YOUNGCARE

RELIEF FOR YOUNGER PEOPLE IN NEED OF CARE AND THEIR INFORMAL CARERS



# REKOMENDACIJOS POLITIKOS FORMUOTOJAMS

## ILGOJI VERSIJA

Finansuoja Europos Sąjunga

## AUTORĖ

**AFEdemy - Academy on Age-Friendly Environments in Europe**
Jonas Bernitt
Dieuwertje van Boekel

**CADIAI Cooperative Sociale**
Sofia Crescenzi
Michaela Patuzzo

**Paritätische Projekte**
Katrin Fröhlich
Annemarie Duscha

**VDU - Vytauto Didziojo Universitetas**
Rasa Naujanienė

**SHINE 2Europe**
Inês Saavedra

**ISIS - Institut für Soziale Infrastruktur**
Jesper Schulze

## PRISIDĖJUSIEJI

Esame labai dėkingi už Europos apskritojo stalo diskusijų dalyvių, 2024-11-20 ir 2025-01-22 dalyvavusių susitikimuose, indėlį. Ypač dėkojame Joanai Santos Afonso (globėjaa, RN), Anai-Petrai Cherciu (Tarptautinis Anos Aslan fondas), Eglantinai Dervishi (Tiranos universitetas), Heidi Elnimr (n/a), Sandrai Ferreirai (Beiroso vidaus reikalų universitetas), Filipe Gonçalvesui (APELA – Portugalijos amiotrofinės šoninės sklerozės asociacija), Almudenai Muñoz Puche (CETEM – Mursijos regiono baldų ir medienos technologijų centras), Cosminai Paul (Tarptautinis Anos Aslan fondas), Martai Pisano-Gonzalez (Astūrijos sveikatos ministerija), Lindai Shore (Glazgo meno mokykla), Dianai Skemundrienei (Negalią turinčių asmenų centras „KORYS“), Carolinai Queirós (Instituto Superior de Serviço Social do Porto) ir Theo Zachariui (Graikijos mokslininkų draugija).

**PROJEKTO SVETAINĖ:** youngcare.eu

## PROJEKTO KONSORCIUMAS

„Erasmus+“ projektas „YoungCare“ prasidėjo 2022 m. gruodį ir tęsis iki 2025 m. liepos pabaigos. Projektą „YoungCare“ rengia šios organizacijos iš penkių Europos šalių:

**ISIS Institut für Soziale Infrastruktur gemeinnützige GmbH** (Vokietija)
European Coordinator
isis-sozialforschung.de

**AFEdemy, Academy on Age-Friendly Environments In Europe BV** (Nyderlandai)
afedemy.eu

**SHINE 2Europe Lda** (Portugalija)
shine2.eu

**Vytauto Didziojo Universitetas** (Lietuva)
vdu.lt

**CADIAI- Cooperativa Sociale** (Italija)
cadiai.it

**PARITÄTISCHE Projekte gemeinnützige GmbH** (Vokietija)
paritaet-selbsthilfe.org

**Finansuoja Europos Sąjunga**

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga.

Autorinės teisės (c) 2023 YoungCare Consortium

Šiam leidiniui taikoma tarptautinė licencija Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 (CC BY-SA 4.0).

# Turinys

Įvadas ..... 4
Apie „YoungCare“ ..... 5
„YoungCare“ moksliniai tyrimai ..... 6
Būkite informuoti ..... 7
... Imkitės veiksmų! ..... 11
Kiti projekto rezultatai ..... 21
Nuorodos ..... 22

# Įvadas

Neformalūs globėjai atlieka labai svarbų vaidmenį, nes paprastai jie nudirba didžiąją dalį priežiūros darbų. Apie 80 proc. žmonių, kuriems reikalinga priežiūra Vokietijoje, globojami namuose (BIFG, 2023). Neformalių globėjų procentas įvairiose šalyse skiriasi ir gali siekti iki 15 proc., kaip yra, pavyzdžiui, Italijoje (ISTAT, 2021). Vis dėlto neformalūs globėjai dažnai dirba nematomai ir be finansinio atlygio. Nors ir galioja socialinės nuostatos, pagal kurias pagalbos reikalingiems asmenims ir jų globėjams teikiama visokeriopa parama pinigais ir natūra, tačiau gana dažnai artimojo priežiūra namuose vis dar laikoma asmenine pareiga.

*Visų pirma, rūpintis pagalbos teikimu turi pats žmogus. .*

## Vyras, besirūpinantis žmona (Portugalija)

„Galiu tiksliai pasakyti, kada vedžiau, kada susitikinėjau, kada turėjau vaikų. Galiu nurodyti visas šias datas. Kada tapau neformaliu globėju – nežinau. Tai buvo vaidmuo, kurį prisiėmiau nežinodamas, kad jis turi pavadinimą.“

(Saavedra ir Dantas, 2023)



# Apie „YoungCare“

Darbingo amžiaus 18–64 metų asmenys – susiduria su dideliais sunkumais, kai jiems prireikia kitų pagalbos arba kai patys tampa globėjais. Reguliariai dalyvaudami darbo rinkoje, jie gali prarasti savo ar net visos šeimos pajamas. Be to, dažnai jie ne tik būna įpusėję savo darbinę veiklą, bet ir augina vaikus bei prižiūri vyresnio amžiaus giminaičius. Rūpinimasis yra labai svarbus ir atima daug laiko, be to, tikėtina, kad tai nėra vienintelė užduotis, kurią reikia atlikti. Socialinės paslaugos paprastai orientuotos į vyresnio amžiaus žmones arba vaikus ir dažnai nepastebi darbingo amžiaus asmenų su negalia, tad jiems sunku gauti jų amžių atitinkančią pagalbą, pritaikytą konkretiems poreikiams. Dėl to programos „Erasmus“ projektu „YoungCare“ siekiama šiai grupei skleisti informaciją, kurti paramos paslaugas ir gerinti struktūrines sąlygas.

***Palaikykite mus ir atkreipkite dėmesį į darbingo amžiaus asmenų su negalia ir jų neformalių globėjų padėtį!***

„YoungCare“ projekto tikslas – kurti ir skatinti strategijas, skirtas padėti tiek neformaliems globėjams, tiek darbingo amžiaus asmenims su negalia. Rasti šiai grupei tinkamų paramos pasiūlymų – išties didelis iššūkis. Pasitelkus tikslines strategijas ir paramos mechanizmus, pavyzdžiui, internetinę mokymosi platformą, su „YoungCare“ siekiama palengvinti šiai grupei tenkančią naštą ir pagerinti jų gaunamos pagalbos kokybę.



# „YoungCare“ moksliniai tyrimai

Viešai skelbiamų duomenų apie mūsų tikslinę grupę yra labai nedaug, nes pokalbiai su pagalbos reikalingais darbingo amžiaus asmenimis su negalia ir jų artimaisiais gana reti. Siekiant pagerinti šią situaciją, Nyderlanduose, Vokietijoje, Italijoje, Italijoje, Lietuvoje ir Portugalijoje buvo atlikta dokumentų analizė bei tyrimas atliekant 52 interviu su neformaliais globėjais, pagalbos reikalingais asmenimis ir ekspertais.

Tyrime dėmesio skirta įvairiems aspektams, pavyzdžiui, nacionalinėms sveikatos ir socialinės pagalbos sistemoms, per pokalbius išryškėjusioms temoms, tokioms kaip mokymasis, užimtumas, būstas, šeimos ir socialinis gyvenimas ar gerosios praktikos pavyzdžiai. Parengtos ir paskelbtos penkios nacionalinės ataskaitos apie padėtį konsorciumo šalyse – Vokietijoje, Portugalijoje, Nyderlanduose, Italijoje ir Lietuvoje.

Daugiau informacijos apie ataskaitas rasite čia:



# Būkite informuoti...

„YoungCare“ projekto tikslas – suteikti galimybę mokytis ir pateikti konstruktyvias tobulinimo rekomendacijas. Dėl to buvo suorganizuoti du apskritojo stalo susitikimai su 37 ekspertais iš 14 skirtingų Europos šalių. Apskritojo stalo diskusijos tapo platforma projekto rezultatams aptarti ir tolesnėms ekspertų iš visos Europos įžvalgoms surinkti.

## 1. Neformaliems globėjams reikia laiko visiems įsipareigojimams įvykdyti!

Pagalbos reikalingų darbingo amžiaus asmenų su negalia artimieji globėjų vaidmens imasi paprastai dar būdami darbingo amžiaus; tuo metu augina vaikus arba rūpinasi savo tėvais. Tad vidutinio amžiaus globėjai turi derinti kelis vaidmenis.

Statistiniai duomenys apie neformalius globėjus (visose amžiaus grupėse) rodo, kiek daug laiko gali pareikalauti artimojo priežiūra. Pavyzdžiui, Vokietijos sveikatos draudimo bendrovės neseniai atliktos apklausos duomenimis, neformalūs globėjai vidutiniškai 49 valandas per savaitę praleidžia prižiūrėdami savo artimuosius (Schwinger ir Zock, 2024).

## 2. Globėjams reikia pinigų, kad galėtų rūpintis!

Darbingo amžiaus neformalūs globėjai dažnai turi sumažinti krūvį arba mesti darbą. Tad prarandamos ne tik priežiūros reikalingo asmens pajamos. Tyrimo duomenimis, daugiau nei pusė neformalių globėjų dėl priežiūros turėjo sutrumpinti darbo valandas, o daugiau nei ketvirtadalis visiškai atsisakė darbo (ten pat).

Dėl specialiosios priežiūros gali tekti keisti gyvenimo sąlygas ir mokėti už gydymą. Pavyzdžiui, be išmokų pinigais ir natūra, kurias Vokietijoje teikia valstybinė sveikatos sistema, papildomos asmeninės išlaidos ilgalaikei priežiūrai vidutiniškai sudaro 290 eurų per mėnesį (ten pat).



# 3. Globėjams reikia paprastumo ir aiškios informacijos, kad galėtų rūpintis!

Neformalūs globėjai susiduria su iššūkiu – jiems tenka orientuotis fragmentiškose paramos sistemose, kurios gali būti valstybinės ir privačios, nacionalinės ir vietinės, priklausyti sveikatos ir socialinėms sistemoms. Globėjai turėtų suprasti teisinę sistemą, kad apgintų savo teises susidūrę su neaiškia medicinine informacija.

Neformalūs globėjai iš pradžių dažnai net nesuvokia savo kaip globėjų vaidmens (PSO, 2024). Pavyzdys iš Lietuvos rodo, kas nutinka, kai pervertinami jų gebėjimai: po sunkios galvos traumos, komos ir mėnesį trukusios hospitalizacijos motina turėjo apsispręsti, ar pasiimti savo dukterį su negalia namo, ar apgyvendinti ją slaugos namuose. Neseniai išėjusi į pensiją, ji savo gyvenimą paskyrė ne tik dukters, bet ir paauglės anūkės neformaliai globai. Buvo manoma, kad motina, nors ir neturi patirties, žinos ir gebės pasirūpinti dukterimi su negalia, kuri buvo iš dalies paralyžiuota, negalėjo vaikščioti ir sunkiai orientavosi aplinkoje. Moteris nesulaukė jokios pagalbos, kol jai pačiai prireikė pagalbos:

### Lietuvė motina, prižiūrinti dukterį ir anūkę

„Parsivežiau ją iš ligoninės namo. [...] Be to, iš niekur nebuvo jokios pagalbos. Iš socialinio skyriaus? Ne, niekas, niekas, niekas neatėjo (12 metų), kol maždaug prieš penkerius metus susilaužiau koją.“

(Naujanienė ir kt., 2023)



## 4. Globėjams reikia psichologinės pagalbos!

Neformali globa dažniausiai yra nežinomas, daug laiko reikalaujantis, intymus ir galiausiai labai sudėtingas uždavinys. Ji gali sukelti stresą ir turėti neigiamų pasekmių tiek globėjui, tiek pagalbos reikalingam asmeniui. Dėl patiriamo streso ir kasdienių šeiminio gyvenimo pareigų gali būti sunku valdyti socialinius ir darbo santykius.

Net esant psichologinei paramai ar teisiniam reglamentavimui, kaip Portugalijos atveju (Segurança Social, 2022), dar nereiškia, kad paslaugos visada prieinamos, įvykdomos ar įperkamos (van Boekel ir Bernitt, 2023; Fröhlich ir kt. 2023; Naujanienė ir kt. 2023; Saavedra ir Dantas, 2023; Verricelli ir kt., 2023). Globėjas jokiu būdu neturi dėl globojamo asmens aukoti savo sveikatos. Deja, kaip parodė interviu, panašių situacijų pasitaiko dažnai:

**Vokietė žmona ir motina, kuri rūpinosi savo vyru**

„Dirbau labai daug, dėl to mane ištiko insultas.“

(Fröhlich ir kt., 2023)



## 5. Reikia užtikrinti lyčių pusiausvyrą globos srityje!

Neformalią ir profesionalią pagalbą dažniausiai teikia moterys. Pavyzdžiui, Nyderlanduose 57 proc. visų globėjų yra moterys (van Boekel ir Bernitt, 2023). EBPO šalyse 60 proc. visų neformalių globėjų yra moterys. Tačiau dėl sutuoktinių priežiūros daugiau vyrų dalyvauja neformalioje globoje nei formalioje (PSO, 2024). Vis dėlto, kaip rodo Vokietijoje atliktas tyrimas, didėjant priežiūros poreikiui, neformalių globėjų moterų procentinė dalis taip pat didėja (Hielscher et al., 2017). Kitaip tariant, lyčių nelygybė didėja, kol yra daugiau pagalbą teikiančių moterų. Būti neformalia globėja darbingame amžiuje dažnai reiškia gauti mažas pajamas ir kartu būti menkai socialiai apsaugotai (Fröhlich ir kt., 2023).

## 6. Neformali globa turi būti vertinama!

Globa dažniausiai laikoma natūralia šeimos pareiga, o globėjai tinkamai nevertinami dėl visų atliekamų užduočių, dažnai net ignoruojami (ten pat). Visuomenė taip pat neįvertina savanoriško neformalių globėjų darbo.

Kiekvienam namuose neformaliai pagalbą gaunančiam asmeniui galima sumažinti valstybės skiriamas išlaidas socialinei priežiūrai. Pavyzdžiui, apskaičiuota, kad Portugalijoje 80 proc. globos paslaugų teikia neformalūs globėjai, o dauguma jų yra moterys (Teixeira et al., 2017). 2017 m. „Eurocarers“ tyrimo duomenimis, jeigu šias pagalbos paslaugas teiktų oficialios įstaigos, išlaidos kasmet siektų keturis milijardus eurų (Araújo ir Soeiro, 2021).



# ...Imkitės veiksmų!

## 1. Užtikrinkite įperkamą ir prieinamą pagalbą!

Siekiant palengvinti neformalių globėjų naštą, jiems turi būti sudaryta galimybė atsikvėpti: pasitelkti į pagalbą kitą globėją arba pasinaudoti trumpalaike priežiūra tokias paslaugas teikiančioje įstaigoje dienos metu, per naktį ar savaitgaliais. Neformaliems globėjams reikalingos profesionalios ambulatorinės ir stacionarios priežiūros paslaugos, kurios papildytų teikiamą pagalbą namuose. Politika turi garantuoti, kad šiems tikslams reikalingos profesionalių teikėjų paslaugos būtų įperkamos ir visada prieinamos neformaliems globėjams ir globos gavėjams.

Siekiant papildyti profesionalią ir neformalią globą, reikėtų skatinti vietos žemo slenksčio atokvėpio priežiūros paslaugas, kaimynų savanorišką pagalbą. Sudėtingesniais atvejais būtina užmegzti dialogą su neformaliais globėjais, kad jų poreikiai būtų geriau patenkinti.

Gerosios praktikos pavyzdžiai:

### Savarankiško gyvenimo paramos centrai (Portugalija)

2019 m. Portugalijoje pradėtas įgyvendinti paramos modelis savarankiškam gyvenimui (MAVI) yra bandomasis projektas, kuriuo siekiama suteikti asmenims su negalia galimybę gyventi savarankiškai. Programa nutraukia institucionalizacijos ciklą ir mažina priklausomybę nuo šeimos globėjų, teikdama esminę naudą ir neformaliems globėjams. Įsteigus savarankiško gyvenimo paramos centrus (CAVI), pagal MAVI programą asmenims su negalia teikiama individualizuota pagalba, skatinanti savarankiškumą ir įtrauktį.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.inr.pt/vida-independente



### Socialinės priežiūros draudimo apmokama pagalba kaimynystėje (Vokietija)

Kai kuriose Vokietijos federalinėse žemėse, pavyzdžiui, Hesene, vadinamuosius „kasdienio gyvenimo palaikymo pasiūlymus“ (palydėti pagalbos reikalingus asmenis pas gydytoją, apsipirkti už juos ar tiesiog praleisti su jais laiką) gali registruoti kaimynystės pagalbininkai. Jie gauna kompensaciją iš asmens, kuriam reikalinga pagalba, o šis pinigus atgauna iš valstybinės sveikatos sistemos.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://familie.hessen.de/gesundheit-und-pflege/pflege/nachbarschaftshilfe



## 2. Užtikrinkite patikimą ir pakankamą finansinę paramą!

Politika turi užtikrinti finansinę paramą ne tik pagalbos reikalingiems asmenims (pavyzdžiui, neįgalumo pensiją), bet ir jų neformaliems globėjams. Šią paramą galima teikti įvairiais būdais – nuo neformalios globos formalizavimo įdarbinant globėjus (Eurocares, 2024 m.) iki palengvinimo derinti neformalią globą ir apmokamą darbą taikant lanksčias darbo sąlygas ir (apmokamas) priežiūros atostogas. Pastarosios priemonės yra labai svarbios siekiant paremti darbingo amžiaus globėjus, norinčius tęsti apmokamą darbą arba mokymąsi. Tinkama darbo ir priežiūros pusiausvyra gali sumažinti paramos pajamų poreikį.

Finansinės išmokos neformaliems globėjams gali būti teikiamos kaip priežiūros išmokos arba mokesčių lengvatos, papildančios jų pajamas. Be to, yra pajamų kompensavimo išmokų, jei globėjai turi sumažinti savo darbo krūvį arba išeiti iš darbo. Asmuo, kuriam reikalinga pagalba, gali samdyti profesionalų globėją asmeninėmis lėšomis, finansuojamomis iš socialinės apsaugos sistemos.

Ilgalaikiai neformalūs globėjai neretai daug savo gyvenimo metų skiria artimojo priežiūrai namuose. Panorusiems grįžti į darbo rinką reikia paramos. Be to, užtikrinant globėjų finansinį stabilumą, neformali globa turėtų būti socialiai apsaugota. Įmokos socialinėms išmokoms (pvz., pensijų, sveikatos priežiūros, nedarbo ir nelaimingų atsitikimų draudimui, taip pat socialinės priežiūros draudimui) negali būti vien tik globėjų atsakomybė.

Be to, finansinė parama būtinam medicininiam gydymui ir (arba) globos gavėjo gyvenamosios aplinkos pritaikymui taip pat turėtų būti užtikrinta pagal atitinkamas taisykles. Apskritai finansinės paramos turi pakakti pragyvenimo ir socialinės apsaugos išlaidoms padengti.

Gerosios praktikos pavyzdys:

## Neformalūs globėjai kaip mokami specialistai (Švedija)

Vienose šalyse, pavyzdžiui, Vokietijoje, už globos paslaugas galima mokėti privačiai, kitose, pavyzdžiui, Švedijoje, – privačios paslaugos yra ribojamos. Tokie ribojimai ir apskritai visapusiškas, o ne iš dalies visapusiškas globos draudimas užtikrina didesnį finansinį stabilumą ir nuspėjamumą žmonėms, kuriems reikia pagalbos, ir jų artimiesiems. Be to, Švedijos savivaldybės neformalius globėjus gali įdarbinti kaip formalius globėjus („Anhöriganställning“). Tai leidžia jiems būti finansiškai saugiems.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://anhoriga.se/



## 3. Supaprastinkite pagalbos sistemą teikdami aiškią informaciją ir skaitmeninius sprendimus!

Politika turi užtikrinti visiems visuomenės nariams suprantamą ir prieinamą socialinės pagalbos sistemą. Pavyzdys gali būti kalba, kad migrantai suprastų socialines teises. Informacija apie socialinės paramos sistemos teikiamą naudą turi būti lengvai prieinama visiems. Paslaugos turi būti matomos visuomenei, o prašymai skirti išmokas – lengvai suprantami. Apskritai prieinamumą galima pagerinti ir skaitmenizavus socialinės paramos sistemą. Tačiau tai apima ir priemones, skirtas globėjų skaitmeniniam raštingumui gerinti.

Be to, svarbu sumažinti paramos sistemų suskaidymą arba užkirsti jam kelią ir sumažinti administracinę naštą. Nepaisant reikšmingo neformalių globėjų indėlio, pagalbos sektoriuje dažnai egzistuoja hierarchinė sistema, kurioje neformalūs globėjai traktuojami kaip antraeiliai pagalbos teikėjai (Eurocarers, 2024). Neformali ir profesionali globa turėtų būti vertinamos kaip lygiavertės. Reikia sudaryti palankesnes sąlygas šių dviejų grupių bendradarbiavimui ir dialogui, kuris turi būti įtrauktas į atitinkamų sričių švietimo standartus.

Gerosios praktikos pavyzdys:

### Prieinamumo priemonių rinkinys (Nyderlandai)

Įrankių rinkinys (iš Nyderlandų) padeda savivaldybėms savo interneto svetaines pritaikyti visiems. Jame žingsnis po žingsnio pateikiamas vadovas, kaip įtikinti savivaldybę užtikrinti prieinamumą, taip pat prieinamumo testas, patarimai, kaip organizuoti demonstravimą, ir patarimai, kaip susisiekti su tikslinių grupių ekspertais.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://iederin.nl/doe-mee/zelf-lokaal-aan-de-slag/toolkit-toegankelijke-gemeentewebsites/



# 4. Užtikrinkite psichinės perkrovos prevenciją ir pagalbą!

Politika turėtų palengvinti visapusiškos psichologinės paramos globėjams tinklą. Tai apima psichoterapeutų rengimą ir kvalifikacijos kėlimą, taip pat greitą ir prieinamą psichologinę pagalbą, jei jos prireiktų. Siekiant išvengti psichologinės naštos globėjams, reikėtų apsvarstyti galimybę teikti tolesnę paramą, pavyzdžiui, profesionalias konsultacijas ir patarimus globėjams, sudaryti sąlygas savitarpio pagalbos grupėms. Tačiau neformalūs globėjai dažnai nelaiko savęs globėjais, todėl kartais nesupranta, kokią pridėtinę vertę gali suteikti konsultavimas. Todėl esami pasiūlymai turi būti viešinami „reklamuojant“ juos tikslinei grupei.

Pusiausvyra tarp asmeninių gebėjimų prižiūrėti žmogų ir priežiūros naštos turi būti nustatyta ankstyvuoju etapu. Rengiant informavimo kampanijas ir mokyklų programas, reikia pripažinti sudėtingą neformalių globėjų padėtį. Neformalūs globėjai turi jaustis ir būti išgirsti, turėtų būti sudarytos palankesnės sąlygos individualizuotoms paramos priemonėms, kurios geriau atitiktų unikalias jų aplinkybes.

Gerosios praktikos pavyzdžiai:

### Psichologinis mokymas (Nyderlandai)

Yra įvairių mokymų, kaip spręsti globėjų perdegimo problemą. Pavyzdžiui, programos, kokias siūlo Mantelzorg Academie Nyderlanduose, yra naudingos mokant formalius globėjus atpažinti ir sušvelninti neformalių globėjų patiriamą perdegimą, sustiprinti paramą ir pagerinti teikiamos pagalbos kokybę.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.mantelzorg.nl/pro/academie/verdiepingstraining-herkennen-en-tegengaan-van-overbelasting-bij-de-mantelzorger-gebaseerd-op-de-richtlijn-mantelzorg-vvn/



## Psichologinė pagalba (Lietuva)

Labai svarbu laiku kreiptis psichologinės pagalbos. Ši lietuviška svetainė rodo, kad pagalbos ieškojimas yra ženklas, jog jums rūpi jūsų emocinė sveikata ir gyvenimo kokybė. Joje nurodyta daugybė būdų, kaip gauti psichologinę pagalbą ir psichikos sveikatos paslaugas.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://pagalbasau.lt/gaukpagalba/



## Dalyvavimas savitarpio pagalbos grupėse (Vokietija)

Kitas galimas veiksmas – prisijungti prie savitarpio pagalbos grupių. Vokietijoje jų yra apie 100 000. Savipagalbos grupės finansuojamos iš nacionalinės sveikatos sistemos (valstybinio sveikatos draudimo) (SGB V § 20h), nes jų vykdoma sveikatos prevencijos ar reabilitacijos veikla yra naudinga jų nariams.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/begriffe-von-a-z/s/selbsthilfefoerderung.html

Vienas būdų rasti savitarpio pagalbos galimybių – programėlė in.kontakt (Vokietija). Šeimos globėjai ja gali bendrauti internetu. „Android“ sistemai skirtą programėlę galima atsisiųsti adresu https://play.google.com/store/apps/details?id=de.appack.project.wir_pflegen&gl=DE&pli=1 o „Apple“ sistemai – https://apps.apple.com/de/app/in-kontakt/id1451957216

Nacionalinė sveikatos sistema gali dar labiau skatinti neformalių globėjų savitarpio pagalbos grupes. Dėl artimojo priežiūros namuose daugelis globėjų neturi galimybės prisiimti papildomų įsipareigojimų. Daugelį kasdienių artimojo priežiūros įvykių sunku suplanuoti, todėl įsipareigoti lankyti susitikimus atrodo nerealu ir gali sukelti dar daugiau streso. Tai yra sunkus iššūkis savitarpio pagalbos grupių plėtrai, todėl globėjams skirtoms savitarpio pagalbos grupėms teikiama visapusiška savanorių parama (SGB XI 45d straipsnis).

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.nakos.de/data/Texte/2024/DAGSHG-Pflegeversicherung-Landesverordnungen.pdf



# 5. Pašalinkite lyčių nelygybę priežiūros srityje!

Politika turėtų sudaryti sąlygas potencialiems globėjams išlaikyti gyvenimo lygį ir socialines išmokas, jei prireikus globoti kitą asmenį tektų sumažinti darbo krūvį ar išvis išeiti iš darbo (taip pat žr. 2. Užtikrinkite patikimą ir pakankamą finansinę paramą). Taip galima sumažinti galimas neformalios pagalbos sąnaudas. Sprendimą, kas perims artimo šeimos nario, pavyzdžiui, tėvo ar vaiko, priežiūrą, lemia individualios priežastys: nuo emocinio ir fizinio artumo iki šeimos ir socialinių įsipareigojimų bei asmeninių įgūdžių. Tačiau labai svarbūs ir ekonominiai bei finansiniai aspektai. Globėjui sumažinus darbo krūvį ar apskritai išėjus iš mokamo darbo, padidėja galimos sąnaudos, jei globėju nusprendžia tapti asmuo, gaunantis didesnes pajamas.

Didesnis darbo užmokestis ir išmokos didina darbo vietų pagalbos teikimo sektoriuje patrauklumą, norintiems profesionaliai teikti pagalbą. Be to, viešosios kampanijos, kuriomis kovojama su lyčių stereotipais, turėtų gerinti vyrų atliekamo priežiūros darbo įvaizdį, kad jis taptų patrauklus.

Gerosios praktikos pavyzdžiai:

### Mokamos darbo atostogos (Italija)

Mokamos darbo atostogos suteikia galimybę globėjams išeiti priežiūros atostogų ir kartu išsaugoti savo darbo vietą. Italijoje darbuotojai-globėjai (asmenų su sunkia negalia giminaičiai iki antrojo giminystės laipsnio) turi teisę į mokamas darbo atostogas iki trijų dienų per mėnesį.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1992/02/17/092G0108/s



## Pensijų įmokos (Vokietija)

Vokietijoje socialinės priežiūros draudimas moka pensijų įmokas už neformalius globėjus, kurie reguliariai nedirba daugiau kaip 30 valandų ir reguliariai prižiūri vieną ar daugiau slaugomų asmenų ne mažiau kaip 10 valandų per savaitę. Įmokos mokamos tol, kol slaugytojas gauna visą senatvės pensiją ir sulaukia teisės aktais nustatyto pensinio amžiaus.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/pflege/online-ratgeber-pflege/leistungen-der-pflegeversicherung/leistungen-im-ueberblick/soziale-absicherung-fuer-pflegepersonen.html



## Neformalių globėjų ligos išmokos (Lietuva)

Ligos pašalpa už šeimos nario slaugą mokama, kai dėl būtinybės jį slaugyti prarandamos darbo pajamos.

Daugiau informacijos rasite čia:
https://socmin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/socialine-parama-kas-man-priklauso/slaugau-seimos-nari/



# 6. Neformalios globos vertinimas politikoje ir visuomenėje!

Neformali globa negali būti laikoma savaime suprantamu dalyku ir nėra tik privatus reikalas. Tai yra viešasis įsipareigojimas. Neformalūs globėjai padeda savo artimiesiems ir remia socialinės apsaugos sistemą. Europos Sąjungoje apie 80 proc. viso slaugos laiko skiria neformalūs globėjai. Tai sudaro 2,4–2,7 proc. Europos Sąjungos BVP (Huis in ‘t Veld, 2022).

Todėl neformali globa turi būti matoma šeimose, visuomenėje ir politikoje. Visuomenė turi pripažinti ir įvertinti globėjus. Jie nusipelno dėkingumo!



# Kiti projekto rezultatai

Be minėtų politinių rekomendacijų, „YoungCare“ siekia šių rezultatų:

1. **Kompendiumas: „YoungCare“ gairės: orientacinės gairės darbingo amžiaus asmenims su negalia ir jų neformaliems globėjams“**
   Šiose gairėse išryškinamos paslaugų teikimo spragos ir jų poveikis pagalbos reikalingų darbingo amžiaus asmenų su negalia bei jų neformalių globėjų gyvenimui. Į tai atkreipiamas dėmesys pasitelkiant portretus, liudijimus ir praktines žinias. Kompendiumą galima rasti čia: Kompendiumas (lietuvių kalba)

2. **Žemo slenksčio mokymosi platforma**
   Platformoje pateikiami praktiniai ir nacionaliniu lygmeniu orientuoti patarimai apie būstą ir gyvenimą, laisvalaikį ir mobilumą, dalyvavimą ir užimtumą, apie pagalbą darbingo amžiaus asmenims su negalia ir jų neformaliems globėjams. Platformą galima rasti čia: https://edu.youngcare.eu/

3. **Rekomendacijos profesionaliems pagalbos teikėjams**
   Rekomendacijomis siekiama skleisti informaciją apie problemas, su kuriomis susiduria darbingo amžiaus asmenys su negalia, kuriems reikalinga pagalba, ir jų neformalūs globėjai.

# Nuorodos


1. Araújo, M., Soeiro, J. (2021). Trabalho, reconhecimento e justiça social: o caso dos cuidados informais em Portugal. Labour, Recognition and Social Justice: The Case of Informal Care in Portugal. e-cadernos CES, 35, Políticas laborais e justiça redistributiva. https://doi.org/10.4000/eces.6164
2. BIFG (BARMER Institut für Gesundheitssystemforschung) (2023): Pflegebedürftige nach Pflegeleistung und Pflegegrad. https://www.bifg.de/publikationen/reporte/pflegereport/pflegebeduerftige-nach-pflegeleistung-und-pflegegrad (6th March 2025).
3. Boekel, D. v., Bernitt, J. (2023). National report: An Overview of the Situation of Informal Caregivers and Younger Adults in Need of Care in the Netherlands. https://youngcare.eu/wp-content/uploads/2023/12/YoungCare_NationalReport_Netherlands_Final.pdf (6th March 2025).
4. Eurocarers (2024). A fair deal for carers. Principles for employing informal carers. Eurocarers`Position Paper. https://eurocarers.org/wp-content/uploads/2024/10/Eurocarers-Fair-deal-for-carers.pdf (11h March 2025).
5. Fröhlich, K., Schulze, J., Helgers, Y., Duscha, A. (2023). National report: An Overview of the Situation of Informal Caregivers and Younger Adults in Need of Care in Germany. https://youngcare.eu/wp-content/uploads/2023/12/YoungCare_NationalReport_Germany_Final.pdf (6th March 2025).
6. Hielscher, V., Kirchen-Peters, S., & Nock, L. (2017). Pflege in den eigenen vier Wänden: Zeitaufwand und Kosten: Pflegebedürftige und ihre Angehörigen geben Auskunft. FF Forschungsförderung: No. 363. Düsseldorf: Hans-Böckler-Stiftung. https://www.boeckler.de/pdf/p_study_hbs_363.pdf (11th March 2025).
7. Huis in 't Veld, T., Korver, D., Orhan R., Berenschot, L. (2022): The economic value of informal long-term care. European Journal of Public Health, Volume 32, Issue Supplement. https://doi.org/10.1093/eurpub/ckac130.121 (11th March 2025).
8. (ISTAT) Istituto Nazionale di Statistica (2021). Audizione dell'Istat presso il Comitato Tecnico Scientifico dell'Osservatorio Nazionale sulla condizione delle persone con disabilità. https://www.istat.it/it/files/2021/03/Istat-Audizione-Osservatorio-Disabilit%C3%A0_24-marzo-2021.pdf (6th March 2025)
9. Naujanienė, R., Malinauskas, G., Daugėlienė, D., Ruškus, J., Motiečienė, R. (2023). National report: An Overview of the Situation of Informal Caregivers and Younger Adults in Need of Care in Lithuania. https://youngcare.eu/wp-content/uploads/2023/12/YoungCare_-NationalReport_ Lithuania_Final.pdf (6th March 2025)
10. Saavedra, I., Dantas, C. (2023). National report: An Overview of the Situation of Informal Caregivers and Younger Adults in Need of Care in Portugal. https://youngcare.eu/wp-content/uploads/2023/12/YoungCare_NationalReports_Portugal_Final.pdf (6th March 2025)
11. Schwinger, A., Zok, K. (2024). Häusliche Pflege im Fokus: Eigenleistungen, Belastungen und finanzielle Aufwände. WidOmonitor. Die Versichertenumfarge des wissenschaftlichen Instituts der AOK. Ausgabe 1/2024. https://www.aok.de/pp/index.php?ID=dumpFile&t=f&f=16146&token=49fcf3c45f0d992e2521fa4dfb8153acd81e5711&download= (6th March 2025)
12. Segurança Social (2022). Reconhecimento do estatuto do cuidador informal. https://www.seg-social.pt/reconhecimento-do-estatuto-do-cuidador-informal. (6th March 2025)
13. Teixeira, A. R., Alves, B., Augusto, B., Fonseca, C., Nogueira, J. A., Almeida, M. J., Matias, M. L., Ferreira, M. S., Narigão, M., Lourenço, R., Nascimento, R. (2017). Medidas de intervenção junto dos cuidadores informais – Documento Enquadrador, Perspetiva Nacional e Internacional. http://bit.ly/44fjXsS (6th March 2025)
14. Verricelli, G., Bartolucci, E., Zanna, B. (2023). National report: An Overview of the Situation of Informal Caregivers and Younger Adults in Need of Care in Italy. https://youngcare.eu/wp-content/uploads/2023/12/YoungCare_NationalReport_Italy_final.pdf (6th March 2025)
15. (WHO) World Health Organization (2024). Long-term care financing: lessons for low- and middle-income settings. Brief 10. Supporting informal long-term caregivers. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/379077/9789240100756-eng.pdf?sequence=1 (11th March 2025).



ISIS
AFEdemy age-friendly environments academy
SHINE 2Europe
VYTAUTO DIDŽIOJO UNIVERSITETAS MCMXXII
CADIAI COOPERATIVA SOCIALE
DER PARITÄTISCHE PARITÄTISCHE PROJEKTE Selbsthilfe