TRANSITION

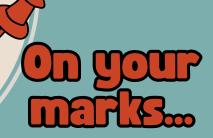
Timeline



AROUND AGES 12-13

Explore the **3-Sentence Health Summary**Start taking charge of your daily routines (for example: preparing your lunch for school, keeping your room tidy)





AROUND AGE 14

Check out the Teen Transition Booklet!

Ask and answer 1 question during your medical appointment _____ .

Start using the tool called My Self-Reflection



AROUND AGE 15

Talk to your healthcare team about your health and any concerns Know what supports and strategies you need to succeed in school Think about your own path to adulthood







AROUND AGE 16

Start attending parts of your health care appointments alone Start a list of adult specialists and services you will need Start a list of medications, supplies, equipment you have or will need

Know your rights

Explore post-secondary options (and funding options)



Reflect on balancing life priorities (health, work, school, relationships)
Create a healthcare plan if moving away for school or when travelling
Make final appointments with pediatric specialists
Talk with your team about getting a copy of your transition documents





AROUND AGE 18+

Put it in your calendar!

Confirm your 1st appointment with your adult specialists and confirm they received all your medical documents Confirm your insurance coverage and all adult suppliers (including medical supplies and equipment)





Calendrier de la TRANSITION



VERS 12-13 ANS

Explore **Mon résumé de santé en 3-phrases**Commence à prendre en charge tes routines quotidiennes (par exemple : préparer sa boîte à lunch, garder sa chambre propre)





VERS 14 ANS

Jette un coup d'œil sur le Livret de transtion pour les adolescents!

Pose une question lors de ton prochain rendez-vous médical, et essaie de répondre à une question aussi!

Commence Ma réflexion personelle



Parle à ton équipe soignante Identifie les soutiens et les stratégies dont tu as besoin pour réussir à l'école Réfléchis à ton propre chemin vers l'âge adulte





VERS 16 ANS

Commence à voir ton médecin seul pendant une partie de la visite
Fais une liste de tous les spécialistes et services pour adultes dont tu auras besoin
Fais une liste de tous tes médicaments, ton équipement et ton matériel médical
Apprends à connaître tes droits!

Explore les options post-secondaires et les possibilités de financement

VERS 17 ANS

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 soignante de la possibilité d'obtenir une copie de tes documents médicaux





VERS 18 ANS +

Inscris-le dans ton calendrier!

Confirme ton premier rendez-vous avec tes spécialistes pour adultes ET confirme qu'ils ont reçu tous tes documents médicaux. Confirme ta couverture d'assurance et les fournisseurs pour adultes (matériel médical et équipement)



