



Family Caregiver Support

Newsletter 3 - Octobre 2020

I disturbi mentali sono molto diffusi in Europa e impongono un onere notevole agli individui, alla società e all'economia. Gli assistenti familiari svolgono un ruolo centrale nella cura delle persone con gravi malattie mentali. Questo è un fatto importante e il risultato è che la maggior parte dei caregiver convivono con la malattia del loro parente affetto 24 ore al giorno, ogni giorno dell'anno. Come risultato di un'indagine condotta in diversi paesi europei, è stato riportato che i caregiver di persone con malattie mentali trascorrono in media dalle 6 alle 9 ore al giorno per fornire assistenza. Inoltre, il 36% è l'unico caregiver. Nonostante il loro ruolo importante, i caregiver si sentono spesso sottovalutati dal sistema sanitario. Anche se non c'è dubbio sul ruolo importante che le famiglie svolgono, spesso sentono che i loro bisogni sono trascurati.

www.family-caregiver-support.eu

Contatto:

IUL- Italian University Line, Firenze

mario.campanino@iuline.it



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

Questo progetto è stato finanziato con il sostegno della Commissione Europea.
L'autore è il solo responsabile di questa pubblicazione e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Come sopravvivere come caregiver?

Molti caregiver riferiscono di avere problemi a occuparsi della propria salute e del proprio benessere mentre gestiscono le responsabilità del caregiving. Riferiscono di deprivazione del sonno, cattive abitudini alimentari, incapacità di stare a letto quando si è malati o rinvio di appuntamenti medici per se stessi.

Solo se prima aiutiamo noi stessi possiamo aiutare efficacemente gli altri. Prendersi cura di se stessi è una delle cose più importanti - e più spesso dimenticate - che si possono fare come caregiver. Quando ci si prende cura dei propri bisogni, anche la persona di cui ci si prende cura ne beneficerà.



Il nostro progetto contribuisce ai caregiver!

Puoi trovare tutte le uscite sul nostro sito web:

- La Guida al supporto del caregiver familiare
Questa guida fornisce informazioni di qualità sicura, supporto e risorse per i caregiver familiari di adulti con malattie mentali croniche e condizioni cognitive come Alzheimer, ictus, Parkinson, demenza e altre malattie per comprendere meglio la loro salute e i loro disturbi diagnosticati.
- Il Family Caregiver Support Resource Pack
Contiene informazioni ed esercizi per alleviare e ridurre i rischi di conseguenze sulla salute mentale a cui sono esposti i caregiver.
- L'applicazione Family Caregiver
che può essere scaricata sul tuo cellulare Android

Potete trovarci anche su Facebook!

Il nostro progetto viene presentato anche su Facebook! Cercate "Family caregiver Support" e trovate tanti consigli e informazioni utili, nonché link a gruppi di auto-aiuto e molte altre interessanti iniziative!