

# Seniorenwelzijn

## “Welzijn op recept” in uw praktijk

Soms zit het even niet mee, of is het lastig om zelf weer een goede draai aan het leven te geven.

Mogelijk kampt u met allerlei lichamelijke en/of psychische klachten.

U wilt er wel iets aan doen, maar weet niet zo goed hoe u dit aan moet pakken. In dat geval kan **Welzijn op recept** een uitkomst bieden.

De welzijnsadviseur denkt met u mee over de manier waarop u zo prettig mogelijk kunt leven ondanks eventuele beperkingen.

Zij zal met u kijken waar uw behoeften, interesses, talenten en mogelijkheden liggen. Van hieruit wordt samen gekeken naar wat voor u een passend welzijnsarrangement is, zodat u weer vol energie in het leven kunt staan en nieuwe contacten op kunt doen.

De kortstondige begeleiding geeft u het duwtje in de rug om een nieuwe wending aan uw leven te geven.

In Vlaardingen is er een uitgebreid aanbod van activiteiten. Samen met de welzijnsadviseur stelt u uw eigen persoonlijke welzijnsarrangement samen.

## Hoe kunt u meedoen?

U wordt doorverwezen door uw huisarts, praktijkondersteuner of fysiotherapeut.

Of u kunt zelf aangeven bij uw huisarts, praktijkondersteuner of fysiotherapeut interesse te hebben voor **Welzijn op recept**.

Met het welzijnsrecept in handen neemt u in principe zelf contact op met de welzijnsadviseur.

De welzijnsadviseur komt dan (kosteloos) bij u langs voor een persoonlijk gesprek. Het is mogelijk om voor korte of langere tijd aan een (vrijwillig) maatje gekoppeld te worden. Dat kan soms prettig zijn, wanneer u het in het begin spannend vindt om alleen ergens op af te gaan.

Uw welzijnsadviseur in uw huisartsenpraktijk:

Arienne Zevenbergen

06-33 31 94 96

azevenbergen@seniorenwelzijn.nl