Factsheet · Verbinding sociaal en medisch domein

Welzijn op Recept

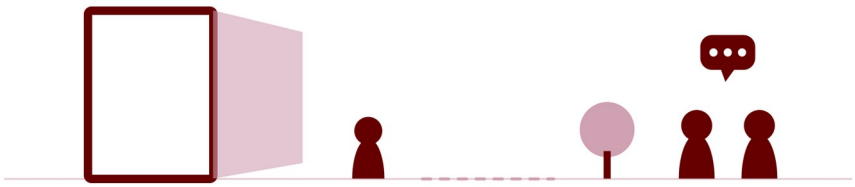
Soms is de beste behandeling een wandelgroep

Welzijn op Recept: in plaats van het traditionele pilletje schrijft de huisarts de welzijnscoach voor.

Veel mensen komen bij de huisarts met een lichamelijke klacht, of omdat ze moe zijn en slecht slapen. Soms zit er een heel ander verhaal onder, waar ze zich zelf nog niet van bewust zijn. Iemand die net zijn partner verloor. Werk dat wegviel en een dag die sindsdien leeg is. Post die zich opstapelt omdat openmaken te zwaar is.

Voor hen is er Welzijn op Recept: een dinsdagochtend waarop de wandelgroep op iemand rekent.

We willen dat niemand in Drenthe deze weg misloopt, alleen omdat hij hem niet kent.



De huisarts zet de deur open naar wat er in het dorp al bloeit.

Acht onderdelen helpen professionals elkaar te vinden. Samen vormen ze één netwerk rondom de inwoner.

TOELEIDING EN TRIAGE	MEER MOGELIJKHEDEN	EXPERTISE-UITWISSELING	DOORSTROOM EN WACHTTIJD
Verkennend gesprek	**Welzijn op recept**	Consultatiefunctie	Transfermechanisme
Kernteam GGZ	E-health en blended care		Wachtlijsten
			Ondersteuning tijdens het wachten

Wat is Welzijn op Recept

Lang niet alle gezondheidsklachten hebben een lichamelijke achtergrond. Vermoeidheid, pijn in de nek of in de buik, maar ook stress, angst en somberheid komen vaak voort uit eenzaamheid, schulden of het wegvallen van werk. In plaats van het traditionele pilletje voor te schrijven, verwijst de huisarts deze inwoners door naar een welzijnscoach. Die helpt iemand op weg naar wat het leven weer kleur geeft: een club, een cursus, een koor, vrijwilligerswerk.

Welzijn op Recept is een landelijk erkende aanpak. In Drenthe bouwen twaalf gemeenten, hun huisartsen en welzijnsorganisaties, en zorgverzekeraar Zilveren Kruis eraan mee. De coalitieraad heeft de werkafspraken WoR Drenthe versie 1.0 op 19 mei vastgesteld.

Waarom dit ertoe doet

Ongeveer vier op de tien mensen bij de huisarts

- Hebben klachten zonder een duidelijke medische oorzaak.
- Denken zelf aan hun lijf, niet aan hun leven.
- Stappen niet uit zichzelf naar welzijn, want die link leggen ze niet.

En daarom is een activiteit in het dorp niet genoeg

- Iemand moet de deur voor de inwoner openzetten op het moment dat het speelt.
- Die iemand is de huisarts, samen met de welzijnscoach.
- Welzijn op Recept legt de lijn tussen de spreekkamer en wat er in het dorp al bloeit.

Voor wie is dit bedoeld

Wel

- Volwassenen die somber zijn, veel piekeren of tegen een burn-out aan zitten.
- Mensen die vastlopen: na een verlies, door eenzaamheid, geldzorgen of een buurt waar ze zich niet thuis voelen.
- Mensen met vage of steeds wisselende lichamelijke klachten, waar spanning of zorgen onder zitten.
- Overbelaste mantelzorgers, mensen die slecht slapen, mensen die behoefte hebben aan zingeving.

Niet

- Jongeren onder de 18. Zij gaan naar de POH-jeugd.
- Mensen met instabiele psychiatrie of verslaving.
- Mensen bij wie een verlies nog rauw is en alles overheerst. Dan komt dit te vroeg.

Zo loopt de route

1

De huisarts verwijst

Eerst sluit de huisarts een medische oorzaak uit. Daarna besluit hij samen met de inwoner of Welzijn op Recept een goede vervolgstap is.

2

Digitaal verwijzen

De praktijk verwijst digitaal naar de vaste welzijnscoach van de praktijk.

3

Binnen twee weken belt de welzijnscoach

Het eerste gesprek begint bij wat iemand graag zou willen.

4

Vijf tot zeven keer

Een gesprek, een belletje, of samen die eerste keer naar de wandelgroep lopen omdat de drempel anders te hoog is.

5

Verslag naar de huisarts

De welzijnscoach laat weten hoe het ging: wat de vraag was, hoe vaak ze elkaar spraken, en waar iemand terechtkwam. Of waarom het niet lukte.

“Dus zij gaf mij een duwtje en toen gaf ik mezelf een duwtje.”

Deelnemer

“Voor mij is het echt een redder in nood geweest. Anders had ik aan de pillen gezeten, denk ik.”

Deelnemer

⋆ Beide quotes komen uit het gebruikersonderzoek naar Welzijn op Recept in de provincie Groningen, met veertien interviews met deelnemers.

Wat betekent dit voor jou

GEMEENTE

Zorg dat er per huisartsenpraktijk een welzijnscoach is

- De landelijke vuistregel is 0,2 tot 0,5 fte welzijnscoach per 10.000 inwoners.
- Je betaalt de basistraining, drie dagdelen plus intervisie, en de gesprekstijd.
- Je put uit GALA, IZA, AZWA en SPUK, en maakt zelf de afweging hoe je de kosten verdeelt.
- Onder één dak werkt aantoonbaar beter. Zit de welzijnscoach in de huisartsenpraktijk, dan vergoed je de huur.
- Je zorgt dat er in een dorp of wijk echt wat te doen is: een koor, een moestuin, een repaircafé, een wandelgroep. Een welzijnscoach zonder activiteit om naartoe te geleiden staat met lege handen.

HUISARTSENPRAKTIJK

Kijk verder dan het lichaam, en verwijs niet naar zorg

- Je toetst eerst of er een medische aandoening onder de klacht ligt.
- Je hebt basiskennis positieve gezondheid nodig om het andere gesprek te voeren.
- Je vraagt toestemming om gegevens te delen met de welzijnscoach.
- Verwijzing en terugkoppeling gaan digitaal.

WELZIJNSORGANISATIE

Geef de welzijnscoach tijd om de buurt te leren kennen

- De welzijnscoach werkt vanuit de leefwereld van de inwoner, en vanuit eigen regie en eigen kracht.
- Reken op vier tot zes uur per week per fte voor overleg, MDO en intervisie.
- Je houdt bij hoeveel mensen per huisartsenpraktijk verwezen zijn, hoe vaak de welzijnscoach contact had, en of een passende activiteit gevonden is.

Hoe gaat het verder

Mei 2026	De coalitieraad stelt de werkafspraken WoR Drenthe versie 1.0 vast. In lijn met de landelijke richtlijn en met de Groningse ketenaanpak.
2026	Meer huisartsenpraktijken koppelen aan een vaste welzijnscoach. Per gemeente maken gemeente, huisartsen en welzijnsaanbieder gezamenlijk afspraken om de samenwerking te verstevigen.
Doorlopend	We tellen niet alleen welzijnscoaches, maar ook recepten: hoeveel mensen zijn er daadwerkelijk verwezen, en waar kwamen ze terecht. Welzijnscoaches en huisartsen volgen scholing.
Vanaf 2027	Sociaal verwijzen wordt een basistaak vanuit het AZWA. Welzijn op Recept is de manier waarop we die taak in Drenthe invullen.

Waar we nog werk te doen hebben

Dit is nog niet opgelost: dat willen we eerlijk delen

- De werkafspraken zijn opgesteld door de werkgroep WoR Drenthe, nog zonder inbreng van de gemeenten. Tijdens de uitvoering toetsen en evalueren we ze per gemeente, samen met de gemeentelijke partners.
- Er loopt een nulmeting naar de lokale uitvoering, onder meer naar hoe er nu naar de welzijnscoach wordt verwezen. Op basis daarvan schrijft de werkgroep een advies over digitaal verwijzen en terugkoppelen.
- In de rapportages nemen we niet alleen het aantal huisartsenpraktijken met een welzijnscoach op, maar ook het aantal verwijzingen per praktijk. Zo laten we zien dat de werkwijze daadwerkelijk landt in de spreekkamer.
- Aa en Hunze, Noordenveld en Tynaarlo werken mee in de Groningse ketenaanpak en vallen buiten deze afspraken. Of en hoe we hun cijfers meenemen, stemmen we af met de Groningse ketenaanpak, de werkgroep P&C en Zilveren Kruis.
- De aanschaf van de verwijsapplicatie vraagt nog afstemming tussen gemeenten en welzijnsorganisaties.

Begrippen uitgelegd

Welzijnscoach	Een professional van de welzijnsorganisatie die kortdurend meeloopt: gesprekken, wegwijs maken, doorgeleiden naar een activiteit. Geen behandelaar.
Positieve gezondheid	Een brede kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes levensdomeinen. Het spinnenweb kan een hulpmiddel zijn om met een inwoner te bespreken wat voor hem of haar van betekenis is.
Sociaal verwijzen	Eén van de basistaken uit het AZWA waarvoor gemeenten vanaf 2027 structureel geld krijgen. Welzijn op Recept is de manier waarop we die taak in Drenthe invullen.

Meer weten of meedoen?

BOUWSTEENCOÖRDINATOR

Esther Arends

Verbinding sociaal en medisch domein · Gezonde Marke

esther.arends@gezondemarke.nl

PROJECTLEIDING WELZIJN OP RECEPT

Sjoukje Kruisselbrink en Elisabeth Floor

Proscoop · werkgroep Welzijn op Recept Drenthe

sjoukje.kruisselbrink@proscoop.nl · elisabeth.floor@proscoop.nl

Lees het hele verhaal

De verbinding tussen sociaal en medisch domein maakt deel uit van de coalitie mentale gezondheid Drenthe, onderdeel van de Gezonde Marke. Dit is een brede beweging van organisaties die samenwerken aan een gezond en vitaal Drenthe.