

**zelfmoord1813.be**  
voor info en hulp

**1813**  
zelfmoord 



*Hulp voor jezelf*

---

*Iemand helpen*



*Hulp voor nabestaanden*

---

*Hulp voor hulpverleners*



*Beleid en vorming*

---

*Feiten, cijfers en nieuws*





# Hulp voor jezelf

---

> Bellen, chatten en mailen met **Zelfmoordlijn 1813**

> Over je zelfmoordgedachten **praten**

> Professionele **hulp** zoeken

> Verder **na een zelfmoordpoging**

> Online **zelfhulp**cursus **Think Life.**

> Aan de slag met de apps **ON TRACK AGAIN** **BackUp**  
verder leven na een poging



# *Iemand helpen*

---

- > Signalen herkennen
- > Praten over zelfmoord
- > Professionele hulp zoeken
- > Hulp bieden na een zelfmoordpoging



# *Hulp voor nabestaanden*

---

- > **Rouwen** na zelfdoding
- > **Lotgenoten** ontmoeten in jouw buurt en online
- > Professionele **hulp** zoeken
- > Samen met andere nabestaanden:
  - Je verhaal delen op de **Dag van de Nabestaanden**
  - **Wandelen op 1 mei**

WERK GROEP  
**VERDER....**



# *Hulp voor hulpverleners*

---

- > Detectie en behandeling van suïcidale patiënten/cliënten
- > Instrumenten voor de Psychosociale Evaluatie en Opvang van suïcidepogers (IPEO en KIPEO)
- > Begeleiding van nabestaanden
- > Ondersteuning door ASPFA en 024 24 3000 de suïcidepreventiewerking van de CGG



## *Beleid en vorming*

---

- > Tips en tools voor het opstellen van een **suïcidepreventiebeleid** in scholen, bedrijven, organisaties of (zorg)instellingen
  
- > **Vormingsaanbod** suïcidepreventie en -postventie voor hulpverleners, bedrijven, journalisten en andere doelgroepen



# *Feiten, cijfers en nieuws*

---

- > Zelfmoordcijfers, verklarende factoren en mythes
- > Vlaams Actieplan Suïcidepreventie
- > Actualiteitsblog en nieuwsbrieven
- > Mediarichtlijnen voor berichtgeving over zelfdoding
- > Folders, affiches en brochures

**zelfmoord1813.be**  
voor info en hulp

**1813**  
zelfmoord

Zelfmoord1813 is een initiatief van de Vlaamse Overheid dat kadert in het Vlaams Actieplan Suïcidepreventie. Zelfmoord1813 wordt gecoördineerd door het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie, in samenwerking met het Centrum ter Preventie van Zelfdoding, de Suïcidepreventiewerking van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, Werkgroep Verder, Zorg voor Suïcidepogers.



**Vlaanderen**  
is zorg

