

# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
Energie / vermoeiheid	0	1	2	3	4
Concentratie / geheugen	0	1	2	3	4
Stemming / emoties	0	1	2	3	4
Pijn / ongemak	0	1	2	3	4
School / studie / werk	0	1	2	3	4
Dagelijkse activiteiten	0	1	2	3	4
Vrije tijd / ontspanning	0	1	2	3	4
Relaties (partner / omgeving)	0	1	2	3	4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Concentratie / geheugen	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Stemming / emoties	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Pijn / ongemak	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
School / studie / werk	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Dagelijkse activiteiten	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last	Weinig last	Last	Veel last	Zeer veel last
	0	1	2	3	4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4



# Zelftest 'kwaliteit van leven'

Waar sta ik? Waar is 'winst' te boeken? (denk aan de laatste 2 weken)

Omcirkel het cijfer dat van toepassing is.

Energie / vermoeiheid	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Concentratie / geheugen	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Stemming / emoties	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Pijn / ongemak	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
School / studie / werk	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Dagelijkse activiteiten	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Vrije tijd / ontspanning	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4
Relaties (partner / omgeving)	Geen last 0	Weinig last 1	Last 2	Veel last 3	Zeer veel last 4

