

Welzijn op Recept

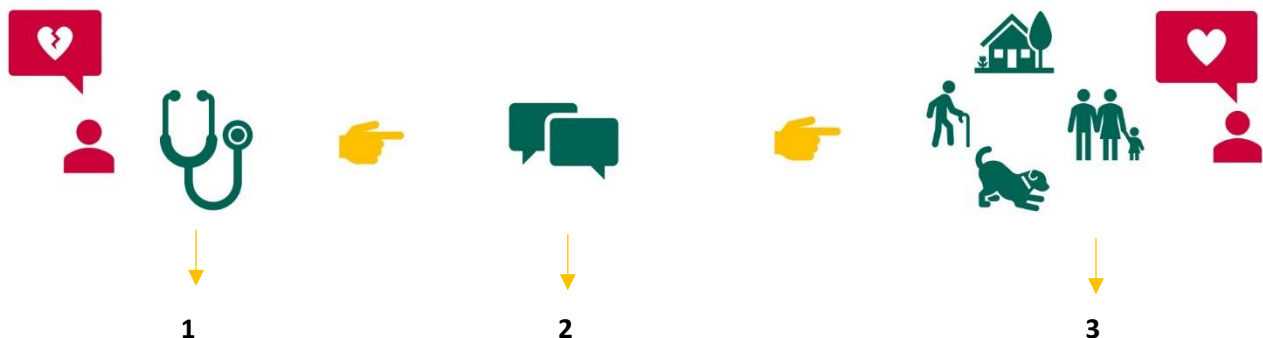
Wat is Welzijn op Recept?

Zit je niet helemaal lekker in je vel of maak je je zorgen? Misschien wil je actiever worden of andere mensen in jouw omgeving leren kennen? Dat kan door Welzijn op Recept. Dit is geen medicijn, maar een verwijzing naar een welzijnscoach. De huisarts of praktijkondersteuner kan je hierbij op weg helpen.

Wat doet een welzijnscoach?

Een welzijnscoach kijkt met jou naar jouw dagelijks leven. Wat kun je doen om je beter te voelen? Wat vind je leuk? Doe je graag iets alleen of juist samen? Ben je liever binnen of buiten? De welzijnscoach weet veel over activiteiten in de buurt. Hij helpt je op weg. Bijvoorbeeld door samen te kijken naar wat er allemaal mogelijk is. Of door de eerste keer met je mee te gaan naar een vereniging, activiteit of vrijwilligerswerk.

Hoe werkt het?



1

Je krijgt een welzijnsrecept van de huisarts of praktijkondersteuner.

Je geeft de **huisarts** toestemming om jouw contactgegevens door te geven aan een welzijnscoach. Je kunt deze toestemming altijd weer intrekken. Bekijk hiervoor het privacy statement op de website van de huisarts.

2

De **welzijnscoach** belt je om een afspraak te maken.

In dit gesprek onderzoek je samen wat je kunt doen om je beter te voelen.

3

Je gaat aan de slag en de welzijnscoach helpt je bij jouw keuze.

De welzijnscoach brengt de huisarts op de hoogte van de keuze die je hebt gemaakt.

Na een tijdje bespreek je met de welzijnscoach hoe het met je gaat.

Kost Welzijn op Recept geld?

De gesprekken en hulp van de welzijnscoach zijn gratis. Het kan zijn dat een activiteit die je kiest, wel geld kost (bijvoorbeeld een sportvereniging). Als dit een bezwaar is, kun je dit ook bespreken met de welzijnscoach. Misschien is er dan een vergoeding mogelijk.