



WELZIJN OP RECEPT
Zwartewaterland



**GEEF UW LEVEN
WEER KLEUR**

Contact : wor@ijsselheem.nl

[www.samenzwartewaterland.nl/
gezond-blijven](http://www.samenzwartewaterland.nl/gezond-blijven)

Alle huisartspraktijken van
Zwartewaterland zijn aangesloten bij
Welzijn op Recept Zwartewaterland.

Overige samenwerkingspartners zijn GGD
Ijsselland, MEE Ijsseloevers, Ijsselheem, Fytac
en de Gemeente Zwartewaterland.





Wat is Welzijn op Recept?

Heeft u last van lichamelijke klachten, somberheid, stress of angst? Wilt u daar graag iets aan doen, maar weet u niet hoe? Door iets te gaan doen wat u leuk vindt en waar u goed in bent, gaat u zich weer beter voelen.

U kunt bijvoorbeeld nieuwe mensen ontmoeten, vrijwilligerswerk doen of een oude of nieuwe hobby oppakken.

Soms is het lastig om hiermee alleen aan de slag te gaan. De welzijnscoach van Welzijn op Recept helpt u verder en komt graag bij u langs voor een kennismakingsgesprek.



Stap 1.

U maakt een afspraak bij de huisarts en bespreekt Welzijn op Recept



Stap 5.

De welzijnscoach blijft in contact met u, uw huisarts en eventueel met de organisatie waarbij u zich mogelijk aansluit.

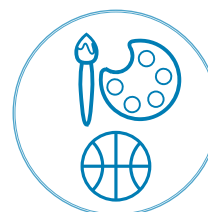
Stap 2.

Uw huisarts meldt u aan bij Welzijn op Recept



Stap 3.

De welzijnscoach van Welzijn op Recept belt u voor een 1e afspraak



Stap 4.

U gaat met de welzijnscoach in gesprek: Waar wordt u gelukkig van of wat kan uw leven weer kleur geven? Samen zoekt u naar antwoorden en een activiteit die bij u past. Denk aan een beweeg- of culturele activiteit, een welzijnsactiviteit of misschien wel vrijwilligerswerk waarvan u opbloeit.

