



# Στήριξη Οικογενειακών Φροντιστών (Family Caregiver Support)

Ενημερωτικό Δελτίο 2 – Νοέμβριος 2019

Οι ψυχικές διαταραχές είναι ευρέως διαδεδομένες στην Ευρώπη και επιβάλλουν μεγάλη επιβάρυνση στα άτομα, την κοινωνία και την οικονομία. Οι φροντιστές της οικογένειας διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στη φροντίδα ατόμων με σοβαρή ψυχική ασθένεια. Αυτό είναι ένα σημαντικό γεγονός και το αποτέλεσμα είναι ότι η πλειοψηφία των φροντιστών ζουν με την ασθένεια των πληγέντων 24 ώρες τη ημέρα, κάθε μέρα του χρόνου. Ως αποτέλεσμα μιας έρευνας που διεξήχθη σε αρκετές ευρωπαϊκές χώρες, αναφέρθηκε ότι οι φροντιστές ατόμων με ψυχικές ασθένειες περνούν κατά μέσο όρο 6 έως 9 ώρες την ημέρα παρέχοντας φροντίδα. Επιπλέον, το 36% αυτών είναι οι μοναδικοί φροντιστές στην οικογένεια. Παρά τον σημαντικό ρόλο τους, οι φροντιστές αισθάνονται συχνά υποτιμημένοι από το σύστημα υγειονομικής περίθαλψης. Αν και δεν υπάρχει αμφιβολία για τον σημαντικό ρόλο που παίζουν οι οικογένειες, συχνά αισθάνονται ότι οι δικές τους ανάγκες παραμελούνται.

**[www.family-caregiver-support.eu](http://www.family-caregiver-support.eu)**

Υπεύθυνος έργου:  
Center for Social Innovation  
[info@csicy.com](mailto:info@csicy.com)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η δημοσίευση αυτή αντικατοπτρίζει μόνο τις απόψεις του δημιουργού και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

## Ο Νοέμβριος είναι ο μήνας εθνικής φροντίδας φροντιστών!

Μερικές φορές μπορούμε ακόμα να μάθουμε από την Αμερική! Στις Ηνωμένες Πολιτείες και τον Καναδά, ο Νοέμβριος είναι ο μήνας εθνικής εκτίμησης της φροντίδας και η 13η Νοεμβρίου έχει κηρυχθεί η Ημέρα Εκτίμησης Φροντίδας Υγείας (Caregiver Appreciation Day). Αυτή η ημέρα αναγνώρισης αφορά τόσο τους αμειβόμενους όσο και τους μη αμειβόμενους φροντιστές. Πιστεύουμε ότι οι παραγωγοί οικογενειακής φροντίδας αξίζουν ακόμη μεγαλύτερη αναγνώριση. Ασχολούνται σιωπηλά με την υποστήριξη ενός μέλους οικογένειας που έχει ανάγκη. Δίνουν ελεύθερα το χρόνο τους και συχνά ξοδεύουν τα χρήματά τους. Μπορεί να είναι μια ευκαταφρόνητη εργασία, χωρίς καν ευχαριστίες από το άτομο που φροντίζεται ή από άλλους συγγενείς που βρίσκουν αμέτρητους λόγους να μην βοηθήσουν.



## Τι μπορεί να συμβάλει το έργο μας για τους φροντιστές;

Από τότε που ξεκινήσαμε τις εργασίες μας τον Ιανουάριο, σχεδιάσαμε τη διάταξη και το βασικό περιεχόμενο για δύο από τις σημαντικότερες εξόδους:

- Ο Οδηγός Υποστήριξης Οικογένειας Caregiver Αυτός ο οδηγός θα παρέχει πληροφορίες, υποστήριξη και πόρους για τους φροντιστές οικογένειας ενηλίκων με χρόνιες ψυχικές ασθένειες και γνωστικές καταστάσεις όπως η νόσος του Αλτσχάιμερ, εγκεφαλικό επεισόδιο, νόσος του Πάρκινσον, άνοια και άλλες ασθένειες για την καλύτερη κατανόηση της υγείας τους και των διαγνωσμένων διαταραχών τους.
- Το Πακέτο Resource Support της οικογένειας caregiver Θα περιέχει πληροφορίες και ασκήσεις για την ανακούφιση και τη μείωση των κινδύνων από τις συνέπειες της ψυχικής υγείας που εκτίθενται στους φροντιστές. Τα υλικά θα είναι προσβάσιμα μέσω της ηλεκτρονικής μας πλατφόρμας την άνοιξη του 2020!

## Μπορείτε επίσης να μας βρείτε στο Facebook!

Το έργο μας παρουσιάζεται επίσης στο Facebook! Αναζητήστε "Υποστήριξη οικογενειακής φροντίδας" και βρείτε πολλές χρήσιμες συμβουλές και πληροφορίες, καθώς και συνδέσμους προς ομάδες αυτοβοήθειας και πολλές άλλες ενδιαφέρουσες πρωτοβουλίες!