

# 'Ik wilde niet meer verder leven...'

Gelukkig stelde mijn huisarts me de vraag van mijn leven.

---

## **Dromen van een Kennemerland waar niemand radeloos en eenzaam sterft door zelfmoord**

Najaar 2016 is de proeftuin zelfmoordpreventie in Kennemerland opgericht met het motto van onze proeftuin: 'Wij dromen van een Kennemerland waar niemand radeloos en eenzaam sterft door zelfmoord'. Hiermee werken we aan de landelijke ambitie om het aantal suicides terug te dringen. [Lees meer.](#)

---

## **Praten redt levens!**

### ***In gesprek met Enno Trompert over de gatekeepers training***

"Ik heb recent iemand ondersteund die signalen gaf suïcidaal te zijn. Ik begreep dat ik niet bang moest zijn en dat het nodig was verder in gesprek te gaan. Ik heb geprobeerd deze persoon te ondersteunen de huisarts op te zoeken. Alleen al dat ik niet wegliep voor de signalen, bleek te helpen. Op dat moment merk je echt : erover praten helpt!" Lees [meer...](#)

---

## **Wat kan jij doen om zelfmoord tegen te gaan?**

Een van de uitgangspunten van de proeftuin is dat ieder op zijn eigen manier een bijdrage kan leveren aan het terugdringen van zelfmoorden en -pogingen. Daar zijn verschillende instrumenten voor, zoals trainingen, handreikingen, actiegroepen. [Lees meer...](#)

---

## **Doorbreek het taboe over suïcide: maak het bespreekbaar!**

Het onderwerp suïcidaliteit is een onderwerp waar nog een flink taboe op rust, hoe kun je dit nu bespreekbaar maken binnen jouw organisatie? Met collega's? Met buurtgenoten? Met familie? Met diegene zelf?

Vanuit het project 'Samen Suïcide aanpakken in Kennemerland' bieden we verschillende tools aan om het gesprek aan te gaan. Een van die tools is ondersteuning bij het opzetten van een actiegroep. [Lees meer...](#)

---

## **Voortgang op de pijlers in proeftuin Kennemerland**

In de proeftuin wordt gewerkt met een methode, waarbij op 4 pijlers acties in de focusgebieden worden uitgerold. Om de resultaten te kunnen monitoren hebben wij een vijfde pijler toegevoegd en wel die van Onderzoek. Wij hebben de voortgang per pijler op een rij gezet. [Lees meer...](#)

---

## **Wat is de Supranet Community?**

Supranet Community staat voor suïcidepreventieactienetwerk. Dit netwerk zien

wij als een groot en gevarieerd gezelschap van betrokken bestuurders en professionals vanuit een breed maatschappelijk speelveld die de handen uit de mouwen willen steken. Wij blijven dit netwerk steeds uitbreiden, u kunt zelf ook mensen aandragen voor dit netwerk . [Lees meer...](#)

---

partners proeftuin Kennemerland.

