

Ready Steady Go过渡计划-出发



Ready Steady Go计划将协助您管理自己的状况并照顾好自己。



请回答与您有关的所有问题，并在不确定是提出问题。



您的医疗团队和家人将在整个过程中为您提供协助。



名称：

日期：

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
知识—我知道什么			
 我充分了解有关我病情的知识和治疗			
 我了解成年后我的病情可能会变成怎样			
 我在家负责自己的药物			
 我订购并拿取药物处方并预约自己的覆诊			

Ready Steady Go 过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
 <p>如果我对病情和/或治疗有疑问，我可以自己联络医院</p>			
自我倡导（为自己站出来）			
 <p>我有信心在整个门诊中独自会见医护人员</p>			
 <p>我有信心在某部分/整个门诊中都能独自会见医护人员</p>			
 <p>我明白共同一起制定决定是非常重要的</p>			
 <p>我知道提出3个问题*</p>			
健康与生活方式			
 <p>我知道运动对我的整体健康很重要</p>			

Ready Steady Go 过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
 我了解酒精、毒品和吸烟对我健康的风险			
 我了解什么食物对我好或不好			
 我知道成长后我的状况会如何影响我			
 我知道在哪里以及如何获得有关性健康的可靠信息			
 我了解我的病况和药物对怀孕/育儿的影响			

Ready Steady Go 过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
日常生活			
 <p>我可以在家照顾自己，包括穿衣服、洗澡/沐浴等</p>			
 <p>我可以自己做零食和煮食</p>			
 <p>我可以自己在家外度过一夜，也知道如果想去旅行该如何处理</p>			
 <p>我知道我可以拿取什么福利</p>			
 <p>我可以/正在学习驾驶</p>			

Ready Steady Go 过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
学校和离开校园之后			
 我曾经有过工作或志愿服务的经历 我知道该找谁咨询			
 我有未来的计划			
 我知道我的病况可能会影响我的计划			
 我知道如何告诉未来雇主我的病况			
 需要意见时，我知道应该联络谁			

Ready Steady Go 过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
休闲娱乐—我的自由时间			
 <p>我可以使用公共交通工具到访自己的社区，例如商店、休闲中心、电影院等</p>			
 <p>我会在学校外见朋友</p>			
情绪管理—我的感受			
 <p>我知道如何处理不客气的评论/欺凌行为</p>			
 <p>当我感到难过/厌倦时，我有可以交谈的人</p>			
 <p>我知道如何处理愤怒或焦虑之类的情绪</p>			

Ready Steady Go过渡计划-出发

知识和技能	是的	我需要一些帮助	意见
 <p>我对自己的样子很满意</p>			
 <p>我对生活感到开心、幸福</p>			
过渡			
 <p>我了解为什么参加“Ready Steady Go”计划</p>			
 <p>我知道我成年后的医疗安排</p>			
 <p>我见过将会照顾我的成人科医疗团队</p>			
 <p>我掌握了有关将会照料我的成人科医疗团队的资讯</p>			

