



YOUNG

Unsichtbare Pflege in Österreich

Wenn Kinder Angehörige pflegen

CAREERS



WAS IST EIN YOUNG CARER?

Young Carers sind Kinder und Jugendliche, die täglich einem Familienmitglied helfen und es betreuen. Dazu gehört nicht nur körperliche Pflege, sondern auch emotionale Unterstützung und Hilfe im Haushalt.



Wusstest du, dass ...

- in Österreich rund 43.000 Kinder und Jugendliche ihre nahen Angehörigen pflegen?
- 70% der Young Carers weiblich sind?
- pflegende Kinder im Durchschnitt 12,5 Jahre alt sind?

WIE KANNST DU

Erkenne die Situation!

Viele Young Carers sprechen nicht über ihre tägliche Verantwortung. Achte auf Anzeichen und nimm sie ernst.

Höre hin!

Sei verständnisvoll und gib Young Carers Raum vertraulich über ihre Gefühle zu sprechen.

Frage nach!

Zeige ehrliches Interesse, indem du fragst: „Wie geht es dir?“ oder „Was würde dir helfen?“.



UNTERSTÜTZEN?

Biete Hilfe an!

Unterstütze zum Beispiel bei den Hausaufgaben, mit Fahrdiensten, beim Kochen oder beim Einkaufen – jede Entlastung zählt.

Zeige Anerkennung!

Kommuniziere, dass ihre tägliche Leistung gesehen und geschätzt wird. Bleibe in Kontakt.



Young Carers Austria -
take care!

***Oft sind wir unsichtbar, ganz
unscheinbar, dennoch leisten
wir Großes und sind immer da.***

- Hanna

WELCHE HILFSANGEBOTE GIBT ES?

Du kennst ein Kind oder eine:n Jugendliche:n, die/der sich regelmäßig um ein krankes Familienmitglied kümmert? Dann findest du hier wichtige Informationen, Anlaufstellen und Angebote, die entlasten und unterstützen:



Young Carers App

Verfügbar im App Store und bei Google Play.



RAT auf Draht

Eine Initiative von  SOS KINDERDORF und  ORF

superhands

superhands.at

 Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Pflege und Konsumentenschutz

**Alle Infos und Hilfsangebote
für Betroffene und Familien:**



[young-carers-austria.at](https://www.young-carers-austria.at)



**Young Carers Austria -
take care!**

Impressum:

Medieninhaber:in und Herausgeber:in: Bundesministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
Stubenring 1, 1010 Wien | +43 1 711 00-0 | Verlags- und Her-
stellungsort: Wien | Layout & Druck: BMASGPK | August 2025