

HANDREIKING GEBOUWVEILIGHEID



**Samen
Minder
Suicide**

INHOUD

Inleiding	3
1. Suicidepreventie gebouwveiligheid in 4 stappen	4
2. Hoe weet je welke maatregelen je moet nemen?	5
Doe een risicoanalyse	5
3. Welke maatregelen kun je nemen in bestaande gebouwen?	6
Maatregelen in de fysieke ruimte van gebouwen	6
4. Wat is er nodig om een GGZ-gebouw veilig te houden?	8
1. Afbouw	8
2. Vaste inrichting	8
3. Werktuigbouwkundige installaties	9
4. Elektrische installaties	10
5. Losse inventaris	10
6. Terrein	11
5. Welke rol kunnen gebouwgebruikers spelen?	12
'Zachte maatregelen': de rol van gebouwgebruikers	12
Verantwoording	13
Contact	13

INLEIDING

Waarom deze handreiking

Jaarlijks overlijden in Nederland ongeveer 1.850 mensen door zelfdoding. Dit zijn gemiddeld vijf zelfdodingen per dag. Suïcide is de grootste doodsoorzaak onder jongeren en jongvolwassenen van 10 tot 30 jaar. Circa 10% van de suïcides betreft het springen van hoogte. Suïcide heeft een grote impact op partners, ouders, kinderen, collega's, vrienden en andere naasten, maar ook op de mensen in de omgeving waar de suïcide heeft plaatsgevonden.

Gebouwveiligheid is een onderdeel van effectief suïcidepreventiebeleid. Zowel landelijk als regionaal moeten op verschillende niveaus interventies worden gedaan, om ervoor te zorgen dat het aantal suïcides daalt. Hierbij geeft de literatuur aan dat een combinatie van verschillende maatregelen op verschillende niveaus het meest effectief is. Gedacht kan worden aan suïcidepreventietrainingen voor professionals, publieke campagnes om het taboe te doorbreken en kwalitatief goede zorg aan personen met gedachten aan zelfdoding en hun omgeving. Het beperken van de toegang tot middelen is een essentieel en een van de meest evident bewezen maatregelen ter preventie van zelfdoding.

Voor wie

Deze handreiking biedt praktische ondersteuning voor iedereen die betrokken is bij het ontwerp en/of het beheer en gebruik van gebouwen waar suïcidepreventie een aandachtspunt is, of zou kunnen zijn. Denk hierbij aan beheerders en medewerkers van openbare instellingen en GGZ-instellingen, maar ook aan bewoners van flats, appartementencomplexen en andere gebouwen.

Voor ontwerpers en architecten biedt deze handreiking een aantal preventieve bouwkundige aanbevelingen die kunnen worden overwogen bij het ontwerpen van nieuwe gebouwen. De nadruk ligt op maatregelen die de veiligheid binnen gebouwen verhogen (niet op bijvoorbeeld infrastructurele locaties zoals bruggen of viaducten).

Maatwerk

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.

Deze handreiking biedt ondersteuning bij het nemen van maatregelen die binnen de mogelijkheden van een gebouw haalbaar en zinvol zijn. Door bewust aandacht te besteden aan gebouwveiligheid en dit zorgvuldig te integreren in ontwerp en beheer, doen betrokkenen alles wat binnen hun vermogen ligt om risico's te verkleinen en een veilige ruimte te bieden voor iedereen die in deze gebouwen woont, werkt of verblijft.

1. SUÏCIDEPREVENTIE GEBOUWVEILIGHEID IN 4 STAPPEN

1. Doe een risicoanalyse

- » Maak een risico-inschatting van je gebouwgebruikers.
- » Maak een risico-inschatting van het gebouw.
- » Schakel ervaringsdeskundigen in om gevaarlijke plekken in kaart te brengen en ideeën over beperking van gevaar op te halen.
- » Betrek een diverse groep gebruikers om risico's in kaart te brengen.

2. Maatregelen in de fysieke ruimte van gebouwen

- » Zorg dat 'hoogtes' niet of minder toegankelijk en aantrekkelijk zijn, door afscherming, vangnetten of invulling met bijvoorbeeld een kunstwerk.
- » Hang eventueel (slimme) camera's op of zorg voor extra licht.
- » Markeer gebieden/ruimtes waar mensen zich potentieel in de gevarezone bevinden met bijvoorbeeld een opvallende kleur, zodat omstanders dat intuïtief kunnen opmerken.
- » Denk na over vormgeving en inrichting van het gebouw en beperk gevaarlijke situaties.

3. De rol van gebouwgebruikers

- » Zorg dat de belangrijkste gebouwgebruikers getraind zijn in het herkennen van suïcidaal gedrag en in het aanspreken en contact maken met iemand waar zij zich zorgen over maken.
- » Zorg dat potentieel gevaarlijke locaties veel gebruikt worden om sociale controle te bevorderen.
- » Verwijs discreet naar hulp op risicolocaties.

4. Communiceren over suïcidepreventie

- » Besteed aandacht aan de manier van veilige communicatie over eventuele zelfdodingen.
- » Noem geen details over de methode of plaats bij communicatie met betrekking tot het gebouw.
- » Raadpleeg de mediarijchlijn [Suïcide voorkomen via de media: een handreiking voor mediaprofessionals](#).

Contact

Heb je na het lezen van deze handreiking nog vragen, opmerkingen of behoefte aan contact met 113 Zelfmoordpreventie? Stuur dan een mail naar: kwartiermakers@113.nl.

113
..o

Denk je aan zelfdoding? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met **0800-0113** of chat op **113.nl**

2. HOE WEET JE WELKE MAATREGELEN JE MOET NEMEN?

Doe een risicoanalyse

Maak een risico-inschatting van je gebouwgebruikers

Het is belangrijk om een risico-inschatting van de gebouwgebruikers te maken. In een gesloten afdeling van een GGZ-instelling moeten er andere maatregelen genomen worden dan in bijvoorbeeld een faculteitsgebouw van de universiteit. Maak een inschatting van het type gebruiker dat je in dit gebouw verwacht, of er een verhoogd risico is op bezoekers die suïcidaal zijn, en weeg op basis daarvan af hoeveel beveiliging je treft. 113 definieert verschillende **risicogroepen** die een verhoogd risico lopen op suïcide. Bestaat het grootste deel van je gebouwgebruikers uit een risicogroep? Overweeg dan meer maatregelen.

Maak een risico-inschatting van het gebouw

Het is van belang om een inschatting van het gebouw te maken voor wat betreft het risico op pogingen tot zelfdoding. Let specifiek op toegangspunten die zich 10 meter boven de grond bevinden, publieke toegang tot het gebouw (waarvoor geen pasje of sleutel nodig is), en of het gebouw bekend staat als een gebouw waar eerder een zelfdoding heeft plaatsgevonden.

Schakel ervaringsdeskundigen in om gevaarlijke plekken in kaart te brengen en ideeën over beperking van gevaar op te halen

De inzet van ervaringsdeskundigen kan heel waardevol zijn om inzicht te krijgen waar maatregelen nodig zijn. Een goed voorbeeld was de stationschouw die de NS heeft georganiseerd op een van de treinstations. Een ervaringsdeskundige wees erop dat iemand zich gemakkelijk kan afzonderen aan de uiteindes van het perron. Door deze uiteinden geel te schilderen, krijgen omstanders de visuele aanwijzing dat het niet klopt als iemand zich hier langdurig ophoudt. Ervaringsdeskundigen op het gebied van suïcidaliteit zijn bijvoorbeeld te vinden via het Suïcide Preventie Centrum of opleidingen waar ervaringsdeskundigen worden opgeleid.

Betrek een diverse groep gebruikers om risico's in kaart te brengen

Stel een multidisciplinair team samen vanuit alle gebruikers van het gebouw om zo niks te missen van mogelijke risico's én om bij hen bewustwording te creëren. Denk hierbij aan het gebouwbeheer, de schoonmaakploeg, beveiliging, de kantine, receptie en bezoekers. Iedereen heeft eigen kennis, verschillende ervaringen en inzichten en bevindt zich op andere tijdstippen en plekken binnen een gebouw.

Een voorbeeld van verschillende ervaringen binnen een gebouw is het gebruik van plakhaakjes als kapstok in een gesloten GGZ-instelling. Het losschieten van plakhaakjes doordat er een zware jas aan wordt opgehangen, kan er bij het gebouwbeheer toe leiden de schroefboormachine te pakken en deze haakjes vast te schroeven. Terwijl er juist is gekozen voor een plakhaakje om tegen te gaan dat mensen een suïcidepoging kunnen doen door zich daar te verhangen. Een ander voorbeeld is een schoonmaakploeg die de prullenbakjes in de patiëntenkamer van een plastic zakje voorzag, omdat ze niet alert waren op het risico van verstikking.

Bij organisaties kunnen de maatregelen met betrekking tot deze risico's in een protocol/beleid worden vastgelegd.

3. WELKE MAATREGELEN KUN JE NEMEN IN BESTAANDE GEBOUWEN?

Maatregelen in de fysieke ruimte van gebouwen

Beperk de toegankelijkheid en aantrekkelijkheid van hoogtes door afscherming of door ze te vullen met bijvoorbeeld kunstwerken of installaties.

Door hoogtes af te schermen, de toegang te beperken, barrières te plaatsen of vangnetten op te hangen, kan een poging voorkomen worden. Denk bij hoogtes aan dakterrassen, balkons, ramen en trappenhuisen.

Het beperken van toegang tot (delen van) het gebouw en het plaatsen van fysieke barrières kan springen voorkomen of het proces naar springen toe vertragen, waardoor kans op afstel groter wordt. Het gaat dan bijvoorbeeld om trappen, balkons, daken en kelders waar mensen toegang tot hebben. Britse normen geven de volgende parameters voor maatregelen:

- Een barrière moet minimaal 1,10 meter hoog zijn. Bij een hoger risico op zelfdoding moet de barrière 1,50 of 1,60 meter hoog zijn.
- Op hoge gebouwen is het plaatsen van een hek van minimaal 2,50 meter hoog gewenst, waarbij de bovenkant naar binnen helt. Het moet voor personen die toch over het hek raken wel makkelijk zijn om terug te klimmen.
- Er moet gelet worden op objecten die naast een muur of reling geplaatst worden en als opstap gebruikt kunnen worden.

Als er barrières worden geplaatst, moet er ook aandacht zijn voor onderhoud van deze barrières. Ook moet er nagedacht worden over het materiaal van de barrière en of het materiaal weersbestendig is.

Kunst kan een vorm zijn om hoogtes minder toegankelijk te maken, maar wel de leefbaarheid van het gebouw goed te houden. De 'life saving art' van Tijs Rooijackers is een mooi voorbeeld. Op afbeelding 1 zie je zijn kunstwerk 'TooB', dat in het trappenhuis van een ziekenhuis geïnstalleerd is. Op afbeelding 2 zie je een hekwerk rondom een parkeergarage. Meer informatie over deze kunstwerken en de werkwijze is te vinden op de website: lifesavingart.nl.



Afbeelding 1



Afbeelding 2

Andere voorbeelden van waar barrières zijn geplaatst na zelfdodingen zijn:

- De Dom in Utrecht. Hier zijn hekken rondom de toren geplaatst.
- Het Forum in Groningen. Hier komt op de twee meter hoge glazen balustrade een extra rand met punten. Daarnaast worden in het gebouw balustrades verhoogd.

Verder kan er ook gekozen worden om op potentieel gevaarlijke plekken camera's te installeren. Camera's kunnen het gevoel van privacy verminderen. Daarnaast zijn er ook slimme camera's die een alarm kunnen geven op het moment dat iemand zich bijvoorbeeld een bepaald aantal minuten op dezelfde plek ophoudt. Deze slimme camera's zijn onder andere op een aantal treinstations in Nederland geïnstalleerd.

Markeer gebieden of ruimtes waar mensen zich mogelijk in de gevarenzone bevinden met een opvallende kleur, zodat omstanders dit intuïtief herkennen

Een persoon met gedachten aan zelfdoding kan worden afgeschrikt als hij of zij in de aandacht staat van andere personen. Het kan er ook toe leiden dat omstanders contact maken en ingrijpen. Onderbewuste sturing (nudging) kan hierin ook een rol spelen. Zo wordt er bij het spoor op uiteindes van het station gebruik gemaakt van kleuren om risicoplekken aan te duiden, zodat het opvalt als iemand zich hier bevindt. Hierdoor merken andere mensen op het perron dit eerder op en kunnen mogelijk actie ondernemen als deze persoon 'verdacht' gedrag vertoont.

Aan de tekentafel kan rekening gehouden worden met hoe ruimtes ingedeeld worden, de zichtbaarheid in ruimtes en de verlichting van ruimtes.

Denk na over vormgeving en inrichting van het gebouw en beperk gevaarlijke situaties

Als het gaat om vormgeving en inrichting van een gebouw kan er gedacht worden aan onder andere loze hoge ruimtes, opstapjes langs relingen, de hoogte van relingen en roedes, de opvulling van ruimtes en de toegankelijkheid van hoogtes, materialen en inrichting (douchecabines, kasten, toiletputten en systeemplafonds).

In GGZ-instellingen kan bij de inrichting van kamers en de keuze van materialen rekening worden gehouden met mogelijke risico's op zelfdoding. Denk hierbij aan potentiële bevestigingspunten voor een touw of veter, breekbare spiegels of ramen, en meubilair dat uit elkaar gehaald kan worden.

Potentiële bevestigingspunten zijn bijvoorbeeld leidingen, hang- en sluitwerk van kozijnen, deurklinken en kapstukken in een gebouw. Voorbeelden van materialen zijn een doucheslang of meubels die uit elkaar gehaald kunnen worden.

4. WAT IS ER NODIG OM EEN GGZ-GEBOUW VEILIG TE HOUDEN?

1. Afbouw

Alle afbouwmaterialen en toepassingen dienen in- en uitbraakproof en suïcide-veilig te zijn. Tegelijkertijd moet er ook rekening gehouden worden met veiligheid (vluchtroute bij brand), gezondheid (ventilatie) en leefbaarheid, zodat bewoners, patiënten, medewerkers en gasten te allen tijde in een veilige omgeving verblijven.

! Tips:

- **Beveilig ramen en dakramen tegen volledig openen**
Zorg ervoor dat alle ramen, inclusief dakramen en lichtkoepels, zijn beveiligd tegen volledig openen. Gebruik obstakels zoals stalen buizen of hoekprofielen aan de buitenkant om toegang te bemoeilijken.
- **Minimaliseer risico's van hang- en sluitwerk**
Werk hang- en sluitwerk zoals scharnieren, raamuitzetters en kierstandhouders weg of plaats deze uit het zicht om risico op verhanging te verminderen.
- **Gebruik veilige deurgrepen**
Kies voor speciale deurgrepen of komgrepen waarbij geen koord, touw of voorwerp kan worden bevestigd om de toegang te barricaderen of te gebruiken als ophangpunt.
- **Maak bovenkanten van deuren onbereikbaar**
Zorg ervoor dat de bovenkant van deuren niet als ophangpunt kan dienen. Dit kan gedaan worden door een koof aan te brengen, een verlaagd plafond met een gesloten systeem te plaatsen, de bovenkant van de deur rond te maken en/of een sensor in de deur te installeren die bij een drukkracht van meer dan 25 kilogram een signaal geeft.
- **Beperk risico's van vaste elementen en leuning**
Voorkom het uitsteken van vaste elementen tot 40 centimeter boven de vloer en onderzoek hoe trapleuningen, trapstijlen of relingen veilig ontworpen kunnen worden, passend bij de doelgroep van de ruimte.
- **Vermijd verlaagde plafonds in privéruimten**
Vermijd het gebruik van verlaagde plafonds in slaap- en badkamers, aangezien plafondbalken een potentieel ophangpunt kunnen vormen. Plafonds met een gesloten systeem zijn wel veilig.

2. Vaste inrichting

Alles wat aan de wand bevestigd wordt met een vaste gebruikswaarde is een mogelijk risico en verdient daarom de aandacht van de (interieur)architect. Denk hierbij aan kleding- en handdoekhaken, inductie- en gaskookstellen en vaste sanitaire voorzieningen.

! Tips:

- **Veilige kledinghaken en handdoekrekken**
Gebruik haken en rekken die bij een draagkracht van meer dan 25 kilogram automatisch breken.
- **Gebruik kooktoestellen met een kookduurbegrenzing**
Kies kooktoestellen met een ingebouwde timer, zodat deze na een ingestelde kooktijd automatisch uitschakelen om het risico op oververhitting of brand te voorkomen.

- **Kies voor inductiekooktoestellen voor extra veiligheid**
Inductiekooktoestellen zijn een veilige keuze, omdat de kookplaat alleen verwarmt wanneer er een pan op staat.
- **Beveilig gaskooktoestellen uitgebreid**
Voorzie gaskooktoestellen van een thermokoppel (vlambeveiliging) die de gastoevoer stopt als de vlam uitgaat. Overweeg ook extra beveiliging zoals sleutelschakelaars, beveiligde draaiknoppen, ionisatiebeveiliging en een kookduurbegrenzing.
- **Vermijd risicovolle uitstekende sanitaire elementen**
Zorg ervoor dat uitstekende onderdelen in sanitaire ruimtes, zoals haken, rekken, steunbeugels en douchestoelen breekbaar zijn bij overbelasting of geïntegreerd zijn in de inrichting. Houd rekening met hygiëne- en gezondheidsnormen, zoals legionellapreventie.
- **Maak douchegordijnroedes en -haken veilig**
Monteer douchegordijnroedes en -haken zodanig dat ze loslaten bij een trekkracht van meer dan 25 kilogram.

3. Werktuigbouwkundige installaties

Installaties op het gebied van gas, water, luchtbehandeling en sanitair vormen een risico omdat ze vaak onderdelen hebben, zoals douchekoppen en kranen die én binnen handbereik zijn én zich achter gesloten deuren bevinden. Uiteraard mag het elimineren van de risico's in geen geval de algemene veiligheids- en gezondheidsnormen ondermijnen.

! Tips:

- **Gebruik suicideveilige douchekoppen**
Kies voor douchekoppen met een suicide-veilig ontwerp, die tevens voorzien zijn van speciale filters voor legionellapreventie.
- **Installeer douchesensoren in plaats van kranen**
Overweeg het gebruik van douchesensoren in plaats van traditionele kranen. Bespreek deze oplossing met een installateur en houd rekening met legionellapreventie.
- **Beveilig thermostaatkranen en radiatoren**
Voorzie radiatoren van een omkasting om uitstekende delen, zoals thermostaatkranen, te elimineren. Zorg dat de kast voldoende geperforeerd is voor warmteafgifte. Overweeg bij nieuwbouw een alternatief verwarmingssysteem, zoals vloerverwarming.
- **Werk water- en cv-leidingen weg**
Bevestig water- en cv-leidingen uit het zicht, bijvoorbeeld met een omkasting. Zorg ervoor dat koudwater- en warmwaterleidingen niet in dezelfde omkasting worden geplaatst om legionellabesmetting te voorkomen.
- **Verberg luchtkanalen en kabelgoten**
Zorg dat luchtkanalen, kabelgoten en andere zichtbare leidingen worden weggewerkt.

4. Elektrische installaties

Elektriciteit is een vertrouwd en essentieel onderdeel van het dagelijkse leven. Maar ondanks de algemene protocollen, veiligheidsmaatregelen en NEN-normen vormt dit voor mensen met suïcidaal gedrag een groot risico. Dit is de reden waarom het de voorkeur heeft om bij het ontwerp van een installatie hier rekening mee te houden. Bij bestaande bouw is het aan te raden om alle elektrische onderdelen (waaronder wandverlichting, -contactdozen, snoeren en koorden) in een privéruimte zoals een slaapkamer of badkamer in kaart te brengen om zo oplossingen te realiseren.

! Tips:

- **Kies voor geïntegreerde wand- of plintverlichting**
Gebruik geïntegreerde wand- of plintverlichting in privéruimten als een veilig alternatief wanneer plafondverlichting niet mogelijk is.
- **Beveilig wandcontactdozen vanaf de ontwerpfase**
Zorg al tijdens de ontwerpfase voor veilige wandcontactdozen. Overweeg later aanvullingen zoals wandcontactdoosbeschermers of beveiligde uitvoeringen.
- **Vervang koorden door sensoren**
Vermijd het gebruik van licht- en trekkoorden in situaties waar deze losgemaakt kunnen worden en een risico vormen. Hetzelfde geldt voor het koord bevestigd aan het assistentie-oproepsysteem in een mindervalidentoilet. Gebruik in plaats daarvan sensoren.

5. Losse inventaris

In elke ruimte waar gewerkt en geleefd wordt zijn allerlei mogelijke losliggende voorwerpen voorhanden die iemand zou kunnen gebruiken voor suïcide. Binnen de muren van een instelling kunnen met de juiste preventiemaatregelen risicovolle situaties aanzienlijk verminderd worden door bewuste keuzes te maken in onder andere type kledingkasten en -hangers en de (beperking van) toegang tot keukengerei en schoonmaakmiddelen.

! Tips:

- **Gebruik veilige kledingkasten**
Vervang uitstekende kastgrepen door komgrepen en gebruik pianoscharnieren in plaats van standaard scharnieren. Overweeg het gebruik van open kasten met vaste kledinghangers als alternatief voor deuren.
- **Kies voor suicideveilige kledinghangers**
Gebruik kledinghangers van plaatmateriaal dat stevig genoeg is voor kleding, maar doorbuigt bij te grote draagkracht.
- **Beveilig bedden tegen misbruik**
Bevestig standaardbedden aan de vloer om te voorkomen dat deze rechtop geplaatst kunnen worden. Voor hoog-laagbedden is het belangrijk dat de vergrendeling beveiligd is met een sleutel en alleen door personeel kan worden bediend.
- **Inventariseer keukengerei op risico's**
Maak een lijst van huishoudelijke producten in keukens en beoordeel de risico's. Neem passende maatregelen om deze risico's te beperken en borg deze maatregelen binnen de instelling.
- **Sanitaire benodigdheden veilig monteren**
Monteer closetrolhouders, wandbeugels, douchegordijnroedes en haakjes op een manier dat ze loskomen of breken bij een belasting van meer dan 25 kilogram, of gebruik

kliksysteembevestigingen.

– **Beperk toegang tot geneesmiddelen en schoonmaakmiddelen**

Houd geneesmiddelen, schoonmaakmiddelen en -karretjes en chemische stoffen te allen tijde goed beveiligd.

6. Terrein

Buiten op het terrein is weinig toezicht, waardoor afgelegen donkere plekken een groot risico vormen voor pogingen tot suicide. Ter preventie moeten slecht verlichte plekken, verborgen hoekjes, leegstaande gebouwen, afgelegen schuren, bijgebouwen en andere risicovolle situaties geïnventariseerd worden, eventueel samen met de beheerder. Vervolgens kunnen dan passende maatregelen getroffen worden met bijvoorbeeld licht.

5. WELKE ROL KUNNEN GEBOUWGEBRUIKERS SPELEN?

'Zachte maatregelen': de rol van gebouwgebruikers

Zorg dat de belangrijkste gebouwgebruikers getraind zijn in het herkennen van suïcidaal gedrag en in het aanspreken en contact maken met iemand waar zij zich zorgen over maken

Alle gebruikers van een gebouw, van bezoekers tot al het personeel dat er werkt, kunnen een rol spelen in het opmerken van afwijkend gedrag en in het leggen van contact. 113 Zelfmoordpreventie biedt de [Gatekeepertraining](#) aan. In deze training wordt geleerd om suïcidaliteit te herkennen, het bespreekbaar te maken en hoe men kan doorverwijzen naar professionele hulp. Daarnaast biedt 113 Zelfmoordpreventie ook de gratis online [VraagMaar-training](#) aan. Deze trainingen zijn effectief bevonden in het vergroten van kennis en zelfvertrouwen om het gesprek aan te gaan over zelfdoding.

Zorg dat potentieel gevaarlijke locaties veel gebruikt worden om sociale controle te bevorderen

Door risicoplekken zoals balkons, dakterrassen en open hoge ruimtes een andere invulling te geven of actief te gaan gebruiken, genereer je meer sociale controle op dit soort plekken. Sociale controle kan het gevoel van privacy verminderen en dit kan ervoor zorgen dat mensen besluiten niet over te gaan op zelfdoding. Ook kan het de kans verhogen dat iemand in kan grijpen.

Verwijs discreet naar hulp op risicolocaties

Op locaties waar eerdere (pogingen tot) zelfdodingen hebben plaatsgevonden en locaties waar er een verhoogd risico is op pogingen tot zelfdoding kunnen er concrete handvatten naar hulp geplaatst worden. Dit kan bijvoorbeeld in de vorm van een bord met gegevens naar waar een persoon hulp kan vinden. Dit kan een bord van 113 Zelfmoordpreventie zijn. Bekijk altijd de specifieke locatie: een verwijzing is niet altijd overal gepast. Bij twijfel, neem contact op met 113 Zelfmoordpreventie.

Op afbeelding 3 en 4 staat een bord afgebeeld waarop staat hoe 113 Zelfmoordpreventie te bereiken is. Deze borden staan bijvoorbeeld ook op een aantal plekken langs de spoorwegen.



Afbeelding 3



Afbeelding 4

Verantwoording

Deze handreiking is met grote zorgvuldigheid samengesteld door 113 Zelfmoordpreventie. Voor de samenstelling hiervan zijn verschillende onderzoeken gebruikt om de expertise die we de afgelopen jaren hebben opgedaan en ervaringen uit de (vastgoed)praktijk vast te leggen. De inhoud van deze handreiking dient ter ondersteuning van suïcidepreventie op het gebied van gebouwen, maar moet altijd gezien worden als aanvulling op professionele hulpverlening. Bovendien is het geen garantie dat suïcide in uw gebouw altijd kan worden voorkomen.

Contact

Heb je na het lezen van deze handreiking nog vragen, opmerkingen of behoefte aan contact met 113 Zelfmoordpreventie? Stuur dan een mail naar: kwartiermakers@113.nl.

113
..o

Denk je aan zelfdoding? Neem dan 24/7 gratis en anoniem contact op met 0800-0113 of chat op 113.nl

1. CBS. (2024). Zelfdodingen, 1970 - 2023. <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2024/18/zelfdodingen-1970-2023>
2. CBS. (2024). Zelfdodingen, 1970 - 2023. <https://www.cbs.nl/nl-nl/maatwerk/2024/18/zelfdodingen-1970-2023>
3. Harris, F. M., Maxwell, M., O'Connor, R., Coyne, J. C., Arensman, E., Coffey, C., Koburger, N., Gusmão, R., Costa, S., Székely, A., Cserhati, Z., McDavid, D., van Audenhove, C., & Hegerl, U. (2016). Exploring synergistic interactions and catalysts in complex interventions: longitudinal, mixed methods case studies of an optimised multi-level suicide prevention intervention in four european countries (Ospi-Europe). *BMC Public Health*, 16(1), 268. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2942-z>
4. Suïcide preventie centrum. (n.d.). Suïcide preventie centrum. Retrieved May 27, 2024, from <https://www.suicidepreventiecentrum.nl/>
5. City of London Corporation Environment Department and Public Health Team. (2022). Preventing suicides in high rise buildings and structures: Planning advice note.
6. Rooijackers, T. (n.d.). Levens redden met kunst. Retrieved May 8, 2024, from <https://lifesavingart.nl/>
7. NOS. (2015). Proefhekken op de Dom tegen zelfmoord. <https://nos.nl/artikel/2036722-proefhekken-op-de-dom-tegen-zelfmoord>
8. RTV Noord. (2024, March 1). Forum Groningen neemt extra veiligheidsmaatregelen. <https://www.rtvnoord.nl/cultuur/1135383/forum-groningen-neemt-extra-veiligheidsmaatregelen>
9. Marzano, L., Mackenzie, J.-M., Kruger, I., Borrill, J., & Fields, B. (2019). Factors deterring and prompting the decision to attempt suicide on the railway networks: findings from 353 online surveys and 34 semi-structured interviews. *British Journal of Psychiatry*, 215, 582–587. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.303>
10. Piza, E. L., Welsh, B. C., Farrington, D. P., & Thomas, A. L. (2019). CCTV surveillance for crime prevention. *Criminology & Public Policy*, 18(1), 135–159. <https://doi.org/10.1111/1745-9133.12419>
11. Brabants Dagblad. (2025) Kan 'slimme' camera helpen bij voorkomen van suïcide of moeten we leren praten over dit 'moeilijke' thema? https://www.bd.nl/altena/kan-slimme-camera-helpen-bij-voorkomen-van-suicide-of-moeten-we-leren-praten-over-dit-moeilijke-thema~a76c2aca/?referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F&cb=f5871d72-4511-4659-b3ee-9c754259c1fe&auth_rd=1
12. 113 Zelfmoordpreventie. (n.d.). Gatekeepers. Retrieved April 22, 2024, from <https://www.113.nl/voor-professionals/113-academy-voorlichting-workshops-en-trainingen/suicidepreventietraining-gatekeeper-individuele-aanmelding>
13. Marsh, I., Marzano, L., Mosse, D., & Mackenzie, J.-M. (2021). First-person accounts of the processes and planning involved in a suicide attempt on the railway. *BJPsych Open*, 7(e39). <https://doi.org/10.1192/bjo.2020.173>



www.samenmindersuicide.nl

113
•••