

*Klik op een begrip om meer
erover te lezen*

Regionaal plan

Adviesra

Leeswijzer

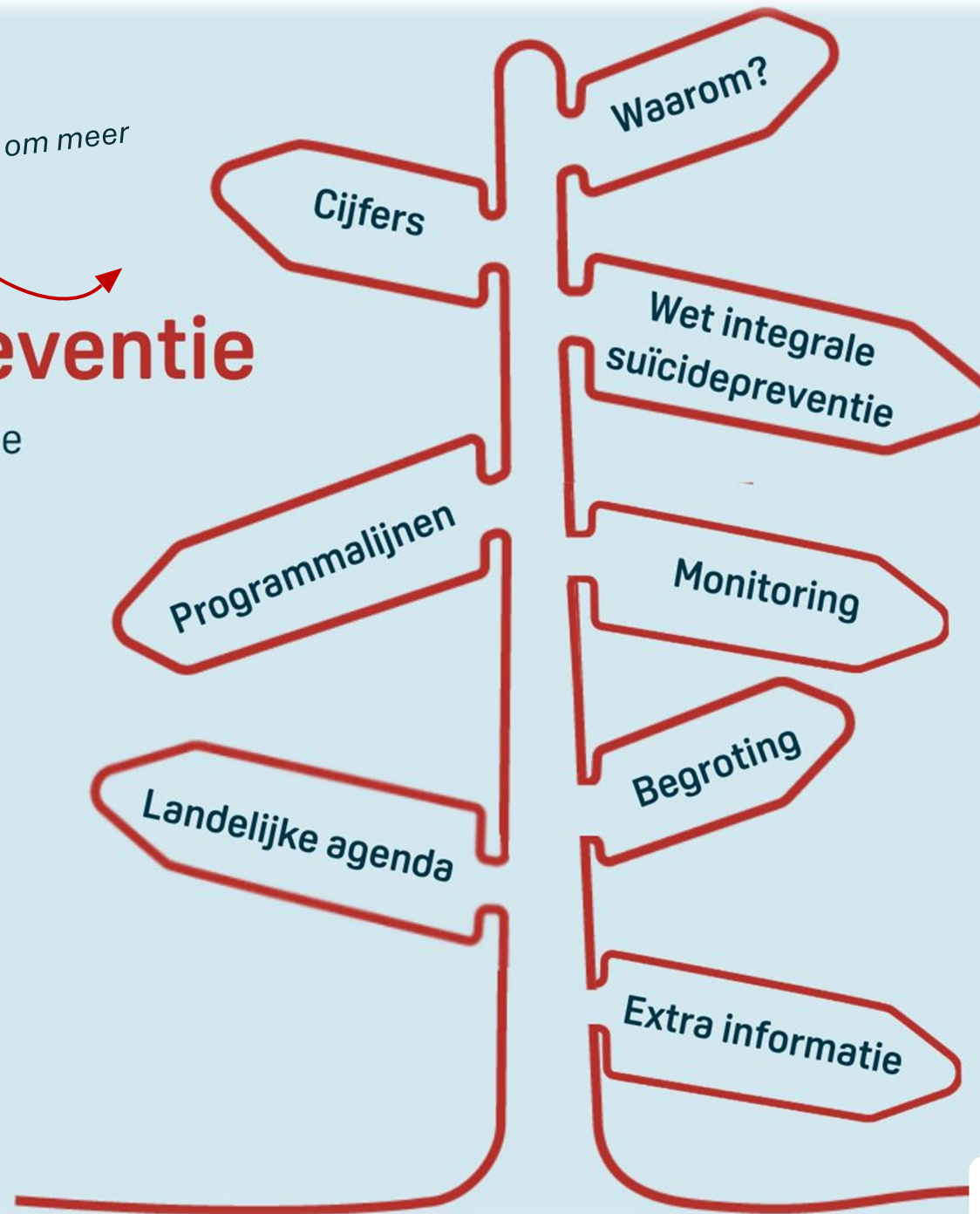
Dit programmaplan is opgesteld als een interactieve PDF. Voor een goede leesbaarheid en werking is het belangrijk om door het document te navigeren door te **klikken** en niet door te scrollen. De pagina's zijn onderling verbonden via interactieve elementen. Wij adviseren daarom het document te openen in **presentatiestand (volledig scherm)**, zodat alle functionaliteiten optimaal worden benut.

Klik hier voor meer informatie over
de werkgroep suïcidepreventie

Klik op een begrip om meer
erover te lezen

Regionaal plan suïcidepreventie

Adviesrapport werkgroep Suïcidepreventie



Klik hier voor meer informatie over
de werkgroep suïcidepreventie

Klik op een begrip om meer
erover te lezen

Regionaal plan suïcidepreventie

Cijfers

Waarom?

Wet integrale
suïcidepreventie

Werkgroep Suïcidepreventie

De bestuurders van Hecht HM geven de voorkeur aan het gezamenlijk en (sub)regionaal uitvoeren van deze wettelijke taak. Aan de GGD is gevraagd om, in goede afstemming met de beleidsadviseurs van de gemeenten, te adviseren over beleid en uitvoering. Daarom heeft de afgelopen maanden de (tijdelijke) 'Werkgroep Suïcidepreventie' gewerkt aan dit plan van aanpak voor de regio. Het plan focust op 2026 en 2027: opstarten en verder bouwen.

Leden werkgroep

De werkgroep bestaat uit ambtelijk vertegenwoordigers uit de gemeenten Gouda, Leiden, Krimpenerwaard, Katwijk, Alphen aan den Rijn en Hillegom, Lisse en Teylingen (HLTSamen). De trekkersrol van de werkgroep ligt bij beleidsadviseurs van Hecht GGD HM.

De overige gemeenten zijn tussentijds (ambtelijk) op de hoogte gehouden en ook de Bestuurders van Hecht zijn op diverse momenten geïnformeerd over de voortgang.

Contactgegevens beleidsadviseurs Hecht/ GGD HM:

Myrthe Spaargaren
Mariëtte Haak

mspaargaren@ggdhm.nl
mhaak@ggdhm.nl

Klik hier voor meer informatie over
de werkgroep suïcidepreventie

Klik op een begrip om meer
erover te lezen

Regionaal p

Adviesrapport

Colofon

Dit Regionaal Plan suïcidepreventie is tot stand gekomen in de periode mei-december 2025. Aan dit plan hebben meegedacht en geadviseerd:

- De gemeenten Gouda, Leiden, Krimpenerwaard, Katwijk, Alphen aan den Rijn en (werkorganisatie) HLTSamen, georganiseerd in een tijdelijke ambtelijke werkgroep suïcidepreventie;
- De leden van de ambtelijke werkgroepen Volksgezondheid en Jeugd;
- Medewerkers van team onderzoek, gezondheidsbevordering en publieke gezondheid van de GGD;
- Zorg en Veiligheidshuis, Ervaringsdeskundigen, Stichting Lumen, GGZ Rivierduinen, Rijn en Duin;
- Adviseurs van 113 Zelfmoordpreventie.

113 zelfmoord
preventie

Inleiding (1/2)

In Nederland:

- Overlijden 5 mensen per dag aan suïcide
- Doen 40.000 mensen per jaar een suïcidepoging
- Worden per dag 135 suïcidepogingen gedaan
- Komen er 40 mensen per dag op de spoedeisende hulp na een suïcide poging
- Zijn er 400.000 mensen met suïcidale gedachten

In Nederland overlijden per dag gemiddeld 5 mensen door suïcide. Jaarlijks zijn dat bijna 1900 mensen. Dit is 2,5x zoveel als het aantal verkeersdoden!

De impact van suïcide is nog groter dan bovenstaande getallen; ongeveer 250.000 naasten worden jaarlijks getroffen door suïcide van een dierbare. Mensen die achterblijven met gevoelens van verdriet, onmacht, boosheid, vragen, schuld en zelfverwijt. En dan is er nog de impact op de 'first responders': de treinmachinist, ambulancepersoneel, politie.

Van de mensen die een eind aan hun leven maakten was **60% niet in beeld bij de (geestelijke gezondheids)zorg**. Maar ze waren wel in beeld bij de samenleving; thuis, bij vrienden, op school, het werk, bij de (sport)vereniging. Dat maakt het extra belangrijk om in de samenleving, binnen het sociaal domein, in de wijk, het gesprek aan te gaan, kennis te vergroten en een vangnet te vormen dat levens kan redden.

Tot nu toe was de inzet op de preventie van suïcide vrijblijvend, versnipperd en niet structureel van aard. Hoewel een aantal gemeenten en regio's in Nederland zich al enkele jaren inzetten voor het terugdringen van suïcides en suïcidepogingen, had tot vorig jaar 86% van de gemeenten geen beleid op dit thema. De nieuwe [Wet integrale suïcidepreventie](#) moet daar verandering in brengen. Gemeenten staan dichtbij inwoners, daar kan het verschil gemaakt worden. Vandaar de keuze van de overheid om deze taak lokaal te beleggen.



Inleiding (2/2)

In Nederland:

- is suïcide doodsoorzaak nummer 1 bij jongeren van 10-25 jaar.
- komt suïcide bij mannen bijna twee keer zo vaak voor als bij vrouwen.
- was 60% van de mensen die suïcide plegen niet in zicht bij zorg of ondersteuning.

Status van het plan

Op 1 april 2026 neemt het Algemeen Bestuur van Hecht een besluit over de uitvoering van dit plan en de financiering. Als beide conform advies worden vastgesteld, zal de uitvoering van dit plan vanaf 1 april gaan starten.

Verdere uitwerking

Dit plan richt zich bovenal op de omgeving van de groep van 60% die niet in beeld is bij de reguliere zorg: inwoners, vrijwilligers en (semi)professionals. Hoewel de actielijnen in dit plan behoorlijk nauwkeurig zijn uitgewerkt, zijn er ook nog veel details die nader moeten worden uitgewerkt.

Dit zullen de regionale projectleiders gaan doen, in nauwe afstemming met gemeenten en netwerkpartners: er moeten contacten gelegd worden, gesprekken gevoerd worden, prioriteiten gesteld worden, met een duidelijke tijdsplanning en afspraken. In dit plan staan genoeg acties en activiteiten om een aantal jaar mee aan de slag te gaan. De projectleiders spreken met de gemeenten de doelen en inzet per jaar af.

Regionale uitvoering

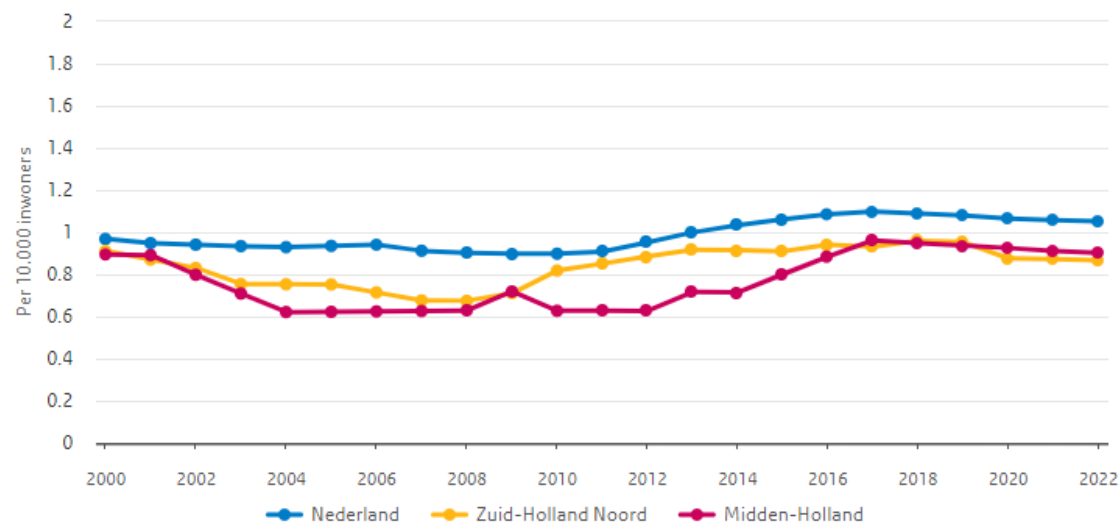
Regionale uitvoering betekent niet dat in elke gemeente altijd alles op precies dezelfde manier gebeurt. Door een bundeling van middelen is, als een aantal gemeenten daarin samen optrekt, een specifieke doelgroepbenadering juist goed mogelijk. Zoals een aantal gemeenten ervoor kiezen om aandacht te hebben voor de risicogroep agrariërs, zullen er ook gemeenten zijn die preventief aanbod willen bieden voor de LHBTIQ+ -groep, jongeren die een suïcide van nabij meemaakten of nabestaanden.



Ook in onze regio...

De afgelopen vijf jaar waren er ongeveer 20 zelfdodingen per jaar in de regio Midden-Holland en ongeveer 50 zelfdodingen per jaar in de regio Zuid-Holland Noord.

Trend in zelfdodingen



Verdieping cijfers

- 20% van de leerlingen in het VO in onze regio heeft serieuze suïcidegedachten.
- 28% van de jongvolwassenen in onze regio heeft gedacht een eind te maken aan hun leven.

Meer cijfers over suïcide(gedachten) bij jeugd:

[Suïcidegedachten \(jeugd\)](#)

Meer cijfers over suïcide(gedachten) bij jongvolwassenen:

[Suïcidegedachten \(jongvolwassenen\)](#)

Meer cijfers over suïcide(gedachten) bij volwassenen:

[Suïcidegedachten \(volwassenen\)](#)

Zie voor cijfers en meer achtergrondinformatie ook het eerder door Hecht GGD gepubliceerde Informatiedocument voor gemeenten over Suïcidepreventie, dat in februari is verspreid in de regio.

Landelijke en lokale taken

Taak landelijke overheid

De wet maakt suïcidepreventie een wettelijke overheidstaak en legt de basis voor duurzame en effectieve preventie. De minister van VWS wordt primair verantwoordelijk voor dit beleid (o.a. een Landelijke Agenda Suïcidepreventie, een communicatiestrategie en een onderzoeksprogramma). Het bestaan van de gratis 24-uurs-hulplijn 113 is per 2026 ook wettelijk vastgelegd.

Structurele financiering

Met de komst van de wet integrale suïcidepreventie is er nu structurele financiering beschikbaar voor de Landelijke Agenda Suïcidepreventie én het gemeentelijk beleid voor suïcidepreventie. Vanaf 2026 is dat € 16 miljoen per jaar, waarvan € 10 miljoen voor gemeenten (gemiddeld € 0,55 per inwoner) en € 6 miljoen voor de algemene maatregel van bestuur (waaronder de landelijke agenda suïcidepreventie, een communicatiestrategie en het onderzoeksprogramma).

Taak gemeenten

De wet is verankerd in de Wet publieke gezondheid (hoofdstuk 2, 'Taken publieke gezondheidszorg'). Daarin staat, dat het gemeentelijk suïcidepreventiebeleid onderdeel wordt- of uitwerking van de gemeentelijke nota gezondheidsbeleid. Gemeenten hebben een inspanningsverplichting; hoe zij invulling gaan geven aan de taak staat ze vrij, zolang de lokale uitwerking maar aansluit bij de prioriteiten uit de landelijke nota Volksgezondheid, de landelijke agenda suïcidepreventie, en past bij de lokale situatie en behoeften van inwoners. De gemeentelijke nota moet doelstellingen, acties en gewenste resultaten bevatten.

De middelen worden jaarlijks aan gemeenten verstrekt via de Algemene Uitkering, cluster Sociale Basisvoorzieningen. Door deze structurele middelen specifiek te reserveren voor suïcidepreventie kan elke gemeente aan de slag. Lokaal en samen in de (sub)regio.

[Overzicht van de middelen '26 per gemeente.](#)

Landelijke en lokale taken

Taak landelijke

De wet maakt de basis van VWS voor Landelijke A en een onderuurs-hulplijn

Structurele f Met de kom structurele f Suïcidepreve suïcidepreve € 10 miljoen 6 miljoen voor landelijke ag en het onder

Middelen per gemeente

De tabel toont de middelen die gemeenten in 2026 ontvangen (op basis van de Septembercirculaire '25; Taakmutatie '26).

Als gevolg van de gebruikte wegingsfactoren ontvangen Leiden en Gouda iets meer middelen dan 55 cent per inwoner. De andere gemeenten ontvangen juist iets minder.

Het totaal aan middelen geeft goede mogelijkheden om samen te werken aan minder suïcide.

		Gemeente	Middelen '26	Subregionaal	Regionaal
Zuid Holland Noord	Duin- en bollenstreek	Hillegom	€ 10.162	€ 91.063	€ 297.958
		Lisse	€ 10.425		
		Teylingen	€ 17.363		
		Katwijk	€ 32.866		
		Noordwijk	€ 20.247		
	Leiden e.o.	Leiden	€ 81.542	€ 123.489	
		Leiderdorp	€ 13.670		
		Oegstgeest	€ 12.037		
		Voorschoten	€ 11.971		
		Zoeterwoude	€ 4.269		
Rijnstreek	Kaag en Braassem	€ 12.427	€ 83.406		
	Alphen a/d Rijn	€ 58.939			
	Nieuwkoop	€ 12.040			
Midden Holland	Midden Holland	Krimpenerwaard	€ 23.984	€ 121.522	€ 121.522
		Bodegr.-Reeuwijk	€ 16.227		
		Gouda	€ 43.071		
		Waddinxveen	€ 16.640		
		Zuidplas	€ 21.600		
Totaal			€ 419.480		



Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om suïcide en suïcidepogingen in Nederland terug te dringen. In de agenda trekken tal van maatschappelijke organisaties binnen- en buiten de zorg samen op om suïcidepreventie in verschillende domeinen stevig op de kaart te zetten.

De derde landelijke agenda (2020-2025)

Deze agenda was* gebaseerd op het [EAAD-Model](#). Dit model is goed bruikbaar op niveau van gemeenten en regio. Dit plan is op advies van 113 dan ook gebaseerd op dit model.

TOEGANG TOT DODELIJKE MIDDELEN BEPERKEN

PUBLIEKSCAMPAGNE

GATEKEEPERSTRAINING

RISICOGROEPEN

NETWERKBREDE SAMENWERKING

*Klik op een
programmaliijn om
meer te lezen.*

De vierde landelijke agenda (2026-2023)

Binnenkort wordt de vierde landelijke agenda suïcidepreventie gepubliceerd: *Samen Minder Suïcide*. Deze nieuwe landelijke agenda is gebaseerd op een ander model: [Het Life Span model](#). Gedurende 2025, toen de tijdelijke werkgroep Suïcidepreventie dit regionale plan voorbereidde, had 113 nog geen advies beschikbaar hoe dit Life Span model kon worden toegepast op regionaal en lokaal niveau. Niet alle elementen van het model zijn namelijk eenvoudig te vertalen naar beleid en uitvoering door gemeenten.

113 adviseerde daarom om het EAAD-model als basis voor beleid en uitvoering aan te houden. De 5 onderdelen van het EAAD-model zijn op regionaal en lokaal niveau goed toepasbaar en de uitvoering ervan ligt binnen het bereik van het handelingsperspectief van gemeenten.

In de loop van 2026 komt 113 met een handreiking om het Life Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.

* De nieuwe landelijke agenda is op moment van schrijven nog niet gepubliceerd (februari '26).

Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om suïcide en suïcidepogingen in Nederland terug te dringen. In de agenda trekken tal van maatschappelijke organisaties binnen- en buiten de zorg samen op om suïcidale gedachten en handelingen op drie domeinen stevig op de kaart te zetten.

De derde landelijke agenda (2021-2025)

Deze agenda was* gebaseerd op het EAAD-model, dat goed bruikbaar op niveau van gemeenten en provincies met advies van 113 dan ook gebaseerd op het EAAD-model.

TOEGANG TOT DODELIJKE MIDDELEN

PUBLIEKSCAMPAGNE

GATEKEEPERSTRAINING

RISICOGROEPEN

NETWERKBREDE SAMENWERKING

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Binnen deze pijler staan spoor- en gebouwveiligheid, verkrijgbaarheid en veilig omgaan met dodelijke middelen en de risico's van sociale media centraal.

De vierde landelijke agenda (2026-2023)

Binnenkort wordt de vierde landelijke agenda suïcidepreventie gepubliceerd: *Minder Suïcide*. Deze nieuwe landelijke agenda is gebaseerd op een ander model: [Het Life Span model](#).

Alvorens de tijdelijke werkgroep Suïcidepreventie dit model heeft voorbereidde, had 113 nog geen advies gegeven of dit Life Span model kon worden toegepast op gemeentelijk niveau. Niet alle elementen van het model zijn eenvoudig te vertalen naar beleid en uitvoering door gemeenten.

Daarom om het EAAD-model als basis voor beleid te houden. De 5 onderdelen van het EAAD-model zijn op regionaal en lokaal niveau goed toepasbaar en de uitvoering ervan ligt binnen het bereik van het handelingsperspectief van gemeenten.

In de loop van 2026 komt 113 met een handreiking om het Life Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.

Klik op een programmalijn om meer te lezen.

* De nieuwe landelijke agenda is op moment van schrijven nog niet gepubliceerd (februari '26).

Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om suïcide en suïcidepogingen in Nederland terug te dringen. In de agenda trekken tal van maatschappelijke partners samen om suïcide op verschillende domeinen stevig op de kaart te zetten.

De derde landelijke agenda (2020-2025)
Deze agenda was* gebaseerd op het EAAD-model. Het was goed bruikbaar op niveau van gemeenten. Het werd ook gebaseerd op advies van 113 dan ook gebaseerd op

De vierde landelijke agenda (2026-2023)

Binnenkort wordt de vierde landelijke agenda suïcidepreventie *Suïcide*. Deze nieuwe landelijke agenda is gebaseerd op een ander model: [Het Life Span model](#).



Publiekscampagne

Publiekscampagne om het taboe op praten over suïcidale gedachten weg te nemen en mensen aan te moedigen om bij anderen te informeren naar suïcidale gedachten: normaliseren.

Dit gebeurt via allerlei communicatiemiddelen. Denk aan folders, films, events, sociale media, lokale kranten en lokale televisiezenders. 113 startte begin 2026 al met twee sterke campagnes.

De tijdelijke werkgroep Suïcidepreventie dit model, had 113 nog geen advies. Het Life Span model kon worden toegepast op de agenda. Niet alle elementen van het model zijn vertaald naar beleid en uitvoering door gemeenten.

In het EAAD-model als basis voor beleid werden. De 5 onderdelen van het EAAD-model zijn lokaal niveau goed toepasbaar en de gemeenten binnen het bereik van het EAAD-model.

In de loop van 2026 komt 113 met een handreiking om het Life Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.

TOEGANG TOT DODELIJKE MIDDELEN

PUBLIEKSCAMPAGNE

GATEKEEPERSTRATEGIE

RISICOGROEPEN

NETWERKBREDE SAMENWERKING

Klik op een programmalijn om meer te lezen.

* De nieuwe landelijke agenda is op moment van schrijven nog niet gepubliceerd (februari '26).

Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om suïcide en suïcidepogingen in Nederland terug te dringen. In de agenda trekken tal van maatschappelijke partners buiten de zorg samen op om suïcidale domeinen stevig op de kaart te zetten.

De derde landelijke agenda (2021-2025)

Deze agenda was* gebaseerd op het EAAD-model, goed bruikbaar op niveau van gemeenten. Het advies van 113 dan ook gebaseerd op het EAAD-model.

TOEGANG TOT DODELIJKE

PUBLIEKSCAN

GATEKEEPERSTRAINING

RISICOGROEPEN

NETWERKBREDE SAMENWERKING

Gatekeeperstraining

Sleutelfiguren in het netwerk toerusten om signalen te herkennen, bespreekbaar te maken en mensen naar hulp te leiden.

Onder andere op scholen, in welzijnsorganisaties, in geloofsgemeenschappen, in wijkteams, bij bedrijven en (sport)verenigingen.

De vierde landelijke agenda (2026-2023)

Binnenkort wordt de vierde landelijke agenda suïcidepreventie *Suïcide*. Deze nieuwe landelijke agenda is gebaseerd op een ander model: [Het Life Span model](#). De Landelijke werkgroep Suïcidepreventie dit model, had 113 nog geen advies gegeven. Het Life Span model kon worden toegepast op gemeenten. Niet alle elementen van het model zijn vertaald naar beleid en uitvoering door gemeenten.

In het EAAD-model als basis voor beleid en uitvoering. De 5 onderdelen van het EAAD-model zijn op lokaal niveau goed toepasbaar en de gemeenten zijn binnen het bereik van het handlingsperspectief van gemeenten.

In de loop van 2026 komt 113 met een handreiking om het Life Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.

[Klik op een programmalijn om meer te lezen.](#)

* De nieuwe landelijke agenda is op moment van schrijven nog niet gepubliceerd (februari '26).

Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om suïcide en suïcidepogingen in Nederland terug te dringen. In de agenda trekken tal van maatschappelijke partners buiten de zorg samen op om suïcide op verschillende domeinen stevig op de kaart te zetten.

De derde landelijke agenda (2021-2025)

Deze agenda was* gebaseerd op het EAAD-model, dat goed bruikbaar op niveau van gemeenten en provincies. Het advies van 113 dan ook gebaseerd op het EAAD-model.

TOEGANG TOT DODELIJKE

PUBLIEKSCAN

GATEKEEPERS

RISICOGROEPEN

NETWERKBREDE SAMENWERKING

Risicogroepen

Vroeg signaleren en benaderen van groepen met een hoger risico op overlijden door zelfdoding. Toerusten van hun omgeving.

Dit kunnen bijvoorbeeld mensen (met name mannen) van middelbare leeftijd met een arbeidsongeschiktheids- of bijstandsuitkering, jongeren tussen de 12 en de 27 jaar, LHBTIQ+ -groep of agrariërs zijn.

De vierde landelijke agenda (2026-2023)

Binnenkort wordt de vierde landelijke agenda suïcidepreventie *Suïcide*. Deze nieuwe landelijke agenda is gebaseerd op een ander model: [Het Life Span model](#). De Landelijke werkgroep Suïcidepreventie dit model, had 113 nog geen advies. Het Life Span model kon worden toegepast op gemeenten. Niet alle elementen van het model zijn vertaald naar beleid en uitvoering door gemeenten.



In het EAAD-model als basis voor beleid en uitvoering. De 5 onderdelen van het EAAD-model zijn op lokaal niveau goed toepasbaar en de gemeenten zijn binnen het bereik van het EAAD-model.

In de loop van 2026 komt 113 met een handreiking om het Life Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.

Klik op een programmalijn om meer te lezen.

* De nieuwe landelijke agenda is op moment van schrijven nog niet gepubliceerd (februari '26).

Huidige en nieuwe agenda

De Landelijke Agenda Suïcidepreventie is een vijfjarig plan om de vierde landelijke agenda (2026-2031)

suïcide en suïcidale gedachten en handelingen buiten de zorg stevig omdomeinen

De derde landelijke agenda
Deze agenda was goed bruikbaar en leverde advies van 113 da

TOEGANG TOE

Netwerksamenwerking

Het opzetten en in stand houden van een actienetwerk dat zich inzet op versterking van suïcidepreventie. In het netwerk spelen belangrijke schakels in het signaleren van suïcidaliteit een grote rol, zoals huisartsenpraktijken, onderwijsinstellingen, politie, GGD en de praktijkondersteuning GGZ. Ook zijn partners als wijkteams, ziekenhuizen, NS, Prorail, partners in het sociaal domein en de crisisdienst van de GGZ in het netwerk vertegenwoordigd.

Verder spelen organisaties die vanuit ervaringsdeskundigheid ondersteuning en begeleiding aanbieden aan personen met suïcidale gedachten en/of nabestaanden een belangrijke rol in dit netwerk. Het organiseren van themabijeenkomsten, kennisoverdracht, periodieke afstemming en uitwisseling van ervaringen vormen onderdeel van de samenwerking.

NETWERKBREDE SAMENWERKING

Span model ook op lokaal en regionaal niveau toepasbaar te maken.



suïcidepreventie
e nieuwe landelijke
t Life Span model.

Suïcidepreventie dit
nog geen advies
vorden toegepast op
en van het model zijn
d en uitvoering door

als basis voor beleid
elen van het EAAD-
ed toepasbaar en de
bereik van het

dreiking om het Life

Klik op een
programmaliijn om
meer te lezen.

Regionaal plan suïcidepreventie 2026/2027

Visie, doelen en ambities

Regionale coördinatie en uitvoering

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden community

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in beeld

*Klik op een programmalijn om het doel,
mogelijke inzet en het kostenplaatje te lezen.*

*In het regionale programmaplan wordt
zoveel als mogelijk gebruik gemaakt
van bestaande netwerken, bestaande
plannen, materialen en tools.
Geadviseerde interventies zijn altijd
bewezen effectief.*

Voor Samen Minder Suïcide in Hollands Midden.

Het ambitieniveau van het ingediende wetsvoorstel was heel hoog. De middelen die gemeenten krijgen voor beleid en uitvoering van suïcidepreventie zijn niet toereikend voor dat ambitieniveau. Dat vraagt om het maken van keuzes. Bovendien zijn er op gemeenteniveau geen of onvoldoende cijfers beschikbaar om een beeld te krijgen van welke risicogroepen om specifieke inzet vragen. Daarom is besloten om vooral te starten met het bouwen aan een brede basis van bewustwording, herkenning en handelingsperspectief. Een aantal risicogroepen verdienen wel extra aandacht: de groep agrariërs en de groep 'Jong' (12-27 jaar) - waaronder studenten - en hun omgeving.

Doel

Het regionale plan focust zich op de eerste twee jaar (2026-2027), met 2026 als opstartjaar. In 2027 zal, samen met netwerkpartners, het regionale plan verdere invulling krijgen. Het overstijgende doel van dit regionale plan is om het taboe rondom het thema suïcide te verkleinen, kennis over het onderwerp én handelingsbekwaamheid te vergroten. Dit bij zoveel mogelijk mensen die leven en werken met- en rondom mensen die rondlopen met gedachten of plannen over suïcide. Zo vormen zij met elkaar een beschermende omgeving.

Visie

Minder taboe, meer aandacht en kennis, praten en handelen.

Ambities

- Meer bewustzijn bij inwoners, vrijwilligers en (semi)professionals;
- Gebruik makend van de kennis en expertise van professionals;
- Relevante sleutelfiguren zijn beter toegerust: signaleren, praten en leiden naar hulp;
- Maximaal 2 regionale kerngroepen jagen het thema blijvend aan;
- In lokale netwerkoeverleggen staat suïcidepreventie op de agenda;
- Elke gemeente sluit aan bij landelijke campagnemomenten;
- Er is speciaal aandacht voor de groepen jeugd, studenten en agrariërs;
- Met behulp van effectieve interventies;
- Kennis en inzicht over suïcide in de regio groeit, en draagt bij aan effectievere preventie.

Regionaal programmaplan suïcidepreventie 2026/2027

Visie, doelen en ambities

Publiekscampagne

Publiekscampagne om het taboe op praten over suïcidale gedachten weg te nemen en mensen aan te moedigen om bij anderen te informeren naar suïcidale gedachten.

Belangrijk is dat lokaal ook de mediarichtlijnen worden toegepast. De mediarichtlijnen zijn erop gericht om de onthulling van expliciete details over zelfmoord te vermijden, om zo copycat-gedrag te voorkomen. Daarbij kan zorgvuldige en veilige berichtgeving een preventief effect hebben. Zeker als erbij wordt

aangeven hoe mensen met succes hun suïcidale crisis te boven zijn gekomen.

Dit gebeurt via allerlei communicatiemiddelen. Denk aan folders, films, events, sociale media, lokale kranten en lokale televisiezenders.

Lokaal aansluiten op landelijke campagnes is natuurlijk ook mogelijk.

Bron: [Gemeenten | 113 Zelfmoordpreventie](#)

Communicatie en bewustwording

Subregionale attractie

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3 plaquettes



ing tot dodelijke
elen beperken

Guiding data

ijke plekken in beeld

ionale programmaplan wordt
ls mogelijk gebruik gemaakt
aande netwerken, bestaande
nen, materialen en tools.

Geadviseerde interventies zijn altijd
bewezen effectief.

**Klik op een programmalijn om het doel,
mogelijke inzet en het kostenplaatje te lezen.**

Regionaal programmaplan suïcidepreventie 2026/2027

Visie, doelen en ambities

Regionale coördinatie en uitvoering

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Kennis vergroten

Met deze programmalijn wordt de kennis van zowel inwoners als professionals en vrijwilligers over suïcide vergroot. Dit zodat signalen die duiden op suïcidaliteit beter herkend kunnen worden, bespreekbaar zijn en mensen beter naar hulp toe geleid kunnen worden.

Gedacht kan worden aan bijvoorbeeld het onderwijs, welzijnsorganisaties, politie, geloofsgemeenschappen, vrijwilligers, wijkteams, bedrijven en (sport)verenigingen.

Bron: [Gemeenten | 113 Zelfmoordpreventie](#)



ng

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in beeld

In het regionale programmaplan wordt zoveel als mogelijk gebruik gemaakt van bestaande netwerken, bestaande plannen, materialen en tools. Geadviseerde interventies zijn altijd bewezen effectief.

Klik op een programmalijn om het doel, mogelijke inzet en het kostenplaatje te lezen.

Regionaal programmaplan suïcidepreventie 2026/2027

Visie, doelen en ambities

Regionale coördinatie en uitvoering



Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Benader risicogroepen actief

Naast de algemene campagnes voor bewustwording, is ondersteuning en benadering van de lokale risicogroepen van belang.

De basisinformatie, die bij aanvang van het traject is samengesteld, geeft inzicht welke risicogroepen de regio kent. Ga op zoek naar plekken waar deze risicogroepen te vinden zijn en bedenk manieren om met de groep in contact te komen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan onderwijsconferenties of initiatieven

rondom thema's als eenzaamheid, armoede, schuldenaankpak en impactvolle levensgebeurtenissen. Door in contact te zijn kan vroegtijdig gesignaleerd en uitgereikt worden.

De risicogroepen uit de regio Hollands Midden die in deze programmalijs verder onderzocht worden zijn jongeren tussen de 12 en de 27 jaar, studenten en agrariërs.

Bron: [Gemeenten | 113 Zelfmoordpreventie](#)

et dodelijke
beperken

g data

ekken in beeld

programmaplan wordt
gelijk gebruik gemaakt
netwerken, bestaande
materialen en tools.

Geadviseerde interventies zijn altijd
bewezen effectief.

**Klik op een programmalijs om het doel,
mogelijke inzet en het kostenplaatje te lezen.**

Regionaal programmaplan suïcidepreventie 2026/2027

Visie, doelen en ambities



Beperk toegang tot dodelijke middelen

Communicatie
bewustwording

Subregionaal

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Het terugdringen van het aantal suïcides kan niet zonder aandacht voor de 'harde kant': de middelen en omstandigheden die het mogelijk maken om suïcide te plegen. Binnen deze pijler staan spoor- en gebouwveiligheid, verkrijgbaarheid en veilig omgaan met dodelijke middelen en de risico's van social media centraal.

Identificeer met hulpdiensten de locaties die vaak worden gebruikt voor suïcides en bepaal hoe deze beter beveiligd kunnen worden. Betrek ervaringsdeskundigen en gebruikers van

de locatie bij dit proces. Bordjes met verwijzing naar een hulplijn zoals 113 kunnen helpen.

Met Prorail en de NS kan contact opgenomen worden voor een regionaal overleg wanneer het spoor een rol speelt bij suïcides in de omgeving. Beide organisaties helpen graag bij de beoordeling van de lokale situatie en denken mee met het toewerken naar een passende oplossing. Bij gebouwveiligheid kan bijvoorbeeld ook gedacht worden aan het trainen van een portier, beveiliging of conciërge.

Bron: Gemeenten | 113 Zelfmoordpreventie

Dodelijke
middelen

ta

en in beeld

Klik op een programmalijn om het doel, mogelijke inzet en het kostenplaatje te lezen.

Programmaplan wordt
gebruik gemaakt
werken, bestaande
plan, materialen en tools.
Geadviseerde interventies zijn altijd
bewezen effectief.

Regionale coördinatie en uitvoering

Regionale projectleiders

Om het regionale plan Suïcidepreventie te sturen en inhoudelijk vorm te geven is regionale coördinatie nodig. Twee projectleiders zullen dit gezamenlijk voor de 18 gemeenten in de regio gaan uitvoeren. De inzet van twee personen voor deze taak in plaats van één versterkt de continuïteit, kwaliteit en duurzaamheid van de uitvoering, kennis en expertise.

Hier staat een globale uitwerking van de taken van de projectleiders. In de programmalijnen zijn de taken en inzet van de projectleiders ook terug te vinden.

Taken (o.a.)

- Algemene coördinatie en uitvoering in de regio
- Draagvlak creëren in gemeenten en regio
- Netwerkvorming lokaal en regionaal
- Kerngroep inrichten regionaal (1 of 2 groepen)
- Afstemming met lokale ambtenaar
- Programmaontwikkeling
- Bewaken voortgang en opbrengsten, jaarrapportages maken
- Inkoop en faciliteren trainingen en interventies
- Organiseren en ondersteunen van activiteiten en bijeenkomsten
- Verbinding met het landelijke netwerk en partners

Klik om meer te lezen.



Kosten en inzet

Regionale coördinatie en uitvoering

Regionale projectleiders

Om het regionale plan Suïcidepreventie te sturen en inhoudelijk vorm te geven is regionale coördinatie nodig. Twee projectleiders zullen dit gezamenlijk uitvoeren. De inzet van één versterkt de uitvoering, kennis en

Hier staat een glo projectleiders. In de p projectleiders ook teru

Taken (o.a.)

- Algemene coördinatie en uitvoering in de regio
- Draagvlak creëren gemeenten en regio
- en regionaal
- regionaal (1 of 2 groepen)
- de ambtenaar
- ing
- n opbrengsten, jaarrapportages maken
- trainingen en interventies
- ondersteunen van activiteiten en
- Verbinding met het landelijke netwerk en partners

Functie	Kosten per jaar
Projectleider (16 uur/week)	€ 77.500,-
Projectleider (16 uur/week)	€ 77.500,-
Totaal	€ 155.000,-



Kosten en inzet

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Start de regionale aanpak suïcidepreventie met een subregionale aftrap. Hiervoor kan een inspirerende bijdrage gevraagd worden van [Stichting We zien mekaar](#).

De bestuurders van deze stichting verloren tijdens hun studententijd twee vrienden uit dezelfde vriendengroep aan suïcide, en delen sindsdien hun aangrijpende verhaal. Hun kernboodschap is eenvoudig maar krachtig: *“praat met elkaar over hoe het écht met je gaat”*.

Het delen van hun verhaal vormt het startpunt voor een open gesprek met alle aanwezigen. Vanuit dit gesprek kan vervolgens worden verkend hoe de (sub)regionale samenwerking op het gebied van suïcidepreventie verder kan worden versterkt.

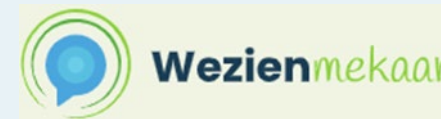
Gemeenten bepalen de doelgroep, die kan bestaan uit wethouders, relevante professionals die lokaal binnen het sociaal domein werken, vrijwilligers van lokale (sport)verenigingen,

inwoners, etc.

Hecht GGD Hollands Midden kan als gespreksleider ondersteunen en verdieping aanbrengen in dit nagesprek.

Aanvullende informatie:

- Kosten inhuur stichting We zien Mekaar: geen
- Minimum aantal deelnemers: 20 personen
- Duur: 1,5 tot 2 uur
- Alleen live op locatie (niet online)
- Meer informatie: mhaak@ggdhm.nl



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

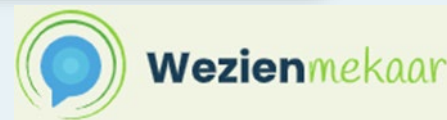
Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Start de regionale aanpak suïcidepreventie met een subregionale aftrap. Hiervoor kan een inspiratie van [Stichting We zien mekaar](#).

De bestuurders van deze studententijd twee vrienden suïcide, en delen sindsdien kernboodschap is eenvoudig *over hoe het écht met je gaat*”.

Het delen van hun verhaal vormt het startpunt voor een open gesprek met alle aanwezigen. Vanuit dit gesprek kan vervolgens worden verkend hoe de (sub)regionale samenwerking op het gebied van suïcidepreventie verder kan worden versterkt.

Gemeenten bepalen de doelgroep, die kan bestaan uit wethouders, relevante professionals die lokaal binnen het sociaal domein werken, vrijwilligers van lokale (sport)verenigingen,



Beoogde effecten

- Bewustwording van het thema
- Gevoel van urgentie en eigen rol
- Eerste stap in kennisvergroting
- Kennis van lokale en regionale plannen
- Activering (leren en doen)



Hollands Midden kan als gespreksleider verdieping aanbrengen in dit nagesprek.

atie:

Stichting We zien Mekaar: geen

al deelnemers: 20 personen

uur

catie (niet online)

e: mhaak@ggdhm.nl



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Start de regionale aanpak suïcidepreventie met een subregionale aftrap. Hiervoor kan van [Stichting We zien Mekaar](#) gebruik worden gemaakt. Inwoners, etc.

De bestuurders van de gemeente en de studententijd twee uur. Het delen van hun kernboodschap is over hoe het écht moet.

Het delen van hun gesprek met alle aangelegenheden worden verkend het gebied van suïcidepreventie.

Gemeenten bepalen wethouders, relevante professionals die lokaal binnen het sociaal domein werken, vrijwilligers van lokale (sport)verenigingen,

Kosten en inzet

Projectleider: 4 bijeenkomsten (1 per subregio):

Duur bijeenkomst: 2 uur

Vorbereidingstijd: 6 uur

Totaal: 32 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente: ca. 2 uur

(faciliteren ruimte en uitnodigen deelnemers)

Eventueel: inzet communicatiemedewerker gemeente



Hollands Midden kan als gespreksleider verdieping aanbrengen in dit nagesprek.

atie:

Stichting We zien Mekaar: geen

al deelnemers: 20 personen

uur

icatie (niet online)

e: mhaak@ggdhm.nl

nekaar



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Subregionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Start de regionale aanpak suïcidepreventie met een subregionale aftrap. Hiervoor kan een inspiratie van [Stichting We zien mekaar](#).

De bestuurders van deze studententijd twee vrienden suïcide, en delen sindsdien kernboodschap is eenvoudig *over hoe het écht met je gaat*".

Het delen van hun verhaal vormt het startpunt voor een open gesprek met alle aanwezigen. Vanuit dit gesprek kan vervolgens worden verkend hoe de (sub)regionale samenwerking op het gebied van suïcidepreventie verder kan worden versterkt.

Gemeenten bepalen de doelgroep, die kan bestaan uit wethouders, relevante professionals die lokaal binnen het sociaal domein werken, vrijwilligers van lokale (sport)verenigingen,

Lokaal of (sub)regionaal

Subregionaal, Stichting We Zien Mekaar organiseert deze bijeenkomsten vrijwillig. Een bijeenkomst per gemeente is daardoor niet mogelijk, zij bieden dit per subregio aan. De inzet is kosteloos, de stichting bestaat van donaties.



Hollands Midden kan als gespreksleider verdieping aanbrengen in dit nagesprek.

atie:

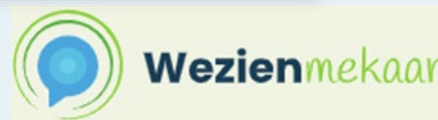
Stichting We zien Mekaar: geen

l deelnemers: 20 personen

uur

catie (niet online)

e: mhaak@ggdhm.nl



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

“Samen werken aan een gemeenschappelijke opgave”

De regionale kerngroep suïcidepreventie geeft domeinoverstijgend richting aan het regionale plan suïcidepreventie. Er wordt zoveel mogelijk aangesloten bij bestaande netwerken. Lokaal is dit sowieso het uitgangspunt.

Regionale kerngroep (4-6 bijeenkomsten per jaar á 2 uur)

Beoogde deelnemers*:

- Regionale projectleider suïcidepreventie
- Ambtenaren jeugd, volksgezondheid, onderwijs
- GGZ organisatie
- POH/ Huisarts
- Onderwijs (V(S)O, MBO, HBO, WO)
- Hecht: JGZ, ZVH, RAV
- Wijkteam/ jeugdteam
- Jongerenwerk
- Politie
- Universiteit

Opties voor breder netwerk of agendalidmaatschap:

- Religieuze gemeenschappen
- Sportverenigingen
- Politie
- Welzijnsorganisaties
- Lumen
- Centrum levensvragen ZHN
- Vluchtelingenwerk
- Kwadraad
- Schuldhulpverlening
- TABOER
- @Ease
- Ervaringsdeskundigen

*Klik om meer te
lezen.*



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

“Samen werken aan een gemeenschappelijke opgave”

De regionale kerngroep
domeinoverstijgend richtin
suicidepreventie. Er wordt
bestaande netwerken. Lokaa

Regionale kerngroep (4-6 bij
Beoogde deelnemers*:

- Regionale projectleider su
- Ambtenaren jeugd, volksgezondheid, onderwijs
- GGZ organisatie
- POH/ Huisarts
- Onderwijs (V(S)O, MBO, HBO, WO)
- Hecht: JGZ, ZVH, RAV
- Wijkteam/ jeugdteam
- Jongerenwerk
- Politie
- Universiteit

Beoogde effecten

- Een actief en breed gedragen regionaal actienetwerk
- Structurele samenwerking en kennisdeling
- Gezamenlijke monitoring en evaluatie van activiteiten



Netwerk of agendalidmaatschap:
nschappen

es

agen ZHN

- Kwadraad
- Schuldhulpverlening
- TABOER
- @Ease
- Ervaringsdeskundigen



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

*Klik om meer te
lezen.*

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

“Samen werken aan een gemeenschappelijke opgave”

De regionale kerngroep is een domeinoverstijgend netwerk voor suicidepreventie. Er worden bestaande netwerken.

Regionale kerngroep (4)
Beoogde deelnemers*:

- Regionale projectleider
- Ambtenaren jeugd, GGZ
- GGZ organisatie
- POH/ Huisarts
- Onderwijs (V(S)O, MBO)
- Hecht: JGZ, ZVH, RA
- Wijkteam/ jeugdteam
- Jongerenwerk
- Politie
- Universiteit

Kosten en inzet

Projectleider: ca. 100 uur (incl. 6 bijeenkomsten á 2 uur)

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Kerngroep: aantal partijen x 18 uur op jaarbasis,
Vacatiegelden: ca. 45.000,- per jaar*, uitgaande van 2 kerngroepen (ZHN en MH).

*Royale schatting



Netwerk of agendalidmaatschap:
inschrijven

es

agen ZHN

ng

gen



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

“Samen werken aan een gemeenschappelijke opgave”

De regionale kerngroep
domeinoverstijgend richtin
suicidepreventie. Er wordt
bestaande netwerken. Lokaa

Regionale kerngroep (4-6 bij
Beoogde deelnemers*:

- Regionale projectleider su
- Ambtenaren jeugd, volksg
- GGZ organisatie
- POH/ Huisarts
- Onderwijs (V(S)O, MBO, HBO, WO)
- Hecht: JGZ, ZVH, RAV
- Wijkteam/ jeugdteam
- Jongerenwerk
- Politie
- Universiteit

Lokaal of (sub)regionaal

In overleg wordt gekeken wat wenselijk en
werkbaar is: één kerngroep HM, of twee
kerngroepen (ZHN en MH). Veel professionele
organisaties werken regionaal of in meer
gemeenten.

Voor lokale netwerken is het uitgangspunt aan te
sluiten bij bestaande netwerkoverleggen.

- TABOER
- @Ease
- Ervaringsdeskundigen



Netwerk of agendalidmaatschap:
nschappen

es
agen ZHN
K
ng



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

*Klik om meer te
lezen.*

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Regionaal Symposium Suïcidepreventie

Na de subregionale aftrap weten lokale en regionale partners dat de gemeenten waarbinnen zij werken aan de slag gaan met suïcidepreventie. De professionals zijn zich bewust van de noodzaak en zien in dat ook zij een belangrijke rol kunnen spelen in het normaliseren van het onderwerp en het voorkomen van suïcide. Nu is het tijd voor verdieping.

Op het regionaal symposium komen professionals maar ook vrijwilligers bij elkaar om geïnspireerd te worden, kennis op te doen, meer te horen over de plannen van de gemeenten, kennis te delen en ervaringen uit te wisselen. Landelijke ontwikkelingen worden gedeeld. Het voorstel is 1 x per 2 jaar een symposium te organiseren. De projectleiders stemmen met de gemeenten af over een geschikt moment en wensen voor de invulling van de bijeenkomst.

Doelgroep

Professionals en semiprofessionals van lokale en regionale partijen zoals gemeenten, wijkteams, jongerenwerk, scholen, schuldhulpverlening, sociaal werk, huisartsen en POH's, politie, bibliotheken, etc.

Vrijwilligers van lokale verenigingen, kerkgenootschappen, vrijwilligersorganisaties, scouting, etc.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Regionaal Symposium Suïcidepreventie

Doelgroep

Na de subregionale aftrap worden de gemeenten waarbi suïcidepreventie. De noodzaak en zien in dat in het normaliseren van suïcide. Nu is het tijd voor

Op het regionaal symposium zullen vrijwilligers bij elkaar komen doen, meer te horen over delen en ervaringen uit te wisselen. Het voorstel is 1 x per 2 jaar een symposium te organiseren. De projectleiders stemmen met de gemeenten af over een geschikt moment en wensen voor de invulling van de bijeenkomst.

Beoogde effecten

- Bewustwording van het thema
- Gevoel van urgentie en eigen rol in preventie
- Kennisvergroting en kennis delen
- Netwerkversterking
- Uitwisseling
- Activering (leren en doen)



Interprofessionals van lokale en regionale gemeenten, wijkteams, jongerenwerk, scholen, jeugdzorg, sociaal werk, huisartsen en POH's, politie, lokale verenigingen, kerkgenootschappen, scouting, etc.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Regionaal Symposium Suïcidepreventie

Doelgroep

Na de subregionale aftrap worden de gemeenten waarbi suïcidepreventie. De noodzaak en zien in da in het normaliseren va suïcide. Nu is het tijd vo

Op het regionaal symposium zullen vrijwilligers bij elkaar o doen, meer te horen ov delen en ervaringen uit te wisselen. Landelijke ontwikkelingen worden gedeeld. Het voorstel is 1 x per 2 jaar een symposium te organiseren. De projectleiders stemmen met de gemeenten af over een geschikt moment en wensen voor de invulling van de bijeenkomst.

Kosten en inzet

Projectleider: ca. 100 uur (per twee jaar)
Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.
Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Kosten ca. € 75.000. De kosten zijn sterk afhankelijk van huur locatie, evt. catering, inzet technische apparatuur, kosten spreker(s), etc.



Interprofessionals van lokale en regionale eenheden, wijkteams, jongerenwerk, scholen, g, sociaal werk, huisartsen en POH's, politie, lokale verenigingen, kerkgenootschappen, aties, scouting, etc.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Regionaal Symposium Suïcidepreventie

Doelgroep

Na de subregionale aftrap worden de gemeenten waarbi suïcidepreventie. De noodzaak en zien in dat in het normaliseren van suïcide. Nu is het tijd voor

Lokaal of (sub)regionaal

Regionaal: één goed opgezet symposium voor de hele regio Hollands Midden, met een leerzaam en actueel programma.

Op het regionaal symposium vrijwilligers bij elkaar om geïnspireerd te worden, kennis op te doen, meer te horen over de plannen van de gemeenten, kennis te delen en ervaringen uit te wisselen. Landelijke ontwikkelingen worden gedeeld. Het voorstel is 1 x per 2 jaar een symposium te organiseren. De projectleiders stemmen met de gemeenten af over een geschikt moment en wensen voor de invulling van de bijeenkomst.



Interprofessionals van lokale en regionale gemeenten, wijkteams, jongerenwerk, scholen, jeugdzorg, sociaal werk, huisartsen en POH's, politie, lokale verenigingen, kerkgenootschappen, scouting, etc.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Tijdens de [Wereld Suicide Preventie Week \(WSPW\)](#) wordt wereldwijd extra aandacht gevraagd voor suïcidepreventie. In 2026 loopt de week van 7 t/m 13 september.

Mogelijke activiteiten

Promotiemateriaal

113 stelt gratis promotiemateriaal beschikbaar. Dit kan breed in de gemeenten in de regio worden uitgezet. Denk aan posters, lintjes, Boomerangkaarten, folders, etc.

Kennis delen

Tijdens de week zijn verschillende webinars over het onderwerp te volgen voor professionals. Deze webinars zijn meestal gratis te volgen of later terug te kijken.

Walk into the light

Organiseer een 'Walk into the light'. In alle vroegte wandelen mensen op tientallen locaties in Nederland samen richting de

zonopkomst. Een symbolisch en verbindend moment, waarin we stilstaan bij de impact van suïcidaliteit en het belang van aandacht, steun en preventie.

Online training Vraag maar

Promoten van deze [gratis online training](#) bij inwoners en vrijwilligers en daarmee het onderwerp normaliseren, signalering en handelingsbekwaamheid vergroten.

Lokale organisaties inzetten voor het organiseren van een activiteit of lezing.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Tijdens de [Wereld Suicide Preventie Week \(WSPW\)](#) wordt zonsopkomst. Een symbolisch en verbindend moment, waarin we wereldwijd extra aandacht geven aan het thema van suïcidaliteit en het belang van preventie.

Mogelijke activiteiten

Promotiemateriaal

113 stelt gratis promotiemateriaal beschikbaar voor de gemeenten in de regio van de lintjes, Boomerangkaarten, foto's.

Beoogde effecten

- Kennis van inwoners over suïcide vergroten
- Verminderen van stigma, normaliseren
- Inwoners weten waar ze hulp kunnen vinden

Organisatie

De organisatie van deze [gratis online training](#) bij inwoners en professionals om mee het onderwerp normaliseren, signalering en hulpzaamheid vergroten.

Kennis delen

Tijdens de week zijn verschillende webinars over het onderwerp te volgen voor professionals. Deze webinars zijn meestal gratis te volgen of later terug te kijken.

Walk into the light

Organiseer een 'Walk into the light'. In alle vroegte wandelen mensen op tientallen locaties in Nederland samen richting de zonsopkomst.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Tijdens de [Wereld Suicide Preventie Week \(WSPW\)](#) wordt zonsopkomst. Een wereldwijd extra aandacht moment, waarin we 2026 loopt de week van 7 t/m 13 oktober.

Mogelijke activiteiten

Promotiemateriaal

113 stelt gratis promotiemateriaal beschikbaar voor de gemeenten in de regio van de lintjes, Boomerangkaarten, foto's, etc.

Kennis delen

Tijdens de week zijn verschillende webinars over het onderwerp te volgen voor professionals. Deze webinars zijn meestal gratis te volgen of later terug te kijken.

Walk into the light

Organiseer een 'Walk into the light'. In alle vroegte wandelen mensen op tientallen locaties in Nederland samen richting de zonsondergang.

Kosten en inzet (mogelijk)

Inzet projectleider: 20 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente: 5 uur

Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Inzet lokale en regionale partijen n.t.b.



Een symbolisch en verbindend moment, waarin we aandacht besteden aan het contact van suïcidaliteit en het belang van preventie.

Organiseren

Organiseer een [gratis online training](#) bij inwoners en professionals om mee het onderwerp normaliseren, signalering en hulpzaamheid vergroten.

Organiseer een [gratis online training](#) bij inwoners en professionals om mee het onderwerp normaliseren, signalering en hulpzaamheid vergroten.

activiteit of lezing.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

Tijdens de [Wereld Suicide Preventie Week \(WSPW\)](#) wordt zonsopkomst. Een symbolisch en verbindend moment, waarin we wereldwijd extra aandacht geven aan het contact van suïcidaliteit en het belang van preventie.

Mogelijke activiteiten

Promotiemateriaal

113 stelt gratis promotiemateriaal beschikbaar voor de gemeenten in de regio van de lintjes, Boomerangkaarten, foto's.

Lokaal of (sub)regionaal

Lokale inzet en aandacht,
aansluiten bij bestaande initiatieven.
Subregionaal: training of scholing.

g maar

Deze [gratis online training](#) bij inwoners en medewerkers om mee het onderwerp normaliseren, signalering en bewustwording te verhogen. Samenwerking is belangrijk om de kennis en vaardigheden te vergroten.

Kennis delen

Tijdens de week zijn verschillende webinars over het onderwerp te volgen voor professionals. Deze webinars zijn meestal gratis te volgen of later terug te kijken.

Walk into the light

Organiseer een 'Walk into the light'. In alle vroegte wandelen mensen op tientallen locaties in Nederland samen richting de zon.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

1K Z1W J3 (Ik zie je)

Sinds september 2022 staan er door heel Nederland al meer dan 2000 bankjes, die ruimte bieden voor een goed gesprek, waarin je iemand écht ziet.

Want om elkaar echt te zien, heb je tijd nodig. Een momentje rust. Om elkaar eens aan te kijken, te onderzoeken wat je nodig hebt, hoe je elkaar kan helpen.

Er rust nog steeds een taboe op het praten over zelfdoding. Dit terwijl uit onderzoek blijkt dat een gesprek enorm kan opluchten en het begin kan zijn van een oplossing. Iedereen kan zo'n gesprek voeren, het is spannend maar niet moeilijk*.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

1K Z1W J3 (Ik zie je)

Sinds september 2022 staan
2000 bankjes, die ruimte bieden
iemand écht zien.

Want om elkaar echt te zien,
Om elkaar eens aan te kijken
hoe je elkaar kan helpen.

Er rust nog steeds een taboe
terwijl uit onderzoek blijkt dat een gesprek enorm kan oplichten
en het begin kan zijn van een oplossing. Iedereen kan zo'n gesprek
voeren, het is spannend maar niet moeilijk*.

Beoogde effecten

- Verminderen van stigma, normaliseren
- Aandacht voor thema levend houden
- Taboe op gesprek over suïcide doorbreken



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

1K Z1W J3 (Ik zie je)

Sinds september 2022 staan
2000 bankjes, die ruimte bieden
iemand écht zien.

Want om elkaar echt te zien,
Om elkaar eens aan te kijken
hoe je elkaar kan helpen.

Er rust nog steeds een taboe
terwijl uit onderzoek blijkt dat een gesprek enorm kan oplichten
en het begin kan zijn van een oplossing. Iedereen kan zo'n gesprek
voeren, het is spannend maar niet moeilijk*.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: 4 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente: 2 uur

Inzet communicatiemedewerker gemeente: n.t.b.

Naar wens: inzet wethouder (onthulling)

Kosten: € 15 per plaquette



Een goed gesprek begint
met iemand écht zien.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Communicatie en bewustwording

Sub regionale aftrap

Netwerkvorming

Symposium

Aansluiten WSPW

Plaatsing 1K Z1E J3
plaquettes

1K Z1W J3 (Ik zie je)

Sinds september 2022 staan
2000 bankjes, die ruimte bieden
iemand écht zien.

Want om elkaar echt te zien,
Om elkaar eens aan te kijken
hoe je elkaar kan helpen.

Er rust nog steeds een tabo
terwijl uit onderzoek blijkt dat een gesprek enorm kan opdoeken
en het begin kan zijn van een oplossing. Iedereen kan zo'n gesprek
voeren, het is spannend maar niet moeilijk*.

Lokaal of (sub)regionaal

Lokaal: lokale inventarisatie en communicatie
over de plaatsing



Een goed gesprek begint
met iemand écht zien.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

In deze gratis online training suïcidepreventie ontdek en oefen je wat je kunt doen als je vermoedt dat iemand in je omgeving aan zelfdoding denkt.

Er zijn twee 'Vraag Maar' modules; in gesprek met een volwassene en in gesprek met een jongere. Iedereen kan deze training volgen, hij is ook geschikt voor inwoners.

Inhoud

Beide e-learnings bestaan uit 3 lessen:

- Signaleer
- Praat erover
- Zoek samen hulp

Doelstelling

De doelstelling van de e-learning is dat iedereen een verschil kan maken in het voorkomen van zelfdoding, door te leren:

- Hoe je alert kan zijn op signalen van een jongere of

volwassene

- Hoe je naar gedachten aan zelfdoding kan vragen en het gesprek kan voeren
- Hoe je de ander kan wijzen op mogelijkheden voor hulp

Duur

Eén uur

Meer informatie

[Over de training - VraagMaar](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

In deze gratis online training suïcidepreventie ontdek en oefen je wat je kunt doen als je vermoedt dat iemand in de buurt van zelfdoding denkt.

Er zijn twee 'Vraag Maar' modules: één voor jongeren en één voor volwassenen. In gesprek met een jongere of een volwassene die hij is ook geschikt voor inwoners.

Inhoud

Beide e-learnings bestaan uit:

- Signaleer
- Praat erover
- Zoek samen hulp

Doelstelling

De doelstelling van de e-learning is dat iedereen een verschil kan maken in het voorkomen van zelfdoding, door te leren:

- Hoe je alert kan zijn op signalen van een jongere of

Beoogde effecten

- Iedereen kan een verschil maken in het voorkomen van zelfdoding
- Verminderen van stigma
- Taboe op gesprek over suïcide doorbreken
- Inwoners weten waar ze hulp kunnen vinden



...achten aan zelfdoding kan vragen en het ...
...ren
... kan wijzen op mogelijkheden voor hulp

[VraagMaar](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

In deze gratis online training suïcidepreventie ontdek en oefen je wat je kunt doen als je vermoedt dat iemand in de omgeving van volwassenen wat je kunt doen als je vermoedt dat iemand in de omgeving van zelfdoding denkt.

Er zijn twee 'Vraag Maar' modules: één voor jongeren en één voor volwassenen. In gesprek met een jongere of een volwassene die hij is ook geschikt voor inwoners van de regio.

Inhoud

Beide e-learnings bestaan uit:

- Signaleer
- Praat erover
- Zoek samen hulp

Doelstelling

De doelstelling van de e-learning is dat iedereen een verschil kan maken in het voorkomen van zelfdoding, door te leren:

- Hoe je alert kan zijn op signalen van een jongere of

Kosten en inzet

Inzet projectleider: 4 uur (promotie)
Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.
Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Kosten e-learning: gratis



...achten aan zelfdoding kan vragen en het ...
... kan wijzen op mogelijkheden voor hulp

[Vraag Maar](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

In deze gratis online training suïcidepreventie ontdek en oefen je wat je kunt doen als je vermoedt dat iemand in de buurt van zelfdoding denkt.

Er zijn twee 'Vraag Maar' modules: één voor jongeren en één in gesprek met een jongere. De module voor jongeren is ook geschikt voor inwoners van 16 jaar en ouder.

Inhoud

Beide e-learnings bestaan uit:

- Signaleer
- Praat erover
- Zoek samen hulp

Doelstelling

De doelstelling van de e-learning is dat iedereen een verschil kan maken in het voorkomen van zelfdoding, door te leren:

- Hoe je alert kan zijn op signalen van een jongere of



Lokaal of (sub)regionaal

Lokaal: zoveel mogelijk inwoners en vrijwilligers worden geattendeerd op de gratis training.

Volwassenen die vragen aan zelfdoding kunnen stellen en het kunnen wijzen op mogelijkheden voor hulp.

[Vraag Maar](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

[Vraag maar](#)[Gatekeeper](#)[Onderhouden
community](#)

Iedereen die iemand met (mogelijke) suïcidale gedachten in zijn omgeving heeft of kan tegenkomen, kan gatekeeper zijn. Een gatekeeper, letterlijk ‘poortwachter’, verwijst naar de sleutelrol die hij kan vervullen voor iemand die zodanig klem zit in zijn gedachten dat hij het leven niet meer ziet zitten. Door in gesprek te gaan verklein je de kans dat iemand daadwerkelijk suïcide pleegt.

Gatekeepers komen uit diverse werkvelden, denk bijvoorbeeld aan: docenten, studieadviseurs, studentpsychologen, huisartsen, praktijkondersteuners, vrijwilligers in de zorg, jongerenwerk, jeugdteam, wijkteam, politie, brandweer, bewindvoerders, deurwaarders, geestelijke, conducteurs, etc.

Inhoud

De 4 uur durende training is een gespreksvaardigheidstraining en een groot deel bestaat uit het oefenen in tweetallen (gericht op in gesprek met jongeren of met volwassenen).

Het programma is opgebouwd uit vier onderdelen:

- Bespreking van ervaringen met- en de voorkennis over zelfmoord
- Het oefenen van gespreksvaardigheden
- Interactieve kennisoverdracht over suïcidaliteit
- Bespreking van verwijsmogelijkheden

Doelstelling

- Omgaan met signalen van suïcidaliteit of een vermoeden daarvan
- Met concrete handvatten de suïcidale gedachten bespreekbaar maken
- Verantwoord en gefaseerd doorvragen en wat daarin de grens is
- Hoe door te verwijzen naar professionele hulp
- Bouwen aan een dicht vangnet van suïcidepreventie

Meer informatie

[Gatekeeper training](#)

Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

Iedereen die iemand met (mogelijke) suïcidale gedachten in zijn omgeving heeft of kan tegenkomen, kan een belangrijke rol spelen. Hij kan vervullen voor iemand die niet weet wat te doen. Het is belangrijk dat hij het leven niet te gaan verklein je de kans op zelfmoord pleegt.

Gatekeepers komen uit diverse omgevingen: docenten, studieadviseurs, praktijkondersteuners, vrijwilligers, jeugdteam, wijkteam, politie, huisarts, deurwaarders, geestelijke, coördinatoren.

Inhoud

De 4 uur durende training is een gespreksvaardigheidstraining en een groot deel bestaat uit het oefenen in tweetallen (gericht op in gesprek met jongeren of met volwassenen).

Beoogde effecten

- Iedereen kan een verschil maken in het voorkomen van zelfdoding
- Verminderen van stigma, normaliseren
- Taboe op gesprek over suicide doorbreken
- (Semi)professionals weten waarnaar ze mensen met suïcidale gedachten naar door kunnen verwijzen

Het programma is gebouwd uit vier onderdelen:

1. Kennis vergroten met- en de voorkennis over zelfmoord
2. Gespreksvaardigheden
3. Overdracht over suïcidaliteit
4. Verwijsmogelijkheden

5. Het herkennen van suïcidaliteit of een vermoeden daarvan
6. Het vaststellen van de suïcidale gedachten bespreekbaar maken
7. Het gefaseerd doorvragen en wat daarin de grens is
8. Het verwijzen naar professionele hulp
9. Het opstellen van een vangnet van suicidepreventie



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

[Vraag maar](#)[Gatekeeper](#)[Onderhouden
community](#)

Iedereen die iemand met (mogelijke) suïcidale gedachten in zijn omgeving heeft, kan als gatekeeper optreden. De gatekeeper kan helpen om de suïcidale gedachten te verkleinen of te voorkomen. Hij kan vervullen de rol van de gatekeeper, letterlijk de deurwachter, die de toegang tot de suïcidale gedachten kan vergemakkelijken of bemoeienis kan voorkomen.

Gatekeepers kunnen zijn: docenten, sportcoaches, praktijkondersteuners, jeugdteam, wijngaarden, deurwaarders, geestverzorger, etc.

Kosten en inzet

Inzet projectleider ca. 40 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Training

€ 235,- per deelnemer (maximaal 12 personen per groep).

€ 1.575,- Incompany (maximaal 12 personen per groep).

€ 3.960,- Train de trainer Gatekeepertraining

(6-8 personen)

Inhoud

De 4 uur durende training is een gespreksvaardigheidstraining en een groot deel bestaat uit het oefenen in tweetallen (gericht op in gesprek met jongeren of met volwassenen).

Het programma is gebouwd uit vier onderdelen:

1. Kennis over zelfmoord en de voorkennis over zelfmoord
2. Gespreksvaardigheden
3. Overdracht over suïcidaliteit
4. Aanpak van suïcidaliteit

5. Het opstellen van een vangnet van suïcidepreventie
6. Het opstellen van een vangnet van suïcidepreventie
7. Het opstellen van een vangnet van suïcidepreventie
8. Het opstellen van een vangnet van suïcidepreventie



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

Iedereen die iemand met (mogelijke) suïcidale gedachten in zijn omgeving heeft of kan tegenkomen, kan een gatekeeper zijn. Een gatekeeper, letterlijk 'poortwachter', kan vervullen voor iemand die suïcidale gedachten dat hij het leven niet meer wil leiden te gaan verklein je de kans op zelfmoord pleegt.

Gatekeepers komen uit diverse omgevingen: docenten, studieadviseurs, praktijkondersteuners, vrijwilligers in de zorg, jongerenwerk, jeugdtypeam, wijkteam, politie, brandweer, bewindvoerders, deurwaarders, geestelijke, conducteurs, etc.

Inhoud

De 4 uur durende training is een gespreksvaardigheidstraining en een groot deel bestaat uit het oefenen in tweetallen (gericht op in gesprek met jongeren of met volwassenen).

Het programma is gebouwd uit vier onderdelen:



Lokaal of (sub)regionaal

Deze training kan lokaal en (sub)regionaal ingezet en aangeboden worden.
Afhankelijk van doelgroep en animo.

• Kennen met- en de voorkennis over zelfmoord
• Gespreksvaardigheden
• Overdracht over suïcidaliteit
• Herkenning van suïcidaliteit of een vermoeden daarvan

• Het oplossen van suïcidale gedachten bespreekbaar maken
• Het afstemmen van vragen en wat daarin de grens is
• Het doorverwijzen naar professionele hulp

- Bouwen aan een dicht vangnet van suïcidepreventie

Meer informatie
[Gatekeeper training](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

[Vraag maar](#)[Gatekeeper](#)[Onderhouden
community](#)

Getrainde gatekeepers vormen met elkaar een community. Hierin kunnen vragen gesteld worden, maar er worden ook herhalingstrainingen aangeboden. Op deze manier blijft de opgedane kennis bij de gatekeepers aanwezig. Ook leren ‘nieuwe’ gatekeepers van gatekeepers die al meer ervaring hebben.

Vorm

De vorm moet nog verkend worden. De projectleiders pakken deze taak op. Hiervoor kan bij andere GGD'en gekeken worden hoe zij een community vormgegeven hebben. De RINO groep kan hier in adviseren. De leden van de kerngroep volgen uiteraard allemaal een training.

Er kan gedacht worden aan een 2 jaarlijkse nieuwsbrief met nieuw scholingsaanbod, delen van contactgegevens voor inhoudelijke vragen of een live bijeenkomst met sprekers en uitwisseling.

*Klik om meer te
lezen.*



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

Getrainde gatekeepers vormen met elkaar een community. Hierin kunnen vragen gesteld herhalingstrainingen aangekondigd worden opgedane kennis bij de gatekeepers van gatekeepers.

Vorm

De vorm moet nog verkend worden voor deze taak op. Hiervoor kan de RINGO groep kan hier in adviseren. De leden van de kerngroep volgen uiteraard allemaal een training.

Er kan gedacht worden aan een 2 jaarlijkse nieuwsbrief met nieuw scholingsaanbod, delen van contactgegevens voor inhoudelijke vragen of een live bijeenkomst met sprekers en uitwisseling.

Beoogde effecten

- Borging van kennis
- Netwerk van gatekeepers
- Laagdrempelige manier voor getrainde gatekeepers om vragen te stellen

Klik om meer te lezen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

Getrainde gatekeepers vormen met elkaar een community. Hierin kunnen vragen gesteld herhalingscenario's worden gegeven opgedane kennis bij de gatekeepers van gatekeepers

Vorm

De vorm moet nog verkend worden voor deze taak op. Hiervoor kan de vorm van hoe zij een community vormen hier in adviseren. De leden van de kerngroep volgen uiteraard allemaal een training.

Er kan gedacht worden aan een 2 jaarlijkse nieuwsbrief met nieuw scholingsaanbod, delen van contactgegevens voor inhoudelijke vragen of een live bijeenkomst met sprekers en uitwisseling.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: 40 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Kennis vergroten

Vraag maar

Gatekeeper

Onderhouden
community

Getrainde gatekeepers vormen met elkaar een community. Hierin kunnen vragen gesteld worden, herhalingstrainingen aangeboden. Op opgedane kennis bij de gatekeepers aan gatekeepers van gatekeepers die al me

Vorm

De vorm moet nog verkend worden. deze taak op. Hiervoor kan bij andere hoe zij een community vormgegeven h hier in adviseren. De leden van de kerngroep volgen uiteraard allemaal een training.

Er kan gedacht worden aan een 2 jaarlijkse nieuwsbrief met nieuw scholingsaanbod, delen van contactgegevens voor inhoudelijke vragen of een live bijeenkomst met sprekers en uitwisseling.

Lokaal of (sub)regionaal

Ntb: lokaal, regionaal en/of subregionaal

Klik om meer te lezen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Suïcidepreventie staat niet op zichzelf. Vaak gaan suïcidale gedachten vooraf aan signalen van een verslechterde mentale gezondheid. Daarom is het cruciaal dat preventie zich ook richt op het versterken van de algemene mentale veerkracht. Vooral onder jongeren valt hierin veel winst te behalen. Door hen kennis en inzicht te geven over mentale gezondheid, krijgen zij handvatten die hen een leven lang van pas komen. Het is daarom belangrijk dat er op scholen aandacht besteed wordt aan mentale gezondheid.

Inhoud

In deze lijn wordt, samen met het onderwijs (VO, MBO, HBO en WO), verkend wat de behoeften, wensen en mogelijkheden van onderwijsprofessionals en hun leerlingen/ studenten zijn. Op basis hiervan komt een voorstel rondom het verbeteren van het mentaal welbevinden, en tegengaan suïcide, voor het onderwijs.

Ook worden bestaande initiatieven en methodes rondom dit

onderwerp in deze verkenning meegenomen. Voorbeelden: Transformers Community, STORM-aanpak.

Onderzoeksproject Samen naar Beter

Het LUMC heeft samen met Hecht GGD Hollands Midden een subsidie gekregen om VO en MBO scholen te ondersteunen bij de uitvoer en implementatie van het onderdeel 'mentaal welbevinden op school'.

[Meer informatie over het onderzoeksproject.](#)



Beoogde effecten



Kosten en inzet

*Klik om meer te
lezen.*

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Uitleg project

Jongeren en professionals geven aan dat een brede ‘integrale’ aanpak nodig is, binnen school, gericht op voorkomen én behandelen van mentale klachten. Dit kan aan de hand van de Gezonde School aanpak ‘mentaal welbevinden’. Helaas is het uitvoeren van zo’n aanpak niet makkelijk. Het vraagt veel inzet van docenten. Ook is het ingewikkeld om de gemaakte afspraken te borgen en daadwerkelijk te blijven uitvoeren. De overheid heeft daarom extra middelen ter beschikking gesteld aan VMBO- en MBO scholen om met mentale gezondheid aan de slag te gaan.

Het LUMC heeft samen met Hecht/ GGD Hollands Midden een subsidie gekregen om scholen te ondersteunen bij de uitvoer en het bereik van het onderdeel ‘mentaal welbevinden op school’.

De GGD en het LUMC willen de krachten bundelen, en scholen ondersteunen bij:

- Goed en duurzaam uitvoeren van de gekozen interventies op school, om zo de aanpak op de lange termijn te kunnen borgen.
- Leerlingen beter en gericht bereiken met de juiste interventies, op de juiste plek.
- Optimaal kunnen samenwerken met én doorverwijzen naar partners in het veld (o.a. Jeugteams, GGZ, gemeente).

Binnen dit project wordt ook suïcidepreventie geïntegreerd en geborgd binnen het onderwijs.

Kosten

Geen (reeds gefinancierd vanuit subsidie).

Meer informatie

Mariëtte Haak – mhaak@ggdhm.nl

Ook worden bestaande initiatieven en methodes rondom dit

**Klik om meer te
lezen.**

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Suïcidepreventie staat niet op zichzelf. Vaak gaan suïcidale onderwerp in verkenning meegenomen. Voorbeelden: gedachten vooraf aan signa gezondheid. Daarom is het cr gezondheid. Het versterken van de algeme jongeren valt hierin veel win inzicht te geven over mental die hen een leven lang van p dat er op scholen aandacht gezondheid.

Beoogde effecten

- Inzicht verkrijgen in wensen en behoeftes van het onderwijs
- Aansluiting vinden bij lokale initiatieven en werkwijzen

Samen naar Beter

Samen met Hecht GGD Hollands Midden een om VO en MBO scholen te ondersteunen bij de implementatie van het onderdeel 'mentaal school'.
[Lees hier het onderzoeksproject.](#)

Inhoud

In deze lijn wordt, samen met het onderwijs (VO, MBO, HBO en WO), verkend wat de behoeften, wensen en mogelijkheden van onderwijsprofessionals en hun leerlingen/ studenten zijn. Op basis hiervan komt een voorstel rondom het verbeteren van het mentaal welbevinden, en tegengaan suïcide, voor het onderwijs.

Ook worden bestaande initiatieven en methodes rondom dit



Beoogde effecten



Kosten en inzet

Klik om meer te
lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Suïcidepreventie staat niet op zichzelf. Vaak gaan suïcidale onderwerp in verkenning meegenomen. Voorbeelden: gedachten vooraf aan signaal, mental health, community, STORM-aanpak.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: geen

(Reguliere inzet adviseur gezondheidsbevordering Hecht/
GGD HM)

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente: 2

Inzet communicatiemedewerker gemeente: geen

Samen naar Beter

Samen met Hecht GGD Hollands Midden een
om VO en MBO scholen te ondersteunen bij de
implementatie van het onderdeel 'mentaal
hulp'.

[over het onderzoeksproject.](#)

Inhoud

In deze lijn wordt, samen met het onderwijs (VO, MBO, HBO en
WO), verkend wat de behoeften, wensen en mogelijkheden van
onderwijsprofessionals en hun leerlingen/ studenten zijn. Op
basis hiervan komt een voorstel rondom het verbeteren van het
mentaal welbevinden, en tegengaan suïcide, voor het onderwijs.

Ook worden bestaande initiatieven en methodes rondom dit



Beoogde effecten



Kosten en inzet

Klik om meer te
lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Studentenwelzijn

De mentale gezondheid van studenten (WO, HBO, MBO) staat onder druk. Deze risicogroep is goed vindbaar en kansrijk om mentale problemen en suïcidegedachten bespreekbaar te maken en te werken aan hun veerkracht en welzijn. Deze inzet kan een leven lang profijt geven.

Niet elke gemeente heeft een onderwijsinstelling WO, HBO of MBO. Elke gemeente heeft wel jeugd en jongeren die één van deze scholen bezoeken. Velen van hen wonen nog thuis/ ergens in de regio. Onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen zijn de aangewezen plekken voor de inzet van effectieve interventies.

Mogelijke inzet

Het komende jaar wordt verkend wat de mogelijkheden en behoeftes zijn van onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen ten aanzien van suïcidepreventie.

Waarschijnlijk zal ook binnen deze groepen worden ingezet op het doorbreken van taboe en kennisvergroting van zowel professionals als studenten zelf.

Verder kan gedacht worden aan inzet door [Stichting Door het geluid](#) of verder inzetten van het [beleidstraject Sociale veiligheid](#) voor studie- en studentenverenigingen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Studentenwelzijn

De mentale gezondheid van studenten is onder druk. Deze risicogroep heeft mentale problemen en suïcidale gedachten en te werken aan hun veerkracht om hun leven lang profijt geven.

Niet elke gemeente heeft een MBO. Elke gemeente heeft wel scholen bezoeken. Velen van de regio. Onderwijsinstellingen en de aangewezen plekken voor

Mogelijke inzet

Het komende jaar wordt verkend wat de mogelijkheden en behoeftes zijn van onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen ten aanzien van suïcidepreventie.

Stichting Door het Geluid

Stichting Door het Geluid richt zich op het verbeteren van de mentale gezondheid van studenten, door middel van workshops, advies en bewustwordingscampagnes. De stichting ontwikkelde samen met 113 een workshop die jongvolwassenen helpt suïcidaliteit in hun omgeving te herkennen, bespreekbaar te maken en de juiste hulpbronnen te vinden.

Waarschijnlijk zal binnen deze groepen worden ingezet op het verbeteren van de kennis en kennisvergroting van zowel studenten zelf.

het wordt aan inzet door Stichting Door het Geluid en het beleidstraject Sociale veiligheid en studentenverenigingen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Studentenwelzijn

De mentale gezondheid van studenten is onder druk. Deze risicogroep heeft mentale problemen en suïcide gedachten en te werken aan hun veerkracht voor het leven lang profijt geven.

Niet elke gemeente heeft een MBO. Elke gemeente heeft wel scholen bezoeken. Velen van de regio. Onderwijsinstellingen de aangewezen plekken voor

Mogelijke inzet

Het komende jaar wordt verkend wat de mogelijkheden en behoeftes zijn van onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen ten aanzien van suïcidepreventie.

Beoogde effecten

- Zoveel mogelijk studenten bereiken via onderwijsinstellingen en verenigingen
- Verminderen van stigma, normaliseren
- Taboe op gesprek over mentale problemen en suïcide doorbreken
- Vergroten van weerbaarheid
- Inzet van (vervolg)hulp voor wie dat nodig heeft

Waarschijnlijk zal binnen deze groepen worden ingezet op het taboe en kennisvergroting van zowel studenten zelf.

ht worden aan inzet door [Stichting Door het](#) zetten van het [beleidstraject Sociale veiligheid](#) studentenverenigingen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Studentenwelzijn

De mentale gezondheid van studenten is onder druk. Deze risicogroep heeft mentale problemen en suïcidale gedachten en te werken aan hun veerkracht kan hun leven lang profijt geven.

Niet elke gemeente heeft een MBO. Elke gemeente heeft wel scholen bezoeken. Velen van deze regio. Onderwijsinstellingen zijn de aangewezen plekken voor

Mogelijke inzet

Het komende jaar wordt verkend wat de mogelijkheden en behoeftes zijn van onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen ten aanzien van suïcidepreventie.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: ca. 40 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente: n.t.b.

Sociale veiligheid

Inzet op dit traject wordt reeds bekostigd vanuit andere middelen.

Waarschijnlijk zal binnen deze groepen worden ingezet op het behoeven en kennisvergroting van zowel studenten zelf.

het wordt aan inzet door [Stichting Door het](#) zetten van het [beleidstraject Sociale veiligheid](#) studentenverenigingen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Studentenwelzijn

De mentale gezondheid van studenten is onder druk. Deze risicogroep is geïmponeerd door mentale problemen en suïcidegedachten en te werken aan hun veerkracht om hun leven lang profijt geven.

Niet elke gemeente heeft een onderwijsinstelling of MBO. Elke gemeente heeft wel jeugdsportverenigingen en scholen bezoeken. Velen van hen zijn actief in de regio. Onderwijsinstellingen en studentenverenigingen zijn de aangewezen plekken voor de inzet van effectieve interventies.

Mogelijke inzet

Het komende jaar wordt verkend wat de mogelijkheden en behoeftes zijn van onderwijsinstellingen en studenten(sport)verenigingen ten aanzien van suïcidepreventie.

Waarschijnlijk zullen binnen deze groepen worden ingezet op het verbeteren van de kennis en kennisvergroting van zowel studenten zelf.

Lokaal of (sub)regionaal

- Inzet lokaal (onderwijsinstellingen en studentorganisaties), voor regionaal effect
- WO, HBO, MBO

De inzet wordt aan inzet door [Stichting Door het Leven](#) en de leden van het [beleidstraject Sociale veiligheid](#) en studentenverenigingen.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Onder agrariërs vallen de groepen mensen die werken in landbouw, veeteelt, bosbouw of visserij. Suïcide komt relatief het vaakst voor in de landbouwsector. Bekende risicofactoren zijn bij agrariërs vaker aanwezig dan bij mensen in andere sectoren.

In de regio zijn een heel aantal gemeenten met een bloeiende agrarische sector. Dat betekent ook dat daar inwoners zijn die in deze risicogroep vallen. Aandacht voor deze groep is nodig, maar ook complex. Van deze groep is bekend dat zij niet makkelijk praten en niet snel zullen deelnemen aan (groeps)aanbod en bijeenkomsten. Inzet op hun omgeving is daarom belangrijk en kansrijk.

TABOER

[TABOER](#) is een gratis en onafhankelijk loket voor boeren en tuinders en hun omgeving, voor een luisterend oor, ervaringsverhalen en tips. Er is een telefoonnummer, website en campagnemateriaal.

Gatekeepertraining voor erfbetreders

Erfbetreders zoals dierenartsen, accountants, technici of leveranciers van voer of kunstmest komen vaak herhaaldelijk bij een bedrijf en hebben daardoor soms een vertrouwensband. Een gatekeepertraining speciaal voor deze doelgroep biedt erfbetreders kennis en handvatten die levensreddend kunnen zijn.

CCA Nederland (Christen Contact Agrariërs)

Dit steunpunt is er ook bij zorgen rondom persoonlijke (psychische) omstandigheden. In de regio bieden zij speciaal zorgaanbod.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Onder agrariërs vallen de groepen mensen die werken in **Gatekeepertraining voor erfbetreders**

landbouw, veeteelt, bosbouw
vaakst voor in de landbouws
agrariërs vaker aanwezig dan

In de regio zijn een heel aantal
agrarische sector. Dat betekent
deze risicogroep vallen. Aandacht
ook complex. Van deze groep
praten en niet snel zullen
bijeenkomsten. Inzet op hun
kansrijk.

TABOER

TABOER is een gratis en onafhankelijk loket voor boeren en
tuinders en hun omgeving, voor een luisterend oor,
ervaringsverhalen en tips. Er is een telefoonnummer, website en
campagnemateriaal.

Beoogde effecten

- Agrariërs en hun omgeving weten waar ze terecht kunnen met hun zorgen
- Meer kennis en handelingsbekwaamheid van partners in de omgeving (erfbetreders)
- Kansen voor netwerkvorming



dierenartsen, accountants, technici of
er of kunstmest komen vaak herhaaldelijk bij
den daardoor soms een vertrouwensband. Een
speciaal voor deze doelgroep biedt
en handvatten die levensreddend kunnen zijn.

Christen Contact Agrariërs)

er ook bij zorgen rondom persoonlijke
omstandigheden. In de regio bieden zij speciaal



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Onder agrariërs vallen de groepen mensen die werken in **Gatekeepertraining voor erfbetreders**

landbouw, veeteelt, bosbouw
vaakst voor in de landbouws
agrariërs vaker aanwezig dan

In de regio zijn een heel aantal
agrarische sector. Dat betekent
deze risicogroep vallen. Aandacht
ook complex. Van deze groep
praten en niet snel zullen
bijeenkomsten. Inzet op hun
kansrijk.

TABOER

TABOER is een gratis en onafhankelijk loket voor boeren en
tuinders en hun omgeving, voor een luisterend oor,
ervaringsverhalen en tips. Er is een telefoonnummer, website en
campagnemateriaal.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: 20 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente: n.t.b.

Kosten per training (schatting) € 3.000,-



dierenartsen, accountants, technici of
er of kunstmest komen vaak herhaaldelijk bij
den daardoor soms een vertrouwensband. Een
speciaal voor deze doelgroep biedt
en handvatten die levensreddend kunnen zijn.

Christen Contact Agrariërs)

er ook bij zorgen rondom persoonlijke
omstandigheden. In de regio bieden zij speciaal



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Vroegtijdige signalering hoogrisicogroepen

Verkenning aanpak
onderwijs

Studenten

Agrariërs

Onder agrariërs vallen de groepen mensen die werken in **Gatekeepertraject voor erfbetreders**

landbouw, veeteelt, bosbouw
vaakst voor in de landbouws
agrariërs vaker aanwezig dan

Lokaal of (sub)regionaal

Subregionaal; in gemeenten met groepen
inwoners die in de risicogroep vallen.

In de regio zijn een heel aantal
agrarische sector. Dat betekent
deze risicogroep vallen. Aandacht
ook complex. Van deze groep
praten en niet snel zullen deelnemen aan (groeps)aanbod en
bijeenkomsten. Inzet op hun omgeving is daarom belangrijk en
kansrijk.

TABOER

TABOER is een gratis en onafhankelijk loket voor boeren en
tuinders en hun omgeving, voor een luisterend oor,
ervaringsverhalen en tips. Er is een telefoonnummer, website en
campagnemateriaal.



dierenartsen, accountants, technici of
er of kunstmest komen vaak herhaaldelijk bij
den daardoor soms een vertrouwensband. Een
speciaal voor deze doelgroep biedt
en handvatten die levensreddend kunnen zijn.

Christen Contact Agrariërs)

er ook bij zorgen rondom persoonlijke
(psychische) omstandigheden. In de regio bieden zij speciaal

zorgaanbod.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

In deze programmalijn wordt allereerst verkend welke data (nog) missen, en welke bronnen beschikbaar zijn. Hierbij kan worden gedacht aan een analyse van ambulanceritten, [forensische geneeskunde](#), of kennis van wijkregisseur, politie of woningbouwvereniging. Dit kan nieuwe inzichten opleveren. In onze regio zien de medewerkers van de RAV bijvoorbeeld een toename van suïcide(pogingen) tijdens de feestdagen. Ook landelijk wordt onderzoek gedaan en nieuwe bronnen onderzocht.

Eind december 2025 heeft 113 Suïcidepreventie een regiobeeld (GGD) gepubliceerd. De komende jaren zullen deze regiobeelden zorgen voor meer (regionaal) inzicht in gebruikte methodes, gevaarlijke plekken, aantallen, e.d. In het regiobeeld zijn data opgenomen die eerder niet beschikbaar waren, zoals politie-informatie en psychosociale autopsiegegevens. Momenteel zijn deze data nog niet op regionaal of lokaal niveau beschikbaar. In 2026 werkt 113 samen met de GGD'en verder aan het verrijken van de regiobeelden.

Gevaarlijke plekken in beeld

Daarnaast kan worden onderzocht welke mogelijkheden er zijn met de data van Hecht RAV (ambulancedienst), Hecht ZVH (Forensische geneeskunde) en of er samenwerking mogelijk is met de bijzondere leerstoel Suïcidepreventie bij de Universiteit Leiden (Prof.Dr.Renske Gilissen) en de Professional Doctorate Suïcide en Zelfverminking bij de Haagse Hogeschool (Lector Y. van Zaaen).

Een eerste gesprek met een onderzoeker van het LUMC is reeds gevoerd. In het betreffende onderzoek wordt onderzocht in hoeverre omgevingsfactoren van invloed zijn op suïcidaliteit. Binnen dit onderzoek kunnen ook subgroepen gevormd worden, bijvoorbeeld studenten of agrariërs, waardoor er ook afzonderlijke resultaten per doelgroep beschikbaar komt.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

In deze programmalijn wordt allereerst verkend welke data (nog) missen, en welke bronnen beschikbaar zijn. Hierbij kan worden gedacht

geneeskunde
woningbouw
onze regio
toename
landelijk v

Eind december
(GGD) ge
zorgen v
gevaarlijk
opgenomen
informatie
deze data
2026 wer
van de regiobeelden.

Forensische geneeskunde

Forensisch arts kunnen bijdragen aan het onderzoek naar suïcide middels psychosociale autopsie.

Psychosociale autopsie

De methode 'psychosociale autopsie' onderzoekt middels vragenlijsten en diepte-interviews de signalen en kenmerken van mensen die in de periode voorafgaand aan zelfdoding werden waargenomen door hun naasten en professionals.

De verkregen kennis wordt gebruikt als aanknopingspunt voor het maken en verbeteren van (suïcidepreventie)beleid. Bijvoorbeeld over hoe en op welke momenten we het best kunnen uitreiken naar mensen met suïcidaliteit, of welke maatregelen we kunnen nemen als maatschappij.

Meer informatie: <https://handreiking-na-suicide.nl/>

Daarnaast kan worden onderzocht welke mogelijkheden er zijn met de data van Hecht R



mbulancedienst), Hecht ZVH er samenwerking mogelijk is icidepreventie bij de Universiteit n) en de Professional Doctorate e Haagse Hogeschool (Lector Y.

derzoeker van het LUMC is reeds rzoek wordt onderzocht in



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

doelgroep beschikbaar komt.

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

In deze programmalijn wordt allereerst verkend welke data (nog) missen, en welke bronnen beschikbaar zijn. Het gaat hierbij om gedachten aan een analyse van de regionale situatie, de geneeskunde, of kennis van de lokale woningbouwvereniging. Dit kan ook zijn dat onze regio zien de medewerkers van de toename van suïcide(pogingen) en dat landelijk wordt onderzocht ge

Eind december 2025 heeft de GGD gepubliceerd. De komende tijd zullen zorgen voor meer (regionaal) data over gevaarlijke plekken, aantallen opgenomen die eerder niet beschikbaar waren, zoals politie-informatie en psychosociale autopsiegegevens. Momenteel zijn deze data nog niet op regionaal of lokaal niveau beschikbaar. In 2026 werkt 113 samen met de GGD'en verder aan het verrijken van de regiobeelden.

Beoogde effecten

- Meer inzicht en data over tal van facetten rondom suïcide in Nederland en onze regio
- Verrijking van beleid en uitvoering van suïcidepreventie
- Vergroten van het beoogde effect: Samenwerking met een onderzoeker van het LUMC is reeds effectende onderzoek wordt onderzocht in

Daarnaast kan worden onderzocht welke mogelijkheden er zijn om de RAV (ambulancedienst), Hecht ZVH (geskonde) en of er samenwerking mogelijk is met de leerstoel Suïcidepreventie bij de Universiteit van Amsterdam (Janske Gilissen) en de Professional Doctorate in Suïcidepreventie bij de Haagse Hogeschool (Lector Y. van der Kolk). Het onderzoek met een onderzoeker van het LUMC is reeds effectende onderzoek wordt onderzocht in de volgende vingsfactoren van suïcidaliteit. Het onderzoek kunnen

ook subgroepen gevormd worden, bijvoorbeeld studenten of agrariërs, waardoor er ook afzonderlijke resultaten per doelgroep beschikbaar komt.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

In deze programmalijn wordt allereerst verkend welke data (nog) missen, en welke bronnen beschikbaar zijn. Het gaat hierbij om gedachten aan een analyse van de regio, zoals de [geneeskunde](#), of kennis van de woningbouwvereniging. Dit kan ook zijn dat onze regio zien de medewerkers van de GGD. De toename van suïcide(pogingen) in de regio landelijk wordt onderzocht ge

Eind december 2025 heeft de GGD (GGD) gepubliceerd. De komende jaren zullen deze regiobeelden zorgen voor meer (regionaal) inzicht in gebruikte methodes, gevaarlijke plekken, aantallen, e.d. In het regiobeeld zijn data opgenomen die eerder niet beschikbaar waren, zoals politie-informatie en psychosociale autopsiegegevens. Momenteel zijn deze data nog niet op regionaal of lokaal niveau beschikbaar. In 2026 werkt 113 samen met de GGD'en verder aan het verrijken van de regiobeelden.

Kosten en inzet

Inzet projectleider: ca. 40 uur

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente: n.t.b.

Eventuele kosten nog onbekend: n.t.b.

Daarnaast kan worden onderzocht welke mogelijkheden er zijn om de RAV (ambulancedienst), Hecht ZVH (geneeskunde) en of er samenwerking mogelijk is met de leerstoel Suïcidepreventie bij de Universiteit van Amsterdam (Janske Gilissen) en de Professional Doctorate in Suïcidepreventie bij de Haagse Hogeschool (Lector Y.

De samenwerking met een onderzoeker van het LUMC is reeds aan het effectende onderzoek wordt onderzocht in

hoeverre de omgevingsfactoren van invloed zijn op suïcidaliteit. Binnen dit onderzoek kunnen ook subgroepen gevormd worden, bijvoorbeeld studenten of agrariërs, waardoor er ook afzonderlijke resultaten per doelgroep beschikbaar komt.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

In deze programmalijn wordt allereerst verkend welke data (nog) missen, en welke bronnen beschikbaar zijn. Het gaat om data die gedacht aan een analyse van de regio, bijvoorbeeld [geneeskunde](#), of kennis van de werking van de woningbouwvereniging. Dit kan ook data van onze regio zien de medewerkers van de GGD. De toename van suïcide(pogingen) wordt landelijk wordt onderzoek gedaan.

Lokaal of (sub)regionaal
Regionaal, met mogelijk lokale effecten

Daarnaast kan worden onderzocht welke mogelijkheden er zijn om de toegang tot dodelijke middelen te beperken. Dit kan bijvoorbeeld RAV (ambulancedienst), Hecht ZVH (psychiatrie) en of er samenwerking mogelijk is met de leerstoel Suïcidepreventie bij de Universiteit van Amsterdam (Prof. M. van der Grinten, Dr. J. van der Grinten, Dr. M. van der Grinten) en de Professional Doctorate in Suïcidepreventie bij de Haagse Hogeschool (Lector Y. van der Grinten).

Eind december 2025 heeft 113 Suïcidepreventie een regiobeeld (GGD) gepubliceerd. De komende jaren zullen deze regiobeelden zorgen voor meer (regionaal) inzicht in gebruikte methodes, gevaarlijke plekken, aantallen, e.d. In het regiobeeld zijn data opgenomen die eerder niet beschikbaar waren, zoals politie-informatie en psychosociale autopsiegegevens. Momenteel zijn deze data nog niet op regionaal of lokaal niveau beschikbaar. In 2026 werkt 113 samen met de GGD'en verder aan het verrijken van de regiobeelden.

Een eerste gesprek met een onderzoeker van het LUMC is reeds gevoerd. In het betreffende onderzoek wordt onderzocht in hoeverre omgevingsfactoren van invloed zijn op suïcidaliteit. Binnen dit onderzoek kunnen ook subgroepen gevormd worden, bijvoorbeeld studenten of agrariërs, waardoor er ook afzonderlijke resultaten per doelgroep beschikbaar komt.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

Het beperken van de toegang tot middelen voor zelfmoord kan de zelfmoordpoging onderbreken, tijd kopen en mensen de tijd geven de zelfmoord(poging) te overdenken. Met de juiste hulp kunnen mensen met suïcidale gedachten een crisis doormaken en herstellen. Alles wat een zelfmoord vertraagt of verstoort kan levensreddend zijn.

Om toegang tot fysieke plaatsen te beperken is inzicht nodig in welke plaatsen gevaarlijk zijn. Dit inzicht is verkrijgbaar door analyse van lokale- en regionale data.

Voorbeelden van gevaarlijke plekken zijn bijvoorbeeld [spoorwegovergangen](#) en [hoge gebouwen](#).

Er loopt momenteel bij 113 een pilot met een kleinschalige interventie bij hoge gebouwen. Gemeenten kunnen hun interesse aangeven.

Lokale partijen die veel in de wijk werken, hebben vaak veel kennis en inzichten over mogelijk risicovolle plekken. Denk daarbij aan wijkregisseurs, politie, BOA's, buurtwerkers en jongerenwerk. Een inventarisatie kan informatie over lokale 'hotspots' opleveren.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Guiding data

Gevaarlijke plekken in beeld

Spoorwegovergangen/ -plekken
Onze regio kent ook een aantal spoorwegovergangen/plekken op het spoor die makkelijk toegankelijk zijn. Er zijn helaas af en toe geslaagde pogingen op het spoor in onze regio. ProRail heeft een eigen programma voor Suïcidepreventie.

Om toegang tot fysieke
welke plaatsen gevaarlijk
analyse van lokale- en re

Voorbeelden van ge
spoorwegovergangen en

Er loopt momenteel bij interventie bij hoge geboortegedragingen.

Spoorwegovergangen/ -plekken

Onze regio kent ook een aantal spoorwegovergangen/plekken op het spoor die makkelijk toegankelijk zijn. Er zijn helaas af en toe geslaagde pogingen op het spoor in onze regio. Prorail heeft een eigen programma voor Suïcidepreventie. Samen met hen kunnen we bespreken welke plekken risicovol zijn (hotspots) en wat de regio of gemeenten aanvullend op het programma van Prorail nog zou kunnen bijdragen.

Prorail is bereid aan te sluiten bij een regionale bijeenkomst als dit geagendeerd wordt.

Meer informatie

Marjolein Snel (Programmamanager en beleidsadviseur suïcidepreventie Prorail)

Onze regio kent ook een aantal spoorwegovergangen/plekken op het spoor die makkelijk toegankelijk zijn. Er zijn helaas af en toe geslaagde pogingen op het spoor in onze regio. Prorail heeft een eigen programma voor Suïcidepreventie. Samen met hen kunnen we bespreken welke plekken risicovol zijn (hotspots) en wat de regio of gemeenten aanvullend op het programma van Prorail nog zou kunnen bijdragen.

Prorail is bereid aan te sluiten bij een regionale bijeenkomst als dit geagendeerd wordt.

Meer informatie

Marjolein Snel (Programmamanager en beleidsadviseur suïcidepreventie Prorail)

Ze hebben vaak veel tekken. Denk daarbij aan kers en jongerenwerk. Ze 'hotspots' opleveren.

Beoogde effecten

Kosten en inzet

meer te

 Lokaal of (sub)regionaal

meer te

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

Het beperken van de toegang tot middelen voor zelfmoord kan de Lokale partijen die veel in de wijk werken hebben vaak veel zelfmoordpoging onder de zelfmoord(poging) plekken. Denk daarbij mensen met suïcida kers en jongerenwerk. herstellen. Alles wat 'hotspots' opleveren. levensreddend zijn.

Om toegang tot fysieke welke plaatsen gevaar analyse van lokale- en

Voorbeelden van [spoorwegovergangen](#)

Er loopt momenteel interventie bij hoge gevaar aangeven.

Gebouwveiligheid

Suïcidepreventie binnen gebouwbeheer vraagt altijd om maatwerk - elk gebouw heeft unieke eigenschappen en mogelijkheden. Hoewel bepaalde preventieve maatregelen het risico kunnen verlagen, is er geen garantie dat een gebouw volledig suïcide-veilig kan worden gemaakt. Het doel is om realistische en haalbare maatregelen te treffen die passen bij de specifieke situatie. Met de juiste inzet van gebouwveiligheidsopties kunnen professionals bijdragen aan een veiligere omgeving, ook al blijft er een zekere mate van onvoorspelbaarheid bestaan. In gesprek met lokale professionals moet worden onderzocht welke gebouwen in aanmerking komen.

Meer informatie: [Handreiking gebouwveiligheid.pdf](#)

Beoogde effecten

Kosten en inzet

Klik om meer te
lezen.



Lokaal of (sub)regionaal

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

Het beperken van de toegang tot middelen voor zelfmoord kan de zelfmoordpoging onderbreken en de zelfmoord(poging) te overmensen met suïcidale gedachten herstellen. Alles wat een zelfmoord levensreddend zijn.

Om toegang tot fysieke plaatsen welke plaatsen gevaarlijk zijn analyse van lokale- en regionale

Voorbeelden van gevaarlijke [spoorwegovergangen](#) en [hoge gebouwen](#)

Er loopt momenteel bij 113 een pilot met een kleinschalige interventie bij hoge gebouwen. Gemeenten kunnen hun interesse aangeven.

Lokale partijen veel in de wijk werken, hebben vaak veel mogelijk risicovolle plekken. Denk daarbij politie, BOA's, buurtwerkers en jongerenwerk. Kan informatie over lokale 'hotspots' opleveren.

Beoogde effecten

- Eénduidig beeld over gevaarlijke plekken in de gemeente
- Verkenning van inzet gebouwveiligheidsopties en veilige spoorwegovergangen



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

Het beperken van de toegang tot middelen voor zelfmoord kan de zelfmoordpoging onderbreken, tijd kopen en mensen de tijd geven de zelfmoord(poging) te overdenken. Het helpt ook mensen met suïcidale gedachten te herstellen. Alles wat een zelfmoord voorkomt is levensreddend zijn.

Om toegang tot fysieke plaatsen te beperken, wordt een analyse van welke plaatsen gevaarlijk zijn gemaakt. Dit wordt gedaan door een analyse van lokale- en regionale gegevens.

Voorbeelden van gevaarlijke plaatsen zijn [spoorwegovergangen](#) en [hoge gebouwen](#).

Er loopt momenteel bij 113 een pilot met een kleinschalige interventie bij hoge gebouwen. Gemeenten kunnen hun interesse aangeven.

Lokale partijen zoals politie, BOA's, buurtwerkers en jongerenwerk, hebben vaak veel kennis en inzicht in de wijk werken, hebben vaak veel kennis en inzicht in de wijk werken, hebben vaak veel kennis en inzicht in de wijk werken. Denk daarbij aan informatie over lokale 'hotspots' opleveren.

Kosten en inzet

Inzet projectleider n.t.b.

Inzet lokale beleidsmedewerker gemeente n.t.b.

Inzet communicatiemedewerker gemeente n.t.b.

Kosten: nog onbekend



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te
lezen.

Toegang tot dodelijke middelen beperken

Duiding data

Gevaarlijke plekken in
beeld

Het beperken van de toegang tot middelen voor zelfmoord kan de zelfmoordpoging onderbreken of de zelfmoord(poging) te overleven. Het helpt mensen met suïcidale gedachten om hulp te herstellen. Alles wat een zelfmoord kan levensreddend zijn.

Om toegang tot fysieke plaatsen te beperken, welke plaatsen gevaarlijk zijn, is een analyse van lokale- en regionale gegevens nodig.

Voorbeelden van gevaarlijke plekken zijn [spoorwegovergangen](#) en [hoge gebouwen](#).

Er loopt momenteel bij 113 een pilot met een kleinschalige interventie bij hoge gebouwen. Gemeenten kunnen hun interesse aangeven.

Lokale partijen zoals politie, BOA's, buurtwerkers en jongerenwerk, die veel in de wijk werken, hebben vaak veel kennis over mogelijk risicovolle plekken. Denk daarbij aan informatie over lokale 'hotspots' opleveren.

Lokaal of (sub)regionaal

Lokale verkenning van gevaarlijke plekken in de gemeente. Onder andere met behulp van lokale netwerkpartners.



Beoogde effecten



Kosten en inzet



Lokaal of (sub)regionaal

Klik om meer te lezen.

Monitoring

Landelijke monitoring

Het exacte aantal pogingen tot zelfdoding in Nederland is niet bekend, omdat er (nog) geen centrale plek is waar dit geregistreerd wordt. Er is grote behoefte aan een goede landelijke registratie van suïcidepogingen en een databank met effectieve interventies.

Het RIVM gaat de landelijke monitoring en evaluatie van suïcidepreventie verzorgen. Het is op dit moment nog niet bekend wat zij daarvoor gaan uitvragen aan regio's en gemeenten.

Regionale monitoring

Het hoofddoel van de inzet op suïcidepreventie is dat het aantal suïcides en – pogingen landelijk omlaag gaat, en dat dat uiteindelijk ook in onze regio zichtbaar zal zijn.

Vanwege het relatief kleine aantal gevallen in onze regio, is het moeilijk om binnen een aantal jaar de effectiviteit van dit plan aan te tonen.

Wat wel direct gemonitord kan worden, is de toename van deelname en uitvoering van betrokken partijen, toename van

kennis en getrainde vrijwilligers en professionals en het aantal activiteiten.

Voorbeelden van meetbare resultaten:

- Actieve regionale kernteams (1 of 2)
- Het thema wordt geagendeerd in lokale netwerkoeverleggen
- Georganiseerde gatekeepertrainingen
- Deelnemers aan een gatekeepertraining
- Organisaties met getrainde medewerkers of vrijwilligers
- Gehouden activiteiten en bijeenkomsten
- Aantallen deelnemers aan bijeenkomsten en activiteiten
- Aantallen scholen met een programma of interventie
- Er wordt bij herhaling bekendheid gegeven richting inwoners
- Er wordt bij herhaling bekendheid gegeven richting vrijwilligers/verenigingen
- Er wordt bij herhaling bekendheid gegeven richting lokale (semi)professionals
- Cijfers over suïcidegedachten in de diverse GGD-monitors

Begroting (voorlopig)

Globale begroting, bedragen per jaar Beschikbaar regionaal budget 2026: € 419.480,-	Personele kosten	Uitvoeringskosten
Inzet projectleiders (2x16 uur)	€ 155.000,-	
Inzet Gatekeeperstraining (30 per jaar)		€ 47.250,-
Symposium (1x per 2 jaar, ca. € 75.000)		€ 37.500,-
Vacatiegelden kerngroepen (indicatie uitgaande van 2 groepen)		€ 45.000,-
Kosten lokale acties (bankjes etc.)		€ 18.000,-
Inzet interventies risicogroepen		€ 100.000,-
Overige projectkosten		€ 16.730,-
Totale kosten	€ 155.000,-	€ 264.480,-
Totaal coördinatie en uitvoering	€ 419.480,-	

Het Life Span model is ontwikkeld in Australië en heeft daar bewezen effectief te zijn. Het model bestaat uit 9 elementen die krachtige mogelijkheden bieden voor inzet op landelijk, regionaal en lokaal niveau en ook in alle domeinen.

Het Life Span model gaat gebruikt worden als inhoudelijke kapstok voor de nieuwe Landelijke Agenda suïcidepreventie (2026-2031). Dit model is bewezen effectief in het verminderen van suïcidepogingen en suïcides.

Het model omvat, naast inhoudelijke thema's, een groot aantal randvoorwaarden.

Door gezondheid, onderwijs, eerstelijnsparitijen, bedrijfsleven en de gemeenschap te verbinden wordt een gezamenlijke aanpak rondom suïcidepreventie gevormd.



Klik op de domeinen om er meer over te lezen.

Het Life Span model is ontwikkeld in Australië en heeft daar bewezen effectief te zijn. Het model bestaat uit 9 elementen die krachtige mogelijkheden bieden op nationaal, regionaal en lokaal niveau en ook op individueel niveau.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale strategie (2026-2031). Dit model richt zich op het voorkomen van suïcidepogingen en zelfdoding.

Het model omvat, naast de preventie, ook de randvoorwaarden.

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te verbinden, wordt het rondom suïcidepreventie mogelijk.

Nazorg na een suïcidepoging



Een suïcidepoging is de grootste risicofactor voor zelfdoding. Vaak krijgen mensen die op de spoedeisende hulp (SEH, HAP) komen na een poging of zelfbeschadiging voor suïcidale gedachten nu niet de (na)zorg en ondersteuning die ze nodig hebben. In de toekomst is het belangrijk dat er snel contact is na een poging en dat zorgprofessionals getraind zijn in de wijze waarop ze mensen na een poging het beste kunnen bejegenen.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op nationaal, regionaal en lokaal niveau en ook op individueel niveau.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale strategie voor de periode 2026-2031. Dit model richt zich op het voorkomen van suïcidepogingen en suïcides.

Het model omvat, naast de volgende randvoorwaarden:

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te verbinden, kan de rijkdom van de samenleving rondom suïcidepreventie worden vergroot.

Evidence based zorg



Geestelijke gezondheidszorg (GGZ) heeft een belangrijke rol in het voorkomen van suïcides. De huidige wachtlijsten zijn problematisch, maar helaas ook niet 1-2-3 op te lossen. Online therapie en andere 'wachtverzachters' bieden de komende jaren kansen om in deze wachtperiode toch zorg te bieden. En welke zorg ook wordt ingezet, de regie ligt altijd bij de cliënt. Alleen door samen te werken – met cliënten, naasten en tussen verschillende domeinen - kan de zorg echt verbeteren. Richt je daarbij op het verkleinen van de handelingsverlegenheid bij zorgprofessionals.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op nationaal, regionaal en lokaal niveau en ook op individueel niveau.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale strategie voor de periode 2026-2031. Dit model richt zich op de preventie van suïcidepogingen en zelfdoding.

Het model omvat, naast de volgende randvoorwaarden:

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te betrekken bij de preventie van suïcidepogingen en zelfdoding.

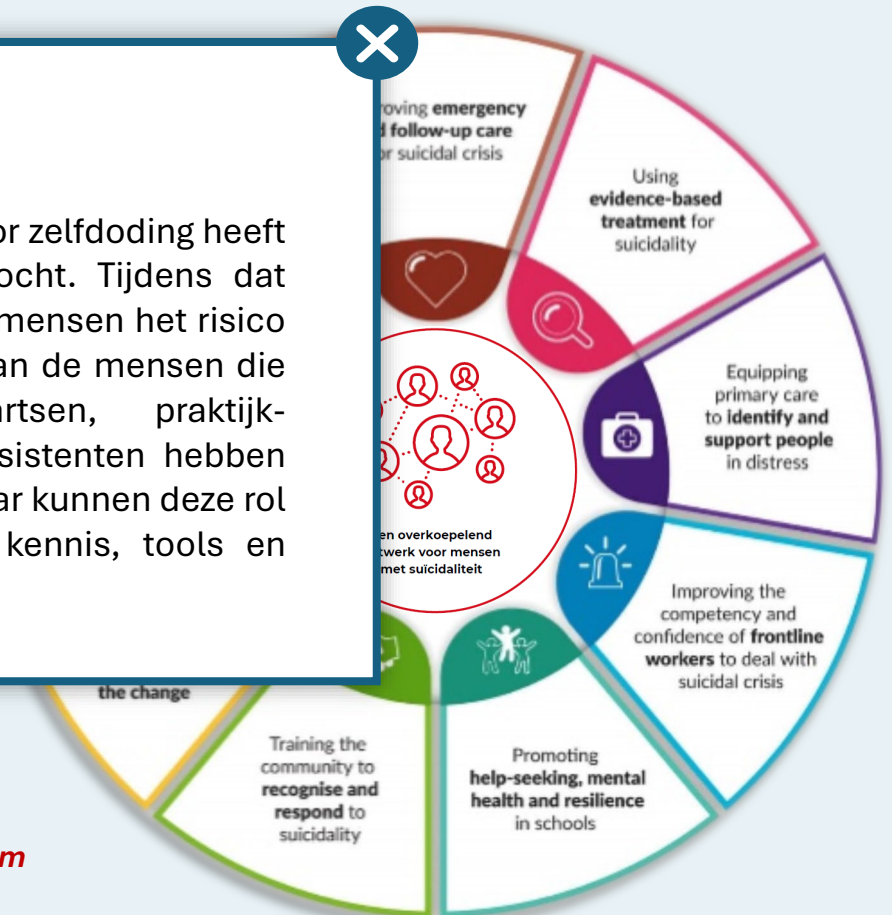
Uitrusten eerstelijnszorg



Eén op de twee mensen die overlijdt door zelfdoding heeft in de maand ervoor de huisarts bezocht. Tijdens dat laatste consult werd bij één op de drie mensen het risico op suïcide herkend: dat is bijna 17% van de mensen die overlijdt door zelfdoding. Huisartsen, praktijk-ondersteuners GGZ (POH-GGZ) en assistenten hebben een cruciale rol in suïcidepreventie, maar kunnen deze rol alleen goed vervullen met de juiste kennis, tools en samenwerkingspartners.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is ontwikkeld in Australië en heeft daar bewezen effectief te zijn. Het model biedt een krachtige mogelijkheid om suïcidepreventie op nationaal en lokaal niveau en op individueel niveau te implementeren.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale suïcidepreventie (2026-2031). Dit model biedt een aanpak van suïcidepogingen en suïcidepreventie op nationaal en lokaal niveau en op individueel niveau.

Het model omvat, naast de nationale suïcidepreventie, de volgende randvoorwaarden:

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te verbinden, wordt de suïcidepreventie rondom suïcidepreventie gevormd.

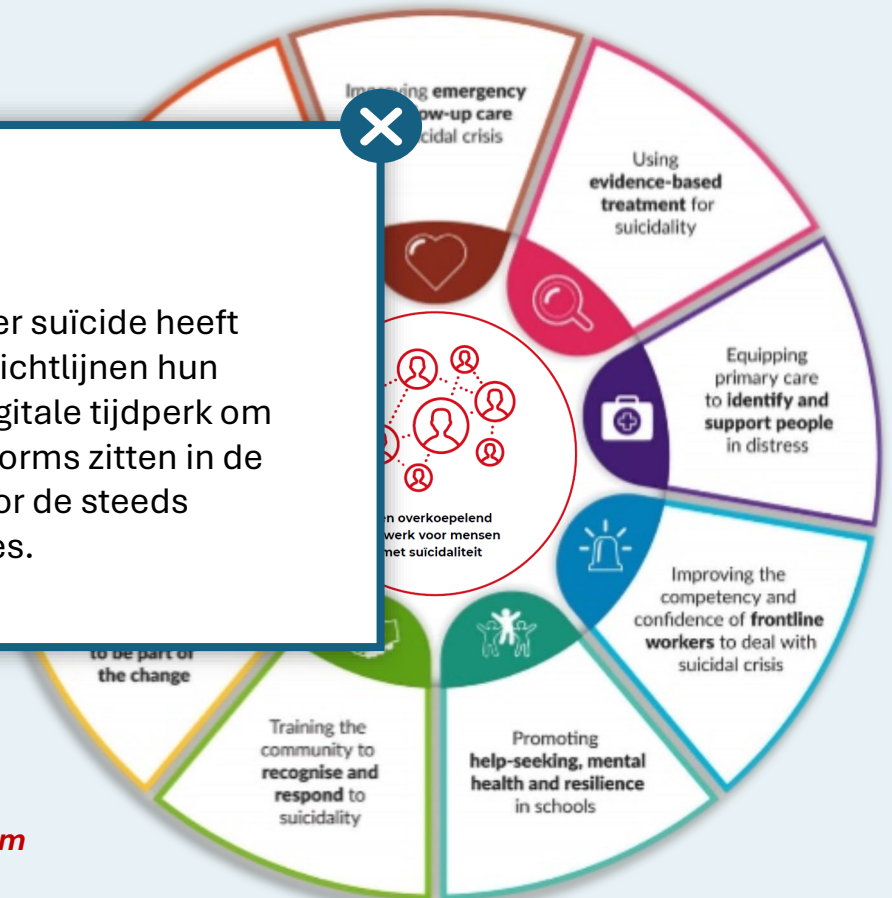
Mediarichtlijnen



De manier waarop media berichten over suïcide heeft grote impact. Waar traditionele mediarichtlijnen hun waarde hebben bewezen, vraagt het digitale tijdperk om een nieuwe aanpak. Socialmedia-platforms zitten in de kern van het probleem, onder meer door de steeds grotere rol van influencers en algoritmes.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op verschillende krachtige mogelijkheden op lokaal niveau en op

Het Life Span model is een kapstok voor de strategieën (2026-2031). Dit model is van suïcidepogingen en

Het model omvat, naast randvoorwaarden.

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te verbinden wordt een gezamenlijke aanpak rondom suïcidepreventie gevormd.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Bevordering van veerkracht, oog voor mentale gezondheid en hulp zoeken op scholen



Bevordering van
veerkracht, oog voor
mentale gezondheid
en hulp zoeken op
scholen

De mentale gezondheid van jongeren staat onder druk, met één derde van de jongeren die mentale klachten ervaart. Onderwijsinstellingen willen hun leerlingen en studenten graag ondersteunen, maar worstelen regelmatig met hoe ze dit kunnen aanpakken. Om echt verschil te maken is een integrale aanpak nodig die begint bij beleid en bestuur, en doorwerkt in de hele onderwijscultuur.

**Klik op de domeinen om
er meer over te lezen.**



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op krachtige mogelijkheden op lokaal niveau en op

Het Life Span model is een kapstok voor de strategieën (2026-2031). Dit model is van suïcidepogingen en

Het model omvat, naast randvoorwaarden.

Door gezondheid, onder de gemeenschap te brengen rondom suïcidepreventie

Samen met de lokale omgeving het taboe doorbreken



Om suïcide te voorkomen is het essentieel dat we als samenleving anders leren praten over mentale gezondheid, het zoeken van hulp en suïcide. Een simpele vraag als "hoe gaat het écht met je?" kan het begin zijn van een belangrijke dialoog. Het taboe op deze gesprekken zorgt voor isolement en maakt het moeilijker om hulp te vragen of te bieden. Voor mensen met suïcidale gedachten én voor naasten. De uitdaging is om dit onderwerp uit de medische sfeer te halen en onderdeel te maken van een bredere dialoog over mentaal welzijn. Mentale veerkracht is een thema wat je hele leven speelt.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op nationaal, regionaal, lokaal niveau en op individueel niveau.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale strategie voor de periode 2026-2031. Dit model is gebaseerd op de kennis van suïcidepogingen en suïcidepreventie.

Het model omvat, naast de volgende randvoorwaarden:

Door gezondheid, onderwijs, eerstelijnsorganisaties, bedrijfsleven en de gemeenschap te verbinden wordt een gezamenlijke aanpak rondom suïcidepreventie gevormd.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Belemmeren toegang tot middelen



Het beperken van toegang tot dodelijke middelen is een van de meest effectieve strategieën in suïcidepreventie. De succesvolle aanpak bij het spoor laat zien wat mogelijk is als partijen samenwerken.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op nationaal, regionaal, lokaal niveau en op individueel niveau.

Het Life Span model is een kapstok voor de nationale strategie voor de periode 2026-2031. Dit model is gebaseerd op de principes van suïcidepreventie en de Life Span model.

Het model omvat, naast de randvoorwaarden, de volgende domeinen:

Door gezondheid, onderwijs, eerstelijnsorganisaties, bedrijfsleven en de gemeenschap te verbinden wordt een gezamenlijke aanpak rondom suïcidepreventie gevormd.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

De gemeenschap toerusten



Veel mensen met suïcidale gedachten communiceren signalen, maar deze worden vaak gemist of verkeerd geïnterpreteerd. Het toerusten van een brede groep mensen in de samenleving om deze signalen te herkennen en er adequaat op te reageren is essentieel. De uitdaging is om niet alleen de al gemotiveerde groepen te bereiken, maar juist ook die mensen die nog niet weten dat ze een belangrijke rol kunnen spelen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op nationaal, regionaal, lokaal niveau en op individueel niveau.

Het Life Span model is de kapstok voor de nationale strategie (2026-2031). Dit model richt zich op het verbeteren van suïcidepogingen en suïcidepreventie.

Het model omvat, naast andere randvoorwaarden, de volgende domeinen:

Door gezondheid, onderwijs en de gemeenschap te betrekken bij suïcidepreventie en ondersteuning van frontliniewerkers.

Verbeteren van competenties van mensen die het eerst ter plaatse zijn



Verbeteren van competenties van mensen die het eerst ter plaatse zijn

Frontliniewerkers, zoals politie, spoor en reddingsdiensten spelen een cruciale rol bij het signaleren van en omgaan met suïcidaliteit. Maar ze hebben vaak onvoldoende tools, training en ondersteuning om deze zware taak goed uit te voeren én zelf mentaal gezond te blijven. Er is behoefte aan een aanpak waarin training, nazorg samenkomen en er binnen organisaties op een andere wijze wordt gekeken naar suïcidepreventie en ondersteuning van frontliniewerkers.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Klik op de domeinen om er meer over te lezen.



Het Life Span model is bewezen effectief te zijn op verschillende krachtige mogelijkheden op lokaal niveau en op

Het Life Span model is een kapstok voor de nieuwste inzichten (2026-2031). Dit model is gericht op van suïcidepogingen en

Het model omvat, naast randvoorwaarden.

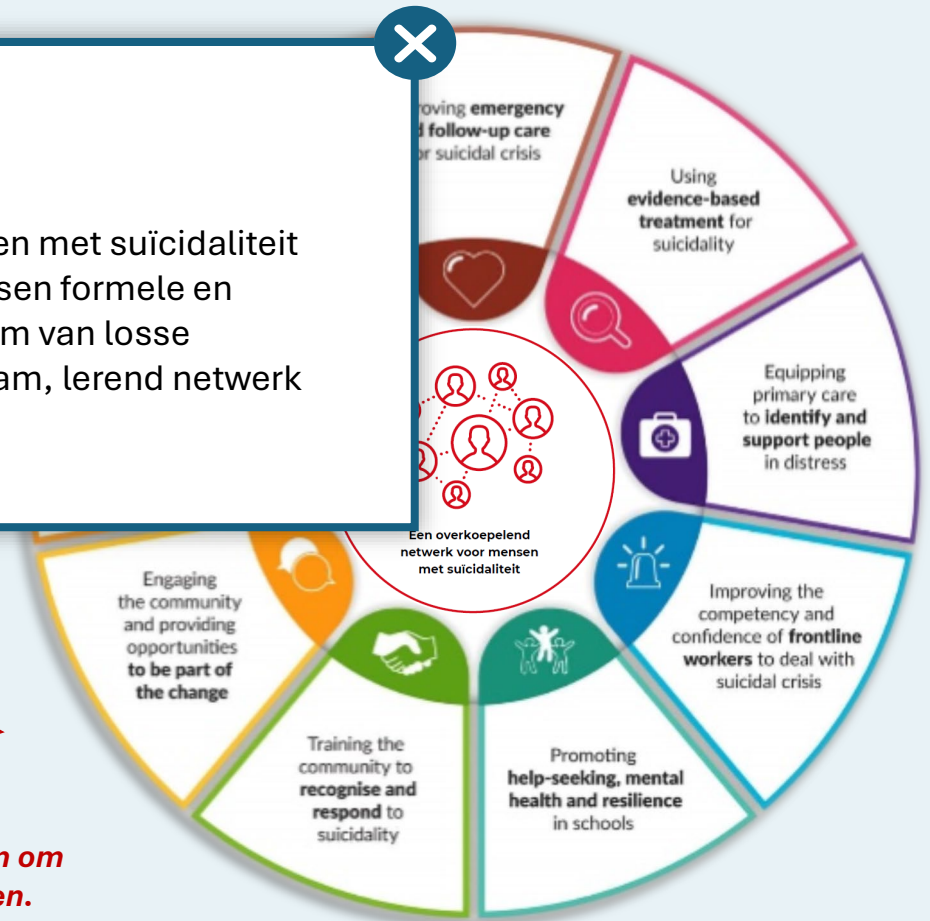
Door gezondheid, onderwijs, eerstelijnsorganisaties, bedrijfsleven en de gemeenschap te verbinden wordt een gezamenlijke aanpak rondom suïcidepreventie gevormd.

Klik op de domeinen rechts om meer over het model te lezen.

Regio (lokaal en (sub)regionaal)



Een effectief netwerk rondom mensen met suïcidaliteit vraagt om nauwe samenwerking tussen formele en informele partners. De uitdaging is om van losse initiatieven te komen tot een duurzaam, lerend netwerk waarin partners elkaar.



Klik op de domeinen om er meer over te lezen.