

## Doorverwijzing

Huisartsen, tandartsen, apothekers, fysiotherapeuten, ergotherapeuten, maatschappelijk werk en andere eerstelijns zorgverleners uit het Oostelijk Havengebied en de Indische Buurt kunnen doorverwijzen naar Kunst op Recept.

### Verwijs de patiënt eerst naar de welzijnscoach.

Bij interesse in kunst en cultuur verwijst deze door naar de vakdocent kunst. Zij bespreekt met de cliënt het traject dat hij/zij zélf wil. Het kan gaan om actieve kunstbeoefening, waaronder schrijven of fotograferen of receptieve activiteiten zoals naar een museum gaan. Het is een beperkt traject, betaald door de gemeente; individueel of met een groep.

Bij Kunst op Recept volgen we de richtlijnen van het RIVM rondom het Corona virus.

### Welzijnscoaches

Irith Sy & Karlijn Stockmann  
I.Sy@civicamsterdam.nl  
k.stockmann@civicamsterdam.nl  
020 665 80 01

### Vakdocent

Monica Schokkenbroek  
06 26 30 25 23

### Ccoördinator pilot Kunst op Recept stadsdeel Oost

Catherine Steenbeek  
c.steenbeek@amsterdam.nl  
06 10 85 71 21

[www.kunstoprecept.nl](http://www.kunstoprecept.nl)

[www.welzijnopreceptamsterdam.nl](http://www.welzijnopreceptamsterdam.nl)



# Kunst is goed voor de gezondheid

Wereldgezondheidsorganisatie

‘Door gitaarles  
heb ik weer  
zin gekregen’

Ayoubé deelnemer Kunst op Recept

## Signalen

Heeft u cliënten die vaak terugkomen met moeilijk te duiden klachten zonder vindbare lichamelijke oorzaak? Kent u mensen die onrustig zijn of stress hebben? Komen er op uw spreekuur mensen die ingrijpende gebeurtenissen meemaken zoals rouw, scheiding of verlies van werk? Of mensen die een praatje komen maken omdat ze te weinig mensen zien?

Voorbeeldvragen om de doorverwijzing vast te stellen:

- welke concrete situaties vormen de aanleiding voor de klachten?
- van welke gevoelens heeft de cliënt het meeste last?
- vermijdt de cliënt situaties of activiteiten?
- ondervindt de cliënt steun van de omgeving of juist niet?
- is in het verleden met plezier deelgenomen aan dans, beeldende kunst, zang, schrijven, theater of muziek?

## Voorlichting voor uw cliënt

Welzijn op Recept heeft divers aanbod zoals sporten of vrijwilligerswerk. **Kunst op Recept** is daar één van de opties van. Deelname aan culturele activiteiten prikkelt de geest. Voorbeelden zijn: een nieuw talent aanboren zoals gitaar leren spelen, voorpret krijgen voor een theatervoorstelling of gevoelens leren verbeelden via dans.

‘Door creatief bezig te zijn, vergeet ik mijn zorgen’

Wilma deelnemer Kunst op Recept

# Kunst op Recept

Geef uw patiënten en cliënten een inspirerend steuntje in de rug! **Kunst op Recept** is bestemd voor mensen met lichte psychische klachten en psychosociale problemen. Voor mensen voor wie medicijnen of psycho-sociale zorg niet meteen passend is. Samen met een beeldend kunstenaar, fotograaf of musicus herontdekt iemand zichzelf via een inspirerend traject op maat. Dit werkt zowel preventief als therapeutisch.

‘Kunst maken kan een stabiliserend effect hebben bij onrust, kan het denken bevorderen, het overige gedrag veranderen en de hartfrequentie, de bloeddruk en de bloedspiegels van het stresshormoon cortisol normaliseren’.

Dick Swaab arts en neuropsycholoog