

## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### GÄLLER DIG SOM VÅRDAR/STÖDJER

NAMN?.....PERSONNUMMER?.....

Hur anser Du att Din allmänna hälsa är?

Mycket bra  Bra  Ganska bra   
Dålig  Mycket dålig

Vilken relation har Du till personen du stödjer/vårdar?

Make/maka/partner  Syskon   
Barn  Svärson/svärdotter   
Annan släkting  Vän/granne

Ditt kön?

Man  Kvinna

Din sysselsättning?

Heltidsarbete  Deltidsarbete   
Pensionär  Arbetslös   
Studerande heltid

Var bor du i relation till personen du stödjer/vårdar?

I samma hushåll   
I olika hushåll men i samma hus   
På gångavstånd   
Inom 10 min körväg med bil/buss   
Inom 30 min körväg med bil/buss   
Inom 1 tim körväg med bil/buss   
Över 1 tim körväg med bil/buss

Från COPE Index Svensk version 2001, B. Öberg & B. Krevers, Hälsouniversitetet i Linköping

## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

Vilka behov av hjälp och stöd har din anhörige/närstående?

.....  
.....  
.....  
.....

Vilken/vilka sjukdomar/funktionsinskränkningar (diagnos/-er) har din anhörige/närstående?

.....  
.....  
.....

Får din anhörige/närstående någon vård och omsorg från kommunen eller hälso- och sjukvården?

.....  
.....  
.....

Hur länge har du hjälpt och vårdat din anhörige/närstående?

.....  
.....

Vilken hjälp och stöd får du själv från kommunen eller hälso- och sjukvården?

.....  
.....  
.....

Är det några andra som ger dig eller din anhörige/närstående hjälp eller stöd (t.ex. familjemedlemmar, grannar eller frivilligorganisationer)?

.....  
.....  
.....

## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### A. HJÄLPA DIG ATT VÅRDA

Nedan finns en lista på olika former av hjälp och stöd som en del anhörigvårdare tycker är värdefulla. För varje form av hjälp, fyll i hur värdefull den skulle vara för **dig**, genom att markera med X i den ruta som gäller för dig.

	<b>Det skulle vara MYCKET värdefullt för mig</b>	<b>Det skulle vara GANSKA värdefullt för mig</b>	<b>Det skulle INTE vara värdefullt för mig</b>	<b>Det är inte relevant i min vårdar-situation</b>
<b>Att få mer information om:</b>				
1. min anhörigas/närståendes sjukdom och behandling				
2. vilken sorts hjälp och stöd som finns tillgängligt och hur jag bär mig åt för att få det				
3. de ekonomiska former av stöd som finns och hur jag bär mig åt för att få dem				
4. att anpassa hemmet så att det blir mer lämpligt för att vårda i				
5. vem jag kan kontakta i akuta situationer				

Kommentarer/tillägg: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### A. HJÄLPA DIG ATT VÅRDA (FORTS.)

Nedan finns en lista på olika former av hjälp och stöd som en del anhörigvårdare tycker är värdefulla. För varje form av hjälp, fyll i hur värdefull den skulle vara för **dig**, genom att markera med X i den ruta som överensstämmer.

	Det skulle vara <b>MYCKET</b> värdefullt för mig	Det skulle vara <b>GANSKA</b> värdefullt för mig	Det skulle <b>INTE</b> vara värdefullt för mig	Det är <b>inte relevant</b> i min vårdar-situation
<b>Att få hjälp att tala öppet:</b>				
6. med min anhörige/närstående om vårdsituationen				
7. med min familj om min vårdsituation				
8. med min arbetsgivare om min vårdsituation				
9. om alternativ till att vårda hemma				
10. om hur jag upplever min vårdsituation				
11. med andra anhörigvårdare om min vårdsituation				

Kommentarer/tillägg: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### B. GÖRA LIVET BÄTTRE FÖR DIG

Nedan finns en lista på saker som en del anhörigvårdare tycker gör livet bättre för dem. För varje påstående; fyll i om det skulle göra livet bättre för dig, genom att markera med X i den ruta som överensstämmer.

	Det skulle göra livet MYCKET bättre för mig	Det skulle göra livet LITE bättre för mig	Det skulle INTE göra livet bättre för mig	Det är inte relevant i min vårdar-situation
För mig att:				
1. ha mer tid för mig själv				
2. kunna tillbringa mer tid med min familj				
3. ha ett socialt liv utanför vårdandet				
4. kunna få en natts god sömn				
5. kunna få ett avbrott eller ta semester				
6. kunna slappna av och inte oro mig för min anhörige/närstående				
7. kunna fortsätta ha glädje av mina hobbies och intressen				
8. kunna fortsätta arbeta				
9. kunna göra trevliga saker tillsammans med min anhörige/närstående				
10. min anhörige/närstående visar att han/hon uppskattar mitt vårdande				
11. min familj visar att de uppskattar mitt vårdande				



## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### C. GÖRA LIVET BÄTTRE FÖR DIN ANHÖRIGE/NÄRSTÅENDE

Nedan finns en lista på saker som en del anhängvårdare tycker gör livet bättre för deras anhörige/närstående. För varje påstående; fyll i om det skulle göra livet bättre för din anhörige/närstående, genom att markera med X i den ruta som överensstämmer.

	<b>Det skulle göra livet MYCKET bättre för min anhörige/närstående</b>	<b>Det skulle göra livet LITE bättre för min anhörige/närstående</b>	<b>Det skulle INTE göra livet bättre för min anhörige/närstående</b>	<b>Det är inte relevant för min anhörige/närstående</b>
För min anhörige/närstående att:				
1. ha mer kontakt med sin familj				
2. ha mer kontakt med sina vänner				
3. få stimulans och utmaningar				
4. fortfarande känna sig uppskattad som person				
5. fortsätta ha glädje av sina hobbies och intressen				
6. vara fri från smärta och obehag				
7. känna sig hel och ren				
8. kunna fortsätta bo kvar hemma				
9. ha någon förstående att prata med				



## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### D. FÅ HJÄLP OCH STÖD MED GOD KVALITET

Det är viktigt för anhängigvårdare att all hjälp och stöd som de får är av god kvalitet. Nedan finns en lista över saker som andra anhängigvårdare har sagt är viktiga för dem. För varje påstående; markera med ett X i den ruta som överensstämmer hur viktigt det är för **dig**.

	Det är <b>MYCKET</b> viktigt för mig	Det är <b>GANSKA</b> viktigt för mig	Det är <b>INTE</b> viktigt för mig	Det är <b>inte</b> relevant i min vårdar- situation
<b>Att de som ger hjälp:</b>				
1. bemöter min anhörige/närstående med värdighet och respekt				
2. bemöter mig med värdighet och respekt				
3. lär känna och bryr sig om min anhörige/närstående som person				
4. värderar min kunskap och expertis				
5. har de rätta kunskaperna och färdigheterna				

Kommentarer/tillägg:.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

## Carers Outcome Agreement Tool (COAT) - instrument

### D. FÅ HJÄLP OCH STÖD MED GOD KVALITET (FORTS.)

Det är viktigt för anhängigvårdare att all hjälp och stöd som de får är av god kvalitet. Nedan finns en lista över saker som andra anhängigvårdare har sagt är viktiga för dem. För varje påstående; markera med ett X i den ruta som överensstämmer hur viktigt det är för **dig**.

	Det är <b>MYCKET</b> viktigt för mig	Det är <b>GANSKA</b> viktigt för mig	Det är <b>INTE</b> viktigt för mig	Det är inte relevant i min vårdar- situation
Att hjälpen som vi får:				
6. kommer på överenskommen tid				
7. passar in i våra rutiner och vårt sätt att göra saker och ting				
8. ges av människor som vi känner och har förtroende för				
9. ger god valuta för pengarna				
10. fokuserar på både mina och min anhörige/närståendes behov				
11. beslutas efter diskussion med mig och min anhörige/närstående				

Kommentarer/tillägg:.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....