



PRO FAMILIA
SCHWEIZ
SUISSE
SVIZZERA

LAVORARE E PRENDERSI CURA DI UN/A PARENTE

ESSERE UN/ A
FAMILIARE CURANTE
IN SVIZZERA





FAMILIARE CURANTE IN SVIZZERA

I familiari curanti sono persone che dedicano regolarmente il loro tempo a una persona cara (genitore, figlio, vicino di casa, ecc.) che soffre di cattiva salute o di perdita di autonomia.

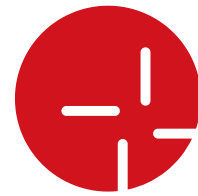
- In Svizzera, nel 2017, 9500 famiglie sono state colpite dalla disabilità di un bambino che richiede un'assistenza permanente.
- Nel 2016, quasi 300.000 persone dai 15 anni in su dipendevano dal sostegno di circa 900.000 familiari. Questi dati sono probabilmente sottostimati.
- Nel 2019, il 18% delle persone tra 25 e 80 anni ha aiutato almeno una volta alla settimana persone con limitazioni di salute.
- In media, le donne ci dedicano più tempo degli uomini (11,2 ore alla settimana contro 6,5 ore).
- Secondo l'UFS, nel 2016 i familiari curanti hanno effettuato un totale di 80 milioni di ore di lavoro non retribuite sotto forma di assistenza e cura, il che rappresenta un valore monetario di 3,7 miliardi di franchi all'anno.

SFIDE SOCIALI

- La popolazione svizzera sta invecchiando. Dopo il baby boom, possiamo aspettare un papy boom e le sue conseguenze sul sistema sanitario.
- Le donne a cui è stato a lungo assegnato il compito di familiare curante sono sempre più attive nel mercato del lavoro. Bisogna quindi trovare soluzioni appropriate per permettere alle donne di partecipare al mondo del lavoro e ai loro familiari di essere assistiti.
- Nei prossimi anni si aspetta una carenza di personale sanitario.
- Molte persone vogliono essere curate e/o morire a casa.



I bisogni di aiuto informale aumenteranno quindi in modo significativo ed è importante sostenere l'attività degli familiari curanti.



COSA DICE LA LEGGE?

- Il/la lavoratore/trice ha diritto al congedo pagato per assistere un membro della famiglia o il/la suo/a compagno/a. Questo congedo non deve oltrepassare tre giorni consecutivi per caso e dieci giorni all'anno in totale.
- Il congedo di assistenza ai familiari può essere concesso se il figlio del/della lavoratore/trice è gravemente malato. Quattordici settimane possono essere concesse ai genitori in un periodo di diciotto mesi. Possono essere prese in una volta sola o in forma di giorni e possono essere divisi tra i genitori.
- Gli/le assicurati/e che si prendono cura di ascendenti o discendenti o di fratelli e sorelle che hanno diritto a un'indennità di assistenza hanno diritto a un accredito per compiti assistenziali, a condizione che siano in grado di recarsi facilmente presso la persona assistita.
- I/le minorenni/e ricoverati/e a carico del sistema di assicurazione sociale hanno anche diritto a un'indennità di frequenza dopo un mese di calendario completo, a condizione che la presenza dei genitori sia dimostrata indispensabile ed effettiva.



Per ulteriori informazioni: Legge federale concernente il miglioramento della conciliabilità tra attività lucrativa e assistenza ai familiari



DOVE TROVARE AIUTO?

- La **CIPA** (Comunità di interesse Familiari curant) è l'association mantelo
La CIPA (Communauté d'intérêt des proches aidants) è l'associazione ombrello fondata per comunicare le preoccupazioni degli familiari curanti al mondo politico. Riunisce una decina di membri collettivi che agiscono a livello cantonale o nazionale: <https://www.cipa-igab.ch>
- Unità di cura temporanea
 - Diversi centri offrono un alloggio temporaneo (soggiorni brevi, assistenza diurna, ecc.) per alleggerire gli familiari curanti e permettere loro di continuare a lavorare o avere tempo per se.
- Assistenza domiciliare
 - I servizi di assistenza domiciliare forniscono assistenza medica e aiutano le persone a rimanere a casa. Sostengono anche gli assistenti familiari nel loro lavoro.
- Sostegno economico
 - accredito per compiti assistenziali
 - Indennità per i disabili
 - Supplemento per la cura intensiva
 - Contributo di assistenza



Si può anche cercare un sostegno economico da varie associazioni, così come un supporto nei compiti amministrativi:

- **Croce Rossa Svizzera**
- **Lega contro il cancro**
- **ProSenectute**
- **Pro Infirmis**



PRENDERSI CURA DI SE STESSI PER MEGLIO PRENDERSI CURA DEGLI ALTRI

Scambiare

- Diverse associazioni offrono sessioni di ascolto in modo che le persone possano discutere le varie situazioni che hanno vissuto. È inoltre importante condividere la propria vita quotidiana con la famiglia e gli amici.

Rimanere attivo/a

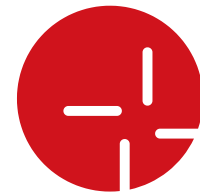
- Mantenere un'attività professionale è essenziale. Questo non solo garantisce un reddito finanziario, ma permette anche di mantenere i legami sociali fuori casa e di muoversi in un ambiente non segnato dalla malattia.
- L'attività fisica regolare fa bene fisicamente e mentalmente.

Chiedere aiuto

- È importante cercare aiuto, sia all'interno della famiglia che all'esterno, prima di stancarsi e di ammalarsi se stesso/a.

Non rinunciare alla propria vita

- Ci vuole molta forza per prendersi cura di una persona cara, quindi è anche importante prendersi cura di se stessi, sia parlando con gli amici o con un/a professionale, sia prendendo tempo per se stessi e riposandosi.



CONCLUSIONE



Essere un/a familiare curante è un lavoro quotidiano e di ampio respiro. Facilitare la conciliazione tra lavoro e cura di una persona cara permette a molti familiari curenti di portare a termine il loro compito senza esaurirsi.



È importante discutere con il/la suo/a datore/trice quando viene chiesto di aiutare i suoi familiari. Una buona comunicazione tra datore/trice di lavoro e dipendente facilita l'equilibrio tra lavoro e famiglia.



BIBLIOGRAPHIE

- Association des proches aidants Valais. (s.d.) Proches aidants: Savoir aider au quotidien. [Online] consultato il 30.08.2021.
- Berthod M.-A., Papadaniel Y., Brzak N. (2017). Entre monde du travail et accompagnement de fin de vie. Lausanne : HES SO et EESP.
- Comunità di interesse Familiari curanti (s.d.) Su di noi. [Online] consultato il 10.09.2021.
- Gnaegi, P. (2021). La politique familiale en Suisse, éditions Schultess, Zürich.
- Giornata inter-cantonale dei familiari curanti (2021). Con te io posso... [Online] consultato il 20.09.2021.
- Legge federale concernente il miglioramento della conciliabilità tra attività lucrativa e assistenza ai familiari (2019), FF 2019 72 17.
- Office fédéral de la statistique (2021). Les familles en Suisse: rapport statistique 2021, OFS, Neuchâtel. [Online], stato pubblicato il 11.05.2021, consultato il 13.09.2021.
- Promozione Salute Svizzera (2021). Mi prendo cura di me e dei miei cari: per le persone che assistono e si prendono cura dei loro familiari. [Online] stato pubblicato il 23.03. 2021, consultato il 20.09.2021.