

我的康復歷程

My Rehab Journey



由 醫院 到 門診 到 社區



計劃 復原過程。

訂立目標 在復原期內定期進行。

記下資訊 記下有關約見醫護人員的訊息。

列出各項社區課程 可能對您有幫助的課程。

記下 您的成功經驗和各種疑慮。

這本小冊子是屬於： _____

對我來說是重要的事項

我的工作和嗜好



我的家



我的家人和照顧我的伴侶



Images created by icon 54/TheNounProject.com

我的康復目標

目標必須是具體的、可達到的和可量度的 (您如何知道是達到目標的時刻)。您的治療師可以幫助您定出這些目標。

第一個目標

預計達標日期： _____

完成後在此打勾

達標的步驟：

1. _____
2. _____
3. _____

第二個目標

預計達標日期： _____

完成後在此打勾

達標的步驟：

1. _____
2. _____
3. _____

第三個目標

預計達標日期： _____

完成後在此打勾

達標的步驟：

1. _____
2. _____
3. _____

我每天付出的努力

MONTH _____						
Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday

www.fraserhealth.ca

本資訊不替代醫護人員給您提供的建議。

Catalogue #265523 (January 2017) Chinese Traditional

To order: patienteduc.fraserhealth.ca

