











## 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;
- **Suolgere 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.

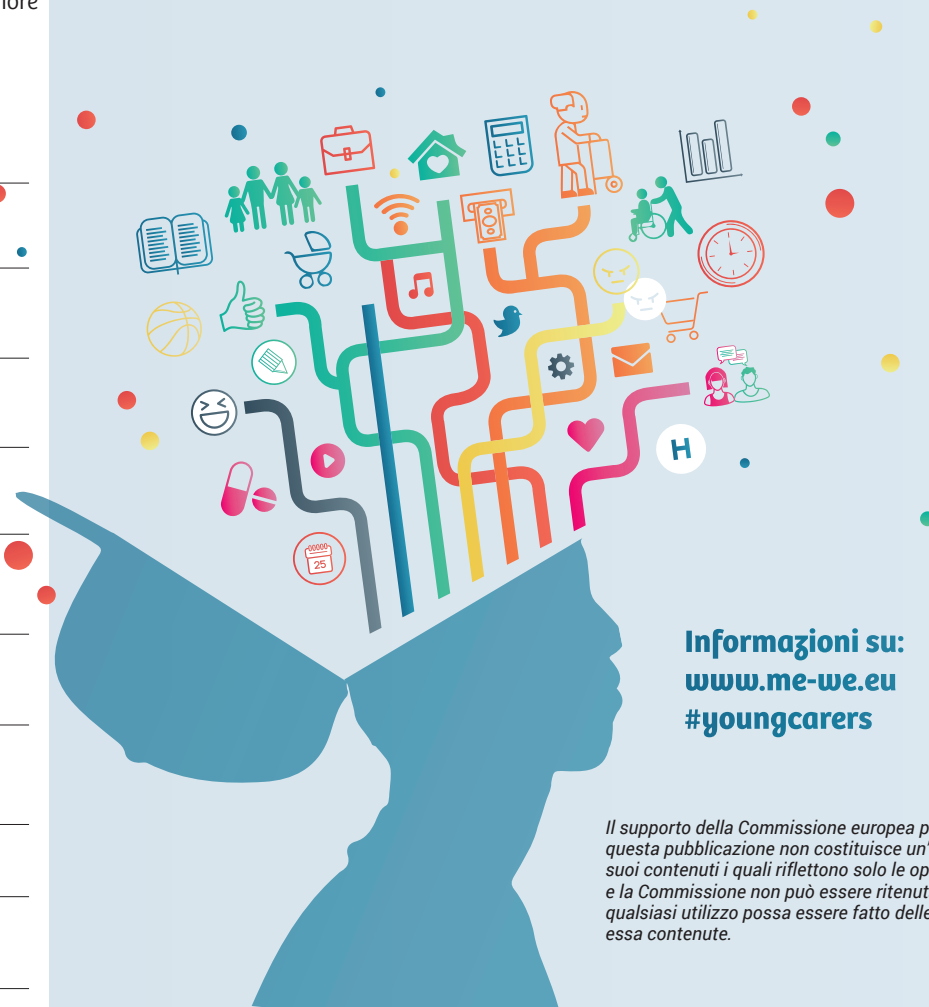
## I partner di progetto

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



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 754702

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



Informazioni su:  
[www.me-we.eu](http://www.me-we.eu)  
[#youngcarers](https://twitter.com/youngcarers)

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.

## 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).

### Caregiver 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

Olanda  
6% di giovani caregiver (13-17 anni)

Italia  
7,3 % ragazzi  
6,9 % ragazze (15-24 anni)

Svizzera  
7,9% di giovani caregiver (10-15 anni)

Slovenia,  
Dato non disponibile

Regno Unito  
8% di giovani caregiver (11-18 anni)

Svezia  
7% di giovani caregiver (14-16 anni)

## 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.

### Salute mentale

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.

### Istruzione

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.

### Vita sociale

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)

## 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).

