

Hoe goed kunt U de volgende activiteiten uitvoeren? Achter elke vraag moet U een verticaal streepje zetten op de horizontale lijn. Een streepje helemaal links zetten betekent dat U geen enkele moeite hebt met het uitvoeren van de gevraagde activiteit. Een streepje aan de rechterkant van de lijn betekent dat U heel veel moeite hebt met het uitvoeren van de gevraagde activiteit. U moet alle vragen beantwoorden.

Aankleden (zonder hulp):

Geen enkele moeite onmogelijk

Buitenshuis lopen:

Geen enkele moeite onmogelijk

Traplopen:

Geen enkele moeite onmogelijk

Langere tijd zitten:

Geen enkele moeite onmogelijk

Voorovergebogen staan:

Geen enkele moeite onmogelijk

Het dragen van een tas:

Geen enkele moeite onmogelijk

Bedden Opmaken:

Geen enkele moeite onmogelijk

Hardlopen:

Geen enkele moeite onmogelijk

Lichte werkzaamheden:

Geen enkele moeite onmogelijk

Zware werkzaamheden:

Geen enkele moeite onmogelijk

Tillen van zware voorwerpen:

Geen enkele moeite onmogelijk

Sport of gymnastiek:

Geen enkele moeite onmogelijk