

GOED OM TE WETEN

KOSTEN WELZIJN OP RECEPT

De begeleiding van de welzijnscoach is gratis! Wanneer u deelneemt aan een activiteit of een cursus betaalt u de deelnemersbijdrage zelf. Als dit problemen geeft, dan kijkt de welzijnscoach samen met u naar andere financiële mogelijkheden.

PRIVACY

Alles wat u samen bespreekt blijft tussen u en uw welzijnscoach, uw privacy is gewaarborgd.

AANVRAGEN WELZIJN OP RECEPT

Denkt u dat Welzijn op Recept u kan helpen? Vraag ernaar bij uw eigen huisarts in de praktijk!



In Welzijn op Recept werken huisartsenpraktijken in Middelburg en Welzijn Middelburg samen. Welzijn op Recept wordt mogelijk gemaakt door de gemeente Middelburg. Voor meer informatie: www.welzijnmiddelburg.nl of www.middelburg.nl



WELZIJN OP RECEPT

weer meedoen en je beter voelen door mensen te ontmoeten en actief te zijn

EEN RECEPT VOOR WELZIJN

Herkent u dit? U zit niet lekker in uw vel. U heeft behoefte aan gezellige contacten en weer actief bezig zijn. Maar u weet niet hoe u dat kan veranderen. U bent niet alleen!

Veel mensen voelen zich regelmatig eenzaam en hebben geen energie om iets te ondernemen. Welzijn Op Recept kan u helpen weer beter in uw vel te komen. In deze folder leggen we uit hoe Welzijn op Recept werkt en wat het voor u kan betekenen!

WAT IS WELZIJN OP RECEPT?

UW HUISARTS VERWIJST U DOOR

Praat met uw huisarts, hij of zij kan u doorverwijzen en in contact brengen met een welzijnscoach. Die kent de mogelijkheden voor vrijetijdsbesteding in de buurt en is bekend met organisaties die vrijwilligerswerk aanbieden.

SAMEN KIJKEN WAT BIJ U PAST

In het gesprek met de welzijnscoach geeft u aan wat u leuk vindt, welke hobby's u heeft of had en wat u plezier geeft. Samen met u gaat de welzijnscoach op zoek naar zinvolle activiteiten die bij u passen.

VOORBEELDEN VAN ACTIVITEITEN

Voorbeelden zijn: het ontmoeten van andere mensen, sporten of bewegen, vrijwilligerswerk doen in de buurt, hulp bij uw administratie of een leuke cursus volgen.

SAMEN MET UW WELZIJNSCOACH VAN START

Wanneer er iets gevonden is wat u interessant lijkt, begeleidt de welzijnscoach u bij het aanmelden en starten. Vindt u het lastig ergens alleen naar toe te gaan? Uw welzijnscoach of een vrijwilliger kan de eerste keer met u meegaan.

ONDERSTEUNING OP DE ACHTERGROND

Daarna kunt u zelfstandig deelnemen aan de activiteit. Uw welzijnscoach blijft op de achtergrond bereikbaar voor vragen en advies. De welzijnscoach laat – als u dat goed vindt – uw huisarts weten welke oplossing er gekozen is.

Als u na de eerste periode nog steeds tevreden bent en weer grip en plezier heeft op uw dagelijks leven, is het doel bereikt en het welzijnsrecept geslaagd!

