

Ετήσιος Απολογισμός 2020

ΓΙΑ ΕΝΑΝ ΚΟΣΜΟ ΠΟΥ ΚΑΝΕΙΣ ΔΕ ΘΑ
ΜΕΝΕΙ ΠΙΣΩ



www.peoplebehind.gr

Περιεχόμενα

1. Εισαγωγή
2. Αξίες – Όραμα
3. Το 2020 σε αριθμούς
4. Δράσεις
5. Συνεργασίες
6. Διαφάνεια
7. Ομάδα – εθελοντές
8. Testimonials
9. Είπαν για εμάς
10. Επικοινωνία

1. Εισαγωγή

Αγαπητές/οί φίλες/οι,

Ξεκινήσαμε την People Behind, το 2017, παρατηρώντας τον «παροπλισμό» των ηλικιωμένων μελών των οικογενειών μας μετά τη συνταξιοδότηση, τις μηδαμινές διεξόδους ενεργοποίησής τους και τις συνακόλουθες συνέπειες στην πνευματική, σωματική και ψυχική τους υγεία.

Τα επίσημα στοιχεία της Eurostat (Ageing Europe, 2019) επιβεβαίωσαν τη δική μας εμπειρία, παρουσιάζοντας ξεκάθαρα τη μειωμένη ενεργοποίηση των ατόμων 65+ στην Ελλάδα. Παρατηρήθηκε ότι μόνο το 25-32% των ατόμων 65+ περνούν 3 ώρες της εβδομάδας κάνοντας σωματική άσκηση, 27-45% συμμετέχουν σε πολιτιστικές δραστηριότητες, ενώ το 78% δεν έχει καμία γνώση ηλεκτρονικών υπολογιστών και επαφής με την τεχνολογία.

Έπειτα από μια σειρά πιλοτικών προγραμμάτων από το 2017 έως το 2019, η People Behind ξεκίνησε το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας μια πρωτοβουλία που αναπτύχθηκε στην Ευρώπη, ήδη, από τη δεκαετία του '70. Τα πρώτα δια ζώσης εργαστήρια ξεκίνησαν τον Φεβρουάριο 2020 με θερμή υποδοχή, τόσο από τους ωφελούμενους, όσο και από τα ΜΜΕ. Η έλευση του Covid-19, ωστόσο, πολύ γρήγορα, άλλαξε τη ζωή μας και, αναπόφευκτα, το επιχειρησιακό πλάνο της People Behind.

Η πανδημία επιβάρυνε σημαντικά την ποιότητα ζωής των ηλικιωμένων ατόμων. Στοιχεία της Διανέοσις (2020) έδειξαν ότι το 75% εμφάνισε λιγότερη κοινωνική δραστηριοποίηση, ενώ 80% αισθάνονταν μοναξιά, φόβο και αβεβαιότητα. Θετικό είναι, ωστόσο, το γεγονός ότι μεγάλο ποσοστό αντιμετώπισε θετικότερα τα εργαλεία της τεχνολογίας και εντάχθηκε στον ψηφιακό κόσμο.

Η στροφή των ηλικιωμένων στην τεχνολογία επιβεβαίωσε την επιλογή της People Behind, να δημιουργήσει την e-learning πλατφόρμα, e-Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας, μετατρέποντας όλη τη δια ζώσης διαδικασία σε ψηφιακή. Πλέον, μέσω της πλατφόρμας, οι ωφελούμενοι συμμετέχουν σε ζωντανά διαδικτυακά εργαστήρια, διαβάζουν σημειώσεις των μαθημάτων, εξασκούνται μέσω ασκήσεων/κουίζ και παρακολουθούν ενημερωτικά βίντεο. Επίσης, μέσω του forum μπορούν να ανταλλάξουν σκέψεις/ιδέες και να αναπτύξουν διαδικτυακές κοινωνικές/φιλικές σχέσεις.

Το ρίσκο της ψηφιακής μεταστροφής λειτούργησε πολύ θετικά για την οργάνωση: μειώθηκαν τα λειτουργικά μας έξοδα, ενώ αυξήθηκαν οι ωφελούμενοι, τόσο από την ευρύτερη περιοχή της Αττικής, όσο και από την περιφέρεια. Επιπλέον, η καθημερινή λειτουργία της ομάδας έγινε πιο ευέλικτη και πιο αποτελεσματική χρησιμοποιώντας περισσότερα τεχνολογικά εργαλεία.

Μέσα στο 2020 η ομάδα της People Behind μεγάλωσε αριθμητικά και ωρίμασε σε ότι αφορά τη λειτουργία της, τον σχεδιασμό και την υλοποίηση των έργων. Ακούγοντας τις ανάγκες των ωφελούμενων μας αντιμετωπίσαμε τις νέες προκλήσεις λόγω Covid-19, και μάθαμε να προσαρμοζόμαστε γρήγορα και αποδοτικά, ώστε να προσφέρουμε ακόμα ποιτικότερες και στοχευμένες υπηρεσίες στα άτομα 65+.

Το 2020 ήταν μια χρονιά με πολλές προκλήσεις για τα άτομα 65+, μια χρονιά, όμως, που επιβεβαίωσε ότι όλοι μαζί μπορούμε να φτιάξουμε ένα κόσμο καλύτερο, έναν κόσμο που κανείς δε θα μένει πίσω!

Σας ευχαριστούμε για την στήριξη!

Μαρία Αστερίου
Μαρία Ηλιοπούλου

Συν-ιδρύτριες People Behind

2. Αξίες - Όραμα

Όραμα της People Behind είναι μια κοινωνία για όλες τις ηλικίες.

Πιστεύουμε ότι:

Η γήρανση δεν είναι πρόβλημα, αλλά μια φυσιολογική διαδικασία.

Κάθε μέρα μεγαλώνουμε, ωριμάζουμε και παρατηρούμε αλλαγές στο σώμα, το πνεύμα και το συναίσθημά μας. Αποδεχόμαστε τον χρόνο και φροντίζουμε να παραμείνουμε ενεργοί και υγιείς για όσο μεγαλύτερο διάστημα γίνεται.

Η μάθηση δεν έχει ηλικία

Πιστεύουμε ότι όλα τα άτομα ανεξαρτήτως ηλικίας πρέπει να έχουν πρόσβαση στη μάθηση και τη δια βίου εξέλιξη, αναγνωρίζοντας ταυτόχρονα τις ιδιαίτερες ανάγκες που έχουν τα άτομα άνω των 65 ετών.











Σχεδιασμός με βάση τις πραγματικές ανάγκες

Κάθε άτομο ανεξαρτήτως ηλικίας έχει δικαίωμα να εξυπηρετείται ως ισότιμος πολίτης από τις υπηρεσίες τόσο του κράτους όσο και τις ιδιωτικές. Ειδικά σε μια εποχή που η ψηφιοποίηση γίνεται μέρος της καθημερινότητας, τα άτομα 65+ και οι ανάγκες τους πρέπει να λαμβάνονται υπόψιν στον σχεδιασμό των έργων, των προγραμμάτων και των υπηρεσιών. Στην People Behind όλα τα προγράμματα και οι δράσεις σχεδιάζονται σύμφωνα με την εκτίμηση αναγκών των ωφελούμενων, που πραγματοποιεί σε τακτική βάση η οργάνωση.

Ο κόσμος μπορεί να γίνει πιο συμπεριληπτικός

Αντιμετωπίζουμε τα «προβλήματα» ως «προκλήσεις», τις «αποτυχίες» ως «μαθήματα». Πιστεύουμε ότι ο κόσμος μπορεί να γίνει καλύτερος, αν ο καθένας από εμάς τολμήσει να κοιτάξει στα μάτια τον διπλανό του, αναγνωρίσει τις δικές του παραλήψεις και αστοχίες και προσπαθήσει να βελτιωθεί. Στην People Behind αντιμετωπίζουμε τα πάντα με θετική ματιά, πιστεύοντας ότι όλοι μαζί μπορούμε να φτιάξουμε μια καλύτερη κοινωνία, έναν κόσμο που κανείς δε θα μένει πίσω.

3. Το 2020 σε αριθμούς

-  Δημιουργήσαμε το 1^ο Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας στην Ελλάδα
-  Ενεργοποιήσαμε συνολικά 370 άτομα 65+
-  Υλοποιήσαμε 4 δια ζώσης εργαστήρια για 140 άτομα 65+
-  Δημιουργήσαμε 1 e-learning πλατφόρμα για το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας
-  Αναπτύξαμε 11 ψηφιακά εργαστήρια
-  Συνεργαστήκαμε με 5 φορείς της Κοινωνίας των Πολιτών
-  Μίλησαν για εμάς 45 ΜΜΕ στην Ελλάδα
-  Συντηρήσαμε 2 και αναπτύξαμε 7 νέες θέσεις εργασίας

4. Δράσεις

Όλες οι δράσεις της People Behind σχεδιάζονται σύμφωνα με τα πρότυπα της ΕΕ για την προώθηση της Υγιούς και Ενεργού Γήρανσης, καθώς και σύμφωνα με την εκτίμηση των αναγκών των ωφελούμενων.

Μέσα στο 2020 πραγματοποιήθηκαν 3 προγράμματα:

- ❖ Το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας (δια ζώσης και ψηφιακό)
- ❖ Το Εργαστήριο Έκφρασης 65+
- ❖ Το Πρόγραμμα Φιλαναγνωσίας



4.1. Το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας

Ο στόχος: Η ενεργοποίηση και ενδυνάμωση των ατόμων άνω των 65+.

Η δημιουργία: Η ιδέα για τη δημιουργία του 1ου Πανεπιστημίου Τρίτης Ηλικίας στην Ελλάδα προέκυψε έπειτα από έρευνα και ανταλλαγή καλών πρακτικών με τα Παν/μια Τρίτης Ηλικίας της Κύπρου, του Λονδίνου και της Μάλαγας.

Η δια ζώσης λειτουργία ξεκίνησε τον Φεβρουάριο 2020, συγκεντρώνοντας πάνω από 400 αιτήσεις συμμετοχής από άτομα 65+. Τα 3 πρώτα εργαστήρια ήταν η Ιστορία, η Φιλοσοφία και το Θεατρικό Παιχνίδι, με 120 μοναδικούς ωφελούμενους.

Ψηφιακή μετατροπή: Κατά την εξάπλωση της πανδημίας του Covid-19, από τον Μάρτιο 2020, η People Behind πραγματοποίησε πιλοτικές δράσεις, με σκοπό την ψηφιακή μεταφορά του Πανεπιστημίου Τρίτης Ηλικίας με τη συμμετοχή 70 ωφελούμενων. Από τον Σεπτέμβριο 2020 ανέπτυξε την e-learning πλατφόρμα του Πανεπιστημίου Τρίτης Ηλικίας μέσω της οποίας το πρόγραμμα συνεχίζεται και το 2021.

Αποτελέσματα: Μέσα από τη συμμετοχή τους στο Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας, οι ωφελούμενοι αύξησαν το επίπεδο ενεργοποίησής του σε καθημερινή βάση, ενίσχυσαν τις ψηφιακές τους γνώσεις, εξάσκησαν τη μνήμη τους και βελτίωσαν την πνευματική και ψυχική τους κατάσταση. Τα αποτελέσματα αυτά προέκυψαν από την αξιολόγηση των εργαστηρίων από τους ίδιους τους ωφελούμενους, που πραγματοποιήθηκε τον Δεκέμβριο 2020.

Υποστήριξη: Κατά την περίοδο Σεπτέμβριος – Δεκέμβριος 2020 το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας υλοποιήθηκε με την ευγενική δωρεά του **ΤΙΜΑ Κοινωφελούς Ιδρύματος**.

4.2. Εργαστήριο Έκφρασης 65+

Ο στόχος: Η βελτίωση της ψυχολογικής και συναισθηματικής κατάστασης των ατόμων 65+.

Το πρόγραμμα: Το Εργαστήριο Έκφρασης 65+ πραγματοποιήθηκε σε συνεργασία με το Επίκεντρο της **ActionAid Hellas** με τη συμμετοχή 20 ατόμων 65+ από την περιοχή του Κολωνού. Βασίστηκε στις τεχνικές του θεατρικού παιχνιδιού, της μουσικής και της κινησιολογίας με σκοπό τη δημιουργία θεατρικής ομάδας ηλικιωμένων.

Αποτελέσματα: Στη διάρκεια του προγράμματος βελτιώθηκε η ενεργητική ακρόαση, η ακολουθία οδηγιών, η χρήση της φαντασίας αλλά και η σωματική διαθεσιμότητα των ωφελούμενων. Ακόμη και άτομα με κινητικά προβλήματα χόρευαν "σαν παιδιά", όπως είπαν. Έπειτα από κάθε εργαστήριο οι ωφελούμενοι, με ένα χαμόγελο ικανοποίησης για την επίτευξη μικρών στόχων, εξέφραζαν την ευγνωμοσύνη τους προς τη συντονίστρια, φεύγοντας με υψηλό το αίσθημα της αισιοδοξίας και της αυτοεκτίμησης.



4.3. Πρόγραμμα Φιλαναγνωσίας

Ο στόχος: Να ενισχυθεί η επαφή των ατόμων 65+ με το βιβλίο σε εβδομαδιαία βάση.

Το πρόγραμμα: Το εργαστήριο υλοποιήθηκε εξ' ολοκλήρου ψηφιακά με τη συμμετοχή 50 ωφελούμενων. Στη διάρκεια του προγράμματος οι συμμετέχοντες ήρθαν σε επαφή με τον κόσμο της λογοτεχνίας και του βιβλίου, εξετάζοντας την πεζογραφία και την ποίηση 3 ιστορικών περιόδων: την Μικρασιατική Καταστροφή, τον Εμφύλιο και την οικονομική κρίση του 2008. Εισηγητές των εργαστηρίων ήταν ο βραβευμένος λογοτέχνης Χρήστος Οικονόμου και η διδάκτωρ Νεοελληνικής Λογοτεχνίας του Πανεπιστημίου Paul Valéry-Montpellier 3 Κατερίνα Βεργετάκη.



Αποτελέσματα: Μέσω του προγράμματος οι ωφελούμενοι αύξησαν την εβδομαδιαία ενασχόλησή τους με τη λογοτεχνία ενώ πολλοί ανέπτυξαν τα δικά τους ποιήματα ή πεζά, τα οποία μοιράστηκαν με την ομάδα. Το εργαστήριο συνεχίζεται το 2021.

Υποστήριξη: Το πρόγραμμα υλοποιήθηκε υπό την αιγίδα και με την υποστήριξη του **Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού**.

5. Συνεργασίες

Το 2020 για την People Behind άνοιξε το δρόμο για συνεργασίες με φορείς τόσο εντός όσο και εκτός της Κοινωνίας των Πολιτών.

- ❖ Συνεχίσαμε την κοινή μας δράση με το **Επίκεντρο της ActionAid Hellas**
- ❖ Συμμετείχαμε στο Φεστιβάλ Connected We Stand της **Iasis** και του **Connect your City**
- ❖ Συνδιοργανώσαμε με την ΜΚΟ **InterMediaKT** την ημερίδα «Παίζοντας με την άνοια»
- ❖ Διοργανώσαμε το Webinar «Υγιής Γήρανση – πρόληψη και κορωνοϊός στην Τρίτη Ηλικία» σε συνεργασία με τις **ΜΦΗ Άκτιος**
- ❖ Συμμετείχαμε στην ημερίδα της **Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης και Έρευνας της Γήρανσης** με τίτλο «Νέες τεχνολογίες και Υγιής Γήρανση», παρουσιάζοντας το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας
- ❖ Συμμετείχαμε στην διαδικτυακή εκδήλωση του **Skywalker** με τίτλο «Επικαιροποιώντας την τηλεμάθηση»

6. Διαφάνεια

Η People Behind πιστεύει ότι ένας οργανισμός κοινωφελούς χαρακτήρα οφείλει να διαθέτει προς όλα τα ενδιαφερόμενα μέρη τα οικονομικά του στοιχεία, τους πόρους και τις πηγές χρηματοδότησής του.

Στη διάρκεια του 2020 η People Behind έλαβε χρηματοδότηση από:

- Το Ίδρυμα Vodafone μέσω του προγράμματος World of Difference, καλύπτοντας 1 θέση εργασίας IT
- Το TIMA Κοινωφελές Ίδρυμα για το έργο Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας
- Το Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού για το πρόγραμμα Φιλαναγνωσίας
- Το Robert Bosch Stiftung για την κάλυψη εξόδων διαχείρισης
- Την εταιρεία Webhelp στο πλαίσιο του Χριστουγεννιάτικου προγράμματός της Remote Santa
- Την Global Sustain μέσω του διαγωνισμού για τη χρηματοδότηση ΜΚΟ για το 2020
- Ιδιώτες μέσω του donation button στην ιστοσελίδα της οργάνωσης και των ηλεκτρονικών τους αγορών της πλατφόρμας YouBeHero
- Συνδρομές ιδιωτών

Τα οικονομικά και νομικά στοιχεία της People Behind μπορείτε να τα βρείτε [εδώ](#).

7. Ομάδα και εθελοντές



Όλη η δράση της People Behind στηρίζεται στην ομαδικότητα, την αξιοποίηση των ειδικών γνώσεων της καθεμίας και του καθένα, τον σεβασμό, αλλά κυρίως στην κατανόηση των αναγκών των ατόμων 65+ και των πολλαπλών προκλήσεων που η ομάδα-στόχος της οργάνωσης καλείται να αντιμετωπίσει.

Συν-ιδρύτριες της οργάνωσης είναι η Μαρία Αστερίου και η Μαρία Ηλιοπούλου, οι οποίες αναλαμβάνουν την Ανεύρεση Πόρων, την Επικοινωνία και τη Διαχείριση των έργων. Οι εισηγητές των δράσεων και των εργαστηρίων αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ομάδας στον σχεδιασμό, την υλοποίηση και την αξιολόγηση των προγραμμάτων. Το 2020 οι εισηγητές ήταν οι: Νίκος Βανδώρας, Γεράσιμος Γεωργάτος, Νατάσα Χονδράκη, Κατερίνα Κατάκη, Κατερίνα Βεργετάκη. Χρήστος Οικονόμου.

Ευχαριστούμε ιδιαίτερα την Δήμητρα Χαριλάου και την Κλεοπάτρα Αθανασιάδου, που εθελοντικά συντόνισαν τα πιλοτικά εργαστήρια Γυμναστικής και Ψυχικής Ενδυνάμωσης.

Στο πλαίσιο της ενίσχυσης του εθελοντισμού στα άτομα 65+ η συνταξιούχος φιλόλογος, Χρύσα Χρονοπούλου, συμμετείχε στο ψηφιακό Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας, ως εισηγήτρια του εργαστηρίου «Αρχαία Τραγωδία και Ποίηση», γνωρίζοντας μεγάλη ανταπόκριση από τους ωφελούμενους.

8. Μαρτυρίες - Testimonials

«Μπήκατε στη ζωή μου σε μια δύσκολη στιγμή. Μέσα από το εργαστήριο Ψηφιακής Ενδυνάμωσης κατάφερα και μπήκα στο YouTube, άκουσα ωραία παλιά τραγούδια, πάτησα «νέα καρτέλα», γράφτηκα στο Facebook, έκανα επισύναψη, έστειλα email, παράγγειλα ηλεκτρονικά φαγητό. Αλλά κυρίως έμαθα να έχω υπομονή. Ξεπέρασα αυτό που μου έτυχε στη ζωή μου γιατί ασχολήθηκα το Πανεπιστήμιο Τρίτης Ηλικίας. Αισθάνθηκα ότι δεν είμαι μόνη. Τώρα είμαι σε θέση να βοηθώ άλλους και λέω... τελικά, ωραία είναι ζωή». (Μαρουσώ Π, συμμετέχουσα στο εργαστήριο Ψηφιακής Ενδυνάμωσης)

«Καταφέρατε να μας κάνετε να αισθανθούμε ότι δεν πρέπει να τα παρατάμε. Ούτε μία στιγμή δεν ένιωσα ότι επειδή δεν έχω γνώσεις δεν μπορώ να τα καταφέρω. Τώρα ξέρω ότι η δύναμη είναι πάντα μέσα μας, αυτή πρέπει να έχουμε προτεραιότητα στη ζωή μας. Μπορούμε να καταφέρουμε τα πάντα, αρκεί να το θέλουμε». (Μαρία Μ., συμμετέχουσα στο εργαστήριο Ψηφιακής Ενδυνάμωσης)

«Περίμενα πώς και πώς να έρθει η Τετάρτη για να συνδεθώ. Μέσα από το εργαστήριο της Φιλοσοφίας κατάλαβα πώς εξελίχθηκε η ανθρώπινη σκέψη και κατάφερα να διαχειριστώ το ζήτημα της φθοράς του χρόνου, που στην ηλικία μου με απασχολεί καθημερινά». (Ευαγγελία Α., συμμετέχουσα στο εργαστήριο Φιλοσοφίας)

9. Είπαν για εμάς - ΜΜΕ

Η έναρξη του Πανεπιστημίου Τρίτης Ηλικίας στις αρχές του 2020 συγκέντρωσε έντονα το ενδιαφέρον των ΜΜΕ.

Συγκεκριμένα, το έργο της οργάνωσης καλύφθηκε μέσω Τηλεοπτικών, ραδιοφωνικών και γραπτών συνεντεύξεων. Αλλά και αφιερωματικών άρθρων. Συνολικά 45 ΜΜΕ αναφέρθηκαν στην People Behind και συγκεκριμένα έγιναν:

- ❖ **9 τηλεοπτικές εμφανίσεις** (ANT1, Alpha TV, ΣΚΑΙ, ΕΡΤ1, ΕΡΤ3, Action24, BlueSky, Ionian TV)
- ❖ **31 άρθρα/συνεντεύξεις** σε εφημερίδες και ιστοσελίδες (ενδεικτικά: ΤΑ ΝΕΑ, Η Καθημερινή, Newsit, ΑΥΓΗ, WomanToC, Αθηνόραμα, Εφημερίδα Δημοκρατία)
- ❖ **5 ραδιοφωνικές εμφανίσεις** (ενδεικτικά: Πρώτο Πρόγραμμα, Αθήνα 9.84)



10. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ



www.peoplebehind.gr




info@peoplebehind.gr



Προποντίδος 3, 10444, Αθήνα
Τηλ: 210 3418082



Υποστηρίξτε μας

1.  PayPal
2. Τράπεζα Πειραιώς
IBAN GR22 0172 1810 0051 8108 8528 941
3. Κάντε μια ηλεκτρονική αγορά μέσω του YouBeHero και αυτόματα δωρίζετε ένα ποσό στην People Behind
