

28.10.2024 - 14:36 Uhr

Young Carers in Zürich / Zum Tag der betreuenden Angehörigen am 30. Oktober / Rotes Kreuz Zürich

Zürich (ots) -

Das Zürcher Jugendrotkreuz organisiert für Young Carers Austauschtreffen im Kanton Zürich. Eine junge Teilnehmerin berichtet.

Young Carers sind Kinder und Jugendliche, die im familiären Umfeld Aufgaben übernehmen wie beispielsweise die Betreuung kranker Angehöriger oder die Unterstützung der anderssprachigen Eltern bei Amtsgängen. Für Young Carers ist es wichtig, dass sie über ihre Situation sprechen können und von Fachpersonen und ihrem Umfeld erkannt und unterstützt werden können. Deshalb organisiert das Jugendrotkreuz Kanton Zürich seit Juli 2024 die Austauschtreffen Get-together im Kanton Zürich, die zuvor als Teil eines Forschungsprojekts der Careum Hochschule Gesundheit in Zürich entstanden sind.

Eine Betroffene, die an den regelmässigen Treffen teilnimmt, erzählt: "Ich fühlte mich in meiner Situation allein und auch hilflos. Durch die Get-togethers lernte ich Menschen kennen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Das vermittelt mir das Gefühl, nicht allein zu sein. Der Austausch ist sehr bereichernd, da sich jede Person in einem anderen Abschnitt befindet und/oder andere eigene Strategien gefunden hat. Diese vielen Inputs und Ideen zu erhalten, macht Mut und ist sehr wertvoll für mich."

Was bedeutet es, Young Carer zu sein?

Oft sind Young Carers für die Gesellschaft unsichtbar, da sie sich selbst nicht als Young Carers erkennen oder aus verschiedenen Gründen wie beispielsweise Scham oder Angst vor Einmischung durch Ämter ihre Situation verschweigen. Die Situation der Young Carers aufzuzeigen und Fachpersonen sowie die Öffentlichkeit zu sensibilisieren, ist dem Zürcher Roten Kreuz ein grosses Anliegen. Anlässlich des Tags der betreuenden Angehörigen befragte das Jugendrotkreuz die junge Frau auch über ihre Herausforderungen im Alltag als Young Carer:

"Es ist für mich eine grosse Herausforderung, die gern auch in Überforderung übergeht. Zu wissen, dass ich nach dem ganzen Schul-/Studiumsalltag zuhause nicht die Ruhe und Erholung finden kann, die man braucht, weil es eigentlich ständig etwas zu erledigen gibt. Sobald man das Haus verlässt, sich Gedanken zu machen und sich fragen zu müssen, wenn man mit Kolleginnen ausgeht, ob es zuhause funktioniert oder man nicht doch besser daheim geblieben wäre, um zu unterstützen. Dies sind alles Sachen, die sehr ermüdend und mit einem dauerhaften Stresspegel verbunden sind, der zu den Anforderungen in der Schule resp. Studium dazukommt. Langfristig denke ich, dass auch Positives entstehen kann - auch wenn der Grund dafür alles andere als schön ist. Durch die ganze Situation bin ich belastbarer geworden. Dadurch, dass ich so viel Verantwortung übernehmen muss, habe ich gelernt zu strukturieren, zu organisieren und zu managen. Meine Situation hat mich trotz allem auch stärker gemacht."

Das nächste Get-together findet am Samstag, 14. Dezember von 14.00 bis 16.30 Uhr in Zürich statt: www.srk-zuerich.ch/young-carers

Hörempfehlung

Im Podcast "Das kleine Glück schätzen" erzählt Young Carer Sarah Ferjani zum "Tag der betreuenden Angehörigen" von ihrem Alltag mit ihrem demenzkranken Vater. Der Podcast ist eine Gemeinschaftsproduktion von Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich und den sechs Non-Profit-Organisationen Entlastungsdienst Kanton Zürich, Pro Senectute Kanton Zürich, Alzheimer Zürich, Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich, Spitex Verband Kanton Zürich und Pro Infirmis.

www.srk-zuerich.ch/angehörige-pflegen-podcast

Pressekontakt:

Anita Ruchti, SRK Kanton Zürich, 044 388 25 25, anita.ruchti@srk-zuerich.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100011522/100925282> abgerufen werden.