



# WELZIJN OP RECEPT

## Aandacht en activiteiten als medicijn

### Welzijn op Recept van start in Alkmaar

In Alkmaar komen mogelijkheden voor Welzijn op Recept. Huisartsenpraktijk de Mare, het Medisch Centrum Elisabeth, Huisartsenpraktijk Noordhof en cliëntondersteuners van MEE & De Wering en WonenPlus Alkmaar, werken samen om inwoners met sociale problemen beter te helpen.

### Wat is Welzijn op Recept?

Lang niet alle gezondheidsklachten waarmee mensen bij de huisarts komen hebben een fysieke oorzaak en zijn te verhelpen met een medische oplossing. Soms ligt de oorzaak bij zaken zoals eenzaamheid, een taalbarrière, schulden of werkloosheid. Hiervoor kan Welzijn op Recept een oplossing bieden. In plaats van dat een patiënt doorverwezen wordt naar het ziekenhuis of medicijnen krijgt voorgeschreven, wordt doorverwezen naar activiteiten in het sociale domein.

### Maatwerk

Met de huisarts of praktijkondersteuner bespreken patiënten de doorverwijzing naar Welzijn op Recept. Wanneer patiënten het lastig vinden om op eigen initiatief de eerste stap te zetten naar bijvoorbeeld een wijkcentrum, kan een cliëntondersteuner van MEE & de Wering of Wonen Plus Alkmaar hierbij helpen. Samen met de patiënt wordt gekeken naar wensen, behoeften en mogelijkheden.

### Johan Noordhof (huisarts):

*“Ik wil graag dat patiënten met sociale problemen sneller en beter geholpen worden. Door hen te verwijzen naar een cliëntondersteuner worden zij geholpen bij het juiste loket. Mensen begeleiden met het leggen van nieuwe contacten of in beweging komen, biedt een betere oplossing dan medicijnen of een doorverwijzing naar het ziekenhuis.”*

### Daniella IJsveld (cliëntondersteuner WonenPlus Alkmaar):

*“Het draait om individuele begeleiding. Niet iedereen die eenzaam is, wil worden geholpen met deelname aan een activiteit. Als iemand aangeeft betekenisvolle contacten te missen maken we gezamenlijk een plan om stap voor stap contacten uit te breiden of te herstellen. Je ziet dat mensen vrolijker en positiever worden wanneer nieuwe of oude contacten vanuit wederkerigheid (her)ontstaan.”*

## Successen Welzijn op Recept Alkmaar

### - Onder de mensen -

Een van onze cliënten was eenzaam in haar buurt. De cliëntondersteuner is bij haar op huisbezoek geweest. We hebben besproken wat ze wil, wat ze nog zelf kan en wat ze leuk vindt. Omdat ze dicht bij een wijkcentrum woont hebben we daar de volgende keer afgesproken. Ze was verbaasd wat er allemaal te doen was. De bibliotheek sprak haar erg aan. Na kennismaking met de medewerker van het buurtcentrum is ze daar vrijwilligerswerk gaan doen. Ze voelde zich weer nuttig en onder de mensen. Daardoor komt zij minder vaak dan voorheen bij de huisarts op het spreekuur.

### - Straatangst -

Een bijzonder voorbeeld betreft een vrouw die niet meer alleen over straat durfde en zich erg depressief voelde. Met vele kleine stappen en geduld staat zij nu achter de bar in een wijkcentrum en volgt zij Nederlandse taallessen. Ze is medicijnvrij en gaat met veel meer plezier door het leven.

### - Stress -

Een meneer had veel stress-gerelateerde klachten. Deze werden veroorzaakt doordat zijn conditie verslechterde, maar hij het lastig vond om dit in het ziekenhuis te bespreken. Hij kreeg veel formulieren mee die hij niet kon lezen en hij maakte zich zorgen over de zorgkosten. Met veel begrip en uitleg hebben we samen de situatie verhelderd. Dit resulteerde in minder stress, meer overzicht en meneer voelde zich gesteund en geholpen.

Deze voorbeelden komen uit Koedijk en Oudorp waar Welzijn op Recept al eerder is gestart.