

*Julia* è familiare curante,  
così come 1 persona su 4 in Svizzera



**DEDICHIAMO  
IL NOSTRO TEMPO  
IL 30 OTTOBRE 2024**

[www.giornata-familiari-curanti.ch](http://www.giornata-familiari-curanti.ch)



#graziefamiliari curanti

Giornata di mobilitazione per i familiari curanti - 10 cantoni associati



## GIORNATA FAMILIARI CURANTI FOCUS GIOVANI

**Caffè narrativo:  
sono giovane e mi  
prendo cura di te.**

**30 ottobre 2024**

ore 14:00

**MENDRISIO**

Casa delle Generazioni

Parco di San Giovanni

Merenda offerta

Partecipazione gratuita

### Chi sono i/le familiari curanti?

I/le giovani familiari curanti sono bambini/e, adolescenti e giovani adulti/e sotto i 25 anni che si prendono cura regolarmente di qualcuno che non sta bene. Può essere qualcuno della famiglia, per esempio un/a genitore, un/a nonno/a, un fratello o una sorella, oppure un/un' amico/a.

### Cosa fanno i/le familiari curanti?

- Seguono e assistono il proprio caro
- Sono disponibili tutto il giorno o per alcune ore al giorno
- Organizzano e pianificano le cure con terapisti/i e infermiere/i
- Si occupano dei lavori di casa, come le pulizie e il bucato
- Aiutano la persona cara nelle attività di tutti i giorni
- Aiutano la persona cara a gestire le sue emozioni, ad esempio la calmano e la rassicurano se non sta bene.

I/Le familiari curanti sono molto importanti sia per la persona della quale si occupano sia per tutta la società.

### Perché è importante sostenere i/le familiari curanti?

Essere un/una familiare curante è faticoso. Senza un sostegno adeguato, un/una familiare curante può arrivare a una situazione di sovraccarico. Per situazione di sovraccarico s'intende che una persona non ce la fa più ad andare avanti. In quei casi il/la familiare curante può • sentirsi sfinito/a • essere triste e giù di morale • isolarsi e non più vedere amiche/ amici e conoscenti.

**Durante la campagna saranno divulgate delle testimonianze di giovani familiari curanti.**

### Info

Ufficio antenna sociale

T 058 688 33 60

[assistenti@mendrisio.ch](mailto:assistenti@mendrisio.ch)

Organizzano



Città di Mendrisio

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME