

Welzijn

op Recept

JEUGD

Herken je dit?

Je komt bij de huisarts met hoofdpijn, vermoeidheid, slapeloosheid of somberheid. Of omdat je stress voelt en niet lekker in je vel zit. De huisarts kan niks of weinig medisch vinden, maar de klachten zijn er wel!

Ook pillen helpen niet echt. De huisarts kan je wel helpen. Met iets wat je fijn vindt om te doen en waardoor je je beter gaat voelen. Bijvoorbeeld meer naar buiten gaan of bewegen, praten met leeftijdsgenoten, zoeken naar leuke vrijetijdsactiviteiten of dagbesteding, helpen bij het maken van vrienden.

Zodat je meer zin krijgt in je leven en de toekomst.

*De huisarts kan daar een **Welzijn op Recept** voor uitschrijven.*



Jou
Jongerenwerk
Utrecht

Welzijn op Recept Jeugd is een samenwerking van diverse (bewoners) organisaties in het sociaal en medisch domein.

Welzijn *op Recept* JEUGD

Past dit bij jou?

De huisarts verwijst je met Welzijn op Recept naar een jongerenwerker van stichting JOU. Samen zoeken jullie uit wat het beste bij jou past en wat jij leuk vindt om te doen bij jou in de buurt of in de stad.

Is dit iets voor jou? Bespreek dit dan met je huisarts, die helpt je verder.

Zelf aanmelden? Dat kan ook!

▼ Manon Galesloot (Ondiep)

☎ 06-29 44 79 12 ✉ worjeugdnoordwest@jou-utrecht.nl

▼ Khalid el Arbaji (Zuilen)

☎ 06-11 46 66 14 ✉ worjeugdnoordwest@jou-utrecht.nl

Voor wie?

Kinderen en jongeren tot
23 jaar die wonen in Zuilen
of Ondiep. Het is gratis.

