

Skjema : Aktivitetstiltak for eldre

Tittel : Digicafe for seniorer med servering og underholdning - 3 ganger høst 2026en 2026

➤ Informasjon om søkeren

Søker

Navn	INNHERRED SENIORFORUM
Adresse	Postboks 115 7601 LEVANGER
Organisasjonsnummer	997301447
Epostadresse	ransegt@gmail.com
Telefon	90920229

Kontaktperson

Navn	ELISABETH BOYE OKKENHAUG
E-postadresse	datastuer@innherredseniorforum.no
Telefon	

Andre kontaktpersoner

Kontonummer

Kontoinehaver	INNHERRED SENIORFORUM
Bankkonto	42021398602
Land	Norge
Status	Godkjent

➤ Inngangsvilkår

Vi bekrefter at tiltaket er i tråd med vilkårene i punktlisten over

Ja

➤ Tiltaket

Type søknad

Lokalt tiltak

Tiltaket

Tittelen på tiltaket

Digicafe for seniorer med servering og underholdning - 3 ganger høst 2026en 2026

Type tiltak

Nytt

Kort oppsummering av tiltaket

Samling på Inderøyheimen med veiledning på smarttelefon, nettbrett og PC. Gjennomføring i september, oktober og november 2026. Veiledere er frivillige seniorer som er skolert i å veilede egen aldersgruppe. Vi tar sikte på å involvere elever innenfor helse og sosialfag ved inderøy Videreågende skole. Tidsramme: Inntil tre timer pr. gang. Deltakere bruker sin egen digitale enhet og kan komme med egne utfordringer. Korte trimpauter ved fysioterapeut. Underholdningsinnslag v/kulturskole o.l..

Beskriv hvordan tiltaket deres skal bidra til tilskuddsordningens mål

Tiltaket vil bidra til gi digital mestring i et sosialt fellesskap. Det vil aktivisere den enkelte deltaker både fysisk og mentalt. Veiledere er også seniorer og det å veilede andre, er meningsfylt og utviklende. Når eldre lærer seg å mestre bedre sin digitale hverdag, øker det muligheten for å bo lengre hjemme. Når vi også får underholdning, gir det også livsglede. Med et par trimpauter underveis, får deltakerne stimulert balanse, bevegelse, koordinasjon utholdenhet og styrke.

Kryss av for minst to relevante delmål for tiltaket deres:

- aktiviserer fysisk og mentalt
- styrker evnen til å bo trygt hjemme lenger
- styrker opplevelsen av fellesskap, mestring og mening
- styrker digitale ferdigheter
- gir økt mobilisering/rekruttering av eldre som frivillige i aktivitetstilbud for andre
- styrker og avlaster pårørende

➤ Målgruppen

Beskriv målgruppen for tiltaket deres

Målgruppen er seniorer/eldre som er hjemmeboende. Også beboere på Inderøyheimen og andre institusjoner i kommunen kan delta. Deltaker kan også komme fra nabokommuner.

Beskriv hvordan dere skal synliggjøre tiltaket for målgruppen

Inderøy kommune har Friskus som plattform for digital kunngjøring og tiltaket vil bli kunngjort der. På Inderøyheimen er det tavle for annonsering/kunngjøring. Frivillighetssentralen i kommunen kan også bidra med å spre informasjon. Eldrerådet vil bli involvert. I tillegg ønsker vi å kunngjøre i vår lokale avis.

Beskriv hvordan tiltaket gjøres tilgjengelig for målgruppen, og tilpasses målgruppens behov

Tiltaket tenkes gjennomført på formiddagen i Allrommet på Inderøyheimen. Kommunen ønsker at dette rommet blir benyttet. Inderøyheimen er tilrettelagt med universell utforming. Det er lerret og teleslynge.

Frivillighetssentralen kan på forespørsel bidra med å skaffe skyss/ledsager. I tillegg vil antatt deltakere også kunne sørge for skyss selv og hjelpe andre.

Beskriv hvordan dere skal rekruttere deltakerne til tiltaket

Mange seniorer har detatt på kurs i digital mestring tidligere. Kursene er evaluert med meget gode tilbakemeldinger. Vi mener at tidligere kursdeltakere vil være interessert i komme på digital cafe, i tillegg til at de er gode ambassadører for dette nye tiltaket.

I tillegg kommer det som er skrevet tidligere:

"Inderøy kommune har Friskus som plattform for digital kunngjøring og tiltaket vil bli kunngjort der.

På Inderøyheimen er det tavle for annonsering/kunngjøring."

Frivillighetssentralen i kommunen kan også bidra med å spre informasjon.

I tillegg ønsker vi å kunngjøre i vår lokale avis."

Frivillige

Skal dere rekruttere eldre som frivillige inn i tiltaket?

Ja

Beskriv hvordan dere skal rekruttere eldre som frivillige, hva de skal bidra med, og hvordan de skal følges opp

Gjennom Datastuer Innherred har vi et korps av frivillige veiledere fra flere kommuner. Alder er 65+, gjennomsnittsalder 72 - 75 år. Disse er motiverte og skolerte veiledere med stor interesse for saken og entusiasme og glede over å være i veilederrollen.

› Involvering av målgruppen

Beskriv hvordan målgruppen skal involveres i utforming og gjennomføring av tiltaket deres

Ved systematisk evaluering av tidligere datakurs, har deltakere kommet med innspill som vi har tatt med inn i dette nye tiltaket.

Kommunen er også involvert. Både tidligere og nåværende ordfører har vært med på kursavslutning med utdeling av diplom og samtale med deltakere.

Vi vil ta kontakt med pensjonistforeninger på Inderøy slik at de kan bidra med å markedsføre tiltaket.

Vi har nær kontakt med Frivillighetssentralen.

Det vil bli tatt kontakt med Eldrerådet i kommunen for involvering og markedsføring.

Beskriv hvordan tilbakemeldinger fra deltakerne skal benyttes i forbedring av tiltaket

Vi har tidligere utarbeidet skjema for skriftlig og anonym evaluering. Dette vil bli utviklet videre og tilpasset nytt tiltak. Det vil bli gjennomført evaluering etter hver samling, slik at vi stadig kan forbedre tiltaket. Dette vil også være en del av vår internkontroll.

› Gjennomføring

Hvilken kompetanse og erfaring har dere som er viktig for å gjennomføre tiltaket?

Gjennom Datstuer Innherred opprettet i 2022, har vi opparbeidet kompetanse i veiledergruppen.

I tillegg har vi formell veilederkompetanse, pedagogisk kompetanse, digital kompetanse og fysioterapikompetanse i gruppen. Kanskje er likevel det aller viktigste at vi har motiverte og engasjerte veiledere som har det meget hyggelig sammen. Det er en lett tone i veiledergruppen og det smitter over på deltakerne og som vi tror vil ha betydning for tiltaket.

I tillegg vil vi ha et internt seminar for våre veiledere før vi starter med tiltaket. Varighet 1 - 2 timer.

Beskriv hvordan dere skal gjennomføre tiltaket

Tiltaket vil bli tre samlinger a tre timer - en i september, en i oktober og en i november.

Vi vil innledningsvis bruke tid slik at deltakere blir trygge i situasjonen.

Datoene nedenfor er veiledende, med en samling hver måned står fast.

Beskriv de planlagte aktivitetene

	Dato (fra)	Dato (til)	Aktivitet/tiltak	Beskrivelse
1	16.09.2026	16.09.2026	Digital cafe	Digital veiledning, underholdning og servering.
2	14.10.2026	14.10.2026	Digital cafe	Digital veiledning, underholdning og servering.
3	11.11.2026	11.11.2026	Digital cafe	Digital veiledning, underholdning og servering.

Beskriv hvor aktiviteten skal gjennomføres

Aktiviteten skal gjennomføres i Allrommet på Inderøyheimen. Dette rommet er spesielt egnet for slike formål.

Beskriv hvor ofte aktiviteten skal gjennomføres

En gang per. måned september, oktober og november, varighet inntil 3 timer hver gang.

Beskriv hvordan dere skal evaluere tiltaket

Tiltaket evelueres skriftlig og anonymt fra hver deltaker etter hver samling. Dette gjennomgås i veildergruppen rett etter hver samling. Evalueringen brukes til videre utvikling av tiltaket.

› Samarbeid

Samarbeid

Ja

Samarbeid

	Samarbeidspartner	Kontaktinformasjon	Kort beskrivelse (tema og/eller oppgaver)
1	Ordfører Unn-Elisabeth Tronstad Kristiansen	unn-elisabeth.tronstad.kristiansen@ inderoy.kommune.no	Åpne første samling
2	Leder eldrerådet Inderøy kommune, Bjarne Kvistad	Bjarne.kvistad@inderoy.ko mmune.no	Informere og delta i planarbeid
3	Leder i frivillighetssentralen Anne Kjersti Bakstad	dagligleder@frivilliginderoy.no	Sørge for frivillige som kan bidra med nødvendig skyss og støtte til å komme til og fra
4	Koordinator Synne Røli	synne@frivilliginderoy.no	Tilrettelegger på Inderøyheimen
5	Rektor Petter Skjervold	98458715	Underholdningsbidrag. (kan også være andre kontakter om dette temaet)

➤ Risikovurdering og internkontroll

Beskriv hvilke risikoer dere knytter til gjennomføring av tiltaket, og hva dere vil gjøre for å redusere disse risikoene

Risikofaktor	Hvor stor er sannynligheten?	Risikoreducerende tiltak
1 Få deltakere	Lav	Digital og papirkunngjøring som skissert. Bruk av samarbeidspartnere til å få markedsført tiltaket for blant deres interessenter
2 Overskride budsjettet	Middels	Utarbeide detaljbudsjett for hver samling. Gjennomgang av økonomistatus etter hver samling.
3 For mange deltakere	Middels	Liste med bindende påmelding.
4 Lite forberedte veiledere	Lav	Internseminar for alle veiledere i forkant.

Beskriv hvilke interne og eksterne kontrolltiltak dere vil gjennomføre

Interne tiltak:

Vi splitter opp budsjettet i tre deler etter å ha trukket fra en liten kostnad ved et internseminar for veileder. Vi kan derfor følge med kostnadene hele tiden og redusere de to siste gangene ved behov - alternativt søke andre midler.

Det blir skriftlig og anonym evaluering etter hver av de tre samlingene. Veiledere med leder går gjennom disse rett etter samlingen og gjør nødvendige og ønskelige endringer til neste samling.

Eksterne kontrolltiltak.

Innherred seniorforum har en økonomiansvarlig person som er statsautorisert revisor. Han er intern, men følger nøye med.

I tillegg har vi vår eksterne revisor som er utenfor organisasjonen.

➤ Budsjett

Inntekter

	Budsjett	Kommentarer
Sum søknadsbeløp fra Helsedirektoratet	70 000	
Nye tilskuddsmidler	70 000	
Ubrukt tilskudd		
Sum andre inntekter	10 000	
Egenfinansiering	10 000	
Ekstern finansiering		
Total	80 000	

Kostnader

	Budsjett	Kommentarer
Lønnskostnader med sosiale kostnader	8 000	Påskjønnelse til kursleder og veiledere
Reisekostnader, arrangementer, møter og konferanser	6 000	Utgifter til kjøring for veiledere og andre som

		skysser deltakere til møtene
Konsulenttjenester	17 000	Innleie av foredragsholdere til relevante tema
Administrative kostnader: kontortjenester, lokaler, strøm, lisenser mm.	16 000	Kontortjenester, annonsering
Andre kostnader		
Servering av kaffe, vafler og kake på Inderøyheimen.	30 000	Det er kalkulert med 40 personer pr. gang 250 kr. Dette er basert på kjennskap til priser fra Kjøkkenet på Inderøyheimen
Honorar til grupper som opptre - 1000 kr pr. gang	3 000	Vi ser for oss elever fra musikkskole på Inderøy eller Verdal
Total	80 000	

Kommentarer til budsjettet

Datastuer er en underenhet av Innherred Seniorforum. Datastuer har en egen konto hvor alle utgifter og inntekter blir ført.

Allrommet er en del av Inderøyheimen, og vi bruker da Kjøkkenet som den del av tilbudet, med de priser som kjøkkenet har.

Det er bevisst ikke lagt inn egenandel fra deltakerne, vi ønsker at alle vil delta uten å tenke på pris.

Vi ser for oss at vi kan få ekstern foredragsholder fra en bank - de tar slike oppdrag uten pris. Men for å leie enn på temaet KI, eller andre IT-tema, regner vi med å måtte betale for dette. Lette trimavbrekk med fysioterapi er en del av frivilligheten

➤ Innsending

Annet

Ved innsending av søknad om tilskudd aksepterer dere Helsedirektoratets standardvilkår

Vi har gjennomgått og aksepterer Helsedirektoratets standardvilkår
