Was ist Young Carer Coach?

Eine digitale Plattform mit aktuellen Infos, Terminen und Kontakten, die junge Menschen mit Sorge- und Pflegeverantwortung weiterbringt. Dort gibt's News, Tipps und kurze Videos mit unseren Hosts, Live-Chats mit Gästen und noch viel, viel mehr...

Vernetz' Dich hier mit anderen Jugendlichen und jungen Erwachsenen, denen es so geht wie Dir.

Angebote von Young Carer Coach

- **Online-Meets:** Austausch auf Augenhöhe mit anderen Young Carers
- **Retreats:** Auszeiten zum Durchatmen, Kraft tanken, Gemeinschaft erleben, mit psychosozialer Begleitung
- **Wegweiser-Sprechstunde** – mit Peer-Beratung durch den Pflege-Dschungel
- **Podcast:** Geschichten von und mit Young Carers
- **Für Familien, Fachkräfte & Öffentlichkeit:** Unterstützung, Beratung, Materialien für Veranstaltungen, z.B. Erklärfilm, Rollup-Ausstellung für Schulen, Hochschulen und Unis, Aktionstage zur Vernetzung

Hier findet ihr youngcarercoach:

www.youngcarercoach.de
E-Mail: info@youngcarercoach.de

Zentrale Informationen, Hotlines und Hilfe für den Notfall bietet die Initiative „Pausentaste" des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. **www.pausentaste.de**

Young Carer Coach ist ein Projekt der

An Deiner Seite – Gerhard und Gertrud Schmieder Stiftung
Keramikstraße 4
82211 Herrsching am Ammersee
www.andeinerseite-stiftung.de

Die An Deiner Seite-Stiftung ist Mitglied in der Initiative „Pausentaste" sowie im Bundesverband Deutscher Stiftungen.

Spendenkonto

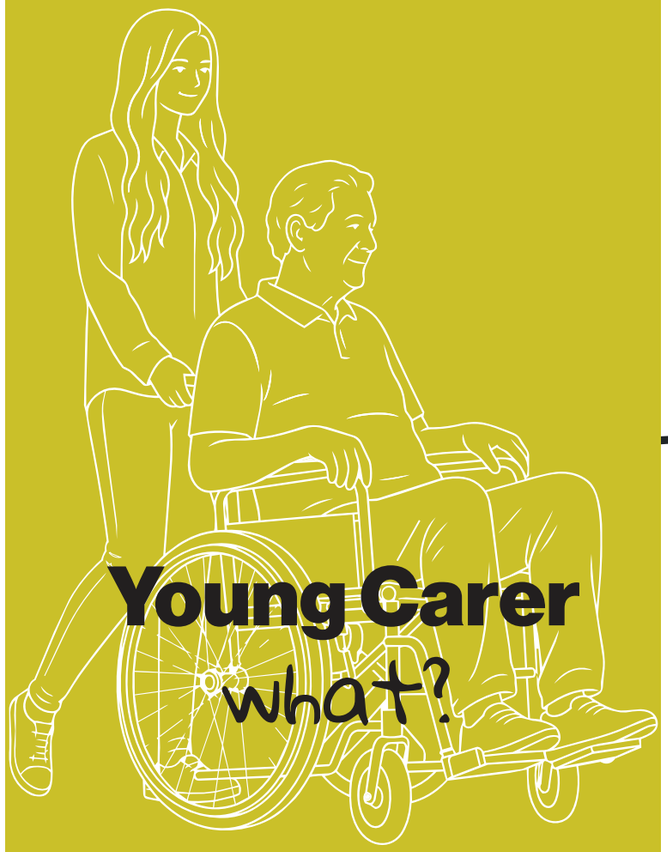
VR Bank Starnberg Zugspitze eG
IBAN DE38 7009 3200 0002 6765 67
BIC GENODEF1STH

Die An Deiner Seite-Stiftung ist gemeinnützig anerkannt und berechtigt, Spendenbescheinigungen auszustellen.

Young Carer Coach ist gefördert durch Deutsche Fernsehlotterie

YOUNG CARER COACH

Für junge pflegende Angehörige



Young Carer what?

www.youngcarercoach.de

Hä, Young Carer what??

Als Young Carers werden Kinder und Jugendliche bezeichnet, die sich in ihrer Familie regelmäßig um kranke und hilfsbedürftige Angehörige kümmern.

Da sind Geschwister mit Behinderung, Eltern mit körperlichen Einschränkungen, chronischen Krankheiten, Krebs, Schlaganfall, ALS oder Multipler Sklerose (MS) sowie Großeltern mit Demenz.

- **In Deutschland gibt es mehr als eine halbe Million Young Carers.**
- **In jeder Schulklasse sitzen etwa ein bis zwei Kinder mit Sorge- und Pflegeverantwortung.**

Young Carers übernehmen früh große Verantwortung. Und meist wird die Sorgearbeit immer mehr. Bis sie zu viel ist für ein junges Leben.

Was machen Young Carers?

Sie schmeißen z.B. den Haushalt, gehen Einkaufen, kochen, räumen auf und putzen. Sie helfen beim An- und Auskleiden und bei der Körperpflege.
Und noch viel mehr...

Die Rollen innerhalb der Familie verschieben sich. Oft sorgen Young Carers auch für Geschwister und sind im Einsatz mit Krankenkassen, Behörden oder in finanziellen Angelegenheiten.
Das ist `ne Menge Verantwortung!

Young Carers sind ständig im „Stand-by"-Modus! Die Krankheitsgeschichte ihrer Angehörigen strukturiert den Tagesablauf.
Für Me-Time, Sport und Party bleibt wenig Platz.☹

Die jungen Menschen sind sich meist nicht bewusst, dass sie eine außergewöhnliche Belastung haben. Sie helfen, weil es für sie selbstverständlich ist.
Und sie wollen nicht, dass andere es erfahren.

Was sind Young Carers? Scan hier!

Wie gefährdet sind Young Carers?

Die Familiensituation beeinflusst die persönliche Entwicklung, Schule und Ausbildung. Manche Young Carers haben Probleme beim Lernen, sind müde, und es fällt ihnen schwer, sich zu konzentrieren. Die Noten werden schlechter, das Klassenziel, der Schulabschluss werden nicht erreicht.

Sich dauerhaft um jemanden zu sorgen, kann psychisch und körperlich stark belasten und krank machen. Nicht selten kommen Schlaf- und Essstörungen vor oder psychosomatische Symptome wie Bauch-, Kopf- oder Rückenschmerzen. Die geistige Gesundheit (Mental Health) von Young Carers ist gefährdet, es kann zum Burnout oder zur Depression kommen.



Was macht Young Carers aus?

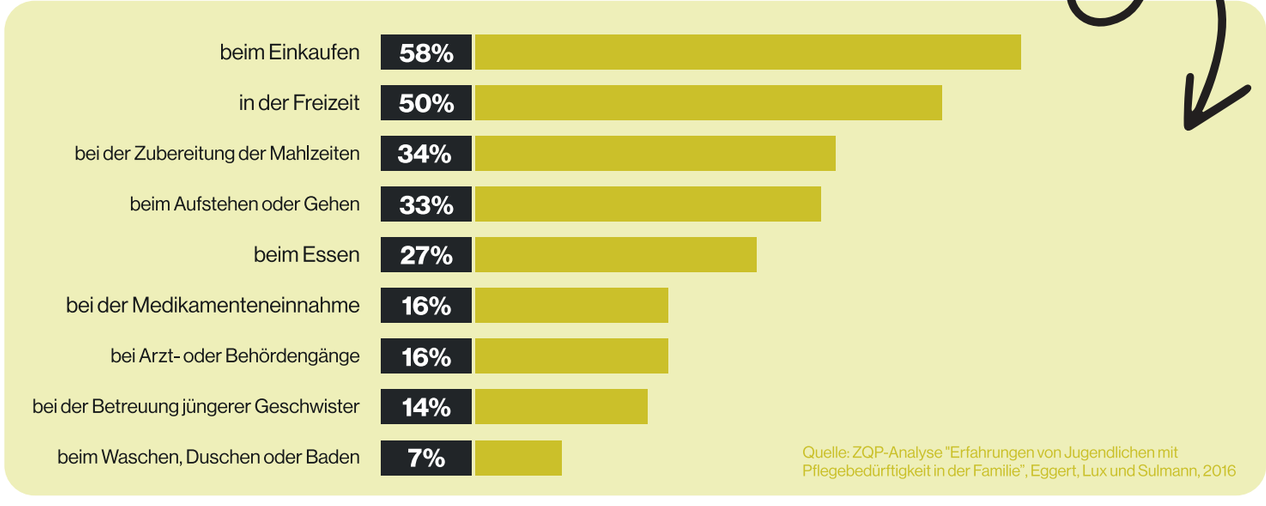
Sie lernen früh, Verantwortung zu übernehmen - für die Person, um die sie sich kümmern, oder für Geschwister. Sie sind meist reifer als Gleichaltrige.

Sie sind für ihre Familie da und fühlen, dass sie helfen können. Das steigert das Selbstwertgefühl.

Sie identifizieren sich mit ihrer Rolle, ihr Leben hat eine Bestimmung.

Und manchen gibt es auch das Gefühl, „gut auf das Leben vorbereitet zu sein".

Wobei helfen Young Carers?



Quelle: ZQP-Analyse "Erfahrungen von Jugendlichen mit Pflegebedürftigkeit in der Familie", Eggert, Lux und Sulmann, 2016

Warum heißt es YOUNG CARER?
Die Bezeichnung YOUNG CARER [jʌŋ] [ˈkɛərəʳ], kommt aus dem englischsprachigen Raum und bedeutet wörtlich übersetzt „junger sorgender Mensch". Die Wissenschaft bezeichnet 12- bis 18-Jährige als „Young Carer" und 18- bis 25-Jährige als „Young Adult Carer" (YAC). In anderen Ländern ist der Begriff geläufiger als in Deutschland. In Frankreich heißen sie „Jeunes Aidants".

YOUNG CARER ist nicht zu verwechseln mit „Young Careers" [jʌŋ] [kəˈrɪə], engl., für „junge Karriere". Dieser Begriff steht für die berufliche Laufbahn eines jungen Menschen.