

## Gli obiettivi del progetto Me-We sono

- **Sistematizzare le attuali conoscenze** sui caregiver adolescenti in sei paesi europei (Svezia, Slovenia, Italia, Paesi Bassi, Svizzera e Regno Unito) attraverso:
  - ▶ l'identificazione dei loro profili, bisogni e preferenze
  - ▶ l'analisi delle politiche nazionali, il sistema giuridico e la rete dei servizi
  - ▶ la revisione delle buone pratiche, delle innovazioni sociali e delle evidenze
- **Co-progettare**, sviluppare e testare, insieme ai giovani caregiver, un **sistema efficace e diversificato di interventi psicosociali** per la prevenzione primaria, centrati sul miglioramento della loro salute mentale e del loro benessere. Gli elementi dovranno essere adattati ai contesti dei 6 paesi europei e ai differenti livelli di sensibilizzazione e sviluppo dei servizi rivolti ai caregiver;
- **Svolgere ampie azioni di traduzione delle conoscenze** finalizzate alla divulgazione, sensibilizzazione ed advocacy

Per la prima volta, un programma su vasta scala dimostrerà l'impatto di un intervento di prevenzione primaria globale per migliorare la capacità di recupero degli adolescenti, in modo che gli aspetti negativi legati alla cura possano essere controbilanciati da maggiori risorse sociali e individuali.

Durante la sua realizzazione (gennaio 2018 - marzo 2021) e oltre, il progetto contribuirà ad una maggiore equità sanitaria e a migliori benefici sociali.



Questo progetto è stato finanziato da programma di ricerca ed innovazione dell'Unione Europea Horizon 2020 nell'ambito della convenzione n. 754702

Il supporto della Commissione europea per la produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei suoi contenuti i quali riflettono solo le opinioni degli autori e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per qualsiasi utilizzo possa essere fatto delle informazioni in essa contenute.

## I partner di progetto

Linnaeus University (Coordinatore)	Svezia	
Eurocarers	Belgio	
Università del Sussex	Regno Unito	
Carers Trust	Regno Unito	
Università delle Scienze applicate Kalaidos	Svizzera	
Istituto Olandese per la ricerca sociale	Olanda	
Vilans	Olanda	
Istituto nazionale di salute e scienza dell'invecchiamento	Italia	
Anziani e non solo	Italia	
Università di Lubiana	Slovenia	

Informazioni su: [www.me-we.eu](http://www.me-we.eu)

#youngcarers



Supporto psicosociale per la promozione della salute mentale e del benessere dei caregiver adolescenti in Europa (Me-We)

## Chi sono e quanti sono i giovani caregiver?

I giovani caregiver sono “bambini e adolescenti con meno di 18 anni che assistono o intendono assistere o supportare un familiare. Svolgono, spesso regolarmente, compiti di cura significativi o sostanziali e si fanno solitamente carico di responsabilità che di norma sarebbero associate ad un adulto. L’assistito è il più delle volte un genitore ma può anche essere un fratello, un nonno o un parente disabile, con malattie croniche, problemi di salute mentale o altre condizioni che richiedono assistenza, supporto o supervisione”(S. Becker).

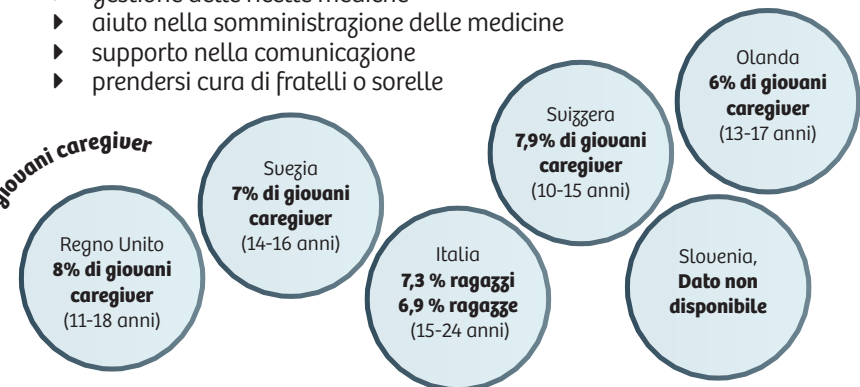
**Carerigier adolescenti**  
15- 17 anni

**Giovani adulti caregiver**  
18-24 anni

Le attività svolte dai giovani caregiver possono includere:

- ▶ compiti pratici (ad esempio: cucinare, svolgere i lavori di casa, occuparsi della spesa)
- ▶ assistenza fisica (ad esempio aiutare qualcuno ad alzarsi dal letto)
- ▶ supporto emotivo (ad esempio: parlare con qualcuno che è angosciato)
- ▶ cura della persona (ad esempio: aiutare qualcuno a vestirsi)
- ▶ gestione del budget familiare
- ▶ gestione delle ricette mediche
- ▶ aiuto nella somministrazione delle medicine
- ▶ supporto nella comunicazione
- ▶ prendersi cura di fratelli o sorelle

**Quanti sono i giovani caregiver**



## L’impatto che il prendersi cura ha sulla salute mentale, il benessere e le prospettive di vita dei giovani

Prendersi cura di un familiare è un atto lodevole e di grande solidarietà che, tuttavia può avere ricadute importanti sui caregiver, e in particolare sui giovani, in assenza di servizi di supporto adeguati.

I giovani caregiver possono essere gratificati dal prendersi cura, sentirsi rafforzati nell’autostima, nella loro capacità di empatia ed essere più maturi. Tuttavia, dover conciliare le sfide dell’ingresso nell’età adulta (come entrare nel mercato del lavoro, frequentare l’università, crearsi una famiglia) con i compiti di cura ed assistenza, può far sentire sopraffatti. La pressione associata alla cura può essere considerata un fattore di rischio per la salute mentale.

In assenza di un supporto adeguato, l’essere caregiver può avere un impatto negativo sullo studio in quanto può comportare difficoltà nel raggiungere gli obiettivi, assenze ed abbandono scolastico. Sul lungo termine, questo può comportare scarsa occupabilità e quindi difficoltà di accesso al mercato del lavoro.

I giovani caregiver hanno meno tempo da dedicare a loro stessi e al divertimento. Possono anche diventare vittime dello stigma legato al ruolo e di bullismo, con conseguente rischio di esclusione sociale nel corso della loro vita.

“Essere un caregiver adolescente è riconosciuto come fattore di rischio per la salute mentale e il benessere, circa il 50% vive situazione di stress correlato alla cura e il 40% presenta problemi di salute mentale.” (Carers Trust, 2016)

**Salute mentale**

**Istruzione**

**Vita sociale**

## Verso una migliore resilienza e maggiore sostegno sociale per i giovani caregiver

Il progetto Me-We ha la finalità di ridurre i fattori di rischio dovuti al fatto di essere un caregiver adolescente, aumentando nei ragazzi la capacità di resilienza (il processo di negoziazione, gestione e adattamento a significative fonti di stress o trauma) e rafforzando il sostegno sociale (da parte della famiglia, della scuola, dei coetanei, dei servizi).

