



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



照料家庭照顾着 你所在社区的家庭照顾着

2018-1-N001-KA204-038801



谁是家庭照顾者？

家庭照顾者指任何年龄的人。他们是那些帮助亲人患有身体或精神疾病、残疾或依赖性。一般来说，涉及长期护理需要的情况。这项活动是出于情感原因而进行的，没有报酬。根据最新的研究，欧洲联盟提供的所有护理中，80% 以上是由家庭照顾者提供的。家庭照顾者通常为父母、伴侣、子女、孙子女、兄弟姐妹或朋友。

This flyer related to the Project made by the beneficiaries jointly or individually in any form and using any means, shall indicate that it reflects only the author's view and that the National Agency and the European Commission are not responsible for any use that may be made of the information it contains

在你们社区内有没有人充当家庭照顾着的身份？

可以参考以下情况，以便协助你们识别所在社区内是否有家庭照顾着：

一位家庭成员或你所珍爱的人有健康问题，例如：

- 身体残疾 (例如：身体衰老、事故、外伤或疾病)
- 精神疾病 (如抑郁症、焦虑症)
- 认知障碍 (如失智症、阿尔茨海默氏症 (老年痴呆)、自闭症、学习障碍、头部外伤、唐氏综合症)
- 依赖性 (对药物或酒精的依赖性)
- 还有其他健康问题吗？

有 无

你们知道在社区内是谁在照顾他们吗？ 是否了解他们周边的医疗系统？

知道 不知道



你们是否知道作为家庭照顾着所要面对的一系列问题？

作为家庭照顾者有可能的负面影响...

- **身体和心灵健康** - 长期照顾某人会对你的身体和心灵健康产生负面影响。例如，你可能会感到沮丧、焦虑、愤怒。你可能难以入睡， 滥用烟雾、食物或酒精。同样， 你可能没有时间照顾自己的健康 (例如, 你可能推迟与你有关的就诊或预约考试)。
- **工作** - 如果你在护理方面很忙, 也许你很难全职工作, 被迫做兼职或临时工。因此, 你的工资可能很低, 为退休缴纳很少保险费。
- **财务状况** - 虽然有公共援助, 但照顾病人或残疾人的费用很高 (例如药品、暖气、特殊饮食). 这可能会对你的财务状况产生负面影响。
- **社交状况** - 花很多时间照顾家人, 可能会让你几乎没有机会全身心地投入到自己的爱好中, 放松一下并培养友谊和人际关系。



当一位外籍人士须要从事非正式护理工作的时候，极高可能性是备有“双重弊端”的特征，因为作为一名家庭照顾着

他们还尚未得到应有的权利，与此同时身为一名“外籍人士”而被排斥：

- **语言障碍**：如果你的意大利语知识有限，你可能难以与医疗人员和社会福利署的专业人员沟通或者与其他家庭照顾者进行讨论。
- **缺乏对协助服务的了解**：如果你刚来意大利生活不久，你可能还不知道有哪些协助服务，可以帮助你们又或者不知道怎么去开通。
- **有限的人际支援**：如果你的家人不在你身边，在你需要帮助时可能得到的支援有限，导致你独自面对。
- **排挤**：在某些文化中，残疾或精神疾病可被视为传染性疾病或对错误行为的惩罚或者是一些需要隐藏而你不能谈论的东西。出于这个原因，你作为一位照顾者也有可能被排挤。



如何帮助你们社区的家庭照顾着， 协助他们得到他们应有的权利？

- 深入了解每位家庭照顾着以及被照顾的人的需求，预防孤僻和心力交瘁发生的可能性
- 通过社区中同胞的协助开通社会救助
- 在公家以及私人机构能给与家庭照顾着和被照顾的人服务时，便捷他们获得高品质信息，如有需要语言协助
- 指导他们一些协助机构和社区内所存在的一些组织（协会，法律顾问，工作介绍，义工，等等。）
- 一起对抗有时因为疾病和残疾所遭受的羞辱。





www.cosmicproject.eu

