



This questionnaire asks about the ways you have been living your life during the last six months.

How often have you felt:

	Score 0	Score 1	Score 2	Score 3
Active	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Confident	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Connected	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Creative	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Energized	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Encouraged	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Engaged	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Happy	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Healthy mentally	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Healthy physically	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Independent	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Interested	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Mentally sharp	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Motivated	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Resilient	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Self-sufficient	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always
Useful	Rarely or never	Sometimes	Often	Always or almost always

1. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part I content development for the OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2649-2659.

2. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part II cross-sectional validity evidence for OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2661-2673.



Cette question porte sur la façon dont vous avez vécu votre vie au cours des six derniers mois				
Combien de fois vous êtes-vous senti(e)...				
	0	1	2	3
Actif(ve)	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Confiant.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Connecté.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Créatif (ve)	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Plein d'énergie	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Encouragé.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Heureux (se)	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
en bonne santé mentale	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
en bonne santé physique	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Indépendant.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Intéressé.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Impliqué.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Vif.ve d'esprit	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Motivé e,	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Résilient.e	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Autonome	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours
Utile	Rarement ou jamais	Parfois	Souvent	Toujours ou presque toujours

1. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part I content development for the OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2649-2659.
2. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part II cross-sectional validity evidence for OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2661-2673



Deze vragen gaan over de manieren waarop jij je leven hebt geleid in de afgelopen zes maanden

Hoe vaak heb je je gevoeld:

	0	1	2	3
Actief (zijn)	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Vertrouwen hebben	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Verbonden	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Nuttig	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Creatief	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Gestimuleerd	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Energiek	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Gelukkig	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Geestelijk gezond	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Lichamelijk gezond	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Onafhankelijk (zijn)	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Geïnteresseerd (zijn)	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Betrokken	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Geestelijk scherp	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Gemotiveerd	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Veerkrachtig	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd
Zelfredzaam	Zelden of nooit	Soms	Vaak	Altijd of bijna altijd



Esta pregunta quiere saber sobre la manera como usted ha vivido su vida durante los ultimos seis meses.				
Que tan seguido se ha sentido...				
	0	1	2	3
Activo	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Seguro de si mismo	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Conectado	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Aportando / que aporta	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Creativo	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Animado/a	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Energico	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Feliz	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Con buena salud mental	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Con buena salud fisica	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Independiente	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Interesado	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Formar parte	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Alerta	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Motivado	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Con fortaleza	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre
Autosuficiente	Rara vez o nunca	A veces	A menudo	Siempre o casi siempre

1. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part I content development for the OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2649-2659.

2. Mayo, N.E., et al., Measuring what matters to older persons for active living: part II cross-sectional validity evidence for OPAL measure across four countries. Qual Life Res, 2024. 33(10): p. 2661-2673