

Het Ready Steady Go transitie programma – Hallo

Het behandelteam van artsen en verpleegkundigen is er om je te helpen. Ze kunnen je begeleiden bij het opbouwen van zelfvertrouwen en vaardigheden, die nodig zijn om zelfstandig met je aandoening om te gaan.

Het invullen van deze vragenlijst helpt het team om een programma samen te stellen dat aansluit op jouw behoeften. **Beantwoord alle voor jou relevante vragen en stel vragen als iets onduidelijk is.**

Naam:

Datum:

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag extra hulp / advies	Opmerkingen
KENNIS			
Ik heb vertrouwen in mijn kennis over mijn aandoening en de behandeling			
Ik begrijp hoe mijn aandoening in de toekomst kan veranderen			
Ik weet van mijn medicijnen waar ze voor zijn en ken de bijwerkingen			
Ik regel zelf mijn herhaalrecepten, haal de medicatie op en maak de poliafspraken			
Ik weet met wie ik contact kan opnemen als ik vragen heb over mijn gezondheid			
Ik bel zelf het ziekenhuis met vragen over mijn aandoening en/of behandeling			
Ik weet welke voorzieningen er zijn voor jong volwassenen met mijn aandoening			
AUTONOMIE (opkomen voor jezelf)			
Ik heb er vertrouwen in dat ik het policonsult zelf kan doen			
Ik begrijp mijn recht op privacy in de zorg			
Ik begrijp wat mijn rol is in gedeelde besluitvorming met het behandelteam, bijv. door het gebruik van 'stel 3 vragen'			
GEZONDHEID EN LEEFSTIJL			
Ik sport regelmatig/heb een actieve leefstijl			
Ik begrijp de risico's die roken, drugs en alcohol hebben op mijn gezondheid			
Ik begrijp wat gezond eten inhoudt en waarom het belangrijk is voor mijn gezondheid			
Ik begrijp dat mijn aandoening invloed kan hebben op hoe ik functioneer, bijv. bij vermoeidheid, seksualiteit en vruchtbaarheid			
Ik weet waar en hoe ik betrouwbare informatie kan krijgen over seks en veilig vrijen			
Ik begrijp welke gevolgen mijn aandoening en medicatie hebben op zwangerschap/krijgen van kinderen			

Ready Steady Go
programme

Hello
to adult
services

Het Ready Steady Go transitie programma – Hallo

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag extra hulp / advies	Opmerkingen
DAGELIJKS LEVEN			
Ik kan thuis voor mezelf zorgen wat betreft aankleden, douchen, eten maken, etc.			
Ik weet hoe ik me kan voorbereiden op het maken van een trip/reis, bijv. met het bewaren van medicatie en vaccinaties			
Ik heb autorijles			
Ik begrijp dat ik in aanmerking kan komen voor toeslagen/vergoedingen (indien van toepassing)			
OPLEIDING/WERK EN TOEKOMST			
Ik red me op school/werk (bijv. reizen heen en terug, werk, vrienden, etc.)			
Ik heb werk-/vrijwilligerservaring			
Ik heb een carrièreplan (indien ja, graag toelichten)			
Ik ben me bewust van de invloed die mijn aandoening kan hebben op mijn c carrièremogelijkheden (indien van toepassing)			
Ik weet hoe ik mijn potentiële werkgever kan inlichten over mijn aandoening (indien van toepassing)			
Ik weet waar ik terecht kan voor advies over mijn carrière			
VRIJE TIJD			
Ik kan zelf met het openbaar vervoer reizen en kan naar de stad, winkelcentrum, sportclub, etc.			
Ik heb vrienden en zie ze buiten werk/studie			
OMGAAN MET EMOTIES			
Ik voel me zelfverzekerd om vrienden, familie en werkgevers te vertellen over mijn aandoening			
Ik heb iemand om mee te praten als ik verdrietig of ongelukkig ben			
Ik weet hoe ik om kan gaan met emoties als boosheid of angst			
Ik ontvang graag meer informatie over waar ik terecht kan voor hulp in het omgaan met mijn emoties			
Ik ben tevreden over de manier waarop ik bij anderen overkom			
Ik ben gelukkig met mijn leven			

Schrijf op waar je nog meer hulp of informatie over zou willen :

Dankjewel

De Ready Steady Go materialen zijn ontwikkeld door de Transitie Stuurgroep, onder begeleiding van Dr Arvind Nagra, kinderneuroloog en verantwoordelijk voor de transitiezorg in Southampton Children's Hospital, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust, gebaseerd op het werk van : 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. De documenten 'Ready Steady Go' en 'Hallo, volwassen zorg' mogen uitsluitend worden gebruikt in hun originele format en voor niet commerciële doeleinden. Geen enkele vorm van modificatie of aanpassingen is toegestaan zonder de toestemming van University Hospital Southampton NHS Foundation Trust

De volgende verklaring dient aan alle publicaties te worden toegevoegd die refereren naar het gebruik van deze materialen : 'Ready Steady Go' en 'Hallo volwassen zorg' zijn ontwikkeld door de Transitie Stuurgroep, onder begeleiding van Dr Arvind Nagra, kinderneuroloog en verantwoordelijk voor de transitiezorg in Southampton Children's Hospital, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust, gebaseerd op het werk van : 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. Aanvullende informatie is verkrijgbaar op www.readysteadygo.net

v2.0 2015

En speciaal woord van dank aan Lieke Hoogenbom, Professor Anne-Sophie Darlington en Hans de Graaf voor de vertaling van dit materiaal.