

# Het Ready Steady Go transitie plan - Ready



Het Ready Steady Go programma helpt jou om zelfstandig met je aandoening om te gaan en voor jezelf te zorgen.



Beantwoord de vragen die voor jou van belang zijn en stel vragen als er iets onduidelijk is.



Je behandelteam en familie helpen je hierbij.



Naam:

Datum:

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag hulp	Opmerkingen
<b>KENNIS – WAT WEET JE</b>			
 Ik kan mijn aandoening uitleggen – dit betekent dat je weet waarom je bij de dokter of verpleegkundige op contrôle komt			
 Ik ken mijn medicijnen en behandeling			
 Ik weet wie mijn aandoening behandelt			
 Ik weet wat het verschil is tussen de kindergeneeskunde en volwassen zorg			

# Het Ready Steady Go transitie plan - Ready

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag hulp	Opmerkingen
 <p data-bbox="363 443 705 663">Ik weet waar ik terecht kan voor informatie en hulp voor jongeren met mijn aandoening</p>			
<b>AUTONOMIE – OPKOMEN VOOR JEZELF</b>			
 <p data-bbox="363 882 762 1055">Ik denk dat ik er klaar voor ben om het polibezoek zelf te doen</p>			
 <p data-bbox="363 1144 735 1279">Ik kan mijn eigen vragen stellen op de poli</p>			
 <p data-bbox="363 1368 655 1458">Ik ken de 'stel 3 vragen'</p>			
<b>GEZONDHEID EN LEEFTSTIJL – VOOR MEZELF ZORGEN</b>			
 <p data-bbox="363 1653 735 1877">Ik begrijp dat beweging belangrijk is voor mijn gezondheid en aandoening</p>			
 <p data-bbox="363 1944 751 2123">Ik begrijp de risico's die alcohol, drugs en roken hebben op mijn gezondheid</p>			

# Het Ready Steady Go transitie plan - Ready

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag hulp	Opmerkingen
 Ik weet welk eten wel of niet goed voor me is			
 Ik weet wat het effect is van mijn aandoening op mijn lichaam naarmate ik ouder word			
 Ik weet waar ik terecht kan voor informatie over seks en veilig vrijen			
<b>DAGELIJKS LEVEN</b>			
 Ik kan thuis voor mezelf zorgen, zoals aankleden en douchen			
 Ik kan zelf middageten of een tussendoortje maken			
 Ik kan een nachtje uit logeren gaan			

# Het Ready Steady Go transitie plan - Ready

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag hulp	Opmerkingen
<b>SCHOOL EN ALS IK VAN SCHOOL GA</b>			
 <p>Op school gaat het goed, ik kan zelf naar school reizen, doe mee met gym en maak nieuwe vrienden</p>			
 <p>Ik weet wat ik na schooltijd kan gaan doen</p>			
<b>VRIJE TIJD</b>			
 <p>Ik kan zelf met het openbaar vervoer reizen en kan naar de stad, winkelcentrum, sportclub, etc.</p>			
 <p>Ik zie mijn vrienden buiten schooltijd</p>			
<b>OMGAAN MET EMOTIES – MIJN GEVOELEN</b>			
 <p>Ik weet hoe ik om kan gaan met vervelende opmerkingen en pesten</p>			

# Het Ready Steady Go transitie plan - Ready

Kennis en vaardigheden	Ja	Ik wil graag hulp	Opmerkingen
 <p data-bbox="363 409 751 584">Ik heb iemand om mee te praten als ik verdrietig/ongelukkig ben</p>			
 <p data-bbox="363 651 699 826">Ik weet hoe ik om kan gaan met emoties zoals boosheid of angst</p>			
 <p data-bbox="363 925 730 1010">Ik ben gelukkig met mijn leven</p>			
<b>TRANSITIE NAAR DE VOLWASSEN ZORG</b>			
 <p data-bbox="363 1216 743 1391">Ik begrijp waarom ik deel neem aan het 'Ready Steady Go' programma</p>			
 <p data-bbox="363 1451 703 1671">Ik begrijp de verschillende fases van het 'Ready Steady Go' programma</p>			

