

Calendrier de la TRANSITION



ENVIRON L'ÂGE 12-13

Explore **Mon résumé de santé en 3-phrases**
Commence à prendre en charge tes routines quotidiennes (par exemple : se préparer pour aller à l'école, se préparer pour aller au lit)

**À vos
marques...**



ENVIRON L'ÂGE 14

Jette un coup d'œil au livret de transition pour les adolescents!
Pose et réponds à 1 question lors de ton rendez-vous médical
Commence **Ma réflexion personnelle**



ENVIRON L'ÂGE 15

Parle à ton équipe de soins de ta santé sexuelle et émotionnelle
Sache quels sont les soutiens et les stratégies dont tu as besoin pour réussir à l'école
Réfléchis à ton propre chemin vers l'âge adulte

Prêts...



ENVIRON L'ÂGE 16

Commence à voir ton médecin seul pendant une partie de la visite
Commence à dresser une liste de tous les spécialistes et services pour adultes que tu auras besoin
Commence à dresser une liste de tous tes médicaments, équipements et ton matériel médical
Discuter de la tutelle légale et signature des consentements (connaître ses droits)
Explorer les options post-secondaires et les possibilités de financement

ENVIRON L'ÂGE 17

Réfléchis à l'équilibre entre les priorités de la vie (santé, travail, école, relations...)
Crée un plan de santé si tu déménages pour l'école ou si tu voyages
Prendre les derniers rendez-vous avec les spécialistes en pédiatrie
Discute avec ton équipe de soins de santé de la possibilité d'obtenir une copie de tes documents de transition



Partez!

À L'ÂGE DE 18+

Inscris-le dans ton calendrier !
Confirme ton premier rendez-vous avec tes spécialistes pour adultes ET confirme qu'ils ont reçu tous tes documents de transition.
Confirme ta couverture d'assurance et tous les fournisseurs pour adultes (matériel médical et équipements).

