



Welzijn op Recept

Je beter voelen door
mensen te ontmoeten
en actief te zijn

“Ik kwam bij
de huisarts vanwege
last van nek en
schouders, daarbij
voelde ik me somber
en had nergens
meer zin in.”

“Het overlijden van
mijn man was volgens
de huisarts een
onderliggende oorzaak
van mijn klachten.
Het klopt dat ik sindsdien
nog maar weinig
onderneem.”

“Ik woon sinds
kort in een nieuwe
wijk en ken nog
bijna geen mensen.
Dat geeft me soms
een eenzaam
gevoel.”

1

Verwijzing door de huisarts

**2**

Gesprek met de welzijnscoach

**3**

Gekozen activiteit



?

Wat is Welzijn op Recept?

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! Welzijn op Recept kan u helpen om u beter te laten voelen!

Huisarts verwijst door

Praat erover met uw huisarts. De huisarts kan u doorverwijzen naar de welzijnscoach. De welzijnscoach werkt bij Farent Sociaal Werk. De begeleiding van de welzijnscoach is gratis.

♥

Samen met de welzijnscoach aan de slag

Samen met u gaat de welzijnscoach op zoek naar activiteiten die bij u passen, zoals het ontmoeten van andere mensen, sport of bewegingsactiviteiten, vrijwilligerswerk of een leuke cursus. Wanneer er iets gevonden is wat u interessant lijkt, begeleidt de welzijnscoach u bij het aanmelden en starten. Vindt u het lastig om ergens alleen naartoe te gaan? Uw welzijnscoach of een vrijwilliger kan de eerste keer met u meegaan.

i

Ondersteuning op de achtergrond

De welzijnscoach blijft op de achtergrond bereikbaar voor vragen en advies.

Contact:

Bel 088 023 75 00 of mail naar welzijnoprecept@farent.nl