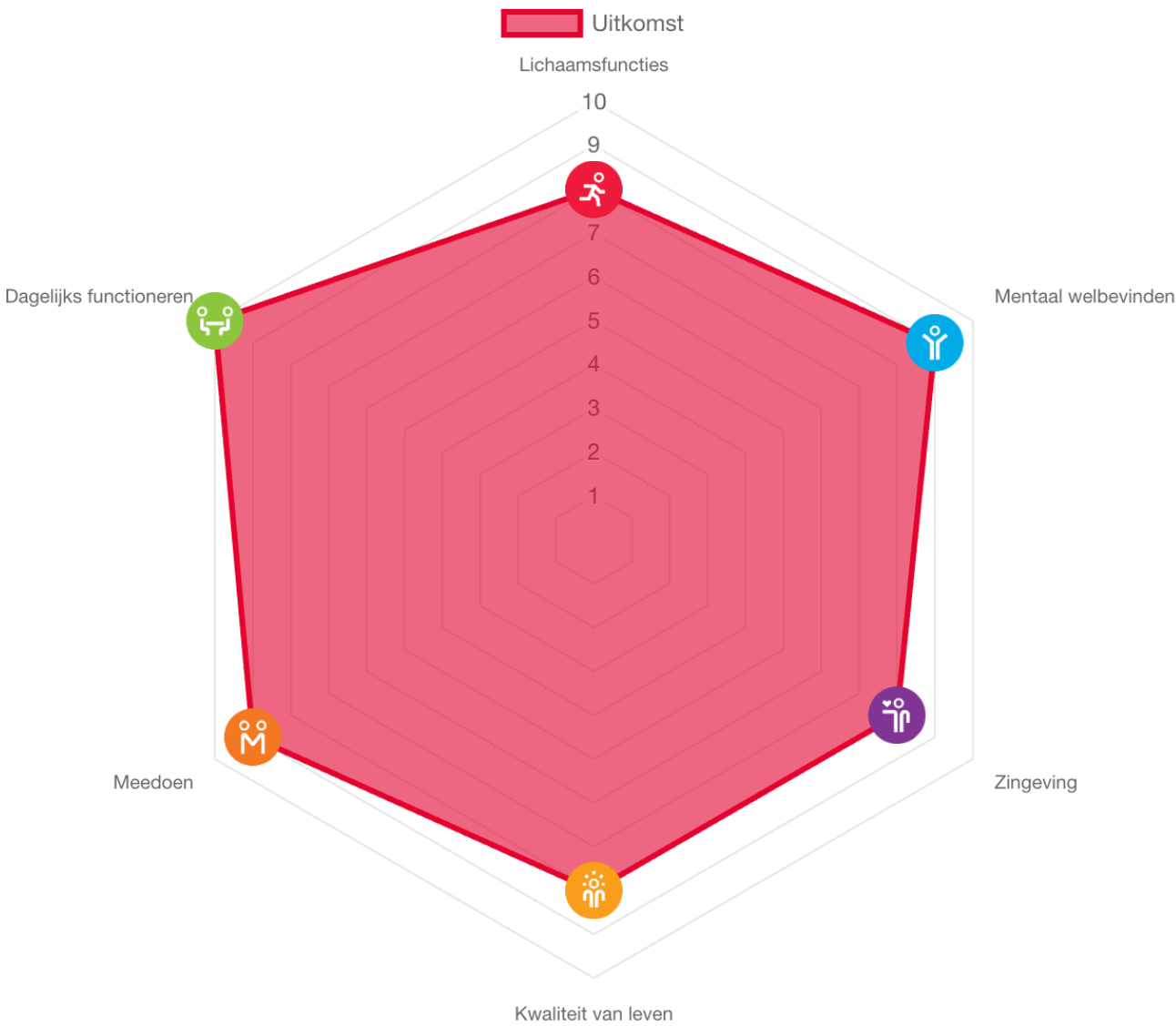




Lichaamsfuncties

#	Vraag	Antwoord
1	Ik voel mij gezond	8
2	Ik voel mij fit	8
3	Ik heb geen klachten of pijn	7
4	Ik slaap goed	7
5	Ik eet goed	8
6	Ik ben tevreden over mijn seksualiteit	7
7	Ik herstel snel na inspanning. Bijvoorbeeld na het sporten	8
8	Ik kan makkelijk bewegen. Bijvoorbeeld traplopen, wandelen of fietsen	9



Mentaal welbevinden

#	Vraag	Antwoord
1	Ik kan dingen goed onthouden	10
2	Ik kan mij goed concentreren	9
3	Ik kan zien, horen, praten, lezen	10
4	Ik voel mij vrolijk	8
5	Ik accepteer mijzelf zoals ik ben	8
6	Ik zoek naar oplossingen om moeilijke situaties te veranderen	10
7	Ik heb controle over mijn leven	8



Zingeving

#	Vraag	Antwoord
1	Ik heb een zinvol leven	8
2	Ik heb 's morgen zin in de dag	8
3	Ik heb idealen die ik graag wil bereiken	8
4	Ik heb vertrouwen in mijn eigen toekomst	8
5	Ik accepteer het leven zoals het komt	7
6	Ik ben dankbaar voor wat het leven mij biedt	8
7	Ik wil mijn hele leven blijven leren	10



Kwaliteit van leven

#	Vraag	Antwoord
1	Ik geniet van mijn leven	7
2	Ik ben gelukkig	7
3	Ik zit lekker in mijn vel	8
4	Ik ervaar evenwicht in mijn leven	7

5	Ik voel mij veilig	10
6	Ik ben tevreden over de intimiteit in mijn leven	7
7	Ik ben tevreden over waar ik woon en met wie	10
8	Ik heb genoeg geld om mijn rekeningen te betalen	10



Meedoen

#	Vraag	Antwoord
1	Ik heb goed contact met andere mensen	10
2	Andere mensen nemen mij serieus	10
3	Ik heb mensen met wie ik leuke dingen kan doen	8
4	Ik heb mensen die mij steunen als dat nodig is	10
5	Ik heb het gevoel dat ik erbij hoor in mijn omgeving	8
6	Ik heb werk of andere bezigheden die ik zinvol vind	10
7	Ik ben geïnteresseerd in wat er in de maatschappij gebeurt	8



Dagelijks functioneren

#	Vraag	Antwoord
1	Ik kan goed voor mijzelf zorgen. Bijvoorbeeld wassen, aankleden, boodschappen doen, koken	10
2	Ik weet wat ik wel kan en wat ik niet kan	7
3	Ik weet hoe ik mijn gezondheid kan verzorgen	10
4	Ik kan goed plannen wat ik op een dag moet doen	10
5	Ik kan goed omgaan met het geld dat ik elke maand krijg	10
6	Ik kan werken of vrijwilligerswerk doen	10
7	Ik weet hoe ik zonodig hulp kan krijgen van officiële instanties	10