

Directe ondersteuning bij zelfdodingsgedachten

Contact

U kunt contact opnemen met een medewerker van het team
Suïcidepreventie via het secretariaat Meldpunt en Advies Bijzondere Zorg
van GGD Zaanstreek-Waterland

T 075 - 651 83 80, op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur

E mabz@ggdzw.nl

Team Suïcidepreventie



april 2025



Team Suïcidepreventie



Contact met de hulpverlening

Door gedachten aan zelfdoding of een zelfdodingspoging bent u in contact gekomen met hulpverlening. Het is belangrijk dat er iemand is die naar u luistert. Iemand aan wie u kunt vertellen waardoor u deze gedachten heeft gekregen.

De aanmelding

Met uw toestemming meldt de hulpverlening u aan bij team Suïcidepreventie van GGD Zaanstreek-Waterland. Deze aanmelding zorgt ervoor dat uw contactgegevens bij dit team bekend zijn.

U kunt aangemeld worden als u:

- 18 jaar of ouder bent.
- gedachten heeft aan zelfdoding of u heeft een zelfdodingspoging ondernomen.
- geen hulpverlening van de GGZ ontvangt.

Na de aanmelding

Binnen vijf werkdagen na uw aanmelding bellen wij u. We bespreken hoe het met u gaat en leggen uit wat wij doen. In overleg met u plannen wij een kennismakingsgesprek.

Team Suïcidepreventie

Wij zijn een team van ervaren hulpverleners. Wij hebben veel ervaring met het praten over zelfdoding. Wij gaan met u in gesprek over uw zelfdodingsgedachten en wat u zo wanhopig maakt. Samen met u en uw naasten kijken we welke hulp passend is.

Hoe wij werken

- De gesprekken met team Suïcidepreventie zijn gratis.
- Wij werken altijd in duo's.
- Wij nemen ruim de tijd om uw situatie te bespreken en bieden onze contacten zonder verplichtingen in overleg met u aan.
- De gesprekken zijn bij u thuis of bij ons op kantoor.
- Wij behandelen zelf niet maar kijken samen met u wat er nodig is, wat u wilt én wat bij u past. Hiervoor zijn drie mogelijkheden, zie het kader hieronder.
- Wij werken samen met verschillende zorg- en welzijnsorganisaties om u de best mogelijke ondersteuning te bieden.

Na een inventariserend gesprek zijn er drie mogelijkheden*

1. Casemanagementtraject

Wij helpen u overzicht te krijgen op uw situatie en leiden u, als dat nodig is, naar geschikte zorg. Ook kunnen wij u ondersteunen bij het voeren van moeilijke gesprekken en helpen we zaken weer op de rails te krijgen. Deze vorm van hulpverlening kunnen we een half jaar aanbieden.

2. Monitoring

Door vijf belmomenten per jaar zorgen we voor een extra vangnet en luisterend oor.

3. Afronding

U beslist zelf of u verder wilt gaan na het kennismakingsgesprek of tijdens het traject. Als u wilt stoppen, informeren wij uw huisarts hierover.

*Wij werken volgens de SUMONA-methode.

