

ITP: wat kan ik ermee?

ITP is een afkorting van Individueel Transitie Plan. Dit plan helpt je om je eigen zaken rondom jouw ziekte of beperking te leren regelen en je voor te bereiden op de overstap naar de volwassenenzorg. Hiervoor heb je alle tijd. Vaak begint de voorbereiding al als je zelf waarschijnlijk nog helemaal niet aan de overstap naar de volwassenenzorg gedacht hebt. Door middel van het ITP kunnen jij en je arts of verpleegkundige bijhouden welke dingen je al weet en kunt, en aan welke zaken je gaat werken om nog zelfstandiger te worden.

Wat is het ITP

Het ITP bestaat uit een aantal stellingen over jouw kennis en kunde verdeeld over acht thema's:

- (A) Mijn aandoening
- (B) Mijn algemene gezondheid
- (C) Mijn zelfstandigheid
- (D) Mijn bijdrage thuis
- (E) Mijn school en werk
- (F) Mijn geld en mobiliteit
- (G) Mijn vrije tijd en vrienden en
- (H) Mijn relaties en seksualiteit.

Je kunt op elke stelling op vier manieren reageren: Echt niet!, Klein beetje, Ja, ongeveer en Echt wel!. Ook kun je aangeven of je met de genoemde zaken de komende tijd aan de slag wil gaan. Ook is er ruimte voor een toelichting.

Ook je ouders krijgen een ITP. De stellingen in dit ITP zijn precies hetzelfde als in jouw ITP. Zij kunnen aangeven waar jij volgens hen aan zou kunnen werken. Zo zie je hoe je ouders over jouw ontwikkeling denken en waar jullie het (niet) over eens zijn.

Hoe werkt het ITP

Jij en je ouders vullen het ITP eenmaal per jaar in. Je krijgt het ITP van tevoren opgestuurd via de mail of via de post, of je krijgt het voor je consult in de wachtkamer. Nadat je het ITP hebt ingevuld, bespreek je het ITP tijdens

het eerstvolgende consult met je arts of verpleegkundige. De afspraken van de vorige keer worden nagelopen en er worden nieuwe afspraken gemaakt over de zaken waaraan je de komende tijd wil werken.

Het ITP dat jij hebt ingevuld en het ITP dat je ouders hebben ingevuld zijn jouw bezit. Je mag het ITP dus mee naar huis nemen, zodat je later nog kunt terug kijken aan welke punten je allemaal zou werken en welke afspraken je met je arts of verpleegkundige hebt gemaakt.

Als je meer wilt weten...

... of je begrijpt iets niet, kun je dat gerust vragen aan je arts of verpleegkundige. Kijk ook eens op www.opeigenbenen.nu