



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

2018-1-NO01-KA204-038801



PRESS RELEASE

06.04.2020

“Å VÆRE EN PÅRØRENDE ER EN KONSTANT LÆRINGSOPPLEVELSE”:

LANSERINGEN AV PROSJEKTET COSMIC INFORMATIVE BOOKLET

Erasmus + finansierte “COSMIC” -programmet er glade for å lansere informative hefter for pårørende som hjelper sine. Disse heftene beskriver hva vi mener med pårørende - «den/de personer uansett alder som hjelper syke og/eller eldre familie og/eller venner», og som gjør en viktig (oftest ubetalt) innsats for de som har en kronisk sykdom, funksjonsnedsettelse eller annen langvarig helseutfordring EuroCarers 2018»

Gjennom en kort selvtest kan man svare på spørsmål som hjelper han / hun erkjenne om man er en pårørende eller ei. På bakgrunn av resultatet går vi gjennom de særlige utfordringene til pårørende med migrant opprinnelse, som ofte møter ytterligere barrierer.

Og du, hvordan vet du om du er en pårørende?

En stor andel av befolkningen kan ikke eksakt si hvem en omsorgsgiver/pårørende er, men mange av oss er, har vært eller vil bli en omsorgsperson for familie eller venner. På grunn av økende migrasjonsstrømmer av ulike årsaker, som i økende grad involverer individer og familiegjenforeninger av migranter, er det nå vanlig å finne pårørende over hele Europa som har migrantbakgrunn. Pårørende-migranter har ofte enda mer omsorgsansvar enn pårørende generelt. De forsøker på mange vis å være der for å støtte dem de yter omsorg til, ofte uten anerkjennelse og uten tanke for deres egen helse og velvære. Hjelpeapparatet har ofte ikke avdekket at de er i en pårørende-situasjon overfor andre.

C.O.S.M.I.C har som mål å støtte pårørendemigranter, en gruppe som har dobbelt risiko for ekskludering, diskriminering og stigmatisering.

«Vi som er født i et land og har bodd der lenge, har mange utfordringer med å finne frem i kompliserte systemer. Da kan vi sikkert mangedoble de utfordringene for de med migrant bakgrunn, hvor kultur, språk, små nettverk og det å finne frem til informasjonen kan være utfordringer for å få riktig hjelp.» Anita Vatland, daglig leder Pårørendealliansen

Hvis du er en pårørende som også har migrantbakgrunn, vil du kanskje oppleve noen ekstra utfordringer som dette:

- Språkbarriere: hvis språkkunnskapen din er begrenset av ulike årsaker, kan du ha vanskeligheter med å kommunisere med sosial- og helsepersonell eller dele erfaringer med andre i samme situasjon.
- Mangel på kunnskap om støttetjenester: hvis du nylig har flyttet til landet du bor, vet du kanskje ikke hvilke støtteordninger som finnes for deg og personen du bistår eller hvordan du får tilgang til disse hjelpemidlene.
- Redusert sikkerhetsnettverk - hvis familien ikke bor i nærheten av deg, kan det hende du har færre mennesker du kan stole på eller få hjelp av, og kan derfor være mer alene på grunn av omsorgsforpliktelser.
- Ekskludering - i noen kulturer kan funksjonshemming eller psykiatrisk sykdom betraktes som smittsom eller noe som må være skjult og som ikke kan snakkes om. Av denne grunn kan også du som pårørende bli ekskludert og marginalisert. Det kan også ligge forventninger til at noen skal ta pårørenderollen som en selvfølge og ikke be om hjelp, men holde det «innad»

Last ned heftene:

<https://cosmicproject.eu/downloads/>

COSMIC-prosjektet ønsker å sette lys på dette og vise at det finnes støtte å få -

Licia Boccaletti, President i Anziani e non solo, sa: *“COSMIC-prosjektet er en flott mulighet for oss til å kunne jobbe med spørsmålet om utenlandske pårørende: en kategori av mottakere som fortsatt er mindre fange opp, men som vi mener det er viktig å promotere målrettede støttefunksjoner for, slik at de kan støttes tilstrekkelig og fullt ut kan dra nytte av de dedikerte tjenestene. “*

På websiden til prosjektet <https://cosmicproject.eu/> kan du laste ned de informative heftene for å finne ytterligere informasjon om tilgjengelige tjenester for å hjelpe pårørende. Her finner du informasjon om nyttige nettsteder, kontakter eller steder hvor pårørende kan finne hjelp i de involverte landene, nemlig Norge, Italia, Hellas og Slovenia.

Programmet er koordinert av Pårørendealliansen (PAN) (Prosjektkoordinator) Norge

og er et partnerskap med 4 andre europeiske organisasjoner:

- Anziani e non solo società cooperativa sociale og Associazione C'ENTRO – Italia
- KMOP – KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS KAI PAIDIOU – Hellas
- University of Ljubljana – Slovenia

NOTER

- For å finne ut mer om COSMIC-programmet og se de ulike aktivitetene,

følg linken: <https://cosmicproject.eu/about-the-project/>

- COSMIC er finansiert av EU-kommisjonen under tilskuddsavtalen: 2018-1-NO01-KA204-038801

