# CarerQol-7D

Wij willen ons een beeld vormen van de situatie, waarin u als mantelzorger zich bevindt. Welke beschrijving past het beste bij uw eigen situatie?

*U mag per beschrijving slechts één van de drie vakjes aankruisen.*

1. Ik heb

geen

enige

veel

1. Ik heb
2. Ik heb
3. Ik heb
4. Ik heb
5. Ik heb
6. Ik heb

voldoening van het verrichten van mijn zorgtaken.

relationele problemen met de zorgontvanger (*bijv. zij/hij is veeleisend, communicatieproblemen, zij/hij is zich anders gaan gedragen*).

problemen met mijn eigen geestelijke gezondheid (*bijv. stress, angst, somberheid, bezorgdheid over de toekomst*).

problemen om mijn dagelijkse activiteiten (*bijv. werk, huishouden, studie, gezins- en vrijetijdsactiviteiten*) te combineren met mijn zorgtaken.

financiële problemen bij mijn zorgtaken.

steun (*van familie/vrienden/buren/kennissen/vrijwilligers*) bij het verrichten van mijn zorgtaken, indien nodig.

problemen met mijn eigen lichamelijke gezondheid (*bijv. vaker ziek, oververmoeidheid, lichamelijke overbelasting*).

# CarerQol-VAS

Hoe gelukkig voelt u zich op dit moment?

*Plaats op de onderstaande schaal s.v.p. een “X” om aan te geven hoe gelukkig u zichzelf op dit moment voelt*

volledig ongelukkig volmaakt gelukkig

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10