



Meer informatie

Kijk voor meer informatie over Welzijn op Recept op de website van uw eigen huisartsenpraktijk en/of gemeente.

U kunt de mogelijkheden ook bespreken met uw huisarts of praktijkondersteuner.



Welzijn op Recept

Je beter voelen begint hier!

Welzijn op Recept

U heeft een verwijzing gekregen van uw huisarts of praktijkondersteuner voor Welzijn op Recept. In deze folder wordt uitgelegd wat dit betekent.

Afspraak welzijnscoach

Binnen vijf werkdagen neemt de welzijnscoach contact met u op voor het maken van een afspraak. De welzijnscoach zoekt, samen met u, naar een activiteit die bij u past. De welzijnscoach kan u helpen met het aanmelden voor de activiteit en eventueel ook meegaan naar de activiteit als u daar behoefte aan heeft.

Wat is Welzijn op Recept?

Heeft u last van lichamelijke klachten, somberheid, stress of angst? En wilt u daar graag iets aan doen, maar weet u niet hoe?

Welzijn op Recept helpt u hierbij. Door iets te gaan doen wat u leuk vindt en bij u past. Hierdoor kunt u zich weer beter voelen. U kunt bijvoorbeeld nieuwe mensen ontmoeten of een oude hobby oppakken.

Soms is het lastig om hier alleen mee aan de slag te gaan. De welzijnscoach kan u hierbij helpen!



Welke activiteiten zijn er?

We zoeken afhankelijk van het aanbod naar een activiteit die u leuk vindt en bij u past. Hieronder staan een aantal voorbeelden. Met uw welzijnscoach bespreekt u wat u graag wilt doen.

Voorbeelden van activiteiten:

- Nieuwe mensen ontmoeten.
- Verschillende maatjes projecten.
- Sporten of bewegen.
- Oppakken van een oude hobby of nieuwe hobby.
- Actief zijn in de buurt of bij een vereniging.
- Leefstijl veranderen.
- Vrijwilligerswerk.