

## Положение молодых опекунов

В Германии слишком мало внимания уделяется молодым людям, выполняющим обязанности по уходу. Поэтому существует недостаточная осведомленность об их положении – как среди самих молодых людей, так и среди консультантов.

### Разнообразная деятельность по поддержке и уходу



Обмен информацией с медицинскими страховыми компаниями и учреждениями



Выполнение домашних дел



Совершение покупок



Присмотр за братьями и сестрами



Помощь в личной гигиене родственников



Оказание эмоциональной поддержки родственникам

Когда на детей и молодых людей возлагается слишком большая ответственность, это может привести к физическим и психологическим проблемам. Слишком часто молодые опекуны остаются один на один со своими заботами и тревогами. Это может быть связано с тем, что они хотят защитить своего больного члена семьи или не знают, к кому обратиться. Кроме того, молодые люди часто не воспринимают себя в качестве опекунов.

### Выходные данные

Данный флаер является частью работы Федерального правительства по связям с общественностью; он распространяется бесплатно и не предназначен для продажи.

#### Издатель:

Bundesministerium  
für Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend  
11018 Berlin  
[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

По всем вопросам обращайтесь по нашему телефону:

030 20179130

Понедельник-четверг 9.00-18.00

Факс: 030 18555 4400

Электронная почта: [info@bmfsfj.service.bund.de](mailto:info@bmfsfj.service.bund.de)

#### Распространитель:

Publikationsversand der Bundesregierung  
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock, Deutschland

Тел.: 030 18 272 2721, факс: 030 18 10 272 2721

Телефон с использованием языка жестов:

[gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de](mailto:gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de)

Электронная почта: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)

[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Артикул: 3FL278

По состоянию: на сентябрь 2023 г., 1-е издание

Дизайн: TLGG, 365 Sherpas GmbH

Фото: обложка: © screen moment,

Lisa Paus; © Bundesregierung/Steffen Kugler

Печать: MKL Druck GmbH & Co. KG, Ostbevern

В сотрудничестве с телефоном доверия

## NummergegenKummer



Kinder- und  
Jugendtelefon

116111

NummergegenKummer

freecall unterstützt durch  
die Deutsche Telekom



Федеральное министерство  
по вопросам семьи, пожилых людей,  
женщин и молодежи

# PAUSENTASTE

Предложение для детей и молодых людей,  
ухаживающих за членами семьи,  
нуждающимися в уходе: [www.pausentaste.de](http://www.pausentaste.de)



Уважаемый читатель!

Около 500 000 детей и подростков в Германии ухаживают за больными родственниками и нуждающимися в уходе. Они ухаживают за больным раком отцом, помогают бабушке, страдающей деменцией, или помогают своему брату, имеющему физические недостатки. Они самопожертвенно заботятся о многих вещах. Но кто позаботится о них?



Молодые люди, которые заботятся о члене семьи, не должны оставаться наедине со своими тяготами, заботами и тревогами. Именно поэтому в 2018 году Федеральное министерство по делам семьи запустило проект «Pausentaste – тот, кто помогает другим, иногда сам нуждается в помощи». Благодаря „Pausentaste“ («кнопка паузы») молодые люди с обязанностями по уходу могут получить бесплатные консультации и поддержку по телефону, электронной почте или в чате. Они могут конфиденциально обратиться к консультантам организации Nummer gegen Kummer e.V.

На интернет-портале [www.pausentaste.de](http://www.pausentaste.de) они также могут найти консультационные центры, дискуссионные группы и семинары, предлагаемые расположенными поблизости инициативными группами, ориентированными на молодых опекунов. Я искренне благодарна за ангажированность и разнообразные предложения этих инициатив.

Дети и молодые люди, на которых лежит обязанность по уходу, делают очень многое – как для своих близких, так и для нашего общества. Поэтому они нуждаются в хорошей поддержке, совете и внимании. Чтобы они могли нажать на «кнопку паузы», когда им это необходимо.

С наилучшими пожеланиями,

Лиза Паус

Федеральный министр по делам семьи, пожилых людей, женщин и молодёжи

## Три столпа

Молодые люди с обязанностями по уходу нуждаются в совершенно особой поддержке

### 1. Консультации для молодых опекунов



#### Консультации по телефону

с понедельника по субботу с 14:00 до 20:00 по телефону 116 111



#### Консультации по электронной почте и живой чат

[www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung](http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung)



#### Peer-to-Peer

По субботам предлагаются консультации молодыми волонтерами

### 2. Интернет-портал

Интернет-портал [www.pausentaste.de](http://www.pausentaste.de) предлагает регулярно обновляемые ссылки на эту тему и отчеты об опыте молодых людей, ухаживающих за хронически больными и нуждающимися в уходе родственниками. На интернет-портале молодые опекуны могут найти помощь поблизости от себя, а специалисты и родители могут скачать множество советов и материалов.

### 3. Сеть

С 2017 года существует сеть, в которую входят различные инициативы, горячие линии помощи и группы по интересам молодых опекунов. Сеть стремится к дальнейшему развитию служб поддержки и ежегодно проводит встречи для профессионального обмена. Кроме того, BMFSFJ рассылает каждые шесть месяцев внутренний информационный бюллетень.

## Целевые группы

С момента своего основания в 2018 году инициатива „Pausentaste“ адресована различным целевым группам и разработала для них специальные материалы. Помимо детей и молодых людей, выполняющих обязанности по уходу, она предназначена для родителей молодых опекунов и специалистов.



#### (Ухаживающие) дети и молодые люди

Создание динамичной общенациональной карты служб поддержки, разнообразных социальных медиа, способствующих повышению осведомленности общественности о положении молодых опекунов

#### Учителя

Разработка учебных материалов по теме «Дети и молодые люди, выполняющие обязанности по уходу»



#### Преподаватели вузов

Разработка и рассылка материалов для улучшения совмещения учебы и ухода за больными родственниками



Обширные материалы и вспомогательные услуги проекта „Pausentaste“ доступны бесплатно на сайтах [www.pausentaste.de](http://www.pausentaste.de) и [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de).