



Assistenza a un familiare e attività lavorativa

Una guida della Lega svizzera contro il cancro per conciliare la vita professionale e l'assistenza a un familiare





Quando un membro della famiglia o della propria cerchia di amici si ammala di cancro, viene stravolta non solo la vita della persona colpita, ma anche quella dei suoi familiari. Spesso sono proprio questi ultimi a fornire, in vario modo, aiuto e sostegno durante la malattia. Se a questo si aggiunge poi la necessità di lavorare, allora il compito diventa alquanto gravoso.

L'assistenza a un congiunto è tuttora considerata una questione perlopiù privata. Ecco perché sia i problemi legati ai familiari che prestano assistenza sia le soluzioni individuate per conciliare al meglio l'assistenza e il lavoro restano spesso relegati nella sfera privata. Con questo dépliant la Lega svizzera contro il cancro si propone di offrire un aiuto specifico alle persone che esercitano un'attività lavorativa e che devono anche assistere un familiare affetto dal cancro. Nel gergo specialistico il tema della conciliazione dell'attività lavorativa e dell'assistenza alle persone è definito «work & care». Basandosi su diversi progetti di ricerca e sviluppo condotti in Svizzera nel 2007, la Lega contro il cancro ha raccolto per Lei importanti informazioni.

Soluzioni individuali: modelli esistenti

In Svizzera sono circa 160000 le persone che svolgono un'attività lavorativa e nel contempo assistono un familiare malato. Dai sondaggi condotti nelle imprese emerge che circa 10% dei lavoratori si trova attualmente nella situazione di dover lavorare, occuparsi della famiglia e contemporaneamente assistere un parente. Lei non è pertanto il solo a doversi confrontare con questo accavallarsi di doveri.

Al momento in Svizzera non esistono ancora norme vincolanti che disciplinano il tema della conciliazione della vita professionale e dell'assistenza ai familiari. Per tale motivo spesso le

aziende cercano di trovare soluzioni individuali, come ad esempio la concessione di permessi di lavoro o di congedi straordinari in situazioni di gravità, i modelli di lavoro con orario flessibile o part-time, il pensionamento anticipato, i fogli presenze per il calcolo dei recuperi o l'adeguamento della programmazione dell'orario di lavoro o delle scadenze. Alcune imprese offrono, inoltre, informazioni specifiche e un servizio di consulenza fornito dai responsabili delle risorse umane, da assistenti sociali o dai superiori.

Conciliare queste soluzioni individuali richiede tempo ed energia. Ciononostante – come dimostrano i risultati delle ricerche – l'impegno per i propri congiunti ammalati può essere un momento prezioso della vita, specie se le persone colpite e i loro familiari, come pure i datori di lavoro e i dipendenti, mettono a punto insieme strategie per conciliare al meglio l'attività di cura e assistenza con l'impegno professionale.

Punti da considerare nell'organizzazione dell'attività di assistenza e del lavoro

Come per molte malattie, anche nel caso del cancro spesso è difficile formulare una prognosi. Così un improvviso peggioramento delle condizioni del paziente può far sì che sia necessario assentarsi in maniera imprevista dal lavoro. È pertanto utile che Lei

rifletta in anticipo sull'incidenza che l'attività di assistenza ha sulla Sua situazione professionale e sulla Sua disponibilità e su come poter organizzare l'attività di cura e assistenza in caso di eventi imprevisti. Parli della situazione con il Suo/la Sua partner o la Sua famiglia.

Quando si presta assistenza a familiari malati o disabili, spesso non è possibile fare straordinari sul lavoro. Non si dispone quindi di riserve di tempo che permettono di compensare le assenze sul lavoro. I doveri di assistenza non lasciano nemmeno tempo per partecipare a corsi di formazione continua, compromettendo così anche la carriera professionale. Le persone che prestano assistenza a un congiunto devono inoltre confrontarsi con molti altri problemi, come per esempio l'insufficienza delle fasi di recupero, la sensazione di essere sovraccaricati, la scarsa conoscenza delle offerte di sostegno, la difficoltà di accedere alle informazioni, per non parlare dei problemi economici. Alcuni lavoratori riducono il loro orario di lavoro per avere a disposizione il tempo necessario da dedicare all'assistenza. Così facendo si riduce, però, temporaneamente non solo il reddito, ma anche la previdenza sociale per gli anni futuri (cassa pensioni, AVS). **Per questi motivi eviti in ogni caso di dare dimissioni precipitose.**

Nel presente dépliant troverà i recapiti dei consultori che potranno aiutarla a trovare la soluzione ideale per Lei.

L'attività professionale è un sostegno importante

La Sua attività lavorativa è importante perché Le assicura il sostentamento e la pensione di vecchiaia. Le permette inoltre di avere uno scambio sociale in un contesto differente da quello in cui presta assistenza. In tal senso il lavoro può essere un sostegno fondamentale soprattutto nelle fasi di grande incertezza. Pertanto si dovrebbe cercare di trovare gli strumenti e le strade giuste per conservare, ove possibile, l'attività lavorativa. Dai risultati della ricerca emerge in particolare che, in presenza di una malattia oncologica, le fasi di conciliazione tra attività lavorativa e assistenza al malato sono due: la fase iniziale di formulazione della diagnosi e di inizio della terapia e il periodo del fine vita. In queste fasi sono necessarie soluzioni accettabili per la vita privata e il lavoro.

Quali misure concrete può adottare sul luogo di lavoro

Ogni situazione è unica e non esistono ricette brevettate su come comportarsi sul proprio posto di lavoro. Valuti se e in che momento potrebbe essere opportuno informare i Suoi superiori o i Suoi colleghi al lavoro.

Parlare apertamente della situazione è spesso un sollievo. Proprio nelle situazioni di crisi acuta, ma anche nei casi in cui l'attività professionale viene periodicamente influenzata da assenze programmate o meno, le riflessioni e le indicazioni che seguono possono essere utili per giungere a una soluzione personalizzata sul lavoro.



> A chi posso rivolgermi? Ai diretti superiori, ai responsabili del personale o ai colleghi del team? Fissi un appuntamento per un incontro in modo da avere tempo sufficiente per discutere dei Suoi problemi. Tenga presente che questo incontro potrebbe turbarla e che quindi al termine del colloquio potrebbe aver bisogno di tranquillizzarsi. Si consiglia pertanto di fissare un appuntamento per fine giornata.

> Qual è l'obiettivo dell'incontro? Desidera informare gli altri in merito alla Sua situazione? Cerca una soluzione consensuale? Cosa vorrebbe comunicare agli altri e cosa no? **Lei non è tenuta a fornire dettagli sulla malattia o sulla disabilità del Suo congiunto.**

La questione centrale è sapere se, e in che modo, può fornire le prestazioni convenute nel contratto di lavoro. Prenda nota dei Suoi obiettivi e delle Sue aspirazioni in vista dell'incontro.

> In che misura l'assistenza al familiare incide sul Suo lavoro (tempo di cui ha bisogno, reperibilità, assenze, ecc.)? Lei e gli specialisti come valutate che possa evolvere la malattia in futuro? Annoti le probabili conseguenze che l'assistenza familiare potrebbe avere sul Suo lavoro. Formuli alcune proposte su come modificare le Sue attuali condizioni lavorative in modo da consentirle di conciliare al meglio lavoro e assistenza, per esempio modificando l'orario di lavoro o lavorando da casa.

> Che possibilità offre il regolamento del personale o il contratto collettivo di lavoro circa l'orario di lavoro flessibile, il lavoro part-time, i giorni di permesso per prestare assistenza? Quali sono le alternative proposte dai responsabili? Conceda a se stesso e al Suo datore di lavoro del tempo per prendere una decisione.

> Concordi, preferibilmente per iscritto, le modalità con cui potrà svolgere il Suo lavoro in azienda. Faccia periodicamente il punto della situazione, per esempio a distanza di un mese. Adegui le successive misure a seconda delle esigenze che spesso possono cambiare rapidamente. Resti in contatto con i responsabili.

Gli alti e i bassi che si riscontrano nel decorso di una malattia richiedono continui adeguamenti, da attuare anche a breve termine. Si conceda del tempo per riflettere sulle decisioni da prendere, per discuterne eventualmente a più riprese e trovare nuove soluzioni.

Che tipo di indennizzo possono richiedere i familiari che assistono un congiunto?

Esistono differenti offerte e prestazioni per compensare i costi talora elevati sostenuti per l'assistenza al congiunto e la perdita di salario.

Assicurazione malattia

La cassa malati rimborsa le prestazioni d'assistenza sulla base di un tariffario stabilito per legge e quelle fornite da organizzazioni che prestano cure e assistenza domiciliari con autorizzazione cantonale, a condizione che le prestazioni siano state prescritte da un medico. L'assicurazione di base non rimborsa invece i costi sostenuti per l'assistenza, l'accompagnamento o gli aiuti domiciliari.

Alcune assicurazioni malattia riconoscono un indennizzo alle persone che assistono un familiare malato, nel quadro dell'assicurazione di base o complementare. Andrebbe presentata specifica domanda, previo accordo con un consultorio, per esempio con il servizio di consulenza della Lega cantonale contro il cancro.

Accrediti per compiti assistenziali

A integrazione del reddito da lavoro dipendente utile ai fini pensionistici, gli accrediti per compiti assistenziali permettono alle persone che si occupano dell'assistenza a un familiare di percepire in futuro una pensione AVS più alta. Gli accrediti per compiti assistenziali possono essere richiesti

da chi assiste un parente con disabilità media o grave che beneficia di un assegno per indigenti. Ma per la concessione degli accrediti si applicano anche altri criteri (per esempio un domicilio facilmente raggiungibile, al massimo 30 km di distanza). L'accredito può essere richiesto ogni anno alla cassa di compensazione AVS nel Cantone di domicilio della persona che presta assistenza al familiare.

Prestazioni complementari

La persona che necessita di assistenza e che percepisce una pensione AVS o AI insufficiente a garantire il suo sostentamento, ha la possibilità di richiedere il riconoscimento di prestazioni complementari (PC). In qualità di persona che assiste un familiare che beneficia di prestazioni complementari, Lei potrà richiedere la compensazione della parte di salario persa a causa della riduzione del Suo reddito da lavoro. Alcuni Cantoni indennizzano la perdita di reddito dei familiari che prestano assistenza. Le regolamentazioni variano però da Cantone a Cantone, così come i metodi di informazione (vedi le ordinanze sulle spese sanitarie e di invalidità dei vari Cantoni).

Per ulteriori informazioni sulle possibilità di indennizzo, contatti la Sua Lega cantonale contro il cancro o l'agenzia AVS del Suo luogo di residenza.

Dove informarsi

A seconda che Lei preferisca farsi consigliare o fare ricerche autonomamente, avrà a disposizione diverse possibilità per informarsi: molti comuni possono fornirle informazioni sulle offerte locali di sostegno e aiuto, per esempio in materia di assistenza professionale e sostegno economico, di mezzi ausiliari, visite domiciliari e servizi di consegna pasti. Anche le organizzazioni che prestano servizi di assistenza oncologica a domicilio, i servizi sanitari, i servizi di consulenza sociale e le chiese offrono sostegno. Sul retro del presente opuscolo troverà i recapiti di alcune di queste istituzioni e organizzazioni. Se ha difficoltà a coordinare le offerte di tutti questi servizi, potrà richiedere aiuto al personale esperto (Case Manager) della Sua Lega cantonale contro il cancro, che si farà direttamente carico delle attività di coordinamento.

Per maggiori informazioni consulti il sito della Croce Rossa Svizzera (www.redcross.ch/it).

Impegno per «work & care»

La sensibilizzazione delle imprese e delle autorità nei confronti del tema della conciliazione dell'attività professionale e di cura e assistenza ai familiari è una delle priorità fondamentali della politica sociale. Sin dal 2009 Careum F+E, l'istituto di ricerca sanitaria dell'Università Professionale Kalaidos, gestisce il sito www.workandcare.ch, che fornisce a lavoratori dipendenti e autonomi e alle autorità pubbliche strumenti e informazioni aggiornate sul tema della conciliazione del lavoro e dell'assistenza ai familiari.



Consulenza e sostegno. La Lega contro il cancro nella Sua regione

Krebsliga Aargau
Tel. 062 834 75 75
www.krebsliga-aargau.ch

Krebsliga beider Basel
Tel. 061 319 99 88
www.klbb.ch

Bernische Krebsliga
Tel. 031 313 24 24
www.bernischekrebsliga.ch

Krebsliga Freiburg
Tel. 026 426 02 90
www.liguecancer-fr.ch

**Ligue genevoise
contre le cancer**
tél. 022 322 13 33
www.lgc.ch

Krebsliga Graubünden
Tel. 081 252 50 90
www.krebsliga-gr.ch

**Ligue jurassienne
contre le cancer**
tél. 032 422 20 30
www.liguecancer-ju.ch

**Ligue neuchâtoise
contre le cancer**
tél. 032 886 85 90
www.liguecancer-ne.ch

Krebsliga Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
www.krebsliga-sh.ch

Krebsliga Solothurn
Tel. 032 628 68 10
www.krebsliga-so.ch

Krebsliga Ostschweiz
Tel. 071 242 70 00
www.krebsliga-ostschweiz.ch

Thurgauische Krebsliga
Tel. 071 626 70 00
www.tgkl.ch

**Lega ticinese
contro il cancro**
Tel. 091 820 64 20
www.legacancro-ti.ch

Krebsliga Oberwallis
Tel. 027 970 35 41
www.krebsliga-wallis.ch

**Ligue vaudoise
contre le cancer**
tél. 021 623 11 11
www.lvc.ch

**Krebsliga
Zentralschweiz**
Tel. 041 210 25 50
www.krebsliga.info

Krebsliga Zug
Tel. 041 720 20 45
www.krebsliga-zug.ch

Krebsliga Zürich
Tel. 044 388 55 00
www.krebsligazuerich.ch

Krebshilfe Liechtenstein
Tel. 00423 233 18 45
www.krebshilfe.li

Altre offerte di sostegno e consulenza

Linea cancro 0800 11 88 11
Dal lunedì al venerdì, ore 9.00–19.00,
chiamata gratuita
helpline@legacancro.ch

Forum cancro
www.forumcancro.ch, il forum online della
Lega contro il cancro

Assistenza domiciliare e mezzi ausiliari
Associazione svizzera dei servizi di aiuto e
assistenza a domicilio, www.spitex.ch
Spitex privée Suisse,
www.spitexprivéesuisse.ch
Federazione svizzera di consulenza sui mezzi
ausiliari per persone disabili e anziane
SAHB, www.sahb.ch

Finanze
Maggiori informazioni sugli accreditati per
compiti assistenziali, sulle prestazioni
complementari e sugli assegni per gli indigenti,
sono reperibili sui siti www.ahv-iv.ch/it e
www.ausgleichskasse.ch

Altre offerte di sostegno e consulenza
Fachstelle UND
Associazione Pro Senectute Svizzera
Croce Rossa Svizzera
Associazione Pro Infirmis
Proprio comune di residenza
Ufficio risorse umane (HR) dei rispettivi datori
di lavoro

Impressum
Anke Jähnke, Prof. Dr. Iren Bischofberger,
Careum F+E, Università Professionale Kalaidos
Dipartimento della salute, Zurigo
www.workandcare.ch

Eliane Boss, Lega svizzera contro il cancro,
Berna

Si ringrazia sentitamente Ursula Steeb per il
prezioso aiuto prestato nella revisione di questa
guida dal punto di vista dei familiari.

© 2018, Lega svizzera contro il cancro, Berna



lega contro il cancro

Lega svizzera contro il cancro, Effingerstrasse 40, casella postale, 3001 Berna
Tel. 031 819 91 60, Fax 031 819 91 60
info@legacancro.ch, www.legacancro.ch, PK 30-4843-9