

План перехода Ready Steady Go - Внимание



Программа Ready Steady Go поможет вам управлять своим состоянием и заботиться о себе.



Пожалуйста, ответьте на все вопросы, которые имеют к вам отношение, и спросите, если вы не уверены.







Ваша медицинская бригада и семья помогут вам на этом пути.



Имя:








Дата:

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ЗНАНИЯ - ЧТО Я ЗНАЮ			
 Я понимаю медицинские термины и процедуры, относящиеся к моему состоянию			
 Я понимаю, для чего предназначены все мои лекарства и их побочные эффекты			
 Я несу ответственность за свои лекарства дома			
 Я заказываю и забираю повторные рецепты и бронирую свои Визиты в клинику			





План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
 <p>Я сам звоню в больницу, если есть вопрос о моем состоянии или лечение</p>			
 <p>Я знаю, кто заботится обо мне и моем состоянии здоровья</p>			
 <p>Я знаю, что каждый член медицинской бригады может сделать для меня</p>			
 <p>Я знаю разницу между охраной здоровья детей и взрослых</p>			
 <p>Я знаю, где я могу получить информацию и поддержку для молодых людей с моим состоянием</p>			

План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
САМОЗАЩИТА (говорю за себя)			
 <p>Я могу задать свои вопросы в клинике</p>			
 <p>Я чувствую себя уверенно при самостоятельном посещении клиники</p>			
 <p>Я понимаю свое право на конфиденциальность</p>			
 <p>Я знаю, что важно участвовать в принятии любых решений, касающихся меня</p>			
 <p>Я знаю о "Задайте 3 вопроса"</p>			
ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗ ЖИЗНИ			
 <p>Я понимаю, что упражнения важны для моего общего здоровья и заболевания</p>			
 <p>Я осознаю опасность употребления алкоголя, наркотиков и курения для моего здоровья</p>			

План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
 <p>Я знаю, какая еда хороша для меня, а какая нет</p>			
 <p>Я знаю, как мое состояние может повлиять на меня, когда я стану старше</p>			
 <p>Я знаю, где я могу получить информацию о сексуальном здоровье</p>			
 <p>Я понимаю влияние моего состояния здоровья и лекарств на беременность и воспитание детей</p>			

План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ПОВСЕДНЕВНАЯ ЖИЗНЬ			
 <p>Я могу ухаживать за собой дома - например, одеваться и умываться</p>			
 <p>Я могу приготовить себе еду и закуски</p>			
 <p>Я могу остаться на ночь вдали от дома и знаю, что делать, если я хочу поехать в отпуск</p>			
 <p>Я знаю, на какие льготы я могу претендовать</p>			
ШКОЛА И КОГДА Я ОКОНЧУ ШКОЛУ			
 <p>Я хорошо учусь в школе - например, добираюсь в школу и из школы, хожу по школе, занимаюсь физкультурой и завожу новых друзей</p>			



План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
 <p>Я знаю, чем хочу заниматься, когда окончу школу</p>			
 <p>У меня был опыт работы</p>			
 <p>Я знаю, какое влияние мое состояние может оказать на мои планы на будущее</p>			
 <p>Я знаю, к кому обратиться за советом по карьере</p>			
ДОСУГ - МОЕ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ			
 <p>Я могу пользоваться общественным транспортом и добираться до магазинов, развлекательного центра или кинотеатра.</p>			
 <p>Я вижу своих друзей вне школы</p>			

План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
УПРАВЛЕНИЕ ЭМОЦИЯМИ - МОИ ЧУВСТВА			
 Я знаю, как бороться с грубыми комментариями и издевательствами			
 Я знаю кого-то, с кем могу поговорить, когда мне грустно или надоело			
 Я знаю, как справляться с эмоциями, такими как гнев или тревога			
 Мне нравится, как я выгляжу			
 Я доволен жизнью			

План перехода Ready Steady Go - Внимание

Знания и навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ПЕРЕХОД			
 Я понимаю, почему я участвую в программе Ready Steady Go			
 Я знаю план ухода, когда я стану взрослым			
 У меня есть необходимая информация о взрослой медицинской команде, которая будет следить за моим здоровьем			

