

Welzijnsarrangementen van Caleidoz

Onder de noemer 'Welzijn op recept' heeft Caleidoz met een nieuw product ontwikkeld dat u kan helpen om zelf weer een positieve draai aan uw leven te geven.

Ieder mens, jong en oud, kan te maken krijgen met ingrijpende gebeurtenissen zoals relatieproblemen, verlies van werk, een zieke partner of overlijden van een dierbare. Het leven kan daardoor uit balans raken en lichamelijke klachten, somberheid, slapeloosheid of angstklachten veroorzaken. Veel mensen komen dan bij hun huisarts terecht. Een groot deel van deze groep heeft hiervoor geen medicijnen of verwijzing naar psychologische hulp nodig. Welzijn op recept kan uitkomst bieden en wil deze mensen ondersteunen in het behouden van gezondheid en welzijn.

De welzijnsarrangementen bestaan uit verschillende activiteiten die zich richten op de zogenaamde 'principes van duurzaam geluk en welbevinden'. Hoe kun je beter omgaan met de dingen die jij in je leven tegenkomt? Welke dingen zijn belangrijk in jouw leven? Hoe wil je daaraan werken? Meer in het hier en nu leven door tijd te maken voor dingen die je leuk vindt. Hoe kun je meer leuke contacten hebben met anderen? Hoe kun je zorgen dat je beter in je vel komt te zitten? Hoe kun je anderen helpen?

Denk aan creatieve activiteiten, samen eten, vrijwilligerswerk, sport en bewegen of een combinatie hiervan. Omdat deze activiteiten kunnen worden ingebed in het dagelijks leven, hebben zij een duurzaam effect op de kwaliteit van leven.

Hoe gaat het in zijn werk?

Uw huisarts verwijst u door naar een van de welzijnsadviseurs van Caleidoz. Met deze doorverwijzing kunt u zelf contact opnemen om een afspraak te maken. Hiervoor is een speciaal telefoonnummer geopend, 06 57 35 01 73. De welzijnsadviseur komt bij u langs of u wordt op locatie uitgenodigd voor een persoonlijk gesprek. Hij/zij bespreekt met u wat u leuk vindt en waar u energie uit haalt en bekijkt samen met u welk welzijnsarrangement het beste bij u past.



Caleidoz heeft een boekje samengesteld met alle arrangementen voor de diverse doelgroepen, onderverdeeld naar de zes principes. Het eerste exemplaar is onlangs aangeboden aan dokter Brugman, die namens de Zevenaarse huisartsen overleg heeft met het team van Caleidoz.

Welzijn op recept is een initiatief van Caleidoz Welzijn in samenspraak met de huisartsen.