

Ready Steady Go program pomoći će ti nositi se s tvojom bolešću/stanjem i brinuti se o samom sebi.



Molimo te da odgovoriš na sva pitanja koja se odnose na tebe i da pitaš ako nešto nije jasno



Znanja i vještine

Ime:

Tvoj zdravstveni tim i obitelj će ti pomoći.

svoje ponavljajuće recepte i zakazujem

preglede.



Datum:

Treba mi

Komentar

	pomoo	
ZNANJE – ŠTO ZNAM		
Siguran/sigurna sam u svoje znanje o mojoj bolesti i njenom liječenju.		
Razumijem što će se vjerojatno događati s mojom bolešću kada odrastem.		
Samostalno se brinem o svojim lijekovima.		
Samostalno naručujem i podižem		

Da

Znanja i vještine		Da	Treba mi pomoć	Komentar
+	Samostalno kontaktiram bolnicu ako imam ikakvo pitanje o mojoj bolesti/ stanju ili liječenju.			
	STUPANJE ENJE U SVOJE IME)			
+	Osjećam se ugodno samostalno dolaziti na preglede.			
70	Razumijem svoje pravo na povjerljivost podataka.			
K Z	Razumijem važnost svog sudjelovanja u donošenju bilo kakvih odluka o meni.			
3?	Znam koristiti "Postavi 3 pitanja" upitnik.			
ZDRAVLJE I ŽIVOTNE NAVIKE – BRIGA O SEBI				
0:05	Razumijem važnost tjelovježbe za moje zdravlje i bolest/ stanje.			

Znanja i v	ještine	Da	Treba mi pomoć	Komentar
	Razumijem rizike konzumacije alkohola, duhanskih proizvoda i droga za moje zdravlje.			
max -	Znam koja je hrana dobra za mene a koja ne.			
·C	Znam kako moja bolest/stanje može utjecati na mene kako starim			
P	Znam gdje mogu pronaći informacije o seksualnom zdravlju.			
	Razumijem utjecaj moje bolesti i lijekova na trudnoću i roditeljstvo			

Znanja i vještine		Da	Treba mi pomoć	Komentar
SVAKODN	NEVNI ŽIVOT			
	Mogu samostalno obavljati osnovne svakodnevne aktivnosti (npr. oblačenje, tuširanje itd.)			
	Mogu samostalno pripremati obroke i užinu.			
	Mogu prespavati van vlastitog doma i znam se pripremiti ako želim ići na odmor (putovanje)			
	Znam na koje beneficije imam pravo.			
	Znam ili planiram naučiti voziti.			

Znanja i vještine		Da	Treba mi pomoć	Komentar
ŠKOLA I I ŠKOLU	KADA NAPUSTIM			
	lmam radno ili volontersko iskustvo.			
	lmam planove za budućnost.			
A	Znam kakav bi utjecaj moja bolest mogla imati na moje buduće planove.			
**	Znam što reći budućem poslodavcu o svojoj bolesti.			
	Znam koga kontaktirati za savjet.			

Znanja i v	ještine	Da	Treba mi pomoć	Komentar
	DA – MOJE NO VRIJEME			
	Mogu koristit javni prijevoz i ići u dućane, rekreacijske centre ili kino			
XX	Nalazim se s prijateljima i izvan škole			
NOŠENJE MOJI OSJ	E S EMOCIJAMA – JEĆAJI			
I/5K.i I/5K.i	Znam se nositi s ružnim komentarima i maltretiranjem			
	Znam nekoga s kime mogu pričati ako se osjećam tužno ili preopterećeno			
	Znam se nositi s emocijama kao što su ljutnja ili anksioznost			

Znanja i v	ještine	Da	Treba mi pomoć	Komentar
◎ ☆ ☆	Osjećam se ugodno u svojoj koži			
6	Zadovoljan/ zadovoljna sam svojim životom			
TRANZICI	JA			
	Razumijem zašto sudjelujem u "Ready Steady Go" programu			
	Znam plan za moju zdravstvenu skrb kada odrastem.			
	Upoznao sam adultni zdravstveni tim koji će se brinuti o meni kada odrastem.			
i ***	Imam informacije koje trebam o adultnom zdravstvenom timu koji će skrbiti za mene.			

	Molimo te dodaj bilo što o čemu bi još razgovarao/ razgovarala:					
zahvalu:						
	foundation for people with learning disabilities					

© Dr Arvind Nagra. "Ready Steady Go" materijali razvijeni su od strane Transition Steering grupe pod vodstvom dr. Arvind Nagra, pedijatrijskog nefrologa i voditelja tranzicijske skrbi u dječjoj bolnici Southampton, Kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trust, na ternelju sljedećih radova: 1. S Whitehouse and MC Paone. Bridging the gap from youth to adulthood. Contemporary Pediatrics; 1998, December. 13-16. 2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. The ON TRAC model for transitional care of adolescents. Prog Transplant 2006;16:291-302. 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006;10(1):22-42. Korisnici imaju dopuštenje za korištenje "Ready Steady Go" if "Hello to adult services" materijala u originalnom format isključivo u nekomercijalne svrhe. Nikakve modifikacije niti promjene nisu dozvoljene bez dopuštenja Kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trust. Sljedeća zahvala mora biti ukljućena u sve publikacije koje se referiraju na ove materijale: "Ready Steady Go materijali razvijeni su od strane Radne grupe za tranziciju pod vodstvom dr. Arvind Nagra, pedijatrijskog nefrologa i voditelja tranzicijske skrbi u dječjoj bolnici Southampton, kliničkog bolničkog centra Southampton NHS Foundation Trus, na temelju sljedećih radova: 1. S Whitehouse and MC Paone. Bridging the gap from youth to adulthood. Contemporary Pediatrics; 1998, December. 13-16. 2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. The ON TRAC model for transitional care of adolescents. Prog Transplant 2006;16:291-302. 3. Janet E McDonagh et al, J Child Health Care 2006;10(1):22-42." Daljnje informacije mogu se pronaći na sljedećoj poveznici: www.readysteadygo.net