

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
3HAHUЯ - ⁻	ГО, ЧТО Я ЗНАЮ			
	Я уверен в своих знаниях о своем состоянии и управлении			
	Я понимаю, что может случиться с моим заболеванием, когда я стану взрослым			
	Я слежу за своими лекарствами			
	Я заказываю и забираю повторные рецепты и записываюсь на прием			

Знания и	Знания и навыки		Мне нужна помощь	Комментарий
+	Я сам звоню в больницу, если есть вопросы по поводу моего состояния или лечения			
САМОЗАШ себя)	ИТА (говорю за			
+*	Я чувствую себя уверенно при самостоятельном визите в клинику			
100	Я понимаю свое право на конфиденциальность			
K Z	Я знаю, что важно участвовать в принятии любых решений, касающихся меня.			
3?	Я знаю, как использовать функцию "Задайте 3 вопроса"			
ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗ ЖИЗНИ - ЗАБОТА О СЕБЕ				
0:05	Я понимаю, что упражнения важны для моего общего здоровья и заболевания			

Знания и навыки		Да	Мне нужна помощь	Комментарий
	Я осознаю опасность употребления алкоголя, наркотиков и курения для моего здоровья			
mulk —	Я знаю, какая еда хороша для меня, а какая - не			
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	Я знаю, как мое состояние может повлиять на меня, когда я стану старше			
P	Я знаю, где я могу получить информацию о сексуальном здоровье			
	Я понимаю, как мое состояние и лекарства влияют на беременность и воспитание детей			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ПОВСЕДН	ЕВНАЯ ЖИЗНЬ			
	Я могу следить за собой дома - например, одеваться и умываться			
	Я могу приготовить себе еду и закуски			
	Я могу остаться на ночь подальше от дома и знать, что мне делать, если я хочу поехать в отпуск			
	Я знаю, на какие льготы я могу претендовать			
	Я умею или учусь водить			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
	КОГДА Я ОКОНЧУ И КОЛЛЕДЖ			
	У меня был опыт работы или волонтерства			
	У меня есть план на будущее			
A	Я знаю, как мое состояние здоровья может повлиять на мои планы			
**	Я знаю, что сказать будущему работодателю о моем состоянии здоровья			
	Я знаю, к кому обратиться за советом			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
ДОСУГ - МО	ОЕ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ			
	Я могу пользоваться общественным транспортом и добираться до магазинов, развлекательного центра или кинотеатра.			
XX	Я вижу своих друзей за пределами школы или колледжа			
УПРАВЛЕН ЧУВСТВА	НОМ - ИМRИДОМЄ ЭИН			
I/5K.i I/5K.i	Я знаю, как справляться 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			

Знания и	навыки	Да	Мне нужна помощь	Комментарий
® ★	Мне нравится, как я выгляжу			
6	Я доволен жизнью			
ПЕРЕХОД				
	Я понимаю, почему я участвую в программе Ready Steady Go			
	Я знаю план ухода за собой, когда стану взрослым			
	Я встретил команду взрослых, которые будут присматривать за мной			
i ***	У меня есть вся необходимая информация о команде взрослых, которые будут заботиться обо мне			

	Пожалуйста, добавьте сюда еще что-нибудь, о чем вы хотели бы поговорить:
С благодар	
(5)(3)	foundation for people with learning disabilities

Dr Arvind Nagra. Материалы Ready Steady Go были разработаны Руководящей группой переходного периода под руководством Dr Arvind Nagra, детского нефролога и клинического руководителя по переходному лечению в Детской больнице Сауттемптона, Университетской больнице Сауттемптона Фонд NHS Foundation Trust на основе работы: 1. S Whitehouse и MC Paone. Преодоление разрыва от юности к взрослой жизни. Современная педиатрия; 1998, декабрь. 13-16.2. Paone MC, Wigle M, Saewyc E. Модель ОN TRAC для временного ухода за подростками. Prog Transplant 2006; 16: 291-302 3. Джанет Э. МакДонаг и др., J Child Health Care 2006; 10 (1): 22-42. Пользователям разрешается использовать материалы «Ready Steady Go» и «Hello to Adult Services» в их исходном формате исключительно в некоммерческих целях. Никакие модификации или изменения любого рода не допускаются без разрешения University Hospital Southampton NHS Foundation Trust. Следующее заявление о признательности должно быть включено во все публикации, в которых упоминается использование этих материалов: «Ready Steady Go и «Hello to adult services», разработанные Руководящей группой по переходу под руководством Dr Arvind Nagra, детского нефролога и клинического руководителя временный уход в детской больнице Сауттемптона, Университетская больница Сауттемптона Фонд NHS Foundation Trust, основанный на работе: 1. S Whitehouse и МС Раопе. Вridging 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." Дополнительную информацию можно найти на сайте www.readysteadygo.net