

'Welzijn op Recept'

ondersteunt burgers in uw gemeente bij het
verhogen van welbevinden en veerkracht

Een groot deel van de mensen die regelmatig de huisarts bezoeken heeft psychosociale problemen, zoals sombere gevoelens, angstig, weinig zelfvertrouwen en piekeren. De problemen kunnen het gevolg zijn van bijvoorbeeld verlieservaringen (van naaste, werk, gezondheid) relatieproblemen of een zieke partner. Mensen die met psychosociale problemen bij de huisarts komen hebben niet altijd medische of psychologische hulp nodig. Voor deze groep burgers is 'Welzijn op Recept' ontwikkeld, waarin de burger gebruik maakt van welzijnsinterventies.





Meedoen in de wijk

'Welzijn op Recept' koppelt huisartsen en welzijnsorganisaties direct aan elkaar. De huisarts verwijst door naar een welzijnscoach die samen met de cliënt op zoek gaat naar een activiteit die hem of haar gelukkiger maakt. De welzijnscoach heeft kennis van het activiteiten aanbod zoals samen eten, vrijwilligerswerk doen, creatieve activiteiten of sport en bewegen. Soms zit iemand in één keer bij de juiste activiteit, soms is het meer een proces van uitproberen. De activiteiten zijn gericht op positief denken, bewust leven en genieten, interactie met anderen en gezonde leefstijl. Na de inzet van 'Welzijn op Recept' blijken deelnemers zich minder eenzaam en gelukkiger te voelen.

De oplossing voor inwoners met psychosociale problemen

Psychosociale sociale problemen hebben veel impact op mensen en hun omgeving. Mensen kunnen in een sociaal isolement komen. Maar dat is niet nodig! Met 'Welzijn op Recept' biedt u deze mensen een blijvende oplossing.



Projectleider gemeente Amsterdam:

'Door Welzijn op Recept' gebruiken de professionals uit zorg en welzijn elkaars kracht om kwetsbare mensen beter te ondersteunen. Wij zien dat kwetsbare mensen – die anders niet of nauwelijks bereikt worden – actiever worden en beter in hun vel zitten. En huisartsen geven aan dat zij minder met lege handen staan voor patiënten met sociale problemen. Zij kunnen ook deze groep nu concrete ondersteuning aanbieden. Een win-win situatie voor zowel de Amsterdammer als huisarts!"

Meer weten?

Neem contact op met Ireen de Graaf (igraaf@trimbos.nl, 030-2959243) of Henny Sinnema (hsinnema@trimbos.nl, 030-2959225). Zij helpen u graag om 'Welzijn op Recept' in uw gemeente op te zetten. Samen met de huisartsen, welzijnsorganisaties en informele netwerken in uw gemeente maken we een aanpak die past bij uw gemeente.