

Welzijn op Recept Putten



Kost Welzijn op Recept geld?

Gesprekken met de welzijnscoach zijn gratis. Sommige activiteiten vragen een bijdrage. De welzijnscoach kan u hier meer over vertellen. U kunt hierin zelf kiezen wat het beste bij uw financiële situatie past.

Maak een afspraak!

U kunt een afspraak maken met onze welzijnscoach.

☎ 0341-357078

✉ welzijnoprecept@welzijnputten.nl

Geef een
**positieve
wending**
aan je leven...

Welzijn op recept

Welzijn op Recept is er voor alle inwoners uit Putten vanaf 18 jaar en ouder. Voor iedereen die een steuntje in de rug nodig heeft om een positieve wending aan het leven te geven.



Welzijn op Recept Putten is een samenwerking tussen huisartsen, praktijkondersteuners en Welzijn Putten.



Welzijn op Recept helpt mensen om een positieve richting aan het leven te geven. Bij chronische stress, verlies, ontslag of andere ingrijpende gebeurtenissen, kan het moeilijk zijn weer onder de mensen te komen of actief te worden. Of u voelt zich eenzaam. Dan is Welzijn op Recept mogelijk iets voor u.

Hoe werkt Welzijn op Recept?

Uw huisarts of praktijkondersteuner (POH), bespreekt met u de mogelijkheid om mee te doen aan Welzijn op Recept. Ze geven u een recept voor een gesprek met de welzijnscoach. U wordt, met uw toestemming, in contact gebracht met een welzijnscoach.

Wat doet de welzijnscoach?

De welzijnscoach heeft de tijd voor u. U heeft één of meerdere gesprekken met de welzijnscoach. Dat kan bij u thuis of ergens anders. Samen bekijkt u welke activiteiten u wilt doen om weer grip op uw leven te krijgen.

Samen is makkelijker dan alleen.



Wat gaat u doen vanuit Welzijn op Recept?

Samen met de welzijnscoach kijkt u wat er bij u past. De welzijnscoach is op de hoogte van activiteiten in Putten en omgeving. Het kan gaan om groepsactiviteiten of om één op één contacten. Vaak gaan mensen iets doen rondom de volgende onderwerpen:



Bewegen & sporten



Natuur



Koken & samen eten



Creatieve & culturele activiteiten



Ontspannen & zingeving



Vrijwilligerswerk



**Contact & ontmoeten
maatjesprojecten**

Haal voldoening uit de dag!

De meeste deelnemers geven aan dat ze weer positiever in het leven staan. Meer energie hebben, beter slapen en zich gezonder voelen. Een gevoel hebben van "Ik doe er weer toe en ik doe weer dingen die me plezier geven." Blij zijn dat ze weer voldoening halen uit de dag.

Wilt u meer weten over Welzijn op Recept of een verwijzing krijgen? Neem contact op met uw huisarts of praktijkondersteuner. Zij verwijzen u door naar de welzijnscoach.