



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

EDY-CARE: METODOLOGIAS E FERRAMENTAS INOVADORAS DE EDUCAÇÃO ESCOLAR PARA GARANTIR A INCLUSÃO SOCIAL DE JOVENS CUIDADORES





EDY-CARE:

METODOLOGIAS E FERRAMENTAS INOVADORAS DE EDUCAÇÃO ESCOLAR PARA GARANTIR A INCLUSÃO SOCIAL DE JOVENS CUIDADORES

O projeto EDY-CARE foi financiado pelo Programa Erasmus + da União Europeia sob o Contrato de Subvenção N°2017-1-SE01-KA201-034583. O conteúdo deste relatório reflete apenas as opiniões do consórcio do projeto EDY-CARE. O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval do seu conteúdo, que reflete unicamente o ponto de vista dos autores, e a Comissão não pode ser considerada responsável por eventuais utilizações que possam ser feitas com as informações nela contidas.

Todos os direitos reservados: nenhuma parte do material deste manual pode ser reproduzida sem permissão específica por escrito.

“Se os profissionais nos tivessem ouvido, sentir-nos-íamos menos sozinhos”

Membro do grupo de trabalho da Eurocarers Young Carers

“Uma simples ação pode mudar a vida dos jovens cuidadores!”

Membro do grupo de trabalho da Eurocarers Young Carers

“A muitas pessoas é negado o futuro que poderiam ter e merecer, porque precisam de ajudar e dar às suas famílias agora”

Jovem cuidador na escola



Autores

Pauline Johanson, Universidade de Linnaeus (líder do projeto) – Suécia

Elizabeth Hanson, Universidade de Linnaeus (líder do projeto) – Suécia

Valentina Hlebec, Faculdade de Ciências Sociais, UL – Eslovénia

Karina Sirk, Faculdade de Ciências Sociais, UL – Eslovénia

Maja Mrzel, Faculdade de Ciências Sociais, UL – Eslovénia

Licia Boccaletti, Anziani e non solo società cooperativa – Itália

Alessandra Manattini, Anziani e non solo società cooperativa – Itália

Bruno Alves, Cuidadores Portugal – Portugal

Ana Ribas Teixeira, Cuidadores Portugal – Portugal

Francesca Centola, Eurocarers – Bélgica

Líder do projeto: pauline.johansson@lnu.se

AGRADECIMENTOS

A equipa do EDY-CARE gostaria de agradecer a todos os que participaram, deram apoio e colaboraram neste trabalho. Não teria sido possível sem eles.

Na Suécia: The Swedish Family Care Competence Centre. Na Eslovénia: Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in umetniška gimnazija Ljubljana. Em Itália: CFP Nazareno, Carpi. Em Portugal: Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia; Direção Regional Norte do Instituto Português do Desporto e da Juventude; Administração Regional de Saúde do Norte; Direção Geral da Educação; Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens; Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto; Escola Secundária Dr. Joaquim Gomes Ferreira Alves – Valadares. Além disso, os participantes dos grupos de co-desenvolvimento e todos os alunos, professores e funcionários das escolas participantes. Finalmente, gostaríamos de expressar a nossa mais profunda gratidão ao professor Saul Becker por dar a sua permissão para usar, traduzir e divulgar o MACA, juntamente com os membros do Grupo de Trabalho Eurocarers Young Carers e Carers Trust por todas as suas contribuições e inspiração.

O projeto EDY-CARE foi financiado pelo Programa Erasmus + da União Europeia sob o Contrato N°2017-1-SE01-KA201-034583. O conteúdo deste relatório reflete apenas as opiniões do consórcio do projeto EDY-CARE. A União Europeia não é responsável por qualquer uso que possa ser feito das informações aqui contidas.

Todos os direitos reservados: nenhuma parte do material deste manual pode ser reproduzida sem permissão específica por escrito aos autores líderes do projeto.



PREFÁCIO

“As crianças deverão ter o direito à proteção e cuidados necessários para o seu bem-estar”

A Carta dos Direitos Fundamentais da União Europeia, que se aplica às instituições e órgãos da EU, e aos Estados-Membros quando empregam o direito da União Europeia, afirma claramente que as crianças têm o direito ao cuidado. No entanto, existe um número significativo de crianças e jovens, que ao invés de serem cuidados, encontram-se numa situação na qual precisam de cuidar dos seus pais, avós ou irmãos; isto é frequentemente esquecido e desvalorizado. Em vez de viverem uma vida de interação social com os seus pares, descobrirem o mundo e divertirem-se, os jovens cuidadores têm de administrar medicamentos, chamar a ambulância ou lidar com os serviços sociais. Os jovens cuidadores são, na generalidade, invisíveis e, conseqüentemente, carecem de apoio, o que tem um impacto considerável no desempenho escolar, relacionamentos e vida adulta. Projetos como o EDY-CARE concedem ferramentas para identificar e ajudar jovens cuidadores a seguir os seus projetos de vida e a ter um bom desempenho escolar. Escolas, professores e outros profissionais que trabalham diretamente com crianças no setor educativo estão melhor posicionados para apoiar jovens cuidadores, com quem passam muitas horas. Assim sendo, é importante apoiar estes profissionais na sua missão crucial. O projeto EDY-CARE, financiado pelo projeto Erasmus +, não proporciona apenas ferramentas práticas para profissionais; mas também dá voz aos jovens cuidadores. Como vice-presidente da Comissão Europeia responsável pela democracia e demografia, tenho, também, a tarefa de preparar uma estratégia abrangente da UE para os direitos da criança, incluindo crianças que estão em situações particularmente vulneráveis e requerem atenção adicional e cuidado. Estou empenhada em garantir que todas as crianças tenham um início de vida igualitário e promissor e acesso a oportunidades reais.



Dubravka Suica
Vice-Presidente da Comissão Europeia para a Democracia e Demografia

Como parceira líder no projeto Erasmus + EDY-CARE da UE e no meu papel de vice-presidente de Investigação da Eurocarers, é um prazer imenso apresentar-lhe o Manual EDY-CARE, ou seja, a todos aqueles que, no seu papel como professores e funcionários da escola (enfermeiros escolares, conselheiros, psicólogos, diretores, jovens trabalhadores, treinadores de jovens), conhecem jovens prestadores de cuidados nas suas escolas todos os dias em toda a Europa.

Os jovens cuidadores são jovens que desempenham um papel relevante nas nossas sociedades, uma vez que prestam ajuda, apoio e assistência a um membro da família mais velho, doente e / ou com deficiência ou outro problema significativo, numa base regular. Infelizmente, a sua situação ainda permanece invisível para muitos profissionais. O projeto EDY-CARE está orientado para os profissionais escolares, pois a investigação destacou que jovens cuidadores com níveis intensivos de responsabilidades de cuidados correm o risco de deixar a escola sem qualificações, o que, por sua vez, traz consequências negativas tanto para as suas vidas como para a sociedade como um todo. O projeto EDY-CARE está enquadrado no contexto político da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança, que declara que todas as crianças têm direito (entre outros) ao ensino (artigos 28º e 29º). Além disso, a estratégia Europa 2020 inclui como meta a redução da taxa média da UE de abandono escolar precoce para menos de 10%.

Os quatro membros da Eurocarers, Universidade de Linnaeus, SE (líder do projeto), Universidade de Liubliana, SL, Anziani e non Solo, IT e Cuidadores Portugal, PT juntamente com o secretariado da Eurocarers, trabalharam, também, com funcionários da escola e jovens cuidadores nos seus respetivos países para coproduzir este manual. Esperamos sinceramente seja um recurso útil, fornecendo metodologias e ferramentas para alcançar e identificar os jovens cuidadores e, subsequentemente, fornecer o suporte adequado e oportuno. O objetivo final é permitir que os jovens cuidadores deixem a escola com aproveitamento e, ao fazê-lo, ajudá-los a cumprir os seus objetivos de vida.



Elizabeth Hanson
Vice-Presidente
de Investigação
na Eurocarers



1. Introdução.....	10
Projeto EDY-CARE	11
2. Jovens cuidadores	12
Número de jovens cuidadores na Europa.....	13
Impacto da prestação de cuidados ilustrado com histórias da vida real	13
Bem-estar emocional.....	13
Saúde física	14
Ambiente estável.....	14
Educação e socialização	15
3. Identificação.....	17
Como identificar um jovem cuidador numa sala de aula?	17
Impacto da prestação de cuidados na educação: ferramenta de avaliação Edy-care	18
4. Boas práticas europeias.....	21
4.1. Rumo a escolas amigáveis para jovens cuidadores	21
4.2. Rumo a uma abordagem multi-participativa no apoio a jovens cuidadores	29
5. Especificidades dos países	31
5.1. Caso Sueco	31
Síntese nacional	31
Descrição do contexto nacional em prol da inclusão e educação	31
Estratégias de co-criação – o que fizemos na Suécia?	31
Descrição das ferramentas nacionais de apoio educativo	32
Como pode ajudar jovens cuidadores na sua sala de aula?	32
O que falta	32
5.2. Caso Esloveno.....	33
Síntese nacional	33
Descrição do contexto nacional em prol da inclusão e educação	33
Estratégias de co-criação– o que fizemos na Eslovénia?	33
Como pode ajudar jovens cuidadores na sua sala de aula?	34
O que falta?.....	35
5.3. Caso Italiano	36
Síntese nacional	36
Descrição do contexto nacional em prol da inclusão e educação	36
Estratégias de co-criação– o que fizemos em Itália?	36
Como pode ajudar jovens cuidadores na sua sala de aula?	37
O que falta?.....	37
5.4. Caso Português.....	38
Síntese nacional	38
Descrição do contexto nacional em prol da inclusão e educação	38
Estratégias de co-criação– o que fizemos em Portugal?	39
Como pode ajudar jovens cuidadores na sua sala de aula?	40
O que falta	41
6. Conclusões e recomendações políticas	42
Referências.....	44
7. Anexos	47



1. INTRODUÇÃO

Uma percentagem de jovens em toda a Europa desempenha um papel significativo na prestação de cuidados aos seus familiares doentes e/ou deficientes. A realidade da situação dos jovens cuidadores e a sua expressão é recentemente cada vez mais objeto de estudo (Leu et al., 2019).

O fenómeno dos jovens cuidadores tem sido amplamente invisível na política social e no contexto profissional. A realidade é que existem crianças e jovens com responsabilidades significativas e substanciais a cuidar da família ou outro elemento significativo. Ademais, podem enfrentar uma diversidade de dificuldades, se não forem bem apoiados, e os jovens cuidadores podem estar numa situação mais vulnerável e até arriscar comprometer o seu próprio desenvolvimento, saúde, bem-estar e oportunidades de vida.

Em alguns contextos e países da Europa, cuidar de alguém pode ser considerado natural, sendo que os jovens prestadores de cuidados raramente se reconhecem como tal, o que contribui para que os profissionais de saúde, sociais e educacionais não estejam cientes da existência de jovens prestadores de cuidados. É um desafio para os profissionais conhecerem as necessidades, preferências e situação dos jovens cuidadores e os efeitos que os papéis de cuidar têm nas suas vidas quotidianas e na vida futura (Leu & Becker, 2016).

No entanto, é importante destacar que as atividades associadas à prestação dos cuidados podem ter um impacto positivo sobre os jovens cuidadores, como um maior nível de maturidade; podem ter uma melhor capacidade de realização de trabalho independente; relacionarem-se melhor com os adultos; oportunidades para desenvolver habilidades; competências de gestão de situações desafiadoras; aquisição de conhecimento sobre como trabalhar e lidar com as pessoas no geral e, ganhar autoconfiança, um maior grau de tolerância, empatia, autoestima, valor próprio e fortalecimento das relações familiares (Aldridge et al., 2016).

Contudo, quando não são bem apoiadas, a prestação de cuidados pode ter um impacto negativo na educação dos jovens cuidadores, na medida em que podem impedi-los de trabalhar produtivamente nas escolas, de manter a frequência regular das aulas e alcançar os seus objetivos de aprendizagem. Numa perspetiva a longo prazo, isso pode levar a menos oportunidades de trabalho e progressão dos seus estudos, assim como experienciar exclusão social. Ao investir em metodologias educativas inovadoras e capacitação direcionada aos profissionais da escola, este projeto teve como objetivo promover ambien-

tes escolares favoráveis aos jovens cuidadores e melhor apoiar os jovens cuidadores, a fim de melhorar as suas oportunidades educacionais e de vida.

PROJETO EDY-CARE

Este projeto, *Metodologias e ferramentas inovadoras de educação escolar para garantir a inclusão social de jovens cuidadores (Edy-care)*, objetiva capacitar professores e outros funcionários da escola (tais como, enfermeiros escolares, psicólogos, assistentes sociais, gerência) no ensino secundário (nível ISCED-3) para reconhecer adolescentes jovens cuidadores (dos 16 aos 19 anos) nas aulas e maximizar as suas oportunidades de aprendizagem, enquanto é garantida a sua inclusão social.

Os objetivos específicos do projeto são os seguintes:

- Desenvolver uma ferramenta de avaliação que possa ajudar professores e outros funcionários da escola a identificar jovens cuidadores;
- Elaborar um manual com orientações e recomendações sobre como os professores e funcionários da escola podem trabalhar melhor com jovens cuidadores;
- Desenvolver um curso *online* aberto (MOOC- *Massive Open Online Course*) para treinar professores e outros funcionários da escola sobre o fenómeno dos jovens cuidadores, as suas necessidades e preferências.

Ao disponibilizar metodologias educacionais inovadoras e de treino para os professores e outros funcionários da escola, o EDY-CARE contribui para a promoção de ambientes escolares amigáveis dos jovens cuidadores.

MANUAL EDY-CARE

Este manual foi desenvolvido nos países parceiros do projeto - Suécia, Eslovénia, Itália e Portugal - apoiados por Bruxelas. O manual tem como propósito ser um guia para os funcionários das escolas sobre como podem trabalhar da melhor maneira para apoiar e capacitar os jovens cuidadores.

O Manual é direcionado a professores e outros funcionários profissionais das escolas interessados em conhecer mais sobre os jovens cuidadores, como identificá-los na escola, as boas práticas europeias e o que fazer para apoiá-los nas escolas.

2. JOVENS CUIDADORES

Os jovens que têm a responsabilidade de prestar cuidados são definidos na literatura como jovens cuidadores (JC), isto é: *“crianças e jovens menores de 18 anos que prestam ou pretendem prestar cuidados, assistência ou apoio a outro membro da família. Realizam tarefas de cuidado significativas ou substanciais, muitas vezes numa base regular, e assumem, um nível de responsabilidade que normalmente estaria associado a um adulto”* (Becker, 2000, p. 378).

Jovens adultos cuidadores são indivíduos entre os 18 e 24 anos que prestam ou pretendem prestar cuidados, assistência ou apoio a outro membro da família sem remuneração. A pessoa que recebe cuidados geralmente é um dos pais, mas pode ser um irmão, avô, parceiro, filho ou outro parente com deficiência, doença(s) crônica(s), problemas de saúde mental ou outras condições (incluindo uso indevido de substâncias) associadas a uma necessidade de cuidados, apoio ou supervisão (Becker, 2000). As tarefas e o nível de assistência dependem de vários fatores, incluindo a natureza da doença ou incapacidade, o nível e a frequência da necessidade de assistência, bem como a estrutura e o apoio de outros membros da família. Os jovens cuidadores regularmente assumem responsabilidades emocionais e/ou práticas de cuidado que, por norma, seriam esperadas de um adulto e podem abarcar as seguintes atividades:

TAREFAS DOMÉSTICAS

ex. limpar, cozinhar, lavar a louça ou roupa, etc.

CUIDADO PESSOAL

ex. ajudar a pessoa a vestir e despir, dar banho e fazer a higiene diária, administrar medicamentos ou trocar curativos etc.

GESTÃO DOMÉSTICA

ex. compras, reparos domésticos, carregar objetos pesados, etc.

APOIO EMOCIONAL

ex. vigiar a pessoa, supervisionar, levá-la a passear.

GESTÃO FINANCEIRA

ex. ajudar a pagar as contas, trabalhar a tempo parcial, etc.

ASSISTÊNCIA AOS IRMÃOS

ex. cuidar de irmãos sozinho/a ou com um progenitor presente.

Baseado na Multidimensional Assessment of Caring Activities (MACA-YC18)¹

NÚMERO DE JOVENS CUIDADORES NA EUROPA

Embora, haja, atualmente, uma insuficiência nos dados acerca do número de jovens (adultos) prestadores de cuidados na Europa, algumas estatísticas e projetos-piloto nacionais ajudaram a desvendar um substancial- e ainda amplamente desconhecido- grupo populacional. O Reino Unido, país líder nesta área de pesquisa, esti-

¹ MACA-YC18 Copyright © 2012 (Becker, Becker, Joseph & Regel, 2012)

mou que cerca de 8% da sua população entre os 11 a 18 anos são jovens cuidadores.

Os censos de 2011 do Reino Unido (Inglaterra e País de Gales) (Carers Trust, 2011) revelaram que existem 177.918 jovens cuidadores com menos de 18 anos, porém, o número tem aumentado, sendo que houve mais 27.976 jovens cuidadores do que em 2001 (um aumento de 19% em 10 anos). Na Irlanda, em 2016 (Central Statistics Office, 2016) foram sinalizadas 3.800 crianças menores de 15 anos que se dedicam a cuidar de outras pessoas, representando 1,9% de todos os cuidadores. Metade dessas crianças (1.901) prestadoras de cuidados não remunerados tinham 10 anos ou menos. Em Itália, de acordo com as estatísticas nacionais mais recentes (ISTAT, 2015), existem 391.000 jovens e jovens adultos cuidadores (15 a 24 anos), correspondendo a 6,6% da população total.

Os censos e as estatísticas oficiais são importantes. Contudo, correntemente, negligenciam jovens cuidadores ou subestimam o seu número (o adulto que preenche os censos pode não estar ciente/desejar revelar que na sua família há um jovem cuidador). Como confirmação, dados não oficiais da BBC News (Kendall, 2018) revelaram que existem 800.000 jovens cuidadores, em Inglaterra (por oposição aos 166.000 identificados pelos Censos). Para outros países, projetos de pesquisa ou fontes não oficiais cedem os seguintes números estimados de jovens cuidadores: Holanda 6%, 13-17 anos (Leu et al., 2019), Irlanda 6,6%, 15-24 anos (Escritório Central de Estatística), 2016), Suécia 7%, 14-16 anos (Nordenfors et al., 2014) e Suíça 7,9%, 10-15 anos (Leu et al., 2019), enquanto noutros países não existem dados disponíveis (como Portugal e Eslovénia) (Eurocarers, 2017).

IMPACTO DA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS ILUSTRADO COM HISTÓRIAS DA VIDA REAL

O projeto EDY-CARE, na Suécia, Eslovénia, Itália e Portugal, reuniu histórias da vida real que ajudam a refletir o impacto que a prestação de cuidados pode ter na vida dos jovens cuidadores. Professores e outros funcionários da escola- como psicólogos, enfermeiros escolares e assistentes sociais – necessitam de estar cientes desse potencial impacto, já que trabalham em estreita colaboração e mantêm contacto regular com crianças e jovens, alguns dos quais jovens cuidadores. Esses profissionais podem desempenhar um papel importante como 'confidentes' e têm a capacidade de proporcionar orientação e apoio.

Para melhor entender a realidade quotidiana dos jovens cuidadores, as seguintes histórias de vida, registadas em citações, são ilustradas abaixo.

BEM-ESTAR EMOCIONAL

Os jovens cuidadores podem sentir-se confusos, vivenciar altos níveis de preocupação, depressão, ansiedade, nervosismo e outros problemas mentais (CareSearch, 2019; The Children's's Society, 2018; Aldridge et al., 2016; Carers Trust, 2016). Podem, igualmente, experienciar um sentimento de culpa, ao deixar a pessoa de quem cuidam quando frequentam a escola, e um medo de perder o seu parente ou de herdar a mesma doença, juntamente com uma sensação de desamparo ou de pouco controlo sobre a sua situação. Podem, também, distrair-se, na escola, devido à preocupação com a pessoa de quem cuidam (Carers Trust 2017a; Aldridge et al., 2016).

“Fico de consciência tão pesada quando agora sinto que deixo a minha mãe e sei que ela está bêbada, e depois deves sentar-te lá na escola, ouvir o professor e tentar fazer o teu melhor” (David, 17 anos, Suécia).

“Imediatamente depois das aulas, decidia ir para casa no primeiro autocarro disponível porque me sentia culpado, pois enquanto eu estava na escola, a minha mãe tinha de cuidar do meu pai... Lembro-me de incontáveis serões e noites quando a minha mãe e eu pensávamos sobre como iríamos sobreviver nesse mês, o que precisava de ser feito, e assim por diante. O sentimento de solidão, em seguida, transformou-se em depressão.... Estávamos sozinhos nisto, sem orientação e ajuda. Ninguém nos ensinou como cuidar e lidar com os desafios que vieram.... Os desafios que enfrentei eram mais de natureza psicossocial, não tanto físicos, nem mesmo económicos. Naquela época, seria particularmente útil, ter a oportunidade de falar com um psicólogo ou um assistente social que me pudesse ajudar a entender que eu não era obrigado a colocar a minha vida em módulo de "pausa / espera" e para me ajudar a livrar do sentimento de culpa.” (Sandi, ex-jovem cuidador, Eslovénia).

“A minha mãe diz-me que está bem, mas não acho que uma pessoa que nunca sai e que não faz nada sozinha possa estar bem. Ela é boa a fingir que se sente bem e a sua capacidade de disfarçar os sentimentos verdadeiros assusta-me muito. Estou constantemente com medo, vivo com o pavor de que ela se possa magoar, como fez no passado” (Ylenia, 17 anos, Itália).

“O que mais me preocupa é o comportamento da minha avó com Alzheimer. Tem sido muito difícil, ela é agressiva às vezes e nem nos reconhece” (Bárbara, 17 anos, Portugal).

“O meu pai morreu, no ano passado, e a minha mãe foi diagnosticada com cancro da mama. Às vezes, sentia vontade de chorar, mas não podia, porque seria muito egoísta da minha parte” (Alexandre, 17 anos, Portugal).

SAÚDE FÍSICA

Os jovens cuidadores podem sentir uma privação do sono, o que leva à fadiga, falta de concentração, podendo contribuir igualmente para dificuldades em acompanhar os trabalhos de casa (Aldridge et al., 2016). Podem, além do mais, ser afetados devido a estilos de vida inadequados, com a prestação de cuidados ao longo da noite, e repetidamente ter de levantar um adulto pesado (The Children’s Society 2018; Carers Trust, 2018; Carers Trust, 2017a).

“Estou sempre cansado, esforço-me para concluir os meus compromissos e manter-me focado, ou melhor, acordado, durante as aulas. Quase todas as noites, o meu irmão acorda-me para ler um livro sobre elétricos, a sua grande paixão. Todas as noites o mesmo livro. Ele quer fazer isso apenas comigo e fica muito zangado quando os nossos pais tentam assumir o meu lugar. Então, passamos, pelo menos, uma hora a ver diferentes modelos de elétricos, e depois ele adormece, mas isso não acontece comigo... não consigo adormecer de novo e muitas vezes vejo o nascer do sol” (Giovanni, 18 anos, Itália).

“Eu ajudo o meu avô a tomar banho e às vezes tenho que segurá-lo com os meus braços. Tenho que suportar o corpo dele” (Ricardo, 16 anos, Portugal).

AMBIENTE ESTÁVEL

Os jovens cuidadores podem viver experiências traumáticas, incluindo ruturas na família, como o divórcio ou a morte, perda de rendimento e habitação, o que causa desafios adicionais para enfrentar a situação (CareSearch, 2019), além de gerirem os efeitos negativos de uma doença na pessoa de quem cuidam (Carers Trust, 2017a; Carers Trust, 2014).

“É como viver numa montanha russa, quando a situação parece calma, aqui vem outra descida, mais longa e profunda do que a anterior. Desde que a minha mãe faleceu, devido a uma doença terrível, o meu pai afogou a sua dor no álcool. Há dias em que parece tranquilo, enquanto outros não consegue sair da cama e ir trabalhar. Por agora, o chefe dele parece entender, mas não sei por mais quanto tempo vai durar, não podemos viver sem o seu salário. Depois de eu cuidar da minha mãe durante anos, agora é o meu pai que precisa de mim. Às vezes questiono-me: quem cuida de mim?” (Marco, 16 anos, Itália).

Aos 14 anos Tiago parece ser demasiado novo para carregar um peso tão grande. Mas é ele quem ajuda a cuidar da mãe, que luta contra um cancro. *“Percebi que tinha de o fazer quando a minha mãe chegou com os resultados do exame. Ela ficou de rastos e eu comecei logo a cuidar dela”*. Há dois anos, enquanto o pai trabalha, cabe a Tiago dar a comida através de seringa, ajudá-la a vestir-se e a fazer a higiene diária. Os cuidados foram aumentando à medida que a família combatia a doença. E este Verão, Tiago não foi um único dia à praia para ficar com a mãe em casa. *“Cheguei a chorar, mas é a minha mãe e ela é uma guerreira”*. Na escola, Tiago tenta ter uma vida normal, mas muitas vezes está nas aulas a pensar na mãe, se está tudo bem, se as feridas da mão (efeito da quimioterapia) estão a sarar.” (Tiago, 14 anos, Portugal).

EDUCAÇÃO E SOCIALIZAÇÃO

Os jovens cuidadores experienciam consequências na sua vida social (por exemplo, poucos contactos, estigma social e bullying) (Sempik & Becker, 2013). As atividades alusivas à prestação de cuidados podem impedi-los de trabalhar produtivamente nas escolas, com uma frequência regular das aulas, realização das metas de aprendizagem e conclusão da educação formal do ensino secundário (Becker & Leu, 2014; Aldridge & Becker, 2003). As responsabilidades de cuidar podem ter um impacto negativo no envolvimento e desempenho académico e os jovens cuidadores enfrentam problemas, tais como dificuldade de concentração nas aulas e outras adversidades, nomeadamente o não cumprimento de prazos, tempo limitado para terminar os trabalhos de casa e faltas à escola para prestar assistência (Aldridge et al., 2016). Efeitos a curto prazo (desempenho insuficiente, ausência e abandono) provocam consequências a longo prazo (baixa empregabilidade devido a qualificações e atitudes educacionais negativas em relação ao ensino superior) (Becker & Leu, 2014). A ausência de competências sociais e a baixa autoestima podem comprometer a sua vida pessoal e futuras oportunidades de trabalho. Os jovens cuidadores dedicam menos tempo ao seu desenvolvimento pessoal, convívio com amigos e outras atividades sociais (CareSearch, 2019). Estão, por isso, em risco de exclusão social e pobreza (Becker & Leu, 2014).

“Eu estava tão sozinha e pensei que ninguém mais passasse pelo mesmo que eu. Não contei a ninguém o que se passava em casa. Tinha vergonha da minha família porque me sentia tão diferente das outras famílias”. (Camilla, 16 anos, Suécia)

“Era assim para mim evidente que deveria passar a maior parte do meu tempo da tarde a cuidar dele e a organizar os meus desejos e tempo de lazer em conformidade. Neste período, o maior desafio para mim foi a sensação de que eu não era capaz de falar disto com ninguém, exceto a minha mãe sobre tudo o que acontecia em casa.... Um dos principais desafios foi a decisão de não ir para a universidade e ficar em casa”. (Sandi, ex-jovem cuidador, Eslovénia).

“Na escola Tiago tenta ter uma vida normal, mas muitas vezes está nas aulas a pensar na mãe, se está tudo bem, se as feridas da mão (efeito da quimioterapia) estão a sarar. “Cresci muito. Tudo na minha vida mudou. Às vezes, oiço os meus colegas a falar e vejo que não sabem o que é enfrentar a vida. Na escola muitos professores desconhecem a minha história e, talvez por isso, não percebiam que às vezes, parece que estou mais distraído ou não me interessava pelas aulas. Mas a verdade, é que nos últimos tempos tem sido mais difícil acompanhar a matéria, pois não tenho cabeça nem apetite para estudar ou fazer os trabalhos de casa.” (Tiago, 14 anos, Portugal)

“Eu não tenho muitos amigos na escola, sou muito tímida e tenho muitas dificuldades em fazer novos amigos. Na escola fui vítima de bullying por um grupo de raparigas que colocaram chicles no meu cabelo. Eu nunca convidei um amigo para ir a casa, porque tenho medo das possíveis reações da minha mãe e, por outro lado, nunca fui convidada para ir a casa de alguém.” (Greta, 16 anos, Itália).



3. IDENTIFICAÇÃO

COMO IDENTIFICAR UM JOVEM CUIDADOR NUMA SALA DE AULA?

Segue-se uma checklist para ajudar os professores a identificar possíveis JC² (Carers Trust, 2017b).

PARECE FAMILIAR?

Pode haver muitas razões pelas quais um jovem se enquadre nos indicadores listados abaixo. No entanto, responder positivamente a todos, ou na sua maioria, é um possível indicativo de um jovem cuidador. Já explorou ou tem informações sobre a situação familiar da criança? Sabe se existe a possibilidade de que ele/ela esteja a prestar cuidados a alguém?

Uma vez identificados os jovens que podem ser cuidadores, pode usar o questionário de avaliação (MACA e as explicações da lista) para analisar que tipo de responsabilidades um jovem cuidador tem e quais as circunstâncias familiares que o acompanham

CONHECE UM JOVEM QUE:

- não é pontual, com frequência, ou falta dias e semanas sem motivo?
- está, muitas vezes, cansado, ansioso ou retraído?
- tem problemas socialmente ou em fazer amizades?
- em contrapartida, sabe relacionar-se com adultos e apresenta bastante maturidade para a idade?
- é vítima de *bullying*? por vezes, está explicitamente vinculado a um membro familiar
- está deprimido?
- demonstra dificuldades ao nível da concentração, enquanto trabalha?
- evidencia inconveniências para participar nas atividades extracurriculares ou viagens escolares?
- isola-se devido à sua situação familiar ou por não expressar competências sociais com os colegas (e ainda assim confia nos adultos)?
- não entrega ou conclui os trabalhos de casa a tempo e com um baixo padrão ou uma queda súbita e inexplicável de resultados?
- sofre de ansiedade ou angústia por causa de um parente doente ou com deficiência?
- exhibe problemas comportamentais?
- chora na sala de aula?
- evidencia problemas físicos como dores nas costas (talvez devido a exercícios pesados)?
- é reservado quanto à sua vida em casa?
- mostra sinais de negligência ou má alimentação ou falta de dinheiro para almoçar?
- os pais não estão envolvidos com a escola ou não participam em eventos escolares?

2 (Desenvolvido por: supporting young carers in school: a step-by-step guide for leaders, teachers and non-teaching staff, step 7, tool 1: checklist of signs a pupil is a young carer, carers trust and the children's society, disponível em <https://professionals.carers.org/step-step-guide-raising-awareness-schools-staff-about-young-carers> .reproduzido com a gentil permissão de carers trust).

IMPACTO DA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS NA EDUCAÇÃO: FERRAMENTA DE AVALIAÇÃO EDY-CARE

A fim de ajudar professores e profissionais das escolas a identificar jovens cuidadores, foi desenvolvida uma ferramenta de avaliação, com o foco nos impactos percebidos do papel de jovens cuidadores, na sua educação.

A ferramenta de avaliação EDY-CARE é **altamente inovadora**, uma vez que, nos países envolvidos na parceria, não há evidências de instrumentos semelhantes em uso, nos contextos escolares atuais.

Para melhor identificar possíveis jovens cuidadores nas escolas, o MACA-YC18 (Joseph, Becker & Becker, 2012) foi usado como parte da ferramenta. Especificamente, este foi o ponto de partida do desenvolvimento e provou ser sensível ao contexto do país em termos de expectativa de um valor médio das atividades de assistência para distinguir os prestadores de cuidados dos não prestadores de cuidados. O valor médio inicial avaliado, no contexto do Reino Unido, demonstrou ser muito baixo para distinguir um jovem cuidador de um jovem não cuidador de outros países. De facto, nesses países, uma variedade de situações da vida pode levar um jovem a implementar uma grande quantidade de atividades em casa (portanto, pontuações mais altas no MACA) sem que retrate um cuidador.

Como consequência desses resultados, a equipa da EDY-CARE desenvolveu uma inovadora série de declarações de múltipla escolha para entender situações específicas da vida dos jovens. A sua elaboração adotou uma abordagem de bottom-up, durante as sessões de brainstorming, pelos membros da equipa eslovena do projeto que, em seguida, por um processo de círculos interativos, completaram o primeiro rascunho que foi posteriormente comentado e refinado por toda a equipa do projeto. A versão redigida foi, então, traduzida para idiomas nacionais, verificada por grupos nacionais de stakeholders (por exemplo, professores) e jovens cuidadores, e conduzida empiricamente em várias salas de aula de todos os países participantes. A equipa eslovena do projeto analisou os dados reunidos e preparou um draft do relatório, que foi revisto pelas equipas nacionais, as quais propuseram declarações adicionais para completar integralmente a sequência.³

Desta forma, os parceiros do projeto **expandiram o questionário MACA para uma série de *flow-up* itens**, para avaliar se o jovem implementa tarefas extras em casa por causa das suas responsabilidades de cuidar ou por outras situações da vida.

A **ferramenta de avaliação** Edy-Care permite ao usuário determinar a **quantidade de atividades** que um jovem realiza para a sua família, as razões prévias desse envolvimento e o impacto (percebido) dessas tarefas na experiência educativa do jovem.

RESULTADOS

O questionário de autoavaliação Edy-Care foi preenchido por um total de 574 alunos com participação

³O relatório *The report Impact of Caring Activities on Education an Assessment Tool, describing the process and results*, pode ser acessado na Plataforma de Resultados do Projeto Erasmus <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplu-project-details/#project/2017-1-SE01- KA201-034583>

na prestação de cuidados. A maioria dos participantes tinha 19 anos, dos quais 342 (85,3%) pertenciam à amostra eslovena e 66 (94,3%) à amostra sueca. Os participantes das outras duas amostras eram mais jovens. Na amostra italiana, 25 (58,1%) participantes tinham 18 anos e 16 (37,2%) tinham 17 anos, enquanto 45 (77,6%) participantes eram ainda mais jovens, de 16 anos, na amostra portuguesa. Este instrumento, também, foi ajustado ao idioma de cada parceiro do projeto (consultar Anexo 1).



Figura 1. Diferentes atividades realizadas por jovens prestadores de cuidados na Europa

Os resultados do projeto destacaram que os jovens de diferentes regiões da Europa realizam uma série de atividades, tais como: atividades domésticas, gestão doméstica, gestão financeira, cuidado pessoal, apoio emocional e assistência aos irmãos (ver, por favor, Figura 1 para uma visão geral dos principais cuidados realizados por jovens cuidadores).

Uma variedade de situações da vida pode levar um jovem a realizar uma grande quantidade de atividades em casa. Por exemplo:

- O jovem presta ajuda a alguém que tem uma doença física, mental, dependência, doença crónica ou qualquer outra necessidade de cuidados a longo prazo;
- O jovem realiza uma grande quantidade de tarefas domésticas porque vive numa família monoparental;
- O jovem cuida de irmãos, dado que ambos os pais trabalham a tempo inteiro (Figura 1).

OS RESULTADOS TAMBÉM REVELARAM QUE:

1. Os jovens cuidadores relataram responsabilidades superiores em comparação com os seus colegas que não prestam cuidados, especialmente uma maior quantidade de atividades em casa e na gestão doméstica, independentemente da pessoa de quem cuidam (avós, pais, irmãos, etc.).
2. Aqueles que cuidam de alguém com deficiências físicas, doença terminal ou perturbações mentais relataram responsabilidades mais elevadas de cuidado em comparação com aqueles que cuidam de alguém com outros tipos de condições.
3. Aqueles cujos pais cuidam de alguém que é incapaz de realizar atividades quotidianas, para si próprio, relataram mais responsabilidades no ato de cuidar.
4. As principais atividades de apoio emocional são relatadas por aqueles cujos pais cuidam de alguém.
5. Além da gestão familiar, os jovens cuidadores também possuem responsabilidades relevantes na administração financeira, cuidados pessoais, emocionais e de irmãos. Esse é particularmente o caso dos jovens que cuidam de alguém com deficiência física, doença terminal ou doença mental.

4. BOAS PRÁTICAS EUROPEIAS

4.1. RUMO A ESCOLAS AMIGÁVEIS PARA JOVENS CUIDADORES

A equipa Edy-Care reviu **boas práticas**, em diferentes países, para promover **ambientes escolares amigáveis para os jovens cuidadores**. O objetivo deste acervo foi aproveitar as experiências de outros países e tentar adaptar as suas estratégias às especificidades do contexto dos países do projeto.

Nesta seção, é possível encontrar uma visão geral das atividades concretas que as escolas podem implementar, categorizadas por objetivo (**compreender, aumentar o reconhecimento, identificar, ouvir, apoiar e avaliar**). Para cada uma das categorias, indicamos as boas práticas correspondentes. Estas são explicados detalhadamente na seção seguinte. Os links para cada boa prática estão disponíveis no site do Edy-Care: <https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>

As experiências reunidas, nesta coleção de boas práticas, confirmam o **papel vital que pode ser desempenhado pelos sistemas educacionais: pequenas mudanças nas escolas podem resultar em grandes mudanças na vida dos jovens cuidadores!** Podem também acionar - com o tempo - um sistema de suporte mais amplo, que envolva diferentes categorias dos stakeholders.

Por favor, considere as boas práticas e sinta-se à vontade para adaptá-las ao contexto do seu país/suas necessidades específicas. **Esperemos que se inspire com as próximas boas práticas apresentadas!**

PARA ESCOLAS AMIGÁVEIS DOS JOVENS CUIDADORES - VISÃO GERAL DAS ATIVIDADES

OBJETIVOS	EXEMPLOS DE ATIVIDADES	
 COMPREENDER: A ESCOLA ESTÁ EMPENHADA EM COMPREENDER E RESPONDER ÀS NECESSIDADES DOS JOVENS CUIDADORES 	<ul style="list-style-type: none">• Nomear uma equipa responsável pelos jovens cuidadores. Promoção desta equipa junto das famílias, alunos e funcionários.• Publicação da política da escola para jovens cuidadores (separada ou integrada numa outra política) que reconhece os jovens cuidadores como um grupo de alunos particularmente vulneráveis.	<u>The Young Carers in Schools programme</u> (Reino Unido) <u>Action for Young Carers, Carers Federation</u> (Reino Unido)
 AUMENTAR O RECONHECIMENTO AUMENTAR O RECONHECIMENTO PELA PARTILHA DE CONHECIMENTOS SOBRE A DEFICIÊNCIA, AS DOENÇAS E OS JOVENS CUIDADORES EM TODA A ESCOLA 	<ul style="list-style-type: none">• Informações sobre a deficiência, as doenças e os jovens cuidadores (e o apoio existente para eles) estão disponíveis para estudantes e funcionários da escola.• Temas de grupo ou aulas de inclusão, cidadania e educação para a saúde para promover o reconhecimento dos jovens cuidadores e incorporar imagens positivas da deficiência e da doença (incluindo as doenças mentais, o abuso de drogas e HIV).• Teatro/Artes para aumentar a consciencialização sobre as questões dos jovens cuidadores.• Artigos sobre os jovens cuidadores no jornal da escola /boletim informativo sobre os jovens cuidadores.	<u>The Young Carers in Schools programme</u> (Reino Unido) <u>Action for Young Carers, Carers Federation</u> (Reino Unido) <u>Schools 'Safe environments for young carers'</u> (Bélgica) Supporting children in schools who have a parent with mental illness – The <u>'Who Cares ?' Programme</u> (Reino Unido) <u>Young Carers Self Exploration Groups</u> (Reino Unido) <u>Young Carers Schools Development Work</u> (Reino Unido) <u>CLOUD Schools Engagement Program</u> (Austrália)

IDENTIFICAR: OS JOVENS CUIDADORES SÃO IDENTIFICADOS NA ESCOLA

- Formação regular aos docentes e não docentes para identificar os jovens cuidadores, incluindo aqueles que podem estar escondidos.
- Formulário de Inscrição da escola, que contém perguntas que ajudam a identificar as famílias em que alguém tem doença prolongada ou necessidade de cuidados.
- Planos de transição entre estabelecimentos de ensino apresentam informação sobre os jovens cuidadores identificados.
- Contratos casa-escola, incluem uma pergunta que questiona se algum apoio adicional é necessário, ou se existe
- doença /deficiência na família que possa afetar a criança /pais de seguir o acordo.
- O tópico dos Jovens cuidadores é apresentado em aulas de inclusão, cidadania e educação para a saúde e em grupos.
- Questionário para todos os alunos, realizado posteriormente à conferência/ação de sensibilização, convidando os alunos a proceder à sua autoidentificação.
- Confirmação na base de dados dos Censos escolares da existência de alunos com deficiência, para identificar irmãos jovens cuidadores.

The Young Carers in Schools programme
(Reino Unido)

Schools 'Safe environments for young carers'
(Bélgica)

Apoio aos jovens adultos cuidadores – Crisis plans (Reino Unido) **Disponível aqui páginas 17-18**

Facilitando a vida quotidiana com um cartão de identificação (Reino Unido) Disponível **aqui**, páginas 23-24

OUVIR: OUVIR OS JOVENS CUIDADORES E DAR-LHES A OPORTUNIDADE DE QUESTIONAR, DAR TEMPO E ESPAÇO PARA FALAR SE SENTIREM NECESSIDADE

- Jovens cuidadores eleitos para os conselhos escolares através de uma caixa de sugestões.
- Sessões de acolhimento.
- Os pontos de vista dos jovens cuidadores são tidos em consideração nas políticas escolares (como o uso de telemóveis).
- Pessoas portadoras de deficiência/pais doentes são consultados sobre o apoio necessário para promover a sua inclusão e das suas crianças.

The Young Carers in Schools programme
(Reino Unido)

Young carers groups (Reino Unido)



**APOIAR:
OS JOVENS
CUIDADORES SÃO
APOIADOS NA
ESCOLA E REFE-
RENCIADOS PARA
OUTRO TIPO DE
APOIOS FORA DA
ESCOLA**

- Proteger contra o Bullying e reduzir o estigma
- Treino oferecido aos funcionários para aumentar a sua compreensão dos problemas específicos que os jovens cuidadores enfrentam e, como e porquê isso pode provocar bullying.
- Cultura escolar criada na qual as diferenças são respeitadas e valorizadas por todos.
- Alguém está disponível para conversar com os jovens cuidadores.
- Jovens cuidadores recebem apoio e oportunidades para participar nas atividades sociais e aumentar as suas oportunidades (como por exemplo, obter ajuda e transportes).

Apoio a crianças em escolas que têm pais com uma doença mental – **The 'Who Cares?' Programme** (Reino Unido)
Protecting Young Carers from Bullying a Guide for Schools Community Groups and Policy Makers (Reino Unido)

- Apoio financeiro
- Um limite de rendimentos mais flexível para se qualificar para uma bolsa de estudos.
- Vales/Senhas de refeição, passes de transportes públicos.

Apoio financeiro para jovens cuidadores Reino Unido. Disponível [aqui](#), páginas 38-39

- Aumentar as aspirações dos jovens cuidadores ao ensino superior/apoiar a transição para o novo ciclo de estudos
- Estudantes universitários – com a experiência de cuidar – podem ser mentores para os estudantes do ensino secundário.
- Workshops para desenvolver competências sociais, aumentar a confiança e desfazer mitos sobre a comunidade e progressão dos seus estudos e a educação superior.

Young Carers Mentoring Scheme (Reino Unido)

- Flexibilidade com a assiduidade e os trabalhos escolares
- A escola dá oportunidade de recuperação/atualização das aulas perdidas e flexibilidade com os trabalhos de casa aos jovens cuidadores que faltam às aulas ou têm dificuldade de suportar a carga de trabalho.
- Os prazos de entrega dos trabalhos tarefas de casa / escola são negociados.
- Modificar os horários para os jovens cuidadores.

The Young Carers in Schools programme (Reino Unido)

- Apoios extra na escola
- Apoio com as tarefas de casa e os trabalhos da escola.
- Apoio dos pares (mentoring; clube para jovens cuidadores).
- Planos de suporte individuais criados (com a família), e atualizados regularmente.
- Cartões de identificação para os jovens cuidadores.
- Acessibilidade ao telefone ou permissão no uso do telemóvel, para os jovens cuidadores que precisam de se manter contactáveis/ check-in com a casa.
- Proporcionar o acesso a computadores e à Internet.
- Planear crises.
- Facilitar o ensino temporário dos jovens cuidadores em casa, assegurando o seu acesso a um sistema de gestão de aprendizagem online ou através do envio de notas, atividades e materiais.
- Fornecer informações sobre o recurso a condições especiais, tendo os professores em consideração as responsabilidades do aluno nos cuidados, quando proceder à marcação das avaliações.
- A escola está disponível/acolhedora a pais com deficiência e/ou doença, e fornece suporte adicional para que possam participar em reuniões de pais e outras atividades escolares.

The Young Carers in Schools programme (Reino Unido)
Action for Young Carers, Carers Federation ((Reino Unido)
Supporting children in schools who have a parent with mental illness – The **'Who Cares ?' Programme** (Reino Unido)
Apoio aos jovens adultos cuidadores – Crisis plans (Reino Unido) Disponível [aqui](#) páginas 17-18
Facilitando a vida quotidiana com um cartão de identificação (Reino Unido) Disponível [aqui](#), páginas 23-24
Young Carers Self Exploration Groups (Reino Unido)
Young Carers Schools Development Work (Reino Unido)
Young carers groups (Reino Unido)
'Young Carer Friendly Tick' Award (Reino Unido)
CLOUD Schools Engagement Program (Austrália)

- Links de apoio fora da escola
- Funcionários da escola estão prontos a encaminhar para serviços externos.
- Links disponíveis no site da escola para organizações/centros locais de apoio aos jovens cuidadores.
- Flyers/Folhetos informativos colocados e disponíveis em quadros de avisos de organizações/centros nacionais e locais de apoio para jovens cuidadores

The Young Carers in Schools programme (Reino Unido)
Action for Young Carers, Carers Federation (Reino Unido)

<p>AVALIAR (MONITORIZAR, ANALISAR E CELEBRAR)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • As escolas são inspecionadas por jovens cuidadores para avaliar como estas estão realmente, a apoiar na prática os jovens cuidadores e quem na escola é conhecedor dos procedimentos implementados. • Estatuto/Carta dos jovens cuidadores/ Padrões de qualidade para jovens cuidadores / Prêmios na escola para os jovens cuidadores. • Registo da assiduidade e progresso dos jovens cuidadores em listas de inclusão ou sistema similar. 	<p>The Young Carers in Schools programme (Reino Unido) Young Carer Friendly Tick' Award (Reino Unido)</p>
--	---	---



1. PROGRAMA THE YOUNG CARERS IN SCHOOLS (REINO UNIDO)

QUEM	CARERS TRUST AND THE CHILDREN'S SOCIETY
ONDE	INGLATERRA, REINO UNIDO
O QUÊ	<p>O programa Jovens Cuidadores nas Escolas estabelece dez etapas principais para ajudar as escolas a identificar jovens cuidadores e aumentar seus resultados. Cada etapa é acompanhada de informações essenciais e ferramentas práticas, que as escolas podem usar e adaptar para se adequar à sua estrutura e circunstâncias locais. Uma revisão básica permite que a escola pondere as suas provisões atuais para os jovens cuidadores e identifique as etapas administráveis que possam ser seguidas para aumentar a identificação e os resultados. As escolas que cumprirem cinco Padrões para Jovens Cuidadores podem receber o Prémio Jovens Cuidadores em Escolas, como forma de reconhecimento do seu trabalho (certificado nacionalmente pelo órgão de inspeção escolar). Estão previstos 3 níveis diferentes: bronze, prata e ouro. Para ganhar um prêmio, as escolas devem fornecer evidências de como cumprem cinco padrões (1. Entender; 2. Informar; 3. Identificar; 4. Ouvir; 5. Apoiar), até ao nível que esperam alcançar.</p>

2. ACTION FOR YOUNG CARERS, CARERS FEDERATION (REINO UNIDO)

QUEM	CARERS FEDERATION, ACTION FOR YOUNG CARERS (AYC)
ONDE	INGLATERRA, REINO UNIDO
O QUÊ	<p>AYC é um serviço gratuito e confidencial financiado pelo Conselho da Cidade de Nottingham e parte da organização <i>Carers Federation</i>. As autoridades locais contrataram AYC para avaliar se a pessoa é um cuidador jovem e que tipo de apoio precisa (após uma avaliação de toda a família). Assim, é fornecido treino e materiais para a consciencialização das escolas. Os seus trabalhadores de apoio facilitam a compreensão das necessidades dos jovens cuidadores e o incentivo de sistemas de apoio internos, ou seja, professores nomeados, grupo de escolas de jovens cuidadores. Em particular, AYC treina líderes de salvaguarda (assistentes sociais) nas escolas para se tornarem campeões de Jovens Cuidadores (isto é, pessoas designadas na escola responsáveis pelas questões dos jovens cuidadores). AYC cede, ainda, cartões de identificação com foto para jovens cuidadores, de forma a ajudá-los a serem reconhecidos e ouvidos (não apenas na escola).</p>

3. ESCOLAS 'AMBIENTES SEGUROS PARA JOVENS CUIDADORES' – PROJETO PILOTO EM FLANDRES (BÉLGICA)

QUEM	SAMANA (AN ORGANISATION THAT IS COMMITTED TO SUPPORT PEOPLE WITH A CHRONICAL ILLNESS AND THEIR CARERS)
ONDE	BÉLGICA, REGIÃO DA FLANDRES
O QUÊ	Samana implementou um projeto piloto nas escolas secundárias. Foram distribuídos questionários sobre jovens cuidadores, a alunos e professores, para investigar se os entrevistados conheciam jovens cuidadores ou se eles próprios eram jovens cuidadores. Os questionários tinham, também, um efeito de sensibilização entre os alunos e professores da escola. Posteriormente, foi organizada uma reunião com alunos, professores, treinadores, membros da equipa e alguém do serviço de aconselhamento pedagógico. Conjuntamente, discutiram sobre "Como tornar as escolas um ambiente seguro para jovens cuidadores?". As ideias que obtiveram a maioria dos votos foram agrupadas em planos de ação muito concretos. Tais planos foram apresentados numa fase final às escolas participantes, na presença do Ministro da Segurança Social, da imprensa e de outros stakeholders. A visão de jovens cuidadores, elaborada como parte dos planos de ação, integra-se agora na política da escola.

4. PROJETO 'WHO CARES?' – APOIO EM ESCOLAS A CRIANÇAS QUE TÊM UM PROGENITOR COM DOENÇA MENTAL (REINO UNIDO)

QUEM	OUR TIME
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	The programme helps schools to identify and support children who have a parent with a mental illness. O programa ajuda as escolas a identificar e apoiar as crianças que têm um progenitor com uma doença mental (COPMI – <i>Children of Parents with a Mental Illness</i>). Oferece três tipos de intervenção: Ações de sensibilização, competências de identificação dos profissionais da escola para responder aos jovens afetados e às suas famílias Um programa educativo de "mudança cultural" a ser aplicados pelos professores com todos os alunos para melhorar a sensibilidade e compreensão (e reduzir o estigma) Ajuda prática que estimule as crianças afetadas a pensar, responder e gerir os seus sentimentos em relação aos seus pais e colegas (para aumentar a resiliência) O Buddy System pode ser desenvolvido por: adolescentes mais velhos (16 a 18 anos), com experiências semelhantes, são treinados para serem mentores de jovens estudantes COPMI. Essa forma de orientação por pares responde à necessidade dos jovens de ter alguém de confiança para conversar que não seja um conselheiro ou terapeuta.

5. BULLYING PREVENTION PROJECT - YOUNG CARERS (UK)

QUEM	CARERS TRUST
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	<i>Bullying Prevention Project (Young Carers)</i> , um dos projetos de Carers Trust's Innovation Generation, visa consciencializar e melhorar a compreensão acerca da relação entre o bullying e ser um jovem cuidador. O foco não foi o aumento da resiliência dos jovens cuidadores, mas sim a melhoria de uma compreensão sobre os vínculos entre ser um jovem cuidador e a prática do bullying. O objetivo final estipulou a modificação de ambientes, sistemas e o suporte para jovens cuidadores em escolas, grupos comunitários ou serviços de proteção que reduzissem a probabilidade de um jovem cuidador ser vítima de bullying.

6. IDENTIFICAÇÃO PRECOCE E PLANOS DE CRISE (REINO UNIDO)

QUEM	CENTRAL COLLEGE NOTTINGHAM
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	A equipa LAC (<i>Learner Achievement Coaches</i>) da faculdade fornece uma variedade de apoio aos alunos identificados como educacionalmente em risco. Os jovens adultos cuidadores estão incluídos nesta categoria. São identificados através de um Questionário de Indução. Depois, a equipa e o aluno concordam com um plano de apoio individual (reformulado a cada 6 semanas). É adotada uma abordagem proativa, com um planeamento para crises, que trabalhe com os estudantes cuidadores, antes do surgimento de problemas, e implemente o plano, de forma a que estejam preparados para atuar, se algo acontecer. A equipa garante aos jovens cuidadores que, se precisarem de ausentar temporariamente do curso - no caso de uma mudança repentina das circunstâncias do lar, tais como deterioração da saúde da pessoa de quem cuidam - os seus mentores serão informados, o trabalho será enviado para casa, e qualquer outro apoio será posto em prática para ajudá-los a manterem-se empenhados.

7. FACILITAR O QUOTIDIANO COM UM CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO (REINO UNIDO)

QUEM	EASTERN RAVENS TRUST
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	<i>Eastern Ravens Trust</i> lançou um cartão de identificação. É do tamanho de um cartão de crédito, lista o nome do jovem, a escola, faculdade ou organismo de formação e contém uma fotografia na frente. O verso é assinado por um membro da equipa do serviço, de forma a verificar se o jovem é um cuidador. Esses cartões apoiam a saúde emocional e bem-estar, permitindo que seja solicitada ajuda quando necessário. Aqueles que usaram os cartões de identificação relataram-no como inestimável para a sua identificação, tanto em escolas e consultas, como centros de juventude ou nas compras. Tal contribuiu para que se sintam confortáveis e confiantes quando estão fora de casa. Por exemplo, um jovem cuidador usou o cartão na escola, mostrando-o aos funcionários, para que pudesse telefonar para casa, à hora do almoço, e verificar como estava a sua mãe, que tem problemas de saúde mental.

8. GRUPOS DE AUTOCONHECIMENTO PARA JOVENS CUIDADORES (REINO UNIDO)

QUEM	WINCHESTER & DISTRICT YOUNG CARERS EM PARCERIA COM ESCOLAS SECUNDÁRIAS DO DISTRITO DE WINCHESTER
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	Assembleias de consciencialização são realizadas nas escolas. Após a assembleia, todos os alunos recebem um recibo no qual podem indicar se gostariam de realizar uma reunião privada com o Coordenador de Escolas. Se o aluno assumir um papel de cuidador, é convidado a participar no programa do Grupo de Autoconhecimento, que se realiza dentro da escola (em sessões semanais de uma hora, para cinco semanas). A sessão é baseada nos seguintes tópicos: partilha dos desafios da prestação de cuidados, tensão, defrontação dos medos, uso de defesas, mensagens positivas e visões, sonhos e objetivos. Permite aos jovens cuidadores falar sobre as suas preocupações, esperanças e medos, enquanto os ajuda a desenvolver competências de comunicação, estratégias de defesa e habilidades sociais. Os alunos aprendem através das experiências de outras pessoas e percebem, mediante discussões estruturadas, que não são os únicos. Os grupos impeliram a um aumento notável na autoconfiança dos jovens cuidadores.

9. SUFFOLK YOUNG CARERS SCHOOLS DEVELOPMENT WORK (REINO UNIDO)

QUEM	SUFFOLK CUIDADORES FAMILIARES, REDE DE PARCEIROS DE CONFIANÇA, EM PARCERIA COM O CONSELHO SUFFOLK COUNTY
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	<i>Suffolk Family Carers</i> trabalham com as escolas para aumentar o reconhecimento dos jovens cuidadores (inclusive entre os governadores das escolas). As escolas são apoiadas na identificação de um líder de jovens cuidadores, que atuará como um porta-voz para os outros jovens cuidadores. O seu papel é desenvolver o conhecimento sobre os jovens prestadores de cuidados dentro da escola e liderar o desenvolvimento de políticas escolares. O líder atuará como o primeiro ponto de contacto dos jovens cuidadores da escola. Com a ajuda da equipa do projeto, é incentivado a estabelecer grupos de apoio para jovens cuidadores, a fim de permitir o apoio entre colegas. É, também, colocado em contacto com outras escolas. Esse contacto permite que escolas em diferentes estágios do desenvolvimento, em termos de políticas e suporte, aprendam umas com as outras e troquem conselhos e apoio de colegas.

10. GRUPOS DE JOVENS CUIDADORES (REINO UNIDO)

QUEM	TALBOT COMBINED SCHOOL
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	Post box are located in the reception of the school. The notes posted here are followed up by a caixa de correio está localizada na receção da escola. As anotações divulgadas aqui são seguidas pelo 'assistente pastoral' da escola, que representa um funcionário a tempo inteiro. No exercício das funções, adota uma política de porta aberta para que qualquer aluno, pai ou responsável possa conversar consigo, a qualquer momento. Pode, igualmente, entrar em contacto com os pais/responsáveis se relevar particular preocupação com uma criança. Além disso, a escola criou um grupo de jovens cuidadores que as crianças e jovens designaram de ' <i>Fab Food Friends</i> '. Neste sentido, as crianças queriam participar em atividades divertidas que também fossem úteis para desenvolver o seu papel como cuidadores, já que muitos deles precisam de cozinhar para as suas famílias. Esse grupo é, então, liderado por dois professores que receberam preparação adicional por meio da iniciativa 'Food for Life' denominada 'Cooking Bus', que visa fornecer novas ideias, receitas e entusiasmo para cozinhar. A escola também acedeu a um esquema de vales e cupões de supermercado para ajudar na compra de equipamentos para o grupo.

11. YOUNG CARERS MENTORING SCHEME (REINO UNIDO)

QUEM	UNIVERSITY OF THE WEST OF ENGLAND (UWE) EM PARCERIA COM O SERVIÇO DE JOVENS CUIDADORES DO CENTRO DE SUPORTE PARA CUIDADORES (BRISTOL E GLOUCESTERSHIRE DO SUL) E ESCOLAS LOCAIS
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	O esquema de tutoria recruta apenas estudantes mentores da UWE com experiência, em primeira ou segunda mão, na prestação de cuidados, para que possam expor a sua própria perspetiva e compartilhar os seus conhecimentos de progresso, através do ensino superior. Os mentores recebem uma preparação (sobre proteção infantil, técnicas de escuta, gestão de comportamentos desafiantes e questões relacionadas com jovens cuidadores). É importante que demonstrem entusiasmo e compromisso com a orientação durante o ano. O Centro de Suporte para Cuidadores identifica jovens cuidadores que serão beneficiados com o esquema e, após a sua permissão e a dos pais, encaminha os nomes para a universidade. A tutoria tem principalmente um foco académico. Revela sucesso no aumento da consciencialização e aspirações dos jovens cuidadores para o envolvimento e progresso na sua educação. Expandiu-se através de um serviço de mentoria <i>on-line Bright links</i> .

12. 'YOUNG CARER FRIENDLY TICK' AWARD (REINO UNIDO)

QUEM	NORFOLK YOUNG CARERS FORUM (NYCF)
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	<p>'Young Carer Friendly Tick Award' é um conjunto de padrões standard para ajudar os profissionais de ensino a melhorar a identificação e o apoio aos jovens cuidadores. Estes 5 padrões standards são extraídos diretamente do trabalho de jovens cuidadores: 1. Ter um membro nomeado da equipa como líder de jovens cuidadores; 2. Ter um acordo de jovem cuidador; 3. Abranger questões relacionadas com jovens cuidadores na formação de pessoal; 4. Exibir informações sobre jovens cuidadores na escola; 5. Incluir tópicos relacionados com a deficiência/doença/jovens prestadores de cuidados nas assembleias e aumentar o reconhecimento dos jovens prestadores de cuidados. Um painel de membros do fórum avalia as inscrições. Se as escolas são premiadas, recebem um certificado e são elencadas numa 'lista de honra', que destacará as escolas que atingiram os padrões. Os prêmios duram 2 anos, por isso, após esse término, os vencedores terão de apresentar uma atualização, na qual comprovem como ainda cumprem os padrões.</p>

13. PROGRAMA CLOUD SCHOOLS ENGAGEMENT (AUSTRÁLIA)

QUEM	CARERS WA
ONDE	AUSTRÁLIA
O QUÊ	<p>O programa de cuidadores WA 'CLOUD' visa envolver-se ativamente com alunos, educadores e pais para aumentar o reconhecimento e apoio aos jovens cuidadores no sistema educativo. Instrui alunos, funcionários e pais da escola para a criação de ambientes escolares flexíveis e de apoio. O apoio social e de pares e uma rede comunitária são proporcionados com eventos, <i>workshops</i> e <i>acampamentos</i>, bem como o <i>facebook</i> e o site da <i>Young Carers WA</i>. <i>Young Carers WA</i> usa serviços para jovens e conta com a experiência do próprio cuidador na criação de serviços para si. O impacto das boas práticas de jovens cuidadores WA fortalece a resiliência, o sentimento de pertença e o orgulho de ser um jovem cuidador. Por outro lado, reduz a sensação de isolamento e aumenta a felicidade e confiança. Faculta mais habilidades para lidar com o papel de prestador de cuidados, uma maior sensação de segurança por saber a quem pedir ajuda e um otimismo sobre o seu futuro.</p>

14. 14. APOIO FINANCEIRO A JOVENS CUIDADORES (REINO UNIDO)

QUEM	YORK COLLEGE
ONDE	REINO UNIDO
O QUÊ	<p>O formulário de candidatura para bolsas de estudo questiona se o aluno assume responsabilidades de prestação de cuidados. Para os estudantes que cuidam, há uma cobertura mais flexível nas propinas para se candidatar a uma bolsa, o que significa que poucas candidaturas de cuidadores são recusadas. A faculdade paga 100% dos custos essenciais do curso do aluno e até 1.000 libras em custos de viagem. Dispõe, também, de vales de refeição para cuidadores e é flexível com custos adicionais, como dinheiro para participar em dias abertos. Permite, ainda, uma flexibilidade nos seus termos de elegibilidade para outros tipos de apoio, como por exemplo, a emissão de um passe de autocarro para um jovem cuidador que more a três ou mais quilómetros de distância.</p>

4.2 RUMO A UMA ABORDAGEM MULTI-PARTICIPATIVA NO APOIO A JOVENS CUIDADORES

As boas práticas indicadas acima exemplificam atividades que as escolas podem implementar para apoiar os jovens cuidadores na sua experiência educativa.

Pequenos ajustes executados pelas escolas podem ter um primeiro impacto positivo na vida dos jovens cuidadores.

Contudo, nos países de onde surgem essas boas práticas, as escolas não agem como entidades isoladas, mas fazem parte de uma abordagem mais ampla e com vários *stakeholders* para apoiar jovens cuidadores. Outras entidades- serviços para jovens, ONGs, organizações de cuidadores, organizações de específicas patologias, profissionais de saúde, serviços sociais- podem reforçar as atividades implementadas pelas escolas. É importante que as escolas ajam em cooperação com essa rede de apoio mais ampla e façam referências conforme apropriado.

Além do mais, as boas práticas, nas quais se concentra este manual, visam apoiar jovens cuidadores na sua experiência educativa. Tal objetivo está alinhado com o objetivo geral do projeto Edy-Care. Porém, cuidar pode assumir um impacto em diferentes esferas da vida. Portanto, as estratégias para escolas amigas dos jovens cuidadores precisam de ser complementadas com estratégias que atenuem a sobrecarga dos jovens cuidadores, melhorem a sua saúde mental e fortaleçam a sua resiliência (o processo de adaptação positiva no contexto de adversidades significativas). Para esse efeito, outras atividades devem ser concretizadas, em cooperação com diferentes *stakeholders*:

EXEMPLOS DE ATIVIDADES:

- Dar aos jovens cuidadores uma pausa nas tarefas relacionadas com os cuidados, permitindo-lhes momentos de lazer e de convívio com colegas.
- Organizar acampamentos escolares e de verão, cafés, cinemas, assim como atividades desportivas, ajudando os jovens cuidadores com o custo financeiro da participação.
- Permitir aos jovens cuidadores acesso a ferramentas e apoio (por exemplo, psicoeducação) para que desenvolvam estratégias úteis de defesa.
- Melhorar o acesso a informações sobre o apoio disponível.
- Criar grupos de jovens cuidadores, grupos de apoio de colegas, para capacitar jovens cuidadores e demonstrar que não estão sozinhos.

Por favor, consulte os dois estudos de caso abaixo. Para obter mais informações sobre possíveis medidas que impulsionem a atitude de resiliência, nos jovens cuidadores, visite o projeto ME-WE. (Me-We, 2019)⁴.

⁴ Me-We página inicial <https://me-we.eu/the-project>

UM ACAMPAMENTO INOVADOR DE CONSTRUÇÃO DE RESILIÊNCIA PARA JOVENS CUIDADORES – AUSTRÁLIA

Na Austrália, jovens cuidadores, recrutados em *Carers Queensland*, participaram num campo de capacitação, durante três dias, que combinou atividades de treino e educação psicológica- com base no *Resourceful Adolescent Program* (RAP-A)- com atividades recreativas (por exemplo, workshops de circo, fogueiras e desportos).

The Resourceful Adolescent Program (RAP-A) é um programa universal de construção de resiliência (Escola de Psicologia e Aconselhamento da Universidade de Tecnologia de Queensland.) que visa promover a saúde mental positiva e prevenir a depressão do adolescente. É focado positivamente, com ênfase na construção e reconhecimento das forças, ao invés de se concentrar no reparo dos défices. O objetivo geral do RAP-A foi ajudar os jovens a identificar os seus pontos fortes e recursos existentes, para que se tornassem mais resilientes e melhor equipados para lidar com os desafios dos cuidados.

O formato do acampamento para este programa RAP-A- normalmente ministrado em âmbito escolar- tinha a vantagem de oferecer descanso e compromisso social, além do benefício de maior resiliência.

COMO MELHORAR A SAÚDE MENTAL DOS JOVENS CUIDADORES E AUMENTAR A SUA RESILIÊNCIA?

UM PROJETO AMIGO PARA E POR JOVENS CUIDADORES – PAÍSES BAIXOS

Ervaringsmaatjes é um projeto no qual um voluntário ou estudante experiente nos cuidados presta apoio individual a jovens cuidadores, atuando como amigo. Dada a sua experiência pessoal, o amigo sabe melhor do que ninguém como é ser um jovem cuidador e está presente para a criança sem restrições, escutando com atenção, oferecendo oportunidades de socialização e apoio em questões práticas. Ele ou ela ajudam na compreensão dos desejos e necessidades pessoais dos jovens cuidadores.

Ervaringsmaatjes é uma iniciativa de Stichting Informele Zorg Twente (2019) e tem sido realizada em várias lugares dos Países Baixos.

Este projeto foi classificado como muito eficaz para o apoio à vida social dos jovens cuidadores, aumento da sua conexão e construção de resiliência.

5. ESPECIFICIDADES DOS PAÍSES

5.1. CASO SUECO

SÍNTESE NACIONAL

Num estudo sueco, verificou-se que, dos 2424 alunos participantes (no nono ano do ensino básico), 27% tentavam, várias vezes por semana, de diferentes formas, ajudar os seus pais a sentirem-se melhor. 20% dos alunos vigiavam os pais, enquanto 26% mantiveram a sua empresa matriz. Tencionando não sobrecarregar os pais, 15% evitavam pedir ajuda com as tarefas escolares, várias vezes por semana, ao passo que 12% não pediram apoio para outros problemas. 7% afirmaram realizar cuidados intensivos, 2,5% ajudaram os pais na sua higiene pessoal e 1,6% a vestir e despir, pelo menos uma vez por mês. Estes dados representam os Jovens Cuidadores. Uma grande proporção desses jovens diz respeito a irmãos mais velhos, que vivem em apartamentos alugados, com uma mãe solteira e que emigraram ou são filhos de emigrantes. Uma grande proporção desses jovens indicou que a renda familiar nem sempre era suficiente para alugar, comer e vestir, para além de que tinham pais desempregados, comparativamente aos outros jovens do grupo que prestam cuidados em menor grau (Nordenfors et al., 2014).

DESCRIÇÃO DO CONTEXTO NACIONAL EM PROL DA INCLUSÃO E EDUCAÇÃO

3% dos jovens, que responderam ao questionário, declararam ficar em casa, no mínimo, um dia por semana para cuidar de um membro familiar (Nordenfors et al., 2014). O absentéismo escolar provoca adversidades à conclusão dos estudos, por parte dos jovens cuidadores, fator que reduz as oportunidades de um emprego futuro, devido às responsabilidades do ato de cuidar (Becker & Leu, 2014). A rede social circundante é descrita como o fator mais importante para uma gestão eficaz das responsabilidades associadas à prestação de cuidados, mas outros fatores contribuem para o bem-estar dos jovens e a sua perceção de gestão da situação, nomeadamente os relacionamentos positivos, o sentimento de esperança, um percurso positivo escolar e a conquista dos seus objetivos (Becker & Leu, 2014).

ESTRATÉGIAS DE CO-CRIAÇÃO: O QUE FIZEMOS NA SUÉCIA?

Em cada país (exceto na Bélgica), um grupo de co-desenvolvimento foi definido. Na Suécia, esse grupo foi composto por representantes de duas escolas secundárias- Lisa Leonhardt, conselheira escolar, Maria Lindblad, professora envolvida em trabalho psicossocial, e Emelie Nilsson, assistente social, que trabalha com alunos de altos níveis de abstenção. O grupo, também, foi constituído por Rosita Brolin e Lennart Magnusson, Investigadores, Professores e Enfermeiras, representantes do Centro de Competência em Cuidados Familiares da Suécia e a Universidade de Linnaeus.

DESCRIÇÃO DAS FERRAMENTAS NACIONAIS DE APOIO EDUCATIVO

Procedeu-se ao uso de um powerpoint, incluindo links para dois filmes, um sobre crianças e outro sobre jovens cuidadores. Se esses dois filmes forem exibidos, a apresentação, na íntegra, ocupará cerca de 20 minutos. Esta apresentação do PowerPoint foi considerada útil nas escolas durante a fase piloto.

A apresentação do PowerPoint pode ser encontrada no MOOC desenvolvido no projeto EDY-CARE.

1. COMPREENDER E AUMENTAR O RECONHECIMENTO SOBRE OS JOVENS CUIDADORES NA ESCOLA:

Procedeu-se ao uso de um powerpoint, incluindo links para dois filmes, um sobre crianças e outro sobre jovens cuidadores. Se esses dois filmes forem exibidos, a apresentação, na íntegra, ocupará cerca de 20 minutos. Esta apresentação do PowerPoint foi considerada útil nas escolas durante a fase piloto.

A apresentação do PowerPoint pode ser encontrada no MOOC desenvolvido no projeto EDY-CARE.

2. IDENTIFICAR JOVENS CUIDADORES NA ESCOLA:

Na Suécia, os enfermeiros da escola reúnem-se com todos os alunos do primeiro ano para falar acerca da sua saúde. Antes da reunião, devem responder a um questionário alusivo à temática da saúde. Perguntas sobre jovens cuidadores poderiam ser usadas como um complemento ao questionário existente. Como tal, o projeto EDY-CARE e os membros do grupo de codesenvolvimento informam, durante a reunião, sobre a possibilidade dos enfermeiros escolares identificarem os jovens cuidadores. Além das escolas participantes, as informações são transmitidas numa conferência com 1300 enfermeiros. A maioria dos enfermeiros escolares considerou, assim, ser de grande importância incluir, no questionário de saúde, perguntas que identificassem os jovens cuidadores, porém só foi possível efetuar uma ou duas perguntas individuais. Ainda assim, o questionário pode ser aplicado na sua totalidade ou como um complemento quando um jovem cuidador for identificado, a partir de algumas perguntas.

O questionário está disponível no MOOC desenvolvido no âmbito do projeto EDY-CARE.

Através destas simples intervenções, o reconhecimento do papel dos jovens cuidadores pode aumentar, entre os professores e outros funcionários da escola, à medida que vão sendo identificados e, assim, recebendo apoio na sua situação e percurso educativo.

COMO PODE AJUDAR JOVENS CUIDADORES NA SUA SALA DE AULA?

- Aumentar o seu reconhecimento na comunidade escolar
- Oferecer opções flexíveis de aprendizagem
- Escutá-los
- Incentivar um grupo de apoio entre colegas
- Propiciar apoio psicológico
- Atuar como ponto de referência
- Informar os principais membros do pessoal da escola
- Encaminhar para apoio específico disponível (dentro e fora da escola)

O QUE FALTA?

- Preparação da equipa e consciencialização dos professores, funcionários da escola e comunidade sobre a identificação dos jovens cuidadores e as suas necessidades, adotando ações mais proativas.
- Uma abordagem integrada com uma organização de coordenação entre várias entidades a nível local, regional e nacional.
- Fortalecimento das redes estabelecidas a fim de estabelecer uma comunicação e conexão eficazes com outros provedores de serviços.
- Mais recursos comunitários, de pares e de suporte on-line para jovens cuidadores.
- Fazer uma avaliação eficaz e monitorização de outros programas de sucesso na Suécia.
- Apoiar familiares e jovens cuidadores com necessidades de avaliação e acompanhamento regular.
- Promover uma imagem positiva sobre doenças e deficiências.
- Reconhecer e defender escolas com boas práticas.
- Supervisionar regularmente o bem-estar dos jovens cuidadores.

5.2. CASO ESLOVENO

SÍNTESE NACIONAL

A Eslovénia é um dos países europeus com menor consciência acerca da questão dos jovens cuidadores. Pode, isso, ser atribuído ao facto do cuidado informal, em geral, não ser muito reconhecido e ainda não estar totalmente regulamentado por lei. Até ao presente, o chamado "ato a longo prazo" não foi aceite pelo governo atual. A lei acabará por regular os cuidados formais e informais e, com isso, dará a atenção necessária aos cuidados informais. No entanto, existem jovens cuidadores que, devido à sua invisibilidade, enfrentam múltiplos riscos.

Apenas recentemente, o termo jovens cuidadores ganhou alguma atenção na Eslovénia. Esperamos que o trabalho da Edy-Care e o manual em questão ajudem a reconhecer os jovens prestadores de cuidados e a dar-lhes uma voz muito necessária.



DESCRIZAÇÃO DO CONTEXTO NACIONAL EM PROL DA INCLUSÃO E EDUCAÇÃO

Na Eslovénia, o tema dos jovens cuidadores é pouco explorado. Esta é uma população invisível que permanece desconhecida e sem identificação. Até recentemente, nem mesmo o termo jovens cuidadores era divulgado amplamente. Além da falta de conhecimento da sua identidade, necessidades e preferências, também não existe legislação específica para proteger e apoiar os jovens cuidadores, bem como as suas famílias. O sistema atual oferece simplesmente um apoio indireto aos jovens cuidadores sobretudo da segurança social, política familiar e legislação sobre violência doméstica.

O objetivo do trabalho da Edy-Care (e de outros projetos) consiste em, primeiramente e principalmente, esclarecer os jovens cuidadores. Os jovens cuidadores devem ser reconhecidos, identificados e apoiados. É crucial uma abordagem integral, com a cooperação entre diferentes instituições (como escolas, ministérios, centros de saúde etc.) e outros órgãos do governo que lidam com crianças e o seu bem-estar. É importante,

também, o reconhecimento precoce, para o qual as escolas assumem um papel fundamental, já que são o único ponto de contacto entre todos os adolescentes. Além disso, o apoio precisa de ser co-criado com os jovens cuidadores, para que possa ser adaptado às suas necessidades.

ESTRATÉGIAS DE CO-CRIAÇÃO: O QUE FIZEMOS NA ESLOVÉNIA?

O grupo de codesenvolvimento esloveno foi planeado para ser mais amplo e com o envolvimento de especialistas de diferentes áreas e níveis da política (local, nacional). Devido à complexidade da sua coordenação e da inexequibilidade de adaptação das disponibilidades de todos os especialistas, optou-se por uma abordagem mais prática. A estratégia tinha como alvo uma escola secundária local, que incluía uma variedade de programas escolares, desde um currículo de ginásio muito amplo até ao ensino profissional. Dessa forma, poderíamos compreender diversos perfis de alunos e funcionários da escola. O grupo de codesenvolvimento da escola selecionada (Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in umetniška gimnazija Ljubljana) consistia em: conselheiro escolar, diretor, diretor de atividades práticas, profissionais do projeto Edy Care . Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in umetniška gimnazija Liubliana engloba aproximadamente 864 estudantes, dos quais 661 têm entre 15 e 17 anos de idade. Ao abordarem a escola em concreto, funcionários e conselheiros relataram conhecer muitos casos de jovens cuidadores em diferentes turmas, o que deu ainda mais razões para começar a trabalhar.

As ações individuais implementadas têm:

AUMENTANDO O RECONHECIMENTO E A AUTO-IDENTIFICAÇÃO, NA ESCOLA, A 2 NÍVEIS

PROFISSIONAIS DA ESCOLA:

Foram abordados, regularmente, com os membros do grupo de codesenvolvimento, diferentes aspetos do que significa ser um jovem cuidador. A primeira reunião concretizou-se a 10 de dezembro de 2018. Posteriormente, estabeleceram-se contactos, com alguma frequência, via e-mail e telefonemas, agregando valor às reuniões presenciais.

Além de entrar em detalhes sobre as dificuldades na gestão do desempenho escolar e prestação de cuidados, importa ponderar os possíveis sinais e símbolos de um jovem cuidador detetáveis para o professor. Juntamente com os membros do grupo de codesenvolvimento, são planificadas ações específicas para que um professor, ou outro funcionário da escola, possa adotar ou sugerir a um jovem cuidador.

A 27 de junho de 2019, concretizou-se um evento separado, porém importante. Uma ampla apresentação, para todos os funcionários da escola, incluindo professores de diferentes disciplinas, conselheiros e administração, objetivou dar a conhecer o trabalho realizado pelo grupo de codesenvolvimento e introduzir o tema dos jovens cuidadores. Em conjunto, foram retratados casos de estudantes, durante o ano letivo e anos anteriores, que poderiam ter sido jovens cuidadores.

ESTUDANTES:

Em setembro de 2019, foram realizadas apresentações, em sala de aula, sobre jovens cuidadores, as suas diferentes realidades quotidianas, necessidades, desejos e dificuldades. Ter um ex-cuidador presente a

expor a sua história de vida, pontualmente, contribui para transmitir um exemplo positivo e encorajar aqueles que enfrentam um papel de protagonista.

Outra medida delineou espalhar vários cartazes sobre jovens cuidadores por toda a escola, divulgando contactos para o caso de haver interesse de receber mais informações.

AUTO-IDENTIFICAÇÃO:

Durante as apresentações em sala de aula e com a ajuda de um ex-cuidador, incentiva-se e capacita-se os alunos a refletir acerca das suas atividades quotidianas fora da escola e se nelas incluem tarefas que exijam o cuidado de um familiar ou outrem. Nesse sentido, é enfatizando que o cuidado inclui uma variedade de opções e quaisquer responsabilidades, mesmo que pareçam poucas, são válidas. Os alunos são, então, convencidos de que é muito importante reconhecerem-se pelo que fazem, especialmente se forem cuidadores e se depararem, não apenas com os obstáculos de crescimento, mas também com a conciliação entre a escola e os cuidados.

COMO PODE AJUDAR JOVENS CUIDADORES NA SUA SALA DE AULA?

- Aumentar o reconhecimento na escola, no geral
- Oferecer opções flexíveis de aprendizagem (ajustando às necessidades individuais dos cuidadores)
- Escutar os jovens cuidadores da sua classe
- Atuar como ponto de referência para os serviços sociais (centros de serviços sociais, serviços de saúde etc.)
- Informar os principais membros da equipa da escola sobre a existência de jovens cuidadores

O QUE FALTA?

- Preparação da equipa e consciencialização dos professores, funcionários da escola e da comunidade sobre a identificação dos jovens cuidadores e as suas necessidades, adotando ações mais proativas.
- Uma abordagem integrada com uma organização de coordenação entre várias entidades a nível local, regional e nacional.
- Fortalecimento das redes estabelecidas a fim de estabelecer uma comunicação e conexão eficazes com outros provedores de serviços.
- Mais recursos comunitários, de pares e de suporte on-line para jovens cuidadores.
- Fazer uma avaliação eficaz e monitorização de outros programas de sucesso na Eslovénia.
- Apoiar familiares e jovens cuidadores com necessidades de avaliação e acompanhamento regular.
- Promover uma imagem positiva sobre doenças e deficiências.
- Reconhecer e defender escolas com boas práticas.
- Supervisionar regularmente o bem-estar dos jovens cuidadores.

5.3. CASO ITALIANO

SINTESE NACIONAL

Os jovens cuidadores, por si só, não fazem parte da agenda das políticas italianas que se encarregam de garantir a inclusão e o direito à educação dos estudantes italianos. De facto, subsiste uma ausência geral do conhecimento sobre as barreiras enfrentadas pelos jovens prestadores de cuidados no cumprimento do seu potencial educativo, assim como o seu impacto no risco de abandono escolar. Apesar disso, a investigação (Italia Lavoro, 2014) comprova que as responsabilidades inerentes ao cuidados familiares são a principal causa para os jovens, futuramente, serem um jovem NEET (ou seja, sem educação, emprego ou formação).

DESCRIÇÃO DO CONTEXTO NACIONAL EM PROL DA INCLUSÃO E EDUCAÇÃO

Com a lei 517/77, Itália declara os direitos de todas as crianças e adolescentes (incluindo portadores de deficiência) de modo a satisfazer as diversas necessidades de aprendizagem. De acordo com essa lei, as escolas devem ser flexíveis para atender às necessidades de cada aluno, bem como providenciar assistência individualizada.

Entre os casos em que a lei pode ser aplicada, além de deficiências e distúrbios de aprendizagem, como dislexia, existe uma categoria mais ampla referente a “outras situações de desvantagem social”, nas quais pode ser incluída a condição dos jovens cuidadores.

Efetivamente, existem, na atualidade, no mínimo, duas escolas italianas de ensino secundário que testam o uso de um instrumento que implemente apoios específicos para atender às necessidades educativas dos jovens cuidadores.

Quando se trata de bullying, no ano de 2017, uma nova lei (nº 71) foi aprovada para prevenir e contrapor bullying e cyberbullying. A lei atribui responsabilidades específicas às escolas, que- entre as demais- têm a obrigação de preparar os funcionários sobre a problemática e nomear um membro específico da equipa para coordenar todas as ações de prevenção e proteção dos alunos que a escola promove.

Uma vez que há evidências de que os jovens cuidadores estão expostos a um risco maior de serem vítimas de bullying, comparativamente aos colegas, essa lei pode reconhecer um impacto positivo nestes alunos.

ESTRATÉGIAS DE CO-CRIAÇÃO- O QUE FIZEMOS EM ITÁLIA?

O grupo italiano de codesenvolvimento foi implementado em cooperação com uma escola secundária local (CFP Nazareno em Carpi) e integrou- além da equipa da ANS como parceira do projeto EDY-CARE, o psicólogo da escola, dois professores, a assistente social da escola e um professor de apoio, responsável pela inclusão

de alunos desfavorecidos.

O CFP Nazareno é uma escola profissional que oferece cursos na área da restauração e hotelaria para uma população de aproximadamente 230 alunos entre 15 e 17 anos. Pesquisas realizadas todos os anos evidenciam uma elevada percentagem (cerca de 20%) de alunos que podem ser definidos como jovens cuidadores e, em razão disso, desde 2012, a escola atua na promoção de ações para apoiar esse grupo-alvo. O projeto EDY-CARE, no entanto, deu a oportunidade de implementar novas atividades e envolver mais funcionários da escola no discurso.

Em detalhe, foram implementadas as seguintes ações no âmbito do projeto:

- **Aumento do reconhecimento na comunidade escolar:** um workshop de duas horas foi oferecido em todas as turmas, com o objetivo de consciencializar os alunos sobre as necessidades específicas dos jovens cuidadores e apoiar o autorreconhecimento. No final, foi distribuído um folheto com contactos de apoio dentro e fora da escola.
- **Gestão de um novo modelo de Plano Educativo Individual que abrange jovens cuidadores:** de acordo com a lei 517/77 (ver parágrafo anterior), para a implementação de ações de apoio e oferta de condições flexíveis a estudantes com necessidades especiais, é necessário desenvolver um Plano Educativo Individual (PEI). O CFP Nazareno nunca havia usado as oportunidades oferecidas pela lei 517/77 para jovens cuidadores anteriormente, portanto, no âmbito do projeto, foi desenvolvido um modelo de PEI adequado para esse grupo-alvo, que foi conduzido por dois alunos.
- **Incentivo da auto-referência:** CFP Nazareno apresenta uma sólida oferta de apoio a alunos com necessidades especiais ou que simplesmente vivam um momento difícil: o psicólogo da escola, a assistente social da escola e vários tutores com responsabilidades educativas estavam disponíveis. No entanto, as auto-referências dos jovens cuidadores ainda eram limitadas. Durante o projeto, foi conduzida uma estratégia que depreendia o uso de uma caixa de correio, localizada no corredor, mas numa área privada, onde os alunos necessitados podiam dar mensagens e dirigir-se a um profissional pronto a ajudá-los.
- **Implantação de parcerias estratégicas:** a criação de um grupo de aprendizagem em parceria foi uma oportunidade para colocar os jovens cuidadores no topo da agenda da escola e estabelecer uma cooperação com outros programas e profissionais locais ativos no campo.

COMO PODE AJUDAR JOVENS CUIDADORES NA SUA SALA DE AULA?

- Aumentar o seu reconhecimento na comunidade escolar
- Oferecer opções flexíveis de aprendizagem
- Escutá-los
- Incentivar um grupo de apoio entre colegas
- Propiciar apoio psicológico
- Atuar como ponto de referência
- Informar os principais membros do pessoal da escola
- Encaminhar para apoio específico disponível (dentro e fora da escola)

O QUE FALTA?

- Preparação da equipa e consciencialização dos professores, funcionários da escola e da comunidade sobre a identificação dos jovens cuidadores e as suas necessidades, adotando ações mais proativas.
- Uma abordagem integrada com uma organização de coordenação entre várias entidades a nível local, regional e nacional.
- Fortalecimento das redes estabelecidas a fim de estabelecer uma comunicação e conexão eficazes com outros provedores de serviços.
- Mais recursos comunitários, de pares e de suporte on-line para jovens cuidadores.
- Fazer uma avaliação eficaz e monitorização de outros programas de sucesso.
- Apoiar familiares e jovens cuidadores com necessidades de avaliação e acompanhamento regular.
- Promover uma imagem positiva sobre doenças e deficiências.
- Reconhecer e defender escolas com boas práticas.
- Supervisionar regularmente o bem-estar dos jovens cuidadores

5.4. CASO PORTUGUÊS

SÍNTESE NACIONAL

A promoção da inclusão social e do sucesso educativo dos jovens cuidadores depende de vários fatores e da consciencialização relevante entre professores e funcionários sobre a sua existência e contexto, bem como das estratégias para melhor identificar e apoiar.

Assim, a intervenção nacional foi operacionalizada de forma a promover o reconhecimento dos profissionais, mediante uma apresentação em formato PowerPoint com informações úteis para todos os stakeholders: professores, psicólogos, enfermeiros escolares, assistentes sociais, entre outros. A identificação dos jovens cuidadores pode ser auferida em dinâmica de sala de aula com o tema de jovens cuidadores, autoidentificação e subsequente avaliação do contexto e necessidades dos cuidadores por método de entrevista ou questionário. A alocação de apoio deve considerar as necessidades personalizadas dos jovens cuidadores.

DESCRIÇÃO DO CONTEXTO NACIONAL EM PROL DA INCLUSÃO E EDUCAÇÃO

Todos os alunos têm o direito de aceder e participar, de forma completa e eficaz, em todos os ambientes educativos. Os jovens cuidadores são uma realidade. Os princípios norteadores de uma educação inclusiva, de acordo com a Lei Nº. 54/2018, são: a) educação universal; b) igualdade; c) inclusão; d) personalização; e) flexibilidade; f) autodeterminação; g) envolvimento dos pais e h) interferência mínima. Concretizar uma melhor identificação dos jovens cuidadores e um conseqüente melhor apoio que promovam o sucesso educativo é a chave.

A lei nº. O 54/2018 estabelece o investimento "numa escola inclusiva, onde todos e cada um dos alunos, independentemente da sua situação pessoal e social, encontram respostas que lhes possibilitam a aquisição de um nível de educação e formação facilitadoras da sua plena inclusão social. Esta prioridade política vem concretizar o direito de cada aluno a uma educação inclusiva que responda às suas potencialidades, expectativas e necessidades no âmbito de um projeto educativo comum e plural que proporcione a todos a participação e o sentido de pertença em efetivas condições de equidade, contribuindo assim, decisivamente, para maiores níveis de coesão social", a escola deve encontrar formas de lidar com a diferença", adequando os processos de ensino às características e condições individuais de cada aluno, mobilizando os meios de que dispõe para que todos aprendam e participem na vida da comunidade educativa".

No entanto, os estudos nacionais sobre jovens cuidadores são muito escassos, traduzindo a sua parca visibilidade social e uma ignorância que pode comprometer o sucesso educativo, saúde e bem-estar. Na verdade, este é um fenómeno frequentemente oculto para os profissionais da área da educação e da saúde, profissionais sociais e domínios políticos. Tal situação pode limitar a alocação de recursos apropriados para atender às necessidades dos jovens cuidadores.

Em 2016, foi realizado um estudo na região autónoma da Madeira, com o objetivo de analisar a perceção dos enfermeiros, dos cuidados de saúde primários, sobre esta questão. Dos 157 enfermeiros entrevistados, 23% afirmaram ter entrado em contacto com crianças cuidadoras, incluindo crianças que cuidam dos avós (29%) de pais com doença psiquiátrica (25%) ou doença crónica (21%). A nível nacional, os professores e funcionários lidam diariamente com jovens cuidadores, mas nem todos são identificados, e as estratégias aplicadas para um melhor apoio não são acessíveis na sua totalidade, sendo a intervenção dependente da sensibilidade e disponibilidade de profissionais individuais.

ESTRATÉGIAS DE CO-CRIAÇÃO: O QUE FIZEMOS EM PORTUGAL?

Em Portugal, foi criado um grupo de codesenvolvimento com representantes dos seguintes estabelecimentos- Escola Secundária Dr. Joaquim Gomes Ferreira Alves- Valadares (Direção da escola, Direção dos diretores de turma, Enfermagem e Psicólogos); Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto; Direção Regional Norte do Instituto Português de Desporto e Juventude; Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens e Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia.

Cada grupo parceiro participou na cocriação e implementação de algumas das estratégias, contribuindo para o sucesso deste projeto, numa parceria de curto, médio e longo prazo. Desta forma, foi, também, previsto um protocolo de cooperação entre as instituições (Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia e Direção Regional Norte do Instituto Português de Desporto e Juventude) com vista a um melhor trabalho e cooperação num futuro próximo.

Para promover a identificação dos jovens cuidadores, foi realizada uma entrevista em vídeo com um jovem cuidador da escola e uma campanha de sensibilização com 402 alunos, entre 28 de janeiro e 14 de fevereiro de 2019, com todas as turmas do 10º ano. Nesta campanha, após a apresentação da realidade dos jovens cuidadores, os alunos foram solicitados a preencher um formulário pré-elaborado com os seguintes tópicos:

1. Se coabitam ou vivem perto de um membro da família em situação de doença, deficiência ou dependência;
2. Se participam na prestação de cuidados;
3. Se se identificam como jovens cuidadores;
4. Se estariam disponíveis para serem contactados para entender melhor a sua condição ou necessidade de ajuda.

Dos 402 alunos, 26 foram identificados como potenciais jovens cuidadores.

Posteriormente, foi solicitado ao professor principal que interpretasse a situação como um eventual jovem cuidador, promovendo, assim, uma conversa com os alunos.

O enfermeiro e o psicólogo escolar estavam informados desses casos e prosseguiram. Esta foi uma apropriada oportunidade para discutir a metodologia e o instrumento aplicado. Revendo as conclusões, o grupo de codesenvolvimento defende que este é um instrumento que resulta para a caracterização da situação de prestação de cuidados, porém não como ferramenta de investigação.

Neste seguimento, as experiências sugerem o uso de campanhas de sensibilização, numa primeira fase, para o reconhecimento dos jovens cuidadores, solicitando à autoidentificação na turma, mediante um pré-formulário com as perguntas descritas, nas quais é garantido o anonimato, de forma a evitar bullying ou qualquer outro tipo de discriminação. Avança-se com uma segunda conversa mais próxima dos jovens cuidadores que objetive avaliar a sua situação, desejos e necessidades.

Um conjunto de metodologias e estratégias escolares inovadoras em prol da inclusão social dos jovens cuidadores foi codesenvolvido, outros sugeridos e alguns implementados, a saber:

- **Opções flexíveis de aprendizagem** - testes e trabalhos de casa podem ser planeados de forma a levar em consideração, por exemplo, as necessidades de tratamento da pessoa de quem cuidam ou se está hospitalizada; permitir tempo extra com uma tarefa e ser mais flexível na organização de reuniões de professores/pais. Opções flexíveis de aprendizagem, numa visão inclusiva da escola, podem ser consultadas com base na Lei Nº. 54/2018.
- **Escutá-los** – conversar e ouvir jovens cuidadores afastado de outros alunos.
- **Professores e outros funcionários da escola como um ponto de referência** - encaminhar um jovem cuidador para um serviço especializado.
- **Aumentar o reconhecimento na comunidade escolar** – fazer vídeos, campanhas de sensibilização sobre jovens cuidadores, doenças e deficiências.
- **Parcerias estratégicas** - colaboração e comunicação eficaz entre serviços e grupos comunitários, fortalecendo redes e ampliando boas práticas.

O grupo de codesenvolvimento sugere estreitamente o prosseguimento destas estratégias e o potencial de portabilidade e expansão para outras escolas, de forma a promover, com sucesso, metodologias de educação inclusiva para jovens cuidadores. Você também pode entrar em contacto com o parceiro do projeto do seu país (Cuidadores Portugal ©) e ver por onde começar.

COMO PODE AJUDAR JOVENS CUIDADORES NA SUA SALA DE AULA?

- Aumentar o seu reconhecimento na comunidade escolar
 - Oferecer opções flexíveis de aprendizagem
 - Escutá-los
 - Incentivar um grupo de apoio entre colegas
 - Propiciar apoio psicológico
 - Atuar como ponto de referência
 - Informar os principais membros do pessoal da escola
 - Encaminhar para apoio específico disponível (dentro e fora da escola)
- ✓ **Use a ferramenta de avaliação Edy-care** numa segunda fase, para caracterizar melhor a realidade dos jovens cuidadores. O grupo de codesenvolvimento sugere não usá-la como instrumento de triagem. Numa primeira etapa, devem ser realizadas atividades de sensibilização, em cada turma, com questões sobre jovens cuidadores. Solicita-se, também, o autorreconhecimento de todos os alunos, mediante a ficha técnica que respeita a confidencialidade da turma e dos colegas. Numa segunda etapa, para aqueles que se identificaram como jovens cuidadores, efetua-se uma entrevista inicial e prossegue-se com a identificação das necessidades dos jovens cuidadores. Nesta última fase, o uso da ferramenta de avaliação EDY-CARE poderá ser mais útil.

O QUE FALTA?

- Preparação da equipa e consciencialização dos professores, funcionários da escola e da comunidade sobre a identificação dos jovens cuidadores e as suas necessidades, adotando ações mais proativas.
- Uma abordagem integrada com uma organização de coordenação entre várias entidades a nível local, regional e nacional.
- Adotar uma abordagem para toda a familiar inteira e libertar as responsabilidades da prestação de cuidados.
- Fortalecimento das redes estabelecidas a fim de estabelecer uma comunicação e conexão eficazes com outros provedores de serviços.
- Mais recursos comunitários, de pares e de suporte on-line para jovens cuidadores.
- Co-projetar o apoio com jovens cuidadores.
- Fazer uma avaliação eficaz e monitorização de outros programas de sucesso.
- Apoiar familiares e jovens cuidadores com necessidades de avaliação e acompanhamento regular.
- Promover uma imagem positiva sobre doenças e deficiências.
- Reconhecer e defender escolas com boas práticas.
- Supervisionar regularmente o bem-estar dos jovens cuidadores
- Implementação de políticas e reformas nacionais para melhor apoiar os adultos com necessidades de cuidados.
- Reconhecimento e definição, na lei portuguesa, dos “Jovens Cuidadores” ou extensão da legislação existente não específica (por exemplo, proteção infantil e serviços sociais) para a integração dos jovens cuidadores.

6. CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES POLÍTICAS

A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança declara que **“Toda criança tem direito a ...”** - entre outros- uma educação orientada para o desenvolvimento das suas habilidades que viabilize o seu pleno potencial- artigos 28 e 29 (UN Human Rights,1989).

Outros instrumentos internacionais vão além e exigem uma **educação inclusiva** (Comissão Europeia, 2018; ONU, 2015). De acordo com uma definição da UNESCO, “a inclusão é vista como um processo de **abordagem e resposta à diversidade das necessidades de todos os alunos** [...] e redução da exclusão através da educação. Envolve mudanças e modificações no conteúdo, métodos, estruturas e estratégias [...]” (UNESCO, 2005, p. 14).

Este manual visava precisamente **capacitar os profissionais das escolas a atender e responder às necessidades dos jovens cuidadores**.

Uma forma eficaz e duradoura de assistir às necessidades dos jovens cuidadores requer o envolvimento dos diferentes stakeholders: além de escolas, profissionais de saúde, ONGs, público em geral, políticos e os próprios jovens cuidadores.

Recomendação política nº 1: **Identificar**

É necessário um aumento do reconhecimento em larga escala, entre todos os stakeholders: todos precisam de estar conscientes da existência dos jovens cuidadores e capacitados com ferramentas para identificá-los de maneira proativa (isso é particularmente importante, pois em muitos casos os jovens cuidadores não sabem autoidentificar-se, como tal, permanecem invisíveis e as suas necessidades não são atendidas).

Recomendação política nº 2: **Apoio**

Uma vez identificados os jovens cuidadores, é importante que sejam apoiados. Este manual apresenta precisamente medidas de apoio para os jovens cuidadores na sua experiência educativa. No entanto, foi possível concluir que o cuidado também afeta outras esferas da vida nomeadamente, a sua inclusão social e saúde mental. Como tal, é fundamental complementar as estratégias de apoio à experiência educativa com estratégias para aliviar a carga dos cuidados e melhorar a sua resiliência.

Deve ser adotada uma abordagem para toda a família, que pressuponha a interpretação das necessidades da pessoa dependente em conformidade com as necessidades dos outros membros familiares, incluindo as dos jovens cuidadores.

Recomendação política nº 3: **Escutar**

O apoio deve ser co-projetado juntamente com os próprios jovens cuidadores, para garantir que atenda às suas necessidades

No geral, a responsabilidade das políticas e práticas deve asseverar que o cuidado advém de uma escolha livre e genuína, bem como prevenir e minimizar os (potenciais) impactos negativos do crescimento enquanto ser cuidador (educação restrita, oportunidades reduzidas, qualidade de vida reduzida, isola-

mento).

A combinação destas estratégias e o envolvimento ativo de diferentes stakeholders são fatores essenciais **para permitir que os jovens cuidadores prosperem e floresçam como seres humanos.**

PRÓXIMOS PASSOS

Os países europeus posicionam-se em diferentes estágios no que toca à sensibilização e ação para as necessidades e preferências dos jovens cuidadores (Leu & Becker, 2016). O Reino Unido – país impulsor das boas práticas- é classificado como "Avançado"; a Suécia avalia-se como "Intermediária"; Itália conecta-se aos países "emergentes"; Eslovénia e Portugal podem ser posicionados como "Despertar". Esta classificação é um processo evolutivo. Consciencialização e pesquisa são conceitos chave para as mudanças nas políticas e práticas.

A cooperação entre países- facultada por projetos europeus como o Edy-Care - pode construir pontes de conhecimento/experiência, facilitar e aprimorar o desenvolvimento, implementação e ampliação de boas práticas.

Este manual representa um primeiro passo, num percurso que, esperamos, impulsionar os países europeus a avançar na classificação do reconhecimento e respostas sobre os jovens cuidadores, com potencial impacto na sua qualidade de vida e bem-estar.

REFERÊNCIAS

- Aldridge, J., & Becker, S. (2003). *Children caring for parents with mental illness: Perspectives of young carers, parents and professionals*. Policy Press.
- Aldridge, J., Clay, D., Connors, C., Day, N., & Gkiza, M. (2016). *The lives of young carers in England: Qualitative report to DfE*. Retrieved from: <https://www.adass.org.uk/AdassMedia/stories/Carers/Census%202011%20briefing%20Age%20statistics%2016%2005%202013.pdf>.
- BBC news (2018). *Being a Young Carer*. Retrieved from: https://www.bbc.co.uk/news/resources/idt-sh/Being_a_young_carer.
- Becker, F., Becker, S., Joseph, S. & Regel, S. (2012). *Manual for Measures of Caring Activities and Outcomes for Children and Young People (2nd edition)*. London, Carers Trust. Retrieved from: [https://www.proceduresonline.com/harrow/cs/user_controlled_lcms_area/uploaded_files/Young%20Carer%20Tool%20-%20Caring%20Activities%20and%20Outcomes%20\(edited\).pdf](https://www.proceduresonline.com/harrow/cs/user_controlled_lcms_area/uploaded_files/Young%20Carer%20Tool%20-%20Caring%20Activities%20and%20Outcomes%20(edited).pdf).
- Becker, S. (2000). Young carers. *The Blackwell Encyclopedia of Social Work Oxford*. M. Davies. Oxford, Blackwell Publishers Ltd 378.
- Becker, S., & A. Leu (2014). *Young Carers. Oxford Bibliographies in Childhood Studies*. Heather Montgomery (Hrsg). Oxford University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Hardcover. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Carers Trust (2018). "Snapshot survey of 50 young carers". Retrieved from: <https://carers.org/press-release/half-infant-young-carers-under-ten-are-suffering-broken-sleep-care-family-members>.
- Carers Trust (2017a). *Supporting Young Carers in Schools: A Toolkit for Initial Teacher Education Providers*. Retrieved from: https://professionals.carers.org/sites/default/files/ycis_teachers_toolkit_final_0.pdf.
- Carers Trust (2017b). *Step 7: Raising Awareness of School Staff about Young Carers*. Retrieved from: <https://professionals.carers.org/step-step-guide-raising-awareness-schools-staff-about-young-carers>.
- Carers Trust (2015). *Key facts about carers and the people they care for*. Retrieved from: <https://carers.org/key-facts-about-carers-and-people-they-care>.
- Carers Trust (2014). *Protecting the health and wellbeing of young carers. Examples of practice*. Retrieved from: <https://professionals.carers.org/protecting-health-and-wellbeing-young-carers-examples>
- Carers Trust (2011). *Census 2011*. Retrieved from: <https://www.adass.org.uk/AdassMedia/stories/Carers/Census%202011%20briefing%20Age%20statistics%2016%2005%202013.pdf>.
- CareSearch (2019). *Young carers*. Retrieved from: <https://www.caresearch.com.au/caresearch/ForPatientsandFamilies/SpecificGroups/YoungCarers/tabid/417/Default.aspx>.
- Central Statistics Office (2016). *Census 2016 Summary Results*. Retrieved from: <https://www.cso.ie/en/csolat-estnews/presspages/2017/census2016summaryresults-part1/>.

Central Statistics Office (2016). *Census 2016 Summary Results*. Retrieved from: <https://www.cso.ie/en/csolat-estnews/presspages/2017/census2016summaryresults-part1/>.

Clay, D. et al. (2016). *The lives of young carers in England Qualitative report to Department for Education*. Retrieved from: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/498115/DFE-RR499_The_lives_of_young_carers_in_England.pdf.

Department for Education (2016). *The lives of young carers in England*. Qualitative Report to DfE. Retrieved from: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/498115/DFE-RR499_The_lives_of_young_carers_in_England.pdf.

Edy-care (2019). *Good practices to support young carers in education*. Retrieved from: <https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>.

Eurocarers (2019). *Good practices to support young carers in education*. Retrieved from: <https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>.

Eurocarers (2017). *Eurocarers Policy Papers Young Carers*. Retrieved from: <https://eurocarers.org>.

European Commission (2018). *How can the European Pillar of Social Rights support the achievement of the 2030 Sustainable Development Goals?* Retrieved from: https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/sub-group-equality-justice-inclusion-decent-work_recommendations_1.pdf.

ISTAT (2015). *National institute of statistics*. Retrieved from: <https://www4.istat.it/>.

Italia Lavoro (2014). *Benchmarking e Approfondimenti*. Retrieved from: <http://bancadati.italialavoro.it/bdds/ViewScheda.action?product=DOCUMENTA&uid=c84f7894-0d3a-4ac0-af03-f6d230d3944f&title=scheda#>.

Joseph, S., Becker, F. & Becker, S. (2012) *Manual for Measures of Caring Activities and Outcomes for Children and Young People (2nd edition)*. Carers Trust.

Kendall, C. (2018). *Being a young carer*. Retrieved from: https://www.bbc.co.uk/news/resources/idt-sh/Being_a_young_carer.

Law. No. 54/2018. Diário da República n.º 129/2018, Série I. *Regime Jurídico da Educação Inclusiva*. Retrieved from: https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/EEspecial/dl_54_2018_en_version_0.pdf.

Law. No. 517/1977. *Norme sulla valutazione degli alunni e sull'abolizione degli esami di riparazione nonché altre norme di modifica dell'ordinamento scolastico*. Retrieved from: https://www.edscuola.it/archivio/norme/leggi/l517_77.html.

Leu, A. & Becker S. (2016). A cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. *Journal of Youth Studies*, 20: 750-762.

Leu, A., Frech, M., Wepf, H., Sempik, J., Joseph, S., Helbling, L., ... & Jung, C. (2019). Counting young carers in Switzerland—a study of prevalence. *Children & Society*, 33(1), 53-67.

Maskrosbarn (2019). *Our activities*. Retrieved from: <https://maskrosbarn.org/vara-aktiviteter/>.

Me-We (2019). *Enabling young carers to pursue their goals in life and reach their full potential – converting research findings into policy actions*. Retrieved from: <https://me-we.eu/launch-of-policy-briefs-enabling-young-carers-to-pursue-their-goals-in-life-and-reach-their-full-potential-converting-research-findings-into-policy-actions/>.

Me-We policy briefs (2019). Retrieved from: <https://me-we.eu/internal-resources/>.

Nordenfors, M., Melander, C., & Daneback, K. (2014). *Unga omsorgsgivare i Sverige*. [Young Carers in Sweden]. Kalmar/Växjö, Nationellt kompetenscentrum anhöriga och Linnéuniversitetet.

School of Psychology and Counselling at Queensland University of Technology. *Resourceful Adolescent Program* (n/a). Retrieved from: <http://www.rap.qut.edu.au/programs/>.

Sempik, J. & Becker, B. (2013). *Young Adult Carers at School: Experiences and Perceptions of Caring and Education*. London, Carers Trust.

Stichting Informele Zorg Twente Ervaringsmaatjes (2019). *Ervaringsmaatjes*. Retrieved from: <http://ervaringsmaatjes.nl/>.

The Children's Society (2018). *Young Carers Well-being*. Retrieved from: <https://www.childrenssociety.org.uk/sites/default/files/young-carers-wellbeing.pdf>.

UN (2015). *Sustainable Development Goals*. Retrieved from: https://ec.europa.eu/sustainable-development/goal4_en.

UN Human Rights (1989). *Convention on the Rights of the Child*. Retrieved from: <https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/crc.aspx>.

UNESCO (2005). *Guidelines for inclusion: Ensuring access to education for all*. ERIC Clearinghouse.

ANEXOS



7. ANEXOS

7.1. 7.1 INSTRUMENTO EDYCARE – VERSÃO INGLESA

EDY-CARE EN

EDY-CARE ASSESSMENT TOOL

Erasmus+ programme project “Innovative School Education Methodologies and Tools for Guaranteeing Social Inclusion of Young Carers” (EDY-CARE) No. KA2 2017-1-SE01-KA201-034583

This self-assessment tool was developed in the framework of the Erasmus+ programme project “Innovative School Education Methodologies and Tools for Guaranteeing Social Inclusion of Young Carers” (EDY-care). Its aim is to provide teachers and school staff with a set of exploratory questions to identify young carers and to assess the impacts, (positive and/or negative, of caring activities on school attainment, attendance, interaction with peers etc. Issues raised by the questionnaire can subsequently be further discussed in individual conversations and can be the starting point for implementing.

Dear pupil, this questionnaire is about things you do in your everyday life and how you feel about them. Please read each question and put a tick in the box which indicates your answer. There are no right or wrong answers, we just want to know what you do and how you feel about it.

Q1. ARE YOU A GIRL OR A BOY?

Boy Girl

Q2 WHAT YEAR WERE YOU BORN?

All families are different (for example, not everyone lives with both their parents, sometimes people live with just one parent, or they have two homes or live with two families) and we would like to know about yours.

Q3. PLEASE ANSWER THIS QUESTION FOR THE HOME WHERE YOU LIVE ALL OR MOST OF THE TIME AND TICK THE PEOPLE WHO LIVE THERE.

Multiple answers are possible

<input type="checkbox"/> Mother	<input type="checkbox"/> Father	<input type="checkbox"/> Stepmother (or father's girlfriend/partner)
<input type="checkbox"/> Stepfather (or mother's boyfriend/partner)		<input type="checkbox"/> I live in a foster or children's home
<input type="checkbox"/> Someone or somewhere else (eg. siblings, grandparents). Please write it down:		

Q4. WOULD YOU SAY YOUR GENERAL HEALTH IS.....?

- Excellent
 Good
 Fair
 Poor

Q5. HERE IS A PICTURE OF A LADDER.

The top of the ladder "10" is the best possible life for you and the bottom "0" is the worst possible life for you.

In general, where on the ladder do you feel you stand at the moment?

Tick the box next to the number that best describes where you stand.

10	<input type="checkbox"/>	BEST POSSIBLE LIFE	😊
9	<input type="checkbox"/>		
8	<input type="checkbox"/>		
7	<input type="checkbox"/>		
6	<input type="checkbox"/>		
5	<input type="checkbox"/>		
4	<input type="checkbox"/>		
3	<input type="checkbox"/>		
2	<input type="checkbox"/>		
1	<input type="checkbox"/>		
0	<input type="checkbox"/>	WORST POSSIBLE LIFE	😞

Q6. HOW PRESSURED DO YOU FEEL BY THE SCHOOLWORK YOU HAVE TO DO?

- Not at all
 A little
 Some
 A lot

Q7. BELOW ARE SOME JOBS THAT YOUNG PEOPLE DO TO HELP

Think about the help you have provided over the last month. Please read each one and put a tick in the box to show how often you have done each of the jobs in the last month.

	NEVER	SOME OF THE TIME	A LOT OF THE TIME
a. Clean your own bedroom.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b. Clean other rooms.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c. Wash up dishes or put dishes in a dishwasher.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d. Decorate rooms.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e. Take responsibility for shopping for food.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f. Help with lifting or carrying heavy things.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		NEVER	SOME OF THE TIME	A LOT OF THE TIME
g.	Help with financial matters such as dealing with bills, banking money, collecting benefits.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h.	Work part-time to bring money in.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i.	Interpret, sign, or use another communication system for the person you care for.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j.	Help the person you care for to dress or undress.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k.	Help the person you care for to have a wash.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l.	Help the person you care for to have a bath or shower.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m.	Keep the person you care for company e.g., sitting with them, reading to them, talking to them.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n.	Keep an eye on the person you care for to make sure they are alright.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o.	Take the person you care for out e.g., for a walk or to see friends or relatives.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p.	Take brothers and sisters to school.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q.	Look after brothers or sisters whilst another adult is near by.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r.	Look after brothers or sisters on your own.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph & Steve Regel. All rights reserved. Developed for Carers Trust by Young Carers International Research and Evaluation, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD.

Q8. HOW DID IT HAPPEN THAT YOU CAME TO DO ALL THESE THINGS, APART FROM YOUR SCHOOL ACTIVITIES AND YOUR HOBBIES?

(please write your answer below)

Q9. WHO IS IT YOU PROVIDE HELP TO?

Multiple answers are possible

- Mother
- Step Mother
- Father
- Step father
- Brothers/Step Brothers. If yes, how many:
- Sisters/Step Sisters. If yes, how many:
- Grandparents. If yes, how many:
- Other adult relative (please specify):
- Family friend. If yes, how many:
- Other (please specify):
- I do not provide care for anybody

Q10. WHY DOES THE PERSON(S) YOU CARE FOR NEED YOUR HELP?

(please write your answer below)

Q11. WHICH OF THESE STATEMENTS BEST DESCRIBES YOU? (TICK ALL THAT APPLY TO YOU) I AM CARING FOR SOMEONE THAT ...:

Multiple answers are possible

- Has problems with misuse of alcohol, prescription drugs, illegal drugs or other substances
- Has problems because of old age or ageing
- Has psychological problems
- Has physiological problems
- Has long-term health issues
- With a physical disability
- With a learning disability
- With a life limiting condition
- With a mental health illness
- who is too young to be left alone (e.g. brother or sisters)
- has no special circumstances (is not ill)
- From the lesbian, gay, bisexual or transgender community
- From a travelers community
- From a rural community
- From an ethnic minority community

Q12. - WHICH OF THESE STATEMENTS BEST DESCRIBES YOU?

(Tick all that apply to you)

Multiple answers are possible

- I do a lot of things in my household because my mother/father works long hours.
- I do a lot of things in my household because it's just my mother and me.
- I do a lot of things in my household because it's just my father and me.
- I do a lot of things in my household because I want to do it myself.
- I do a lot of things in my household because I do them the way I like it.
- I do a lot of things as we share the household tasks among family members.
- I do a lot of things in my household because my parents care for someone who need a lot of help.
- I do a lot of things in my household because my parents have to work a lot to finance my school and this is my way of repaying them.
- I do a lot of things in my household because parents give my allowance for doing things in the household.
- I do a lot of things in my household because my parents work far away.
- I work (part-time) in order to help my family.
- I go with my parents because I have to translate/interpret for them.
- I do a lot of things because my parents can't do it by themselves.

I take care of my siblings because my parents work.

Q13. HOW DOES THIS MAKE YOU FEEL? CAN YOU DESCRIBE IN YOUR OWN WORDS?

Q14. HAVE YOU TALKED TO SOMEONE ABOUT THIS SITUATION?

Yes No Not relevant to me

15. CAN YOU DESCRIBE HOW IT WENT?

Q16. CAN YOU EXPLAIN WHY NOT?

Q17- HERE ARE SOME ADDITIONAL QUESTIONS ABOUT HOW YOU DID AT SCHOOL DURING LAST WEEK, MONTH, SEMESTER.

Numbers only! If your answer is "never", write "0".

	How many times in a last week:	How many times in a last month:	How many times in a last semester:
a. How many times you have been absent from school because of help you give/provide to your family?			
b. How many times you have late for school because of help you give/provide to your family?			
c. How many times you felt very tired and unable to concentrate on the lesson because of help you give/provide to your family?			
d. How many times you haven't had enough time to prepare properly for a test because of help you give/provide to your family?			
e. How many times you haven't been able to do your homework because of help you give/provide to your family?			

Q18. NOW, FOCUS ON THE LAST SEMESTER

Numbers only! If your answer is "never", write "0".

	How many times:
f. Because of help you give/provide to your family you haven't been able to attend additional activities offered by school?	
g. Because of help you give/provide to your family you haven't been able to attend school trips/excursions during?	

Numbers only! If your answer is "never", write "0".

How many times:

h. Because of help you give/provide to your family you haven't been able to attend activities in off school time?

You're nearly done, just a few more questions about you and your family.

Q19. IN WHICH COUNTRY WERE YOU BORN?

indicate the resident country here

*

*

*

*

Another country (fill out):

Q20. IN WHICH COUNTRY WAS YOUR MOTHER BORN?

indicate the resident country here

*

*

*

*

Another country (fill out):

Q21. IN WHICH COUNTRY WAS YOUR FATHER BORN?

indicate the resident country here

*

*

*

*

Another country (fill out):

Q22. DOES YOUR FATHER HAVE A JOB?

Yes

No

Don't know

Don't know or see father

Q23. IF NO, WHY DOES YOUR FATHER NOT HAVE A JOB? PLEASE TICK THE BOX THAT BEST DESCRIBES THE SITUATION

He is sick, or retired

He is looking for a job

He takes care of others, or is full-time at home

I don't know

Q24. DOES YOUR MOTHER HAVE A JOB?

Yes

No

Don't know

Don't know or see mother

Q25. IF NO, WHY DOES YOUR MOTHER NOT HAVE A JOB? PLEASE TICK THE BOX THAT BEST DESCRIBES THE SITUATION.

- She is sick, or retired She is looking for a job She takes care of others, or is full-time at home I don't know

7.2. INSTRUMENTO EDYCARE – VERSÃO SUECA



EDY-CARE SWE

SURVEY SHORT TITLE: EDY-CARE PILOT

Detta frågeformulär har utvecklats inom ramen för Erasmus+ projektet ”Innovativa metoder och verktyg i skolan för ökad social inkludering av unga omsorgsgivare” (EDY-CARE).

Syftet är att ge lärare och skolpersonal hjälp med en uppsättning frågor för att identifiera unga omsorgsgivare och att bedöma hur deras roll som omsorgsgivare påverkar, positivt och/eller negativt, deras möjligheter att närvara och prestera i skolan, och integrera med kamrater etc.

Svaren som framkommer med hjälp av detta frågeformulär kan därefter diskuteras vidare i enskilda samtal med den unga omsorgsgivaren och kan utgöra en utgångspunkt för att sätta in stödåtgärder inom och utanför skolans uppdrag.

Kära elev,

Detta frågeformulär handlar om saker du gör i din vardag och hur du känner för det. Var god och läs varje fråga och markera i rutan som anger ditt svar. Det finns inga rätt eller fel svar, vi vill bara veta vad du gör och hur du känner för det.

Q1. ÄR DU TJEJ ELLER KILLE?

Kille Tjej

Q2. VILKET AR ÄR DU FÖDD?

Alla familjer är olika (till exempel bor inte alla med båda sina föräldrar, ibland bor de med bara en förälder, eller har två hem eller bor med två familjer) och vi skulle vilja veta hur din familj ser ut.

Q3. VÄNLIGEN BESVARA FRÅGA UTIFRÅN DET HEM DÄR DU BOR HELA ELLER STÖRRE DELEN AV TIDEN OCH KRYSSA FÖR DE PERSONER SOM BOR DÄR.

Flera svar kan anges

<input type="checkbox"/> Mamma	<input type="checkbox"/> Pappa
<input type="checkbox"/> Styvmor (eller pappas flickvän/partner)	
<input type="checkbox"/> Styvfar (eller mammas pojkvän/partner)	
<input type="checkbox"/> Jag bor i ett fosterhem eller familjehem	
<input type="checkbox"/> Någon annan eller någon annan stans (t.ex. syskon, farföräldrar). Snälla skriv ner det:	

Q4. SKULLE DU SÄGA ATT DIN HÄLSA ÄR?

- Utmärkt
 Bra
 Sådär
 Dålig

Q5. HÄR ÄR EN STEGE.

Överst på stegen «10» är det bästa möjliga livet för dig och längst ner «0» är det sämsta möjliga livet för dig.

I allmänhet, var på denna stegen känner du att du befinner dig just nu?

Markera rutan bredvid det nummer som bäst beskriver var du befinner dig.

10	<input type="radio"/>	BÄSTA TÄNKBARA LIV 😊
9	<input type="radio"/>	
8	<input type="radio"/>	
7	<input type="radio"/>	
6	<input type="radio"/>	
5	<input type="radio"/>	
4	<input type="radio"/>	
3	<input type="radio"/>	
2	<input type="radio"/>	
1	<input type="radio"/>	
0	<input type="radio"/>	SÄMSTA TÄNKBARA LIV 😞

Q6. HUR PRESSAD KÄNNER DU DIG AV DET SKOLARBETE DU BEHÖVER GÖRA?

- Inte alls
 Lite
 En del
 Mycket

Q7. NEDAN ÄR NÅGRA SAKER SOM UNGDOMAR GÖR FÖR ATT HJÄLPA

Tänk på den hjälp, stöd eller vård som du gett under den senaste månaden. Läs var och ett av påståendena och markera med ett kryss i den box som visar hur ofta som du gjort vart och ett av dessa saker under den senaste månaden.

	Aldrig	Ibland	Ofta
a. Städat ditt eget rum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Städat andra rum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Aldrig	Ibland	Ofta
c. Diskat eller ställt in i eller tagit ur diskmaskinen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Dekorerat eller pyntat rum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Tagit ansvar för matinköp.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Hjälpt till med att lyfta eller bära tunga saker.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Hjälpt till med ekonomiska sysslor som att hantera räkningar, bankärenden eller hämta försörjningsstöd.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Jobbat extra för att tjäna in pengar till hushållet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Tolkat, teckentolkat eller använt andra kommunikationssystem för personen som du stödjer/vårdar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l. Hjälpt personen du vårdar med att klä på eller av sig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m. Hjälpt personen du vårdar med att tvätta sig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n. Hjälpt personen du vårdar med att duscha eller bada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o. Hållit personen du stödjer/vårdar sällskap genom att sitta hos hen, läsa för hen eller hålla hen sysselsatt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p. Hållit ett öga på den person du stödjer/vårdar för att se till att de mår bra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q. Tagit med personen jag stödjer ut på promenad eller för att träffa vänner eller släktingar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r. Sett till att syskon kommer till skolan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s. Passat syskon medan vuxna finns i närheten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t. Passat syskon när vuxna inte finns i närheten.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph & Steve Regel. All rights reserved. Developed for Carers Trust by Young Carers International Research and Evaluation, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD.

Q8. HUR KOMMER DET SIG ATT DU GÖR ALLT DETTA, UTÖVER DINA SKOLUPPGIFTER OCH FRITIDSINTRESSEN?

Q9. VEM ÄR DET DU GER HJÄLP TILL?

Flera svar kan anges

- Mamma
- Styvmor (eller pappasflickvän eller partner)
- Pappa
- Styvfar (eller mammaspojkvän eller partner)
- Bröder/styvbröder. Om ja, hur många: ____
- Systrar/Styvsystrar. Om ja, hur många: ____
- Morföräldrar/farföräldrar. Om ja, hur många: ____

- Andra vuxna släktingar (ange vilka): ____
- Vänner till familjen. Om ja, hur många: ____
- Andra (vänligen ange vilka): ____
- Jag ger inte hjälp till någon

Q10. VARFÖR BEHÖVER DEN PERSONEN (PERSONERNA) DU TAR HAND OM HJÄLP?

(vänligen skriv ditt svar nedan)

Q11. VILKET AV FÖLJANDE UTTALANDEN BESKRIVER DIG BÄST? (MARKERA ALLT SOM GÄLLER FÖR DIG) JAG TAR HAND OM NÅGON ...:

Flera svar kan anges

- Som har problem med missbruk av alkohol, receptbelagda läkemedel, olagliga droger eller andra ämnen
- Som har problem/svårigheter på grund av hög ålder eller åldrande
- Som har psykiska problem
- Som har fysiska problem
- Som har långvariga hälsoproblem
- Som har en fysisk sjukdom eller funktionsnedsättning
- Som har en utvecklingsstörning
- Som har en obotlig sjukdom
- Som har en psykisk sjukdom eller funktionsnedsättning
- Som är min bror/mina bröder eller min syster/mina systrar
- Som inte har några speciella svårigheter (är inte sjuk)

Q12. VILKET AV FÖLJANDE UTTALANDEN BESKRIVER DIG BÄST? (MARKERA ALLT SOM GÄLLER FÖR DIG)

Flera svar kan anges

- Jag gör många saker i hushållet eftersom min mamma/pappa jobbar långa arbetsdagar.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom det bara är min mamma och jag.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom det bara är min pappa och jag.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom jag vill göra det själv.

- Jag gör många saker i hushållet eftersom jag vill göra det på mitt sätt.
- Jag gör många saker da vi delar på hushallsuppgifterna mellan familjemedlemmarna.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar tar hand om någon som behöver mycket hjälp.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar måste jobba mycket för att finansiera min skolgång, och det här är mitt sätt att betala tillbaka.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar ger mig ersättning för att göra saker i hushållet.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar arbetar långt hemifrån.
- Jag arbetar (deltid) för att hjälpa min familj.
- Jag följer med mina föräldrar eftersom jag måste översätta / tolka at dem.
- Jag gör en massa saker eftersom min/minaförälder/föräldrar inte kan göra det själva.
- Jag tar hand om mina syskon eftersom mina föräldrar arbetar.

Q13. HUR KÄNNES DETTA FÖR DIG? KAN DU BESKRIVA MED DINA EGNA ORD?

Q14. HAR DU PRATAT MED NÅGON DIN SITUATION?

- Ja Nej Det är inte relevant för mig

Q15. KAN DU BESKRIVA HUR DET GICK?

Q16. KAN DU FÖRKLARA VARFÖR DET INTE GICK BRA?

Q17. HÄR ÄR NÅGRA YTTERLIGARE FRÅGOR OM HUR DU GJORDE I SKOLAN UNDER FÖRRA VECKAN, MÅNADEN, TERMINEN.

Ange endast siffror! Om ditt svar är "aldrig" ange "0".

	Hur många gånger under den senaste veckan:	Hur många gånger under den senaste månaden:	Hur många gånger under den senaste terminen:
Hur många gånger har du varit borta från skolan på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du kommit försent till skolan på grund av att du har vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du känt dig mycket trött och haft svårt att koncentrera dig på lektionerna på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du haft för lite tid att förbereda dig ordentligt inför ett prov på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du inte kunnat göra dina läxor på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			

Q18. FOKUSERA NU PÅ DEN SENASTE TERMINEN

Ange endast siffror! Om ditt svar är "aldrig" ange "0".

	Hur många gånger:
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte kunnat delta i andra aktiviteter som erbjudits av skolan?	
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte kunnat delta i skolresor/utflykter?	
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte haft möjlighet att närvara i aktiviteter utanför skoltid?	

Du är nästan klar, bara några fler frågor om dig och din familj.

Q19. I VILKET LAND ÄR DU FÖDD?

- I Sverige
- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa
- Annat land utanför Europa

Q20. I VILKET LAND ÄR DIN MAMMA FÖDD?

- I Sverige
- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa

Annat land utanför Europa

Q21. I VILKET LAND ÄR DIN PAPPA FÖDD?

- I Sverige
- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa
- Annat land utanför Europa

Q22. ARBETAR DIN PAPPA?

- Ja
- Nej
- Vet ej
- Känner inte eller träffar inte min pappa

Q23. OM NEJ, VARFÖR ARBETAR INTE DIN PAPPA? MARKERA MED ETT KRYSS I DEN RUTAN SOM BÄST BESKRIVER SITUATIONEN.

- Han är sjuk, pensionär
- Han söker jobb
- Han tar hand om andra, eller är hemma på heltid
- Jag vet inte

Q24. ARBETAR DIN MAMMA?

- Ja
- Nej
- Vet ej
- Känner inte eller träffar inte min mamma

Q25. OM NEJ, VARFÖR ARBETAR INTE DIN MAMMA? MARKERA MED ETT KRYSS I DEN RUTAN SOM BÄST BESKRIVER SITUATIONEN.

- Hon är sjuk, eller pensionär
- Hon söker jobb
- Hon tar hand om andra, eller är hemma på heltid
- Jag vet inte

7.3. INSTRUMENTO EDYCARE – VERSÃO ESLOVENA



EDY-CARE SI

SURVEY SHORT TITLE: EDY-CARE PILOT

To orodje za samoocenjevanje je bilo razvito v okviru Erasmus+ projekta "Innovative School Education Methodologies and Tools for Guaranteeing Social Inclusion of Young Carers" (EDY-care). Cilj orodja je omogočiti učiteljem in šolskemu osebju, da z naborom eksploratornih vprašanj, prepoznajo mlade oskrbovalce v šolskem okolju in ovrednotijo vplive oskrbovalnih dejavnosti (pozitive in negativne) na šolsko udejstvovanje, obiskovanje šole in odnosov s sovrstniki. Zaznane posebnosti, ki jih pokaže vprašalnik, lahko šolski delavci dodatno raziščejo v individualnem pogovoru. Sočasno so to lahko začetne točke za implementacijo podpornih aktivnosti za mlade oskrbovalce v šolskem in izven šolskem kontekstu.

DRAGA DIJAKINJA, DRAGI DIJAK!

Ta vprašalnik je o stvareh, ki jih počneš v vsakodnevnem življenju in kako se počutiš glede njih. Prosimo, preberi vsako vprašanje in označi tvoj odgovor. Ni pravih ali nepravilnih odgovorov, želimo samo vedeti, kaj počneš in kako se počutiš glede tega.

S klikom na Naslednja stran pričneš z izpolnjevanjem ankete.

Q1. ALI SI FANT ALI DEKLE?

Fant

Dekle

Q2. KATEREGA LETA SI ROJEN/-A?

Vsaka družina je nekaj posebnega (na primer, včasih mlada oseba živi z obema staršema, včasih le z enim, ali pa ima dva doma ali živi z dvema družinama) in mi bi radi izvedeli, kakšna je tvoja družina.

Q3. PROSIMO, ODGOVORI NA TO VPRAŠANJE O TVOJEM DOMU, KJER ŽIVIŠ VEČINO ČASA IN OZNAČI OSEBE, KI ŽIVIJO TAM.

Možnih je več odgovorov

<input type="checkbox"/> Mater	<input type="checkbox"/> Oče	<input type="checkbox"/> Mačeha (ali očetova punca / partner/-ka)
<input type="checkbox"/> Očim (ali materin fant / partner/-ka)	<input type="checkbox"/> Živim v rejniškem domu ali zavodu	
<input type="checkbox"/> Večino časa živim z nekom drugim ali nekje drugje (npr. bratje, sestre, stari starši). Navedite, s kom oz. kje:		

Q4. KAKŠNO SE TI ZDI TVOJE SPLOŠNO ZDRAVJE?

- Odlično Dobro Še kar dobro Slabo

Q5. PODANA JE LESTVICA OD 1 DO 10.

Na vrhu lestvice ,10' označuje najboljšo možno življenje zate, na dnu pa ,0' najslabšo možno življenje zate.

Na splošno – kje na lestvici se nahajaš trenutno? Izberi krožec poleg tiste številke, ki najbolje opiše, kje se nahajaš.

10	<input type="radio"/>	NAJBOLJŠE MOŽNO ŽIVLJENJE	😊
9	<input type="radio"/>		
8	<input type="radio"/>		
7	<input type="radio"/>		
6	<input type="radio"/>		
5	<input type="radio"/>		
4	<input type="radio"/>		
3	<input type="radio"/>		
2	<input type="radio"/>		
1	<input type="radio"/>		
0	<input type="radio"/>	NAJSLABŠE MOŽNO ŽIVLJENJE	😞

Q6. KOLIKO SI ZARADI DELA ZA ŠOLO POD PRITISKOM?

- Sploh nič Malo Še kar Zelo

Q7. SPODAJ SO NAŠTETA OPRAVILA, KI JIH LAHKO OPRAVLJAJO MLADI LJUDJE

Razmisli o pomoči, ki si jo nudil/-a v zadnjem mesecu. Prosim, preberi vsako trditev in označi odgovor, ki prikazuje, kako pogosto si v zadnjem mesecu opravljal/-a katero opravilo.

	Nikoli	Včasih	Pogosto
a. Pospravil/-a sem svojo sobo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Pospravil/-a sem ostale sobe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Nikoli	Včasih	Pogosto
c. Pomil/-a sem posodo oziroma zložil/-a posodo v pomivalni stroj.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Okrasil/-a sem sobe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Prevezel/-a sem odgovornost za nakup hrane.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Pomagal/-a sem pri dvigovanju ali nošenju težjih stvari.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Nudil/-a sem pomoč pri finančnih zadevah (plačevanje računov, dvigovanje in polaganje denarja na banko, itd.).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Zaslužil/-a sem denar z dodatnim delom.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Tolmačil/-a sem znakovni jezik, uporabil/-a sem znakovni jezik ali uporabil/-a sem drug način komuniciranja z oskrbovancem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l. Pomagal/-a sem oskrbovancu pri oblačenju ali slačenju.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m. Pomagal/-a sem oskrbovancu pri umivanju.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n. Pomagal/-a sem oskrbovancu pri tuširanju ali kopanju.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o. Delal/-a sem družbo oskrbovancu npr. druženje z njim/njo, branje in pogovarjanje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p. Pazil/-a sem na oskrbovanca, da bi zagotovil/-a, da je v redu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q. Peljal/-a sem oskrbovanca na sprehod ali obisk prijateljev/sorodnikov.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r. Peljal/-a sem brate ali sestre v/iz šolo/-e.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s. Pazil/-a sem na brate/sestre v bližini druge odrasle osebe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t. Sam/-a sem pazil/-a za brate/sestre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph & Steve Regel. All rights reserved. Developed for Carers Trust by Young Carers International Research and Evaluation, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD.

Q8. KAKO JE PRIŠLO DO TEGA, DA POLEG ŠOLE IN HOBIJEV POČNEŠ ŠE VSE TE STVARI, KI SI JIH OMENIL/-A?

Q9. KOMU VSE NUDIŠ POMOČ?

Možnih je več odgovorov

- Mami
- Mačehi
- Očetu
- Očimu
- Bratu/-om (Polbratu/-om). Kolikim: ____
- Sestri/-am (Polsestri/-am). Kolikim: ____

- Starim staršem. Kolikim: ____
- Drugemu družinskemu članu. Napiši, komu: ____
- Družinskemu prijatelju/-em. Kolikim: ____
- Komu drugemu. Napiši, komu: ____
- Nikomur ne nudim pomoči

Q10. ZAKAJ TA/-E OSEBA/-E POTREBUJE/-JO TVOJO POMOČ?

(Svoj odgovor vpišite spodaj)

Q11. KATERE OD TEH IZJAV TE NAJBOLJE OPIŠE? (OZNAČI VSE, KI VELJAJO ZATE.)

SKRBIM ZA NEKOGA...

Možnih je več odgovorov.

- ki ima težave s prekomernim uživanjem alkohola, zdravil, drog ali podobnega
- ki ima težave, ki so povezane s starostjo in staranjem
- s psihičnimi težavami
- s fizičnimi težavami
- z dolgotrajnimi zdravstvenimi težavami
- s fizično / telesno invalidnostjo / prizadetostjo
- z učnimi težavami
- z življenje omejujočim stanjem
- z duševno motnjo
- brata(-e) / sestro(-e)
- ki nima nekih specifičnih zdravstvenih težav
- iz lezbične, gejevske, biseksualne ali transspolne skupnosti
- iz romske skupnosti
- iz podeželja
- iz etnične manjšine

Q12. KATERE OD TEH IZJAV TE NAJBOLJE OPIŠE? (OZNAČI VSE, KI VELJAJO ZATE.)

Možnih je več odgovorov.

- Doma opravljam veliko stvari, ker ima/ta moja mama/oče dolg delavni čas.
- Doma opravljam veliko stvari, ker živim samo z mamo.
- Doma opravljam veliko stvari, ker živim samo z očetom.
- Doma opravljam veliko stvari, ker jih želim opraviti sam/a zase.
- Določene stvari raje opravim sam/a, saj jih le sam/a naredim tako, kot mi je všeč.
- V gospodinjstvu si opravila delimo.
- Moji starši skrbijo za osebo, ki potrebuje veliko pomoči, zato jaz opravim več dela v gospodinjstvu, da jim pomagam.
- Moji starši veliko delajo, da mi omogočijo šolanje in se jim tako oddolžim.
- Moji starši mi dajejo žepnino, zato ker opravljam stvari v gospodinjstvu.
- Moji starši so zaposleni v oddaljenem kraju.
- Delam (kakršnakoli oblika zaposlitve), da pomagam svoji družini.
- Družinskemu članu pomagam pri opravih, ker ne razume/govori slovensko.
- Doma opravljam veliko stvari, ker jih starša sama ne moreta.
- Skrbim za brata/-e, sestro/-e, ker moja starša delata.

Q13. KAKO SE ZARADI TEGA POČUTIŠ? OPIŠI S SVOJIMI BESEDAMI.

Q14. ALI SI SE S KOM POGOVORIL/-A O TVOJI SITUACIJI GLEDE POMOČI IN PODPORE DRUŽINSKEMU ČLANU / PRIJATELJU Z ZDRAVSTVENIMI TEŽAVAMI?

- Da Ne Se ne nanaša name, ker nikomur ne nudim pomoči

Q15. ALI LAHKO OPIŠEŠ, KAKO JE ŠLO?

Q16. ALI LAHKO POVEŠ, ZAKAJ NE?

Q17. TUKAJ JE ŠE NEKAJ DODATNIH VPRAŠANJ O TEM, KAKO TI JE ŠLO V ŠOLI V ZADNJEM TEDNU, MESECU, SEMESTRU.

Samo številke! Če je tvoj odgovor „nikoli“, vnesi število „0“.

	Kolikokrat v zadnjem tednu:	Kolikokrat v zadnjem mesecu:	Kolikokrat v zadnjem semestru:
Koliko dni si manjkal/-a v šoli zaradi pomoči, ki si jo nudil/-a svoji družini?			
Koliko dni si zamujal/-a v šolo zaradi pomoči, ki si jo nudil/-a svoji družini?			
Kolikokrat nisi mogel/-a slediti pouku, ker si bil/-a utrujen/-a zaradi pomoči, ki si jo nudil/-a svoji družini?			
Kolikokrat se nisi mogel/-a dobro pripraviti na test/kontrolno zaradi pomoči, ki si jo nudil/-a svoji družini?			
Kolikokrat nisi mogel/-a narediti domače naloge zaradi pomoči, ki si jo nudil/-a svoji družini??			

Q18. SEDAJ PA POMISLI NA ZADNJI SEMESTER OZ. KONFERENCO.

Samo številke! Če je tvoj odgovor „nikoli“, vnesi število „0“.

	Kolikokrat:
Zaradi pomoči, ki sem jo nudil/-a svoji družini, se nisem mogel/-a udeležiti dodatnih šolskih aktivnosti.	
Zaradi pomoči, ki sem jo nudil/-a svoji družini, se nisem mogel/-a udeležiti izletov/ekskurzij.	
Zaradi pomoči, ki sem jo nudil/-a svoji družini, se nisem mogel/-a udeležiti aktivnosti izven šolskega časa.	

Skoraj smo pri koncu ankete, sledi le še nekaj dodatnih vprašanj o tebi in tvoji družini.

Q19. V KATERI DRŽAVI SI BIL/-A ROJEN/-A?

- Slovenija
- Bosna in Hercegovina
- Hrvaška
- Srbija
- Makedonija
- Druga država: ____

Q20. V KATERI DRŽAVI JE BILA ROJENA TVOJA MAMA?

- Slovenija
- Bosna in Hercegovina
- Hrvaška
- Srbija
- Makedonija
- Druga država: ____

Q21. V KATERI DRŽAVI JE BIL ROJEN TVOJ OČE?

- Slovenija
- Bosna in Hercegovina
- Hrvaška
- Srbija
- Makedonija
- Druga država: ____

Q22. ALI IMA TVOJ OČE SLUŽBO?

- Da
- Ne
- Ne vem
- Nimam stikov/ne poznam/je umrl

Q23. ZAKAJ TVOJ OČE NIMA SLUŽBE?

- Je bolan ali upokojen
- Išče zaposlitev
- Skrbi za druge ali je ves čas doma (kot npr. gospodinjec)
- Ne vem

Q24. ALI IMA TVOJA MAMA SLUŽBO?

- Da
- Ne
- Ne vem
- Nimam stikov/ne poznam/je umrla

Q25. ZAKAJ TVOJA MAMA NIMA SLUŽBE?

- Je bolna ali upokojena
- Išče zaposlitev
- Skrbi za druge ali je ves čas doma (kot npr. gospodinja)
- Ne vem

7.4. INSTRUMENTO EDYCARE –VERSÃO ITALIANA



EDY-CARE IT

SURVEY SHORT TITLE: EDY-CARE PILOT

Questo strumento di valutazione è stato sviluppato nell'ambito del progetto europeo Erasmus+ "Innovative School Education Methodologies and Tools for Guaranteeing Social Inclusion of Young Carers" (EDY-care). Il suo obiettivo è fornire a docenti e altro personale scolastico una serie di possibili domande esplorative per identificare studenti che siano giovani caregiver e valutare gli impatti (positivi o negativi) dell'attività di cura sui risultati scolastici, sulla frequenza, sulle interazioni con i compagni etc.

Le questioni sollevate tramite il questionario dovrebbero essere ulteriormente discusse a livello individuale e potrebbero essere il punto di partenza per attivare azioni di supporto per il giovane caregiver, all'interno e all'esterno del contesto scolastico

Caro/a studente/studentessa. Questo questionario riguarda cose che tu fai nella vita quotidiana e come ti senti nel farle. Per favore leggi ciascuna domanda e seleziona la casella corrispondente alla risposta che vorresti dare. Non ci sono risposte giuste o sbagliate, vogliamo soltanto sapere che cosa fai e come ti senti in relazione a questo.

Q1. SEI UN RAGAZZO O UNA RAGAZZA?

Ragazzo Ragazza

Q2. IN CHE ANNO SEI NATO/A?

Ogni famiglia è diversa dalle altre (ad esempio non tutti i ragazzi vivono con entrambi i genitori, a volte vivono con un solo genitore, o hanno due case o vivono con due famiglie), vorremmo raccogliere qualche informazione sulla tua famiglia.

Q3. TI CHIEDIAMO DI RISPONDERE A QUESTE DOMANDE PENSANDO ALLA CASA IN CUI VIVI O IN CUI TRASCORRI LA MAGGIOR PARTE DEL TUO TEMPO. SELEZIONA LE PERSONE CHE VIVONO CON TE.

Puoi scegliere più opzioni

<input type="checkbox"/> Mamma	<input type="checkbox"/> Papà	<input type="checkbox"/> Moglie o compagna/fidanzata del papà
<input type="checkbox"/> Marito o compagno/fidanzato della mamma	<input type="checkbox"/> Vivo presso una famiglia affidataria o in una casa-famiglia	
<input type="checkbox"/> Altro (ad esempio fratelli, nonni). Si prega di specificare:		

Q4. COME DEFINIRESTI IL TUO STATO DI SALUTE IN GENERALE?

- Eccellente
 Buono
 Discreto
 Scarso

Q5. DI SEGUITO E RAPPRESENTATA UNA SCALA.

La parte superiore della scala, in cui è indicato il numero "10", rappresenta la miglior condizione di vita possibile per te, mentre la parte inferiore, in cui è indicato il numero "0", rappresenta la peggior condizione di vita possibile per te.

In generale, a che punto della scala pensi di trovarti in questo momento? Spunta la casella accanto al numero che meglio descrive la tua posizione sulla scala.

10	<input type="radio"/>	MIGLIOR CONDIZIONE DI VITA POSSIBILE	😊
9	<input type="radio"/>		
8	<input type="radio"/>		
7	<input type="radio"/>		
6	<input type="radio"/>		
5	<input type="radio"/>		
4	<input type="radio"/>		
3	<input type="radio"/>		
2	<input type="radio"/>		
1	<input type="radio"/>		
0	<input type="radio"/>	PEGGIOR CONDIZIONE DI VITA POSSIBILE	😞

Q6. QUANTO TI SENTI SOTTO PRESSIONE A CAUSA DEI COMPITI SCOLASTICI CHE DEVI SVOLGERE?

- Per niente
 Un po'
 Abbastanza
 Molto

Q7. SOTTO SONO INDICATE ALCUNE ATTIVITÀ CHE UN/A RAGAZZO/A POTREBBE SVOLGERE PER AIUTARE IN CASA

Pensa a quello che hai fatto nell'ultimo mese. Leggi ciascuna affermazione e indica quante volte hai svolto ciascuna attività.

	Mai	Alcune volte	Molte volte
a. Pulire la tua camera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Pulire altre stanze.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Mai	Alcune volte	Molte volte
c. Lavare i piatti o metterli nella lavastoviglie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Mettere in ordine la casa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Fare la spesa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Aiutare a sollevare/portare cose pesanti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Aiutare in questioni finanziarie come avere a che fare con le bollette, i soldi in banca, etc.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Lavorare part time per portare a casa un po' di soldi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Fare da interprete a qualcuno che vive con te, anche usando la lingua dei segni o altri sistemi di comunicazione.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l. Aiutare qualcuno che vive con te a vestirsi o svestirsi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m. Aiutare qualcuno che vive con te a lavarsi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n. Aiutare qualcuno che vive con te a fare il bagno o la doccia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o. Fare compagnia a qualcuno che vive con te, es. sedersi insieme, leggere per lui/lei, parlare, giocare a carte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p. Dare un' occhiata a qualcuno che vive con te per assicurarti che sia tutto a posto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q. Portare fuori qualcuno che vive con te, ad esempio per una passeggiata o a trovare amici o familiari.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r. Portare i fratelli o le sorelle a scuola.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s. Controllare i fratelli/sorelle mentre un adulto è nelle vicinanze.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t. Controllare i fratelli/sorelle da solo/a.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph e Steve Regel. Tutti i diritti riservati. Sviluppato per Carers Trust da Young Carers International Research and Assessment, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD.

Q8. COME MAI FAI TUTTE QUESTE COSE, OLTRE AD ANDARE A SCUOLA ED OCCUPARTI DEI TUOI HOBBY?

Q9. DI CHI TI PRENDI CURA?

Puoi scegliere più opzioni

- Mamma
- Moglie/ compagna del papa
- Papa
- Marito / compagno della mamma
- Fratelli/ Fratellastri. Se Sì, quanti: ____

- Sorelle/Sorellastre. Se Sì, quanti: ____
- Nonni. Se Sì, quanti: ____
- Altri parenti adulti (Per favore specifica): ____
- Amici di famiglia. Se Sì, quanti: ____
- Altro (Per favore specifica): ____
- Nessuno

Q10. PER QUALE MOTIVO LA PERSONA DI CUI TI PRENDI CURA HA BISOGNO DEL TUO AIUTO?

(Per favore rispondi sotto)

Q11. QUALE DELLE SEGUENTI AFFERMAZIONI TI DESCRIVE MEGLIO?

(Seleziona tutte quelle che si possono riferire a te)

Mi prendo cura di qualcuno..:

Puoi scegliere più opzioni

- Che ha problemi di abuso di alcol, di farmaci, di droghe illegali o altre sostanze
- Che ha problemi correlati all'invecchiamento
- Che ha problemi psichici
- Che ha problemi fisici
- Affetto/a da malattie croniche
- Con una disabilità fisica
- Con una disabilità intellettiva
- Con una grave malattia (ad es. cancro, malattie cardiache etc.)
- Con una malattia mentale
- Di/Dei mio/miei fratelli - di/delle mia/mie sorelle
- Che non ha nessun problema particolare (non è malato)

Q12. QUALE DELLE SEGUENTI AFFERMAZIONI TI DESCRIVE MEGLIO? (SELEZIONA TUTTE QUELLE CHE SI POSSONO RIFERIRE A TE)

Puoi scegliere più opzioni

- Svolgo molte faccende domestiche perché mia mamma/mio papa lavorano molte ore al giorno.
- Svolgo molte faccende domestiche perché in casa ci siamo solo io e mia mamma.
- Svolgo molte faccende domestiche perché in casa ci siamo solo io e mio papà.
- Svolgo molte faccende domestiche perché voglio occuparmene da solo/a.
- Svolgo molte faccende domestiche perché le faccio come piace a me.
- Svolgo molte faccende domestiche perché le faccende domestiche vengono suddivise tra i membri della famiglia.
- Svolgo molte faccende domestiche perché i miei genitori si prendono cura di qualcuno che ha bisogno di molto aiuto.
- Svolgo molte faccende domestiche perché i miei genitori devono lavorare molto per pagare i miei studi e questo è il mio modo di ripagarli.
- Svolgo molte faccende domestiche perché i miei genitori mi danno la paghetta per svolgere queste mansioni.
- Svolgo molte faccende domestiche perché i miei genitori lavorano in un'altra città.
- Lavoro (part time) per aiutare la mia famiglia.
- Devo andare con i miei genitori perché devo fare da interprete per loro.
- Svolgo molte faccende domestiche perché i miei genitori non sono in grado di farle da soli.
- Mi prendo cura dei miei fratelli perché i miei genitori lavorano.

Q13. COME TI FA SENTIRE QUESTA SITUAZIONE? PUOI DESCRIVERLA CON PAROLE TUE?

Q14. HAI MAI PARLATO CON QUALCUNO DI QUESTA SITUAZIONE?

- Sì No Non rilevante per me

Q15. PUOI RACCONTARCI COME È ANDATA?

Q16. PUOI DIRCI PERCHÉ NO?

Q17. DI SEGUITO TROVERAI ALCUNE DOMANDE RISPETTO A COME È ANDATA A SCUOLA DURANTE LA SCORSA SETTIMANA, MESE, SEMESTRE.

Devi inserire solo numeri! Se la tua risposta è "mai", scrivi "0"

	Ultima settimana:	Ultimo mese:	Ultimo semestre:
Quante volte sei stato a casa da scuola perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?			
Quante volte sei arrivato tardi a scuola perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?			
Quante volte ti sei sentito molto stanco ed incapace di concentrarti perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?			
Quante volte non hai avuto abbastanza tempo per prepararti in modo adeguato ad un compito in classe perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?			
Quante volte non hai potuto svolgere i compiti a casa perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?			

Q18. ADESSO PENSA ALLO SCORSO SEMESTRE.

Devi inserire solo numeri! Se la tua risposta è "mai", scrivi "0"

	Quante volte:
Ti è capitato di non riuscire a partecipare ad attività supplementari offerte dalla scuola perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?	
Ti è capitato di non riuscire a partecipare a gite/uscite scolastiche perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?	
Ti è capitato di non riuscire a partecipare ad attività extra-scolastiche perché hai dovuto aiutare un tuo familiare?	

Hai quasi finito, solo alcune altre domande su di te e sulla tua famiglia.

Q19. IN CHE PAESE SEI NATO/A?

- Italia
- Romania
- Albania
- Marocco
- Cina
- Altro (specifica): ____

Q20. IN QUALE PAESE È NATA LA TUA MAMMA?

- Italia
- Romania
- Albania
- Marocco
- Cina
- Altro (specifica): ____

Q21. IN QUALE PAESE È NATO IL TUO PAPÀ?

- Italia
- Romania
- Albania
- Marocco
- Cina
- Altro (specifica): ____

Q22. IL TUO PAPÀ HA UN LAVORO?

- Sì No Non lo so Non conosco o frequento mio padre

Q23. SE HAI RISPOSTO NO, PERCHÉ TUO PAPÀ NON HA UN LAVORO? SELEZIONA LA RISPOSTA CHE MEGLIO DESCRIVE LA SITUAZIONE.

- E' ammalato, o in pensione Sta cercando un lavoro
 E' casalingo o è a casa a tempo pieno Non lo so

Q24. LA TUA MAMMA HA UN LAVORO?

- Sì No Non lo so Non conosco o frequento mia madre

Q25. SE HAI RISPOSTO NO, PERCHÉ TUA MAMMA NON HA UN LAVORO? SELEZIONALA RISPOSTA CHE MEGLIO DESCRIVE LA SITUAZIONE.

- E' ammalata, o in pensione Sta cercando un lavoro
 E' casalinga, o e a casa a tempo pieno Non lo so

7.5. INSTRUMENTO EDYCARE – VERSÃO PORTUGUESA



EDY-CARE PT

SURVEY SHORT TITLE: EDY-CARE PILOT

O presente instrumento de auto-avaliação foi desenvolvido no âmbito do projeto do programa Erasmus + “Metodologias e ferramentas educativas inovadoras para garantir a inclusão social dos jovens cuidadores” (EDY-care). O seu objetivo é dar aos docentes e não docentes, um conjunto de perguntas exploratórias para identificar os jovens cuidadores e avaliar os impactos (positivos e /ou negativos), das atividades associadas à prestação dos cuidados, na sua realização escolar, frequência, interação com os colegas, etc. Questões levantadas pelo questionário poderão posteriormente ser discutidas em conversas individuais e ser o ponto de partida para a implementação de ações de apoio ao jovem cuidador, dentro e fora do contexto escolar.

Caro(a) aluno(a),

Este questionário é sobre algumas coisas que tu fazes na vida quotidiana e como te sentes a respeito disso.

Não há respostas certas ou erradas, apenas queremos saber o que tu fazes e como te sentes em relação a isso.

Este questionário é completamente anónimo, e a tua participação é voluntária.

Q1. ÉS UMA RAPARIGA OU UM RAPAZ?

Rapaz Rapariga

Q2. EM QUE ANO TU NASCESTE?

Todas as famílias são diferentes (por exemplo, nem todos vivem com os dois pais; às vezes as pessoas vivem apenas com um deles, têm duas casas ou vivem com duas famílias) e nós gostaríamos de conhecer a tua.

Q3. POR FAVOR, RESPONDE À PERGUNTA SOBRE A CASA ONDE MORAS A MAIOR PARTE DO TEMPO E ASSINALA AS PESSOAS QUE MORAM CONTIGO.

Múltiplas respostas são possíveis

- Mãe Pai Madrasta (ou namorada do pai/parceira)
 Padrasto (ou namorado da mãe/parceiro) Eu vivo num orfanato ou casa de crianças
 Outra pessoa ou outro lugar (por ex., irmãos, avós). Por favor, especifica:

Q4. COMO AVALIAS A TUA SAÚDE GERAL?

- Excelente Boa Razoável Fraca

Q5. AQUI ESTÁ O DESENHO DE UMA ESCADA.

O número "10" representa o topo da escada, isto é, a melhor vida possível para ti e o "0", no outro extremo, representa a pior vida possível para ti.

Em geral, com base no exemplo da escada, onde sentes que te encontras neste momento?

Assinala na caixa seguinte o número que melhor descreve onde estás neste momento.

10	<input type="radio"/>	A MELHOR VIDA POSSÍVEL	😊
9	<input type="radio"/>		
8	<input type="radio"/>		
7	<input type="radio"/>		
6	<input type="radio"/>		
5	<input type="radio"/>		
4	<input type="radio"/>		
3	<input type="radio"/>		
2	<input type="radio"/>		
1	<input type="radio"/>		
0	<input type="radio"/>	A PIOR VIDA POSSÍVEL	😞

Q6. QUAL O NÍVEL DE SOBRECARGA QUE SENTES PELOS TRABALHOS ESCOLARES QUE TENS DE FAZER?

- Nenhuma Pouca Alguma Muita

Q7. INDICAMOS DE SEGUIDA ALGUNS TRABALHOS QUE OS JOVENS FAZEM PARA AJUDAR

Pensa sobre a ajuda que prestaste durante o último mês. Por favor, lê cada opção e assinala com um X a tua resposta para mostrar a frequência com que realizaste cada um dos trabalhos no último mês.

	Nunca	Algumas Vezes	Muitas Vezes
a. Limpas o teu próprio quarto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Limpas o quarto dos outros.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Lavas a loiça ou colocas-a na máquina de lavar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Fazes reparações na casa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Tomas a responsabilidade pela compra de alimentos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Ajudas a levantar ou a transportar coisas pesadas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

g. Ajudas com as questões financeiras, como lidar com as contas, gerir dinheiro do banco, ir receber dinheiro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Trabalhas a tempo parcial para contribuíres com dinheiro para casa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Interpretas, utilizas linguagem gestual ou usas outro sistema de comunicação para com a pessoa que cuidas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l. Ajudas a pessoa que cuidas a vestir-se ou a despir-se.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m. Ajudas a pessoa que cuidas a lavar-se.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n. Ajudas a pessoa que cuidas a tomar banho ou duche.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o. Fazes companhia à pessoa que cuidas, ex. sentaste com ela, lêes para ela, conversas com ela.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p. Ficas atento à pessoa que cuidas para te certificares de que ela está bem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q. Levas a pessoa que cuidas a sair, por ex. para uma caminhada ou a ver amigos ou familiares.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r. Levas os irmãos e irmãs para a escola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
s. Tomas conta dos teus irmãos ou irmãs enquanto outro adulto está por perto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
t. Cuidas sozinho dos teus irmãos ou irmãs.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph & Steve Regel. Todos os direitos reservados. Desenvolvido por Carers Trust by Young Carers International Research and Evaluation, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD.s.

Q8. O QUE É QUE FEZ COM QUE TIVESSES DE FAZER TODAS ESSAS COISAS, ALÉM DAS TUAS ATIVIDADES ESCOLARES E DOS TEUS "HOBBIES"?

(por favor, escreve a tua resposta abaixo)

Q9. QUAL A PESSOA A QUEM TU PRESTAS AJUDA?

(Múltiplas respostas são possíveis)

- Mãe
- Madrasta
- Pai
- Padrasto
- Irmãos/Meio irmãos. Se sim, quantos: ____
- Irmãs/Meio irmãs. Se sim, quantos: ____
- Avós. Se sim, quantos: ____

- Outro parente adulto (especifica): ____
- Amigo da família. Se sim, quantos: ____
- Outro (especifica): ____
- Eu não presto cuidados a ninguém

Q10. POR QUE RAZÃO PRECISA(M) DA TUA AJUDA A(S) PESSOA(S) DE QUEM CUIDAS?

(escreve a tua resposta abaixo)

Q11. QUAL DESTAS AFIRMAÇÕES TE DESCREVE MELHOR? (ASSINALA TODAS AS QUE SE APLICAM À TUA SITUAÇÃO).

Eu estou a cuidar de alguém...:

Múltiplas respostas são possíveis.

- Que tem problemas com o uso indevido de álcool, medicamentos prescritos, drogas ilegais ou outras substâncias
- Que tem problemas pela sua idade avançada ou envelhecimento
- Que tem problemas psicológicos
- Que tem problemas fisiológicos
- Que tem necessidade de cuidados de saúde continuados
- Com deficiência física
- Com dificuldades de aprendizagem
- Com uma condição de vida limitada
- Com uma doença de saúde mental
- De um irmão (s) /uma irmã (s)
- Sem nenhuma condição especial (não está doente)
- De uma comunidade lésbica, gay, bissexual ou transgénero
- De uma comunidade de viajantes
- De uma comunidade rural
- De uma comunidade de minorias étnicas

Q12. QUAL DESTAS AFIRMAÇÕES TE DESCREVE MELHOR?

(Assinala todas as que se aplicam a ti)

Múltiplas respostas são possíveis.

- Eu faço muitas coisas em minha casa porque minha mãe / pai trabalha(m) muitas horas.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque sou só eu e a minha mãe.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque sou só eu e o meu pai.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque quero fazê-las sozinho.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque gosto de as fazer à minha maneira.
- Eu faço muitas coisas porque compartilhamos as tarefas domésticas pelos membros da família.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque os meus pais cuidam de alguém que precisa de muita ajuda.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque os meus pais têm que trabalhar muito para financiar a minha escola e esta é a minha maneira de lhes retribuir.
- Eu faço muitas coisas em minha casa porque os pais dão-me uma mesada para o fazer.
- Eu faço muitas coisas em casa porque os meus pais trabalham longe.
- Eu trabalho (part-time) para poder ajudar a minha família.
- Eu acompanho os meus pais porque eu tenho que traduzir /interpretar para eles.
- Eu faço muitas coisas porque os meus pais não conseguem fazê-las sozinhos.
- Eu faço muitas coisas porque os meus pais pedem-me
- Eu faço muitas coisas porque a colaboração na família é importante para mim
- Eu faço muitas coisas porque isso me faz sentir uma pessoa mais madura e responsável
- Eu faço muitas coisas porque acho que é meu dever
- Eu faço muitas coisas porque é a minha maneira de retribuir os sacrifícios que os meus pais fizeram por mim
- Eu faço muitas coisas porque é importante para mim dedicar-me aos outros
- Eu faço muitas coisas porque ajudar aqueles de quem eu amo dá-me uma sensação de satisfação
- Eu tomo conta dos meus irmãos porque os meus pais trabalham.

Q13. COMO TE SENTES COM ESSAS TAREFAS QUE TENS DE FAZER?

Q14. JÁ FALASTE COM ALGUÉM SOBRE ESTA SITUAÇÃO?

- Sim Não Não é importante para mim

Q15. PODES DESCREVER COMO CORREU?

Q16. PODES DIZER PORQUE NÃO FALASTE?

Q17. RESPONDE ÀS PERGUNTAS SOBRE O MODO COMO CORREU A TUA VIDA ESCOLAR DURANTE A ÚLTIMA SEMANA OU MÊS.

Números apenas! Se a tua resposta é "nunca", escreve "0".

	Quantas vezes na última semana:	Quantas vezes no último mês:	Quantas vezes no último semestre:
Quantas vezes estiveste ausente da escola por causa de teres de cuidar de alguém?			
Quantas vezes chegaste atrasado à escola por causa de teres de cuidar de alguém?			
Quantas vezes te sentiste muito cansado e incapaz de te concentrar nas aulas por teres de cuidar de alguém?			
Quantas vezes não tiveste tempo suficiente para te preparares adequadamente para um teste por teres de cuidar de alguém?			
Quantas vezes não fizeste os teus trabalhos de casa por teres de cuidar de alguém?			

Q18. AGORA, Foca-te no último semestre

Números apenas! Se a tua resposta é "nunca", escreve "0".

	Quantas vezes:
Por teres de cuidar de alguém, não tens tido a oportunidade de participar nas atividades adicionais oferecidas pela escola?	
Por teres de cuidar de alguém, não tens podido participar nas viagens escolares / excursões?	
Por teres de cuidar de alguém, não tens conseguido participar em atividades fora do horário escolar?	

Estás quase a terminar, só mais algumas perguntas sobre ti e a tua família.

Q19. EM QUE PAÍS TU NASCESTE?

Portugal

PALOPS

- Brasil
- Ucrânia/Roménia/Moldávia/Rússia
- China
- Outro (especifica): ____

Q20. EM QUE PAÍS NASCEU A TUA MÃE?

- Portugal
- PALOPS
- Brasil
- Ucrânia/Roménia/Moldávia/ Rússia
- China
- Outro (especifica): ____

Q21. EM QUE PAÍS NASCEU O TEU PAI?

- Portugal
- PALOPS
- Brasil
- Ucrânia/Roménia/Moldávia/ Rússia
- China
- Outro (especifica): ____

Q22. O TEU PAI TEM UM EMPREGO?

- Sim Não Não sei Não conheço ou não tenho contato com o meu pai

Q23. SE NÃO, PORQUE RAZÃO O TEU PAI NÃO TEM EMPREGO? POR FAVOR ASSINALA NESTA CAIXA, A CONDIÇÃO QUE MELHOR DESCREVE A SITUAÇÃO.

- Ele está doente, ou reformado
- Ele está a procura de um emprego
- Ele cuida de outros, ou ele está a tempo inteiro em casa
- Eu não sei

Q24. A TUA MÃE TEM UM EMPREGO?

- Sim Não Não sei Não conheço ou não tenho contato com a minha mãe

Q25. SE NÃO, PORQUE RAZÃO A TUA MÃE NÃO TEM EMPREGO? POR FAVOR ASSINALA NESTA CAIXA, A CONDIÇÃO QUE MELHOR DESCREVE A SITUAÇÃO.

- Ela está doente, ou reformada
- Ela está a procura de um emprego
- Ela cuida de outros, ou ela está a tempo inteiro em casa
- Eu não sei

