



WELZIJN

OP RECEPT

EIGEN REGIE
WELZIJN
ONTWIKKELLEN
MEE DOEN
VERBINDEN

CONTACT

melanie.postma@wij.groningen.nl

telefoon: 06-15377234



WELZIJN

OP RECEPT

Welzijn op recept is voor alle patiënten van de huisartsenpraktijk in het medisch centrum Ten Boer en kan helpen wanneer u:

- ervaart dat u iets mist in het leven
- zich nutteloos voelt (door bijvoorbeeld werkloosheid)
- zich niet gelukkig voelt
- zich eenzaam voelt of weinig onder de mensen komt
- slecht slaapt of zich constant moe en overvraagd voelt
- angstig of somber bent
- andere psychosociale klachten heeft.

WELZIJN OP RECEPT



De welzijnscoach kijkt samen met u naar wat u in uw dagelijks leven kunt doen om te zorgen dat u zich beter voelt. Samen stelt u een persoonlijk 'arrangement' op van activiteiten die u kunt ondernemen om weer grip op uw leven te krijgen. Afhankelijk van wat u leuk vindt en waar u goed in bent, en rekening houdend met uw financiële situatie.

Misschien ziet u er tegenop om zelf ergens naartoe te gaan of vindt u het moeilijk contacten te leggen. Mocht het nodig zijn, dan schakelt de welzijnscoach iemand in om een helpende hand te bieden.



U heeft behoefte aan:

- eigen regie
- welzijn
- ontwikkelen
- meedoen
- verbinden

