 **MobQoL-7D**

La mobilité peut signifier beaucoup de choses différentes. Pour certaines personnes, la mobilité consiste à marcher, pour d'autres, elle implique d’utiliser un fauteuil roulant ou d'autres formes d’assistance. Ce questionnaire vise à déterminer comment votre niveau de mobilité affecte votre qualité de vie, quelle que soit la façon dont vous vous déplacez ou les aides à la mobilité que vous utilisez.

Pour chaque question, cochez (✓) **UNE** case en regard de l'énoncé qui décrit le mieux votre qualité de vie et votre mobilité à l'heure actuelle. Si vous utilisez des aides à la mobilité, réfléchissez à la façon dont elles vous sont utiles ou vous entravent par rapport à chaque question.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **1. Accessibilité** |  |
|  |  | Je n'éprouve pas de difficulté à me déplacer chez moi |  |
|  |  | J'éprouve une certaine difficulté à me déplacer chez moi |  |
|  |  | J'éprouve une grande difficulté à me déplacer chez moi |  |
|  |  | Je ne peux pas me déplacer chez moi |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **2. Participation** *(par exemple, participer au domicile, au travail, à l'éducation ou dans la communauté)* |  |
|  |  | Ma mobilité ne complique jamais ma capacité à participer et à faire des choses qui me permettent de me sentir valorisé(e) |  |
|  |  | Ma mobilité complique parfois ma capacité à participer et à faire des choses qui me permettent de me sentir valorisé(e) |  |
|  |  | Ma mobilité complique souvent ma capacité à participer et à faire des choses qui me permettent de me sentir valorisé(e) |  |
|  |  | Ma mobilité complique toujours ma capacité à participer et à faire des choses qui me permettent de me sentir valorisé(e) |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **3. Douleur et inconfort** |  |
|  |  | Me déplacer dans ma vie quotidienne n'est pas douloureux ou inconfortable |  |
|  |  | Me déplacer dans ma vie quotidienne est légèrement douloureux ou inconfortable |  |
|  |  | Me déplacer dans ma vie quotidienne est très douloureux ou inconfortable |  |
|  |  | Me déplacer dans ma vie quotidienne est extrêmement douloureux ou inconfortable |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **4. Indépendance** |  |
|  |  | Mon niveau d'indépendance provoque toujours un sentiment de satisfaction en moi |  |
|  |  | Mon niveau d'indépendance provoque souvent un sentiment de satisfaction en moi |  |
|  |  | Mon niveau d'indépendance provoque parfois un sentiment de satisfaction en moi |  |
|  |  | Mon niveau d'indépendance ne provoque jamais un sentiment de satisfaction en moi |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **5. Estime de soi** *(y compris l'identité, la confiance et la conscience de soi)* |  |
|  |  | Je ne m'apitoie jamais sur mon sort en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je m'apitoie parfois sur mon sort en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je m'apitoie souvent sur mon sort en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je m'apitoie constamment sur mon sort en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **6. Humeur et émotions** |  |
|  |  | Je ne ressens jamais un sentiment de déprime, de tristesse ou d'insatisfaction en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je ressens parfois un sentiment de déprime, de tristesse ou d'insatisfaction en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je ressens souvent un sentiment de déprime, de tristesse ou d'insatisfaction en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  | Je ressens constamment un sentiment de déprime, de tristesse ou d'insatisfaction en raison de mon niveau de mobilité |  |
|  |  |  |  |
|  |  | **7. Anxiété** *(par exemple un sentiment de préoccupation ou de stress)* |  |
|  |  | Mon niveau de mobilité ne provoque pas un sentiment d'anxiété en moi |  |
|  |  | Mon niveau de mobilité provoque un léger sentiment d'anxiété en moi |  |
|  |  | Mon niveau de mobilité provoque un fort sentiment d'anxiété en moi |  |
|  |  | Mon niveau de mobilité provoque un extrême sentiment d'anxiété en moi |  |
|  |  |  |  |