

# Zelfmoordpreventie Midden-Limburg

## Financiële problemen en suïcidaliteit

Bij (ernstige) schuldenproblematiek kunnen de gevoelens van uitzichtloosheid zo sterk zijn dat mensen gedachten over zelfmoord ontwikkelen. Het is dus cruciaal dat professionals en vrijwilligers in de sociaal-economische sector alert zijn en weten hoe te handelen bij signalen van suïcidaliteit.

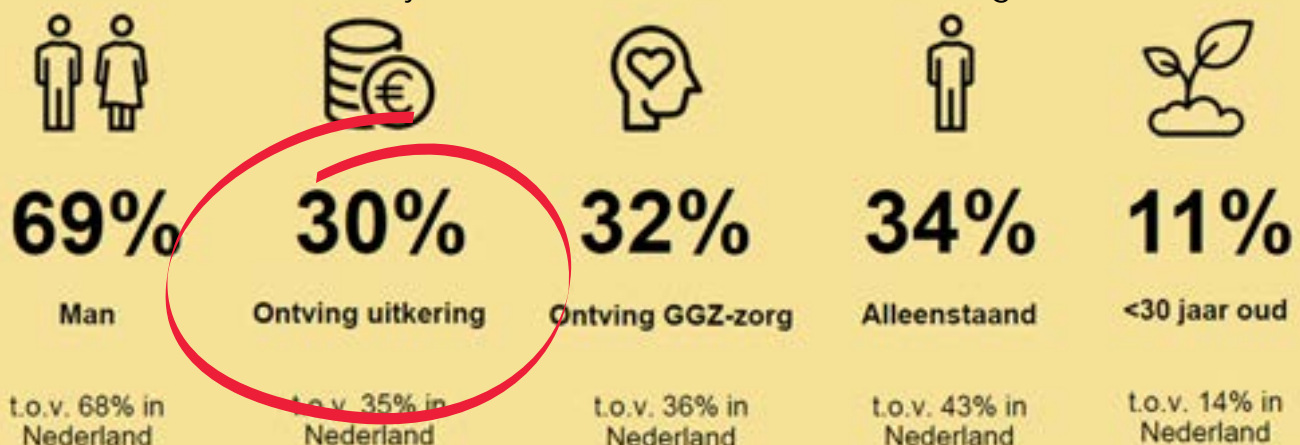


Mentaal gezonde mensen die in grote schulden terecht komen, hebben na drie jaar **3x meer kans** op psychische aandoeningen als mensen die geen financiële zorgen hebben.

Mensen met schulden hebben **2 keer zo vaak** suïcidale gedachten als mensen zonder geldzorgen.

Bij **10 tot 15%** procent van de zelfmoorden is er een relatie met financiële problemen.

Kenmerken van mensen die zijn overleden door suïcide in Midden-Limburg tussen 2013 en 2021



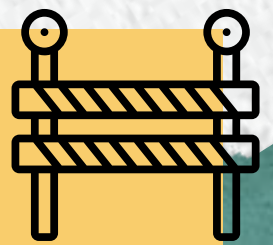
# Hoe kunnen we zelfmoordpreventie integreren in onze dagelijkse praktijk?

## Wat is daarvoor nodig?



- Meer kennis en bewustwording
- Meer handvatten over hoe een gesprek te beginnen en door te vragen
- Herhaling
- Intervisie op dit onderwerp
- Afspraken met ketenpartners
- Breed het algemene publiek informeren

## Waar lopen we tegenaan?



- Management
- Borging in proces
- Samenhang met andere thema's

## Wat kunnen we doen?



- Dé vraag stellen (denk je aan zelfmoord?)
- Trainen van vaardigheden
- Overleggen met management
- Positieve gezondheid inzetten als hulpmiddel
- Inspiratiebijeenkomst organiseren
- Collega's attenderen op online Vraag Maar training (duur 1 uur) & Vraag Maar app van 113
- Werkwijze maken over suïcidepreventie in de eigen organisatie
- Informatie over zelfmoordpreventie delen in de eigen organisatie
- Aandachtsfunctionarissen aanstellen in de eigen organisatie