

Project Welzijn op recept in Gezondheidscentrum Lewenborg

De oorzaak van veel klachten van patiënten in een huisartsenpraktijk hebben vaak meer te maken met psychosociale problemen dan met medische problemen. Het initiatief 'Welzijn op recept' biedt mensen met een veelvuldige zorgvraag de gelegenheid om samen met een welzijnscoach na te gaan hoe men weer actiever en daarmee gelukkiger in het leven kan staan.

Welzijnscoach Wouter Wever legt uit wat het initiatief in de praktijk betekent:



“Ik zit sinds april 2 dagen per week in gezondheidscentrum Lewenborg in de stad Groningen en krijg mensen doorverwezen vanuit de huisartsen in het gezondheidscentrum, via de POH GGZ, een fysiotherapeut of een diabetesverpleegkundige. Ook kunnen mensen uit zichzelf langskomen, omdat ze erover gehoord of gelezen hebben.”

Door activiteiten welzijn verhogen

“Het idee is dat mensen door meer sportieve, sociale of creatieve activiteiten zelf actief hun gezondheid en welzijn verhogen. Ik praat met hen en help hen zoeken naar concrete activiteiten die hen aanspreken. De methode van werken is gebaseerd op 6 principes van duurzaam geluk: Positief denken; zingeving in het leven; sociale contacten; hobby's en genieten; gezond leven en anderen helpen. Het klinkt misschien zeker voor een nuchtere Groninger zoals ik zelf ook ben – wat hoogdravend, maar de methode blijkt werkzame aanknopingspunten te bieden. En het ene aspect versterkt vaak het andere.”

Welzijnsarrangement

“Sinds we begonnen zijn, heb ik bijna 35 personen verwezen gekregen waarvan ik 30 personen ook echt iets heb kunnen bieden. Met hen zijn daadwerkelijk plannen en afspraken gemaakt om bijvoorbeeld aan een cursus deel te nemen of met een organisatie contact op te nemen om vrijwilligerswerk te doen. Pratend met elkaar worden de acties steeds concreter, we komen dan tot een zogenaamd welzijnsarrangement. In één gesprek kunnen we vaak al heel concreet worden. Na 3 of 4 weken bel ik dan eens na en kan er eventueel een vervolg afspraak gemaakt worden.”

Voldoening

“Een geregelde follow up is de kracht van het project. Uiteindelijk moeten de mensen het zelf doen, maar ze hebben toch vaak een extra duwtje nodig. En als ze er toch niet toe komen kunnen we bijvoorbeeld op zoek gaan naar een maatje die kan helpen om de drempel naar meer activiteit echt over te gaan. Het geeft voldoening om te zien dat mensen weer reden zien om uit hun bed te komen, zich weer wat gelukkiger of nuttiger gaan voelen. Dat is het mooie van dit werk. Bij de één is het effect duidelijker dan bij de ander, maar ik vind dat we best tevreden mogen zijn met de eerste resultaten.”

Draagvlak

“Wat ik hier in het gezondheidscentrum Lewenborg merk, is dat er een breed draagvlak voor het initiatief bestaat bij de diverse zorgverleners, van huisarts tot assistent, van fysiotherapeut tot

psycholoog. In eerste instantie is het belangrijk dat de zorgverleners de mogelijkheid kennen van Welzijn op recept. Daar richt de PR zich in eerste instantie op, op de professionele werkers in de wijk. We hebben daarom deze zomer een poster en folders gemaakt en het staat op verschillende websites. De bekendheid bij de wijkbewoners mag nog wel wat groter worden, daar gaan we ook aan werken. Ik merk ook betrokkenheid van Menzis: de projectmanager heeft aangegeven wel een spreekuur mee te willen maken en dit interview is ook een blijk van belangstelling. Dat is dus leuk om te constateren. Men ziet er de meerwaarde van in en dat stimuleert mij weer extra om dit initiatief te laten slagen.“

Meer informatie

Meer informatie over Welzijn op recept vindt u op de [website van gezondheidscentrum Lewenborg](http://welzijnoprecept groningen.nl/praktijkvoorbeelden/). Bent u benieuwd naar praktijkvoorbeelden? Lees dan meer op: <http://welzijnoprecept groningen.nl/praktijkvoorbeelden/>

Interview: Thea Ripken

Achtergrond Welzijn op recept

Het project Welzijn op recept in gezondheidscentrum Lewenborg is gebaseerd op het initiatief Welzijn op recept in Nieuwegein wat in samenwerking met het Trimbos instituut is ontwikkeld. Het idee om een soortgelijk project op te starten in gezondheidscentrum Lewenborg komt voort uit de samenwerking tussen de gemeente Groningen en Menzis, vanuit de gemeenschappelijke agenda op het gebied van Zorg en Welzijn plus de implementatie van de wijkteams. Zowel de gemeente Groningen als Menzis zijn de opdrachtgevers.

Het uitgangspunt van de pilot Welzijn op Recept in Gezondheidscentrum Lewenborg is dat deze werkwijze onderdeel is of gaat worden van de gebiedsgerichte aanpak in de gemeente Groningen (GGA) en het Sociaal (WIJ) Team Lewenborg. Het project loopt 2 jaar, tot eind april 2017. Dan zal er gekeken worden of het zinvol is geweest en of het doorgezet kan worden. De effecten op welbevinden en zorgkosten worden met behulp van externe onderzoekers op verschillende manieren onderzocht.