

Ready Steady Go programı, durumunuzu yönetmenize ve kendinize bakmanıza yardımcı olacaktır.



Lütfen sizinle ilgili tüm soruları yanıtlayın ve emin değilseniz sorun.



Tıbbi ekibiniz ve aileniz bu süreç boyunca size yardımcı olacaktır.



Adı Soyadı: Tarih:

Bilgi ve be	eceriler	Evet	Biraz yardım almak isterim	Yorum
BİLGİ – N	E BİLDİĞİM			
	Durumumu tanımlayabilirim - bu, doktorlarınızı, hemşirelerinizi veya terapistinizi neden gördüğünüzü bildiğiniz anlamına gelir			
	İlaçlarımı ve tedavilerimi biliyorum			
***	Benimle ve durumumla kimin ilgileneceğini biliyorum			
**	Çocuk ve yetişkin sağlık hizmetleri arasındaki farkları biliyorum			

Bilgi ve be	eceriler	Evet	Biraz yardım almak isterim	Yorum
	Benim durumumdaki gençler için nereden bilgi ve destek alabileceğimi biliyorum.			
	SAVUNMA – İFADE ETME			
+	Bazı klinik ziyaretlerine kendi başıma gitmek için hazır olduğumu hissediyorum			
	Klinikte kendi sorularımı sorabilirim			
3?	'3 Soru Sor' hakkında bilgim var			
	'E YAŞAM TARZI - EBAKMAK			
D05	Genel sağlığım ve durumum için egzersiz yapmanın önemli olduğunu anlıyorum			
	Alkol, uyuşturucu ve sigaranın sağlığım üzerindeki risklerini anlıyorum			

Bilgi ve be	eceriler	Evet	Biraz yardım almak isterim	Yorum
- milk	Hangi yiyeceğin benim için iyi olup olmadığını biliyorum			
· · · · ·	Yaşlandıkça durumumun beni nasıl etkileyebileceğini biliyorum			
P	Cinsel sağlık hakkında nereden bilgi alabileceğimi biliyorum			
GÜNLÜK	YAŞAM			
	Evde kendime bakabilirim – giyinmek ve yıkanmak gibi			
	Kendi yemeklerimi ve atıştırmalıklarımı yapabilirim			
*	Gece evimden başka bir yerde kalabilirim			

Bilgi ve be	eceriler	Evet	Biraz yardım almak isterim	Yorum
OKUL VE SONRASI				
	Okul ile ilgili sorunum yok – örneğin okula gidip gelmek, okulda olmak, beden eğitimi yapmak ve yeni arkadaşlar edinmek gibi			
DECISIONS OUESTIME FUTURE	Okuldan ayrıldığımda ne yapmak istediğimi biliyorum			
EĞLENCE ZAMANLA	E – SERBEST ARIM			
	Toplu taşımayı kullanabilir ve mağazalara, eğlence merkezine veya sinemaya gidebilirim			
XX	Arkadaşlarımla okul dışında görüşüyorum			
DUYGULARI YÖNETME – HİSLERİM				
I/5X.I	Art niyetli yorumlarla ve zorbalıkla nasıl başa çıkılacağını biliyorum			

Bilgi ve b	eceriler	Evet	Biraz yardım almak isterim	Yorum
	Üzgün veya bıkkın hissettiğimde konuşabileceğim birini tanıyorum			
	Öfke veya kaygı gibi duygularla nasıl başa çıkacağımı biliyorum			
6	Hayattan mutluyum			
GEÇİŞ				
	Neden 'Ready Steady Go' programında olduğumu anlıyorum			
	'Ready Steady Go' programının farklı aşamalarını anlıyorum			

?	Konuşmak istediğiniz başka bir şey varsa lütfen buraya ekleyin:
Teşekkür:	
	foundation for people with learning disabilities

© Dr Arvind Nagra. Ready Steady Go materyalleri, çocuk nefroloğu ve Southampton Çocuk Hastanesi, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust'ta geçiş bakımında klinik yönetici olan Dr. Arvind Nagra liderliğindeki Geçiş Yönlendirme Grubu tarafından şu çalışmalara dayanarak geliştirildi: 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. Kullanıcıların "Ready Steady Go" ve "Yetişkin hizmetlerine merhaba" materyallerini tamamen ticari olmayan amaçlarla orijinal formatlarında kullanmalarına izin verilir. University Hospital Southampton NHS Foundation Trust'ın izni olmadan hiçbir modifikasyon veya değişime izin verilmez. Bu materyallerin kullanımına atıfta bulunan tüm yayınlarda aşağıdaki bildirim ifadesi yer almalıdır: Southampton Çocuk Hastanesi, Southampton NHS Foundation Trust Üniversite Hastanesinde pediatrik nefrolog ve klinik yönetici Dr Arvind Nagra liderliğindeki Geçiş Yönlendirme Grubu tarafından geliştirilen "Ready Steady Go" ve "Yetişkin Hizmetlerine Merhaba", aşağıdaki çalışmalar temel alınarak hazırlanmıştır: 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." Daha fazla bilgi www.readysteadygo.net adresinde bulunabilir.

Bu broşürün Türkçe'ye tercümesi için Prof. Dr. Aysun KARABAY BAYAZIT'a (Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Nefrolojisi Bilim Dalı Başkanı, Türkiye) özellikle teşekkür ederiz ve Prof. Dr. H. Serap Sivri (Hacettepe Üniversitesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Çocuk Metabolizma Bilim Dalı, Türkiye).