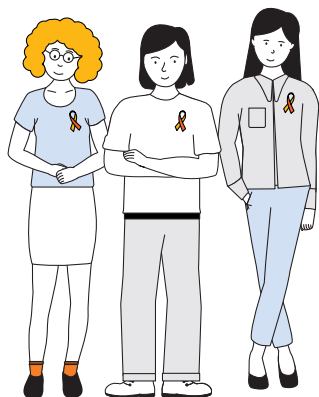


# Toolbox suïcidepreventie op de werkvloer

## Communicatiegids



### Inhoudstafel

Inleiding .....	1
Voorstelling toolbox .....	2
Communicatie inspiratie .....	3
Visuele ondersteuning .....	6
Suïcideveilig communiceren .....	6
Contactgegevens .....	6

### Inleiding

#### Suïcidepreventie op het werk: samen maken we het verschil

De werkvloer is een belangrijke plek voor suïcidepreventie. Zelfdodingen komen vaak voor bij personen die beroepsactief zijn. Dat betekent dat collega's en leidinggevendenden binnen organisaties een unieke positie hebben om signalen van mentale nood te herkennen en er tijdig en gepast op te reageren.

Om organisaties hierin te ondersteunen, ontwikkelden het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie (VLESP) en IDEWE, met steun van de Vlaamse Overheid, de toolbox suïcidepreventie op het werk. Deze toolbox helpt organisaties om suïcidepreventie structureel te integreren in hun welzijnsbeleid en biedt concrete handvaten voor wie op de werkvloer een sleutelrol opneemt.

De toolbox bevat praktische en interactieve materialen, zoals een e-learning met casussen en reflectievragen, sensibiliseringsmateriaal en een helder stappenplan. Deze is vrij toegankelijk, breed inzetbaar en geschikt voor organisaties van elke grootte en sector. De toolbox richt zich in eerste instantie tot leidinggevendenden, HR-professionals, vertrouwenspersonen en preventieadviseurs, maar ondersteunt ook collega's in het herkennen van signalen en het aangaan van een gesprek.

#### Over deze communicatiegids

Met deze communicatiegids willen we jullie aanmoedigen en inspireren om samen met ons zoveel mogelijk organisaties en professionals te bereiken. De gids biedt concrete suggesties om de toolbox bekend te maken binnen je eigen organisatie en netwerk. Samen met de materialen in de bijgevoegde map vind je hier voorbeeldteksten, beelden en achtergrondinformatie die je meteen kan inzetten om onze boodschap verder te verspreiden, binnen en vanuit jouw organisatie. Heel erg bedankt voor je steun!

## Voorstelling toolbox

De toolbox suïcidepreventie op de werkvloer is beschikbaar via de website van Zelfmoord1813: [www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk](http://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk). Hieronder vind je ook de QR-code naar de website, die je kan gebruiken bij verdere verspreiding.



De toolbox is ontwikkeld voor sleutelfiguren zoals vertrouwenspersonen, leidinggevenden, preventieadviseurs en HR-medewerkers, maar ook collega's kunnen ermee aan de slag. De toolbox bevat uiteenlopende materialen die organisaties ondersteunen om actief bij te dragen aan de preventie van zelfdoding.

De **toolbox** bestaat uit **4 grote onderdelen**:



1. Een **slidedeck** over het belang van suïcidepreventie op de werkvloer, bedoeld om management en andere stakeholders binnen je organisatie te sensibiliseren en motiveren om hiermee aan de slag te gaan.
2. Een **e-learning en steekkaarten**, gericht op het versterken van de competenties van sleutelfiguren binnen de organisatie.
3. **Sensibiliseringsmateriaal** om het thema zichtbaar en bespreekbaar te maken binnen de organisatie.
4. **Materiaal voor lange termijn implementatie**, dat organisaties ondersteunt bij het duurzaam verankeren van suïcidepreventie in hun beleid en werking.

Een gedetailleerd overzicht van wat de toolbox inhoudt per onderdeel kan worden teruggevonden via [deze wegwijzer](#).

## Communicatie inspiratie

Hieronder vind je voorbeeldteksten voor interne en externe communicatie over de toolbox. Pas deze gerust aan zodat ze aansluiten bij jouw doelgroep en communicatiedoel, met aandacht voor suïcideveilige communicatie (zie ook [hieronder](#)).



📅 Mogelijke momenten om hierover te communiceren zijn onder andere Werelddag Suïcidepreventie (10 september), Werelddag Mentale Gezondheid (10 oktober) of een relevante gebeurtenis binnen de organisatie.

### Interne communicatie

🎯 **Doelstelling:** medewerkers op de hoogte brengen van de toolbox suïcidepreventie

👤 **Doelgroep:** alle medewerkers, vertrouwenspersonen, leidinggevenden, ...

✉️ **Mogelijke kanalen:** intranet, nieuwsbrief, digitale schermen, ...

📌 **Onderwerp:** Samen maken we het verschil: ontdek de toolbox suïcidepreventie op het werk

🗨️ **Boodschap:**

Welke rol kan jij opnemen in de preventie van zelfdoding? Hoe herken je signalen bij een collega? En hoe kan jij helpen? Ontdek het via de toolbox suïcidepreventie op het werk en volg de bijhorende e-learning. Je leert hoe jij het verschil kan maken voor een collega die het moeilijk heeft, of hoe je steun kan bieden aan iemand die een dierbare verloor aan zelfdoding.

Maak kennis met de toolbox via <https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk>

## Externe communicatie


Hieronder vind je drie mogelijke scenario's om te sensibiliseren rond de toolbox suicidepreventie op de werkplek via nieuwsbrieven, sociale media, gerichte mailing, website of opleidingen.

### Scenario 1: Andere organisaties sensibiliseren en activeren rond suicidepreventie

 **Doelstelling:** andere organisaties aansporen aan de slag te gaan met de toolbox

 **Doelgroep:** andere organisaties binnen jouw netwerk

 **Mogelijke kanalen:** sociale media, nieuwsbrief, gerichte mailing, ...


 **Onderwerp:** Is jouw organisatie klaar om met suicidepreventie aan de slag te gaan?

 **Boodschap:**


Wil je als organisatie actief inzetten op suicidepreventie op de werkvloer en dit thema structureel integreren binnen het welzijnsbeleid van jouw organisatie? Dan is de [toolbox suicidepreventie](https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk) op het werk een handig startpunt. Deze toolbox is ontwikkeld om sleutelpersonen binnen organisaties – zoals vertrouwenspersonen, leidinggevend en HR-medewerkers – te ondersteunen bij het herkennen van signalen van suïcidale gedachten en gedrag. Met concrete tips en materialen, zoals een e-learning, steekkaarten en sensibiliseringsmateriaal, helpt de toolbox hen het vertrouwen en de vaardigheden te ontwikkelen om gepaste acties te ondernemen. De toolbox is gratis en kan geraadpleegd worden via <https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk>.

### Scenario 2: Professionals en sleutelfiguren op de hoogte brengen van de toolbox suicidepreventie op de werkvloer

 **Doelstelling:** professionals en sleutelfiguren informeren over de toolbox

 **Doelgroep:** sleutelfiguren van organisaties binnen jouw netwerk

 **Mogelijke kanalen:** sociale media, nieuwsbrief, gerichte mailing, ...

 **Onderwerp:** Ontdek hoe jij het verschil kan maken: toolbox suicidepreventie op het werk

 **Boodschap:**

Als vertrouwenspersoon, leidinggevende, HR-medewerker of preventieadviseur speel je een sleutelrol in het welzijn van collega's. De toolbox suicidepreventie op het werk ondersteunt je met praktische en toegankelijke materialen om signalen van suïcidale gedachten en gedrag te herkennen, het gesprek aan te gaan en passende acties te ondernemen. Van een e-learning en steekkaarten tot sensibiliseringsmateriaal: alles wat je nodig hebt om suicidepreventie concreet in jouw organisatie te integreren, vind je hier: <https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk>

✉ **Mogelijke kanalen:** verspreiding via jullie aangeboden vormen

Wil je graag informatie rond de toolbox opnemen in een vorming, dan kan je gebruik maken van de overzichtsslide toegevoegd in bijgevoegde map.

### Scenario 3: Ambassadeurschap en goede praktijken van jouw organisatie zichtbaar maken

We streven naar een duurzame verankering van suïcidepreventie op het werk. Daarom nodigen we organisaties die het belang van deze toolbox onderschrijven uit om mee ambassadeur te worden. Door de toolbox te delen via jullie kanalen dragen jullie actief bij aan een groter bereik, meer bewustwording en een sterkere preventieve werking.

🎯 **Doelstelling:** jouw goede praktijken in de kijker te zetten

👤 **Doelgroep:** brede publiek

✉ **Mogelijke kanalen:** kort en krachtig via bv. sociale media

📌 **Onderwerp:** Samen werken aan een suïcideveilige organisatie

🗨️ **Boodschap:**

Binnen onze organisatie zetten we actief in op een suïcideveilige werkplek. De toolbox suïcidepreventie op het werk helpt ons om signalen te herkennen, het gesprek aan te gaan en preventie structureel te verankeren. Een warme aanrader voor elke organisatie die werk wil maken van mentaal welzijn. Ontdek de toolbox hier:

<https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk>

✉ **Mogelijke kanalen:** uitgebreider via website, gerichte mailing, ...

🗨️ **Boodschap:**

De **werkomgeving** is een belangrijke **context** voor **suïcidepreventie**. Hoe iemand zich voelt op het werk heeft een grote impact op het persoonlijk welbevinden, maar omgekeerd kan de privésfeer ook een impact hebben op het werk. Omdat mensen een groot deel van hun tijd op de werkvloer doorbrengen, kunnen signalen van suïcidale gedachten zich ook daar tonen.

Om organisaties hierin te ondersteunen, ontwikkelden het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie (VLESP) en IDEWE de **toolbox suïcidepreventie op het werk**. Deze toolbox biedt concrete **ondersteuningsmiddelen** voor organisaties die geconfronteerd worden met suïcidaliteit en helpt hen om suïcidepreventie structureel te verankeren in hun **beleid** en werking.

Meer informatie vind je terug via <https://www.zelfmoord1813.be/toolbox-werk>. Ook wij dragen suïcidepreventie een warm hart toe en zetten binnen onze organisatie actief in op het gebruik van deze toolbox.

## Visuele ondersteuning

Via de hyperlinks vind je materialen die vrij gebruikt kunnen worden ter ondersteuning van de communicatie:

- Illustraties (toolbox (jpg & svg); geel lintje (jpg & svg); werknemers (jpg & svg); werknemers met lintje (jpg & svg));
- [QR-code naar toolbox](#);
- [Overzichtsslide voor vormingen](#);
- [Sociale media post](#);
- Korte videoclips van getuigenis over het gebruik van de toolbox:
  - Formaat 1x1: #1 = signalen werkvloer, #2 = belang zorg voor medewerkers, #3 = sleutelfiguren als doelgroep voor toolbox, #4 = competentieverhoging, #5 = inhoud toolbox, #6 = noden en behoeften, #7 = belang werkcontext
  - Formaat 9x16: #1 = signalen werkvloer, #2 = belang zorg voor medewerkers, #3 = sleutelfiguren als doelgroep voor toolbox, #4 = competentieverhoging, #5 = inhoud toolbox, #6 = noden en behoeften, #7 = belang werkcontext

## Suïcideveilig communiceren



Het thema zelfmoord in de media brengen kan zorgen voor een betere bespreekbaarheid, maar houdt ook risico's in. Een zorgvuldige berichtgeving over zelfmoord is van levensbelang. Daarom ontwikkelde het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie (VLESP) richtlijnen voor journalisten: <https://www.zelfmoord1813.be/mediarichtlijnen>.

Ook het delen van je verhaal of een nieuwsbericht over zelfmoord via sociale media kan een effect hebben op de gedachten, gevoelens en het gedrag van anderen. Het kan anderen die het moeilijk hebben, steun bieden en vooruithelpen. Maar soms kan het kwetsbare mensen aanzetten tot zelfmoord. Hoe je een post over zelfmoord brengt is dus belangrijk! Gelukkig kan dit ook op een veilige manier. Op <https://www.zelfmoord1813.be/media/tips-voor-sociale-mediagebruikers> kan je tips vinden om te communiceren via sociale media en hoe je zo mee zelfmoord kan helpen voorkomen.

## Contactgegevens

Bij vragen of opmerkingen kan je ons mailen:



[saar.vanlysebetten@ugent.be](mailto:saar.vanlysebetten@ugent.be)

[vlesp@ugent.be](mailto:vlesp@ugent.be)

Houd ook onze sociale media in de gaten om op de hoogte te blijven:



<https://www.facebook.com/VLESP.page/>



[https://www.instagram.com/vlesp\\_insta/](https://www.instagram.com/vlesp_insta/)



<https://www.linkedin.com/company/vlesp/>



[www.vlesp.be](http://www.vlesp.be)

