med varandra och kan även fortsatt stötta varandra.

### ÅTERHÄMTNINGSRESOR OCH STÖD FÖR BARN

Fram till juni 2020 erbjöd CancerRehabFonden stöd till familjer med cancerdrabbade barn. När ett barn drabbas av cancer är det inte bara barnet som drabbas, utan hela familjen. Sjukdomstiden är påfrestande både fysiskt och psykiskt. Barnet och familjen påverkas även känslomässigt och ställs inför en helt ny vardag.

Familjer med cancerdrabbade barn påverkas även ekonomiskt, då långa behandlingsperioder kan innebära sänkt eller utebliven inkomst för föräldrarna. Detta gör att många familjer tvingas strama åt sin hushållskassa och inte har råd att resa bort tillsammans.

CancerRehabFonden har under 2020 bekostat återhämtningsresor för familjer där ett barn har eller har haft cancer. Vi vill hjälpa dessa barn och familjer att skapa stunder där de kan få tänka på någonting annat än sjukdom, stunder som läker och ger nya krafter. Vi har även gett bidrag till en stödhelg för anhöriga till cancerdrabbade.

#### 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 2020 var sex personer anställda på CancerRehabFonden. Personalen arbetade med insamling, rehab, 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 och stöd.

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 rehabiliteringsaktörer vi samarbetar med. Vi gör även egna utvärderingar och för statistik på hur deltagarna upplevt veckan och vad de fått ut av den.

Vid 2020:s utvärdering framkom att 95 procent av våra rehadeltagare ansåg att rehabveckan gett dem verktyg och metoder att hantera sin livssituation. 96 procent tyckte att rehabveckan haft en positiv inverkan på deras fysiska och psykiska hälsa. Liksom tidigare år framkom det att endast 1 av 5 hade erbjudits cancerrehabilitering via sjukvården.

Några citat från rehadeltagarna:

*”Tack för en helt fantastisk vecka med kompetenta och empatiska kursledare och personal samt fina kursdeltagare som blivit vänner via en egen Facebook grupp. Jag är tacksam att jag fick denna vecka som hjälper mig till bättre välbefinnande!”*

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

*”Jag fick insikter på så många plan som hjälpte mig mycket. En fin grupp som nu är vänner och väldigt bra personal som såg oss. Önskar att alla som drabbas av denna hemska sjukdom fick möjlighet att uppleva detta.”*

Flera gånger per år gör CancerRehabFondens personal besök hos rehabaktörerna för att kvalitetssäkra verksamheten och samtala direkt med rehadeltagarna. 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 för statistik över antal besök, följare och engagemang. 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 fyra sökande per rehabplats och när det gäller rehabprogram med tema bröstcancer så har vi hela tio sökande per plats.

CancerRehabFonden har 2020 släppt sin tredje rapport om cancerrehabilitering i Sverige: CancerRehabRapporten. Syftet med rapporten är att utveckla och driva cancerrehabiliteringsfrågan.

Under året har vi kunnat erbjuda 209 personer cancerrehabilitering i form av vistelse på en rehabvecka och 43 personer har fått delta i digitala rehabprogram. Ytterligare 28 personer har fått digitalt samtalsstöd med psykolog. Detta är fyrtio personer färre än vi hjälpte tidigare år. Denna skillnad beror främst på spridningen av Covid-19, vilket gjorde att några av våra rehabveckor fick ställas in och vi fick även fler avbokningar än vanligt.

Vi har beviljat återhämtningsresor till 26 familjer med cancerdrabbade barn och finansierat en stödhelg för 14 anhöriga till cancerdrabbade. Stödet för cancerdrabbade barn gick att söka fram till juni 2020. På grund av CancerRehabFondens begränsade resurser beslutade styrelsen att organisationen från och med hösten 2020 helt ska fokusera på rehabilitering för vuxna cancerdrabbade.

På grund av Covid-19 gick det inte att genomföra event med större grupper, vilket gjorde att CancerRehabFondens planerade insamlingsevent "Golfdagen" fick ställas in. Däremot hölls två externa insamlingar till förmån för CancerRehabFonden – Matchen mot cancer och Ride Against Cancer.

Arbetet med att utveckla CancerRehabFondens webbplats har fortgått med fokus på optimering av gåvor.

Den strategiska satsningen på månadsgivande fortsatte under 2020, vilket resulterade i att antal månadsgivare vid årets utgång var 1505 stycken, vilket är en ökning jämfört med tidigare år.

Verksamhetskostnaderna 2020 var 12 885 992 kr varav ändamålskostnaderna utgjorde 81 %, insamlingskostnaderna 15 % och administrationskostnaderna 4 %.

På grund av Covid-19 och personalens korttidspermittering fick vi prioritera om och dra ned på antalet inlägg i sociala medier. Fokus har legat på att skapa kvalitativt innehåll och att upprätthålla en viss postningsfrekvens. Det totala engagemanget i våra sociala kanaler har minskat något under 2020, då antalet publicerade poster var färre vilket påverkat räckvidden.

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.