



Clieñdersteuner: "Wanneer je een vraag krijgt, ga je ook vaak op dat moment op zoek naar aanbod wat passend is bij de cliënt."

Psychosociale problemen

Type aanbod



1. Psychische klachten
Somber voelen, angstig, veel piekeren, stress, slaapproblemen, overige lichte psychische klachten (mede i.r.t. corona)



A. Positief en optimistisch denken & zingeving



2. Eenzaamheid - dreiging isolement
Alle doelgroepen (ook met name bij anderstaligen & verlies van partner)



B. Interactie met anderen



3. Ongezonde leefstijl
Roken, blowen, ongezond eten, onvoldoende bewegen (lage gezondheidsvaardigen/ laaggeletterdheid)



C. Gezonde leefstijl & bewustzijn creëren



4. Sociaal maatschappelijke problematiek
Huisvesting en schuldenproblematiek, werkloosheid, ingrijpende gebeurtenissen



D. Passende maatschappelijke hulp vinden en psychosociale ondersteuning



5. Problemen in de thuissituatie
Partner en kind (thuisproblematiek), relatieproblemen/scheiding, belasting mantelzorger



E. Psychosociale ondersteuning aansluitend op een behandeling



6. Lichamelijk onvoldoende verklaarbare klachten (SOLK)*



7. Zwaardere chronische psychische klachten (onder behandeling bij de GGZ), bijvoorbeeld depressie, verslaving, andere stoornissen*



Voorbeelden welzijnsaanbod

- » Diverse workshops, zoals koken, dansen, zang, tekenen/schilderen in de buurt- en wijkcentra zoals Overdie, de Alckenhorst of de Mare.
- » Zingeving zoals een mindfulnesscursus, rouwverwerking en/of vrijwilligerswerk gaan doen.
- » Individuele ondersteuning om de mogelijkheden te verkennen vanuit bijvoorbeeld maatschappelijk werk, ouderenadviseurs of cliëntondersteuners.
- » Contact met andere via een telefooncirkel en een koffie/eetmomenten.
- » Anderstaligen/laaggeletterden ondersteuning via het Taalhuis.
- » Het Steunpunt Eenzaamheid Alkmaar legt contact met de studenten van het wijkleercentrum in Alkmaar-Noord en Alkmaar-Zuid. Zij wandelen en/of bieden praktische hulp, zoals samen boodschappen doen.

- » Bewegactiviteiten voor senioren/ouderen zoals 50+ sport via Sport Vitaal, wandelen en stoel/senioren yoga via de wijk- en buurtcentra.
- » Fietsles voor volwassenen.
- » Activiteiten van Life Goals voor mensen met een kwetsbare achtergrond, bijvoorbeeld dak- en thuislozen, mensen met psychiatrische problemen en/of verslavingsproblematiek en ex-gedetineerden.

Dit aanbod kan aanvullend zijn op bijvoorbeeld leefstijlcoaching/GLI (+).

- » Financiële cursussen/begeleiding: hulp bij thuisadministratie, arbeidscoach, cursus grip op geldzaken en/of sociaal juridische dienstverlening.
- » Ondersteuning bij hulpvragen door bijvoorbeeld ouderenadviseurs, maatschappelijk werk en cliëntondersteuners.
- » Hulp i.v.m. huisvestingsindicatie is ook mogelijk (urgentie of i.r.t. WLZ).

- » Gezinnen: themabijeenkomsten/cursussen over opvoedzaken en individuele begeleiding via bijvoorbeeld de JGZ.
- » Relaties: relatiespreekuur - voor mensen met relatie twijfel of (echt)scheiding en cursus Two to Tango.
- » Mantelzorg ontlasting door bijvoorbeeld de kosteloze inzet van de mantelzorgmakelaar.
- » Praktische ondersteuning thuis door bijvoorbeeld WonenPlus of Stichting Present.

Afhankelijk van de problematiek en fase van behandeling kan bovenstaand aanbod uit het sociaal domein passend zijn. Bijvoorbeeld na behandeling van verslavingsproblematiek (Brijder), begeleiding door RCO de Hoofdzak of na behandeling door een psychosomatische oefentherapeut voor SOLK.

Definitie psychosociale problemen (www.thuisarts.nl/psychosociale-problemen)

- » Psychische problemen hebben te maken met uw gevoelens en gedachten
- » Sociale problemen hebben te maken met andere mensen of instanties
- » Psychosociale problemen zijn een combinatie van deze twee

Meestal zijn er verschillende problemen tegelijk, dus een combinatie van categorie 1 t/m 7. Op basis van de vraagverheldering door de cliëntondersteuner (de welzijnscoach in Welzijn op Recept) kan een welzijnsarrangement per patiënt/inwoner samengesteld worden met onderdelen uit categorie A t/m D.

* Op de gearceerde doelgroepen ligt niet de focus bij WOR Alkmaar, maar kunnen welzijnsactiviteiten wel ondersteunend zijn aan de behandeling.

