

# Welzijnsrecept

Naam

---

Huisarts

---

Datum



Ik kan hulp gebruiken bij:



Notities

---

---

---

Handtekening huisarts

---

## Wat betekent dit welzijnsrecept?

U en uw huisarts of praktijkondersteuner denken dat dit welzijnsrecept goed voor u kan zijn.

In plaats van medicijnen of een behandeling gaat u met een welzijnscoach in gesprek.

## Hoe werkt het vervolgens?

De welzijnscoach belt u op of stuurt een bericht. Jullie gaan samen kijken wat u leuk vindt om te doen en wat u helpt om u beter te voelen. Ook kijken jullie samen hoe u hiermee kunt beginnen.

U probeert de dingen die jullie afspreken.

Daarna bespreken jullie samen hoe het ging en of u iets anders nodig heeft. De welzijnscoach vertelt aan uw huisarts of praktijkondersteuner hoe het gaat.

**Veel succes met de dingen die u gaat doen!**

