

Inleiding

Welzijn op Recept (WoR) is een aanpak waarbij huisartsen en praktijkondersteuners mensen met psychosociale klachten – zoals stress, eenzaamheid of somberheid – niet doorverwijzen naar medische zorg, maar naar een **welzijnscoach**. Deze coach helpt de cliënt om weer actief mee te doen in de samenleving, bijvoorbeeld via vrijwilligerswerk, beweegactiviteiten of sociale ontmoetingen. De aanpak is bedoeld voor mensen bij wie geen medische oorzaak voor hun klachten wordt gevonden, maar waar wel sprake is van onderliggende **sociale of emotionele problemen**.

1. Opzet

Doel

- Het verbeteren van het welzijn en de gezondheid van mensen.
- Het verminderen van onnodig zorggebruik in de eerstelijnszorg, , waarvoor geen medische of psychologische behandeling nodig is.
- Het vergroten van het bewustzijn en de toegang tot sociale activiteiten in de buurt.
- Het versterken van samenwerking tussen zorg en sociaal domein.

Doelgroep

De doelgroep wordt vaak gesignaleerd door huisartsen of praktijkondersteuners, die merken dat er geen medische oplossing is voor de klachten, maar dat er wel hulp nodig is.

De volgende problemen (enkelvoudig of in combinatie) kunnen een rol spelen:

- psychische klachten zoals somber voelen, angstig voelen, veel piekeren, stress en overspannenheid en overige psychische klachten;
- eenzaamheid, dreiging sociaal isolement, beperkt netwerk;
- vastlopen in het leven, problemen op het werk, relatieproblemen, meemaken van een ingrijpende gebeurtenis;
- problemen met chronische lichamelijke ziekte;
- chronische psychische klachten (al behandeld en nu stabiel);
- problemen met ziekte van ouders, familie, partner, kind (bij mantelzorgers);
- (veel wisselende) lichamelijk onvoldoende verklaarde klachten;
- slaapproblemen;
- ongezonde leefstijl (roken, te weinig bewegen, overgewicht)

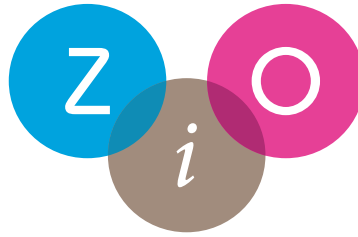
Contra-indicaties

Welzijn op Recept is **niet** bedoeld voor patiënten met structurele en complexe psychosociale problematiek:

- die al heel uitgebreid, vaak langdurig, een zorgtraject doorlopen en worden begeleid;
- met chronische psychiatrie (aan wie al veel zorg wordt verleend);
- met een verstandelijke beperking die intensief begeleid worden;
- met ernstig drugsgebruik, zij hebben andere hulp nodig;
- met een ernstige persoonlijkheidsstoornis

Kosten

Voor de patiënt zijn aan deelname aan Welzijn op Recept geen kosten verbonden. Ook heeft dit geen invloed op het eigen risico.



Regionale invulling

Maastricht

Huisartsenpraktijk Daalhof, gezondheidscentrum de Hofhoek en huisartsenpraktijk Annadal



Contactgegevens

Maud Knubben | Welzijnscoach

Sociaal Werk Trajekt

M 06 - 48041013

E: maud.knubben@trajekt.nl

Huisartsenpraktijk Pottenberg en Medisch Centrum Caberg



Contactgegevens

Nadine Dassen | Welzijnscoach

Sociaal Werk Trajekt

M 06 - 34544169

E: nadine.dassen@trajekt.nl

Groepspraktijk dr. Van Kleef



Contactgegevens

Bram Cornelissen | Welzijnscoach

Sociaal Werk Trajekt

M: 06 - 34544174

E: bram.cornelissen@trajekt.nl

Overige huisartsenpraktijken Maastricht



Contactgegevens

Pim Brueren | Welzijnscoach

Sociaal Werk Trajekt

M 06 – 48017925

E pim.brueren@trajekt.nl

Meerssen

In de gemeente Meerssen voeren vier maatschappelijk werkers van Trajekt *Welzijn op Recept* uit, zij zijn dus ook welzijnscoach. De huisartsen en POHs in Meerssen kunnen naar de volgende personen doorverwijzen:



Contactgegevens

Anita Verstappen | Welzijnscoach en maatschappelijk werker

Sociaal Werk Trajekt

M 06 – 41763055

E anita.verstappen@trajekt.nl



Contactgegevens

Virginie Kosumi | Welzijnscoach en maatschappelijk werker

Sociaal Werk Trajekt

M 06 – 27617516

E virginie.kosumi@trajekt.nl



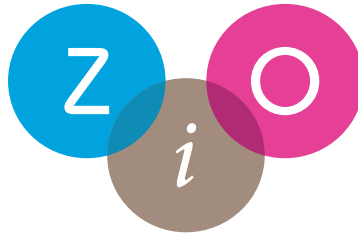
Contactgegevens

Peggy Diecks | Welzijnscoach en maatschappelijk werker

Sociaal Werk Trajekt

M 06 – 25329183

E peggy.diecks@trajekt.nl



Contactgegevens

Rob Leseur | Welzijnscoach en maatschappelijk werker
Sociaal Werk Trajekt
M 06 – 21106763
E rob.leseur@trajekt.nl

Valkenburg

In de gemeente Valkenburg wordt de term **Beweegmakelaar** gebruikt in plaats van de term Welzijnscoach. Daarnaast zijn er twee maatschappelijk werkers van Trajekt die ook Welzijnscoach zijn:



Contactgegevens

Remco Vijgeboom | Beweegmakelaar/Welzijnscoach gemeente Valkenburg
Team Sociale Ontwikkeling en Burgerkracht
Werkdagen: dinsdag, woensdag en donderdag
T 043 609 9330 | M 06 50969520
E beweegmakelaar@valkenburg.nl



Contactgegevens

Marlies Weggemans | Welzijnscoach en maatschappelijk werker
Sociaal Werk Trajekt
M 06 - 55695851
E marlies.weggemans@trajekt.nl



Contactgegevens

Falco Doijen | Welzijnscoach en maatschappelijk werkers
Sociaal Werk Trajekt
M 06 - 55695851
E falco.doijen@trajekt.nl

Eijsden-Margraten

In de gemeente Eijsden-Margraten wordt de term **Consulent Welzijn** gebruikt i.p.v. de term Welzijnscoach. Daarnaast is een welzijnscoach voor de huisartsenpraktijken in de PlusWijk Eijsden.

Huisartsenpraktijk Eijsden, huisartsenpraktijk de Esp & huisartsenpraktijk Sint Geertruid



Contactgegevens

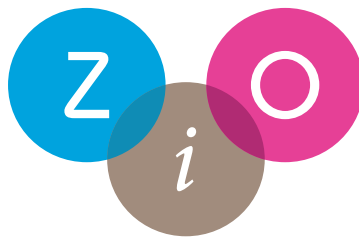
Nicole Kamps | Welzijnscoach
Sociaal Werk Trajekt
T 043 - 7630000
E nicole.kamps@trajekt.nl

Overige huisartsenpraktijken in de gemeente Eijsden-Margraten



Contactgegevens

Simonetta van Ool-Vaccari | Consulent welzijn/Welzijnscoach gemeente Eijsden-Margraten
Team Samenleving
M 0031 43 458 8488
E simonettavaccari@eijsden-margraten.nl

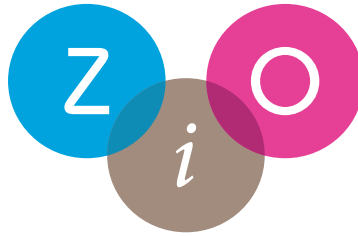


2. Opbrengst

Korte termijn opbrengst	Lange termijn opbrengst
• <i>Minder druk op de huisartsenpraktijk</i>, doordat patiënten met niet-medische hulpvragen elders passende ondersteuning krijgen. • <i>Maatwerk voor de patiënt en snelle hulp</i> bij psychosociale klachten (binnen 48 uur contact). • <i>Betere benutting van bestaande sociale voorzieningen</i>.	• <i>Sterkere samenwerking tussen zorg en sociaal domein</i>, wat leidt tot een integrale aanpak van welzijn. • <i>Minder zorggebruik in de eerstelijnszorg</i> voor niet-medische problemen. • <i>Preventie van maatschappelijke problematiek</i> en vroegtijdige signalering van problemen zoals schulden, huiselijk geweld, verslaving of psychische klachten

3. Stappenplan volgens PDCA

Fase	Kernactiviteit	Wie
Plan	Voorbereiding 1. Inventariseer psychosociale hulpvragen onder patiënten in de praktijk. 2. Maak kennis met de welzijnscoach en maak samen afspraken over de samenwerking.	Huisarts, POH, praktijk-manager
Do	Uitvoering 1. Toetst of de zwaarte en aard van de psychosociale klachten overeenkomen met het profiel voor Welzijn op Recept 2. Helpt de patiënt tot inzicht te komen dat zijn/haar problemen niet door een bezoek aan de huisarts worden opgelost. 3. Ga na in hoeverre de patiënt intrinsiek gemotiveerd is om van het probleem af te komen. 4. Schat in welke mate de patiënt bereid is om iets nieuws te proberen: staat hij/zij open om te ontdekken of Welzijn op Recept een passende stap is op weg naar een duurzame oplossing? 5. Verwijst, ná toestemming van de patiënt, door naar de welzijnscoach, via Zorgdomein of via een andere afgesproken verwijzprocedure. 6. De welzijnscoach neemt binnen 2 tot 5 werkdagen telefonisch contact op met de patiënt om een intakegesprek te plannen, binnen 2 weken.	Huisarts, POH, welzijns-coach
Check	Terugkoppeling en evaluatie 1. De welzijnscoach en verwijzer spreken af hoe en wanneer wordt teruggekoppeld. Dat gebeurt minimaal na de intake en na afronding (en evaluatie) van het traject. 2. Aan het einde van het traject, en vaak tussentijds, ontvangt de doorverwijzer een beknopte terugkoppeling van de ontwikkelingen van de welzijnscoach. 3. Bespreek met de patiënt of het traject effect heeft gehad.	Huisarts, POH, welzijns-coach
Act	Bijstellen 1. Wat verliep goed en minder goed tijdens het verwijzproces? Pas zo nodig zaken aan in de samenwerking.	Huisarts, POH, welzijns-coach



4. Ondersteuning

Vanuit ZIO wordt meegedacht en -gewerkt aan de implementatie van PlusWijken en informeert ZIO de huisartsenpraktijken actief over o.a. Welzijn op Recept

- [Welzijn op Recept PlusWijken](#)
- [Welzijn op Recept op ZIONet](#)
- [Informatiekaart Welzijn op Recept](#)
- Wachtkamerfilmje Welzijn op Recept Utrecht → <https://youtu.be/ClgvieTjocU>
- Algemene informatie: www.welzijnoprecept.nl
- Voor succes (praktijk)verhalen download het boekje [“Pareltjes van Welzijn op Recept”](#)

5. Monitoring

Monitoring binnen Welzijn op Recept is essentieel om inzicht te krijgen in de effectiviteit en de voortgang van en samenwerking binnen dit programma. Het doel is om tijdig knelpunten te signaleren, goede voorbeelden te delen en ondersteuning te bieden waar nodig. Hierbij wordt o.a. gekeken naar [het aantal verwijzingen](#) naar de welzijnscoach. De monitoring vindt plaats op twee manieren:

1. Vragenlijst

Binnen PlusPraktijk 2.0 wordt jaarlijks een brede vragenlijst afgenomen die betrekking heeft op de praktijk als geheel. De uitkomsten bieden een beeld van de huidige situatie en helpen praktijken om richting te bepalen in de doorontwikkeling die zij willen realiseren.

2. Praktijkbezoek

ZIO organiseert praktijkbezoeken om in gesprek te gaan met de praktijken (onderdeel van de gebruikelijke praktijkbezoeken). Tijdens deze gesprekken bespreken we:

- **Voortgang en stand van zaken:** Wat gaat goed? Waar liggen uitdagingen?
- **Ondersteuningsbehoefte:** Waarin kan ZIO ondersteunen?
- **Samenwerking:** Hoe verloopt de samenwerking met de welzijnscoach?

Praktijkbezoeken vinden [minimaal één keer per jaar](#) plaats. Na elk bezoek wordt een terugkoppeling gedeeld met de praktijk en meegenomen in de regionale rapportage.