



JEUNES AIDANTS

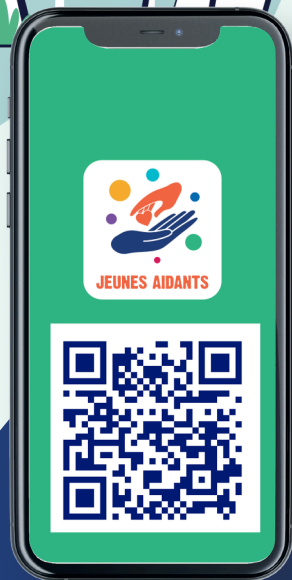
**Un jeune qui soutient
un proche en difficulté,
c'est une charge mentale que
personne ne peut imaginer !**



Dépression, troubles alimentaires, anxiété, problèmes de concentration, problème de poids, mal de tête, isolement...
Autant de signes qui doivent vous alerter.

Savoir repérer un jeune aidant, c'est déjà le rendre visible.

Si vous voulez en savoir plus, **visitez le site internet Jeunes aidants créé par l'Udaf 64**. Il est conçu pour eux, mais aussi pour les personnes qui les côtoient au quotidien.



Un Jeune Aidant est une personne de moins de 25 ans qui soutient activement ou passivement un ou plusieurs proches.

Les Jeunes Aidants en France

13%
des 11-25 ans



soit **1 jeune sur 10**
1 531 000 jeunes*

*sources INSEE - DREESS



Les actions du Jeune Aidant peuvent prendre plusieurs formes



Soutien psychologique



Gestion administrative et budgétaire



Organisation quotidienne du foyer



Soutien physique et soins

Les conséquences sur le Jeune Aidant sont multiples : isolement social, problèmes de santé, décolarisation...
En clair, pas la vie qu'il devrait avoir à son âge.

Et souvent, il ne sait pas qu'il est un Jeune Aidant

Les Jeunes Aidants ont besoin de vous !



Dans le site internet Jeunes Aidants créé par l'Udaf 64, le jeune et les personnes qui sont en contact avec lui, peuvent trouver :

Des services d'écoute et une messagerie anonymes : avec des pro mais aussi d'autres Jeunes Aidants

Les liens vers les réseaux sociaux avec des live et des conseils

Des informations sur les droits et les aides disponibles au travers d'une carte géolocalisée

Du contenu multimédia sur le sujet de l'aide et des témoignages de jeunes aidants

