

Bijlage 1: Cijfers mentale gezondheid en suïcidepreventie

Cijfers mentale gezondheid

De mentale gezondheid van jongeren en jongvolwassenen staat onder druk. Uit de [Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen 2024 van GGD Gelderland-Midden](#) blijkt dat slechts 43% van de 16- tot 25-jarigen in Arnhem hun mentale gezondheid als (zeer) goed beoordeelt. Ruim 1 op de 4 voelt zich sterk eenzaam en de helft ervaart vaak stress. Ook heeft 20% weinig tot geen vertrouwen in de toekomst, en bijna twee derde (63%) geeft aan regelmatig of vaak prestatiedruk te ervaren. Daarnaast heeft 8% van de 16- tot 24-jarigen in Arnhem in 2024 (heel) vaak serieus overwogen een einde aan het leven te maken.

Cijfers suïcidepreventie landelijk

In 2025 vonden er 9,9 suïcides plaats per 100.000 inwoners ([zie factsheet](#)). Dat komt neer op 1785 suïcides in Nederland. Kijkend naar de afgelopen 10 jaar, en rekening houdend met de omvang van de bevolking en met kleine verschillen tussen Commissie Actuele Nederlandse Suïcideregistratie en CBS, is er een lichte daling te zien in het aantal suïcides. Deze daling is vooral te zien bij mannen van middelbare leeftijd. Bij jongeren en jongvolwassenen zien we juist een stijging (van 223 in 2016 tot 290 in 2025).

Cijfers suïcidepreventie regionaal

In 2024 overleden er in GGD-regio Gelderland-Midden 75 personen door zelfdoding. Naar schatting deden 1500 personen een poging tot zelfdoding, waarvan 217 in 2024 geregistreerd werden bij de Politie (zie [regiobeeld kerncijfers en trends in GGD-regio Gelderland-Midden](#)).

Cijfers suïcidepreventie lokaal

Er zijn 24 geregistreerde suïcides in 2024 in Arnhem. Het jaar ervoor was dit 18 en in 2022 was dit 25. De CBS-data van de lokale situatie voor individuele gemeenten, zijn pas later in 2025 bekend. We werken samen met VGGM om deze data lokaal te inventariseren. Deze data zijn lokaal kleiner dan regionaal en daardoor minder goed in percentages uit te drukken. Over het algemeen wordt het aantal pogingen tot zelfdoding geschat op ongeveer twintig keer zoveel als het aantal zelfdodingen. Voor Arnhem komt dat neer op 480 pogingen in 2024 (geschatte waarde).



Datum: 10 maart 2026
Zaaknummer: 4979480
Pagina: 2

Bijlage 2: Overzicht uitgevoerde en in 2026 op te pakken activiteiten

Routekaart Suïcidepreventie

In 2025 is de [routekaart suïcidepreventie](#) in Arnhem ontwikkeld en gedeeld met alle contacten van het lokale Actienetwerk Suïcidepreventie Arnhem en daarbuiten. Deze kaart helpt bij het signaleren, bespreekbaar maken van suïcide. Ook helpt de routekaart bij het inzetten van laagdrempelige ondersteuning. Verschillende organisaties uit welzijn en zorg hebben deze kaart zowel intern als extern verspreid. Landelijk staat de kaart op het platform van het Landelijk Actienetwerk Suïcidepreventie van 113 en is te downloaden door andere gemeenten en geïnteresseerden.

Gatekeeper trainingen

In 2024 en 2025 zijn er meerdere [gatekeeper trainingen](#) verzorgd bij D3rde Verdieping. In 2024 in totaal 212 'gatekeepers', voornamelijk bij jongerenwerk en onderwijs, en in 2025 ruim 100 'gatekeepers', voornamelijk bij Team Veiligheid (Persoons Gerichte Aanpak experts en interventiespecialisten), Werk & Inkomen en Schuldhulpverlening. De afgelopen jaren (2020– 2025) zijn in totaal 565 gatekeepers getraind in Arnhem. Ook voor 2026 staan er weer diverse trainingen gepland.

Gezondheidscheck

De gezondheidscheck voeren we gefaseerd in alle Arnhemse wijken uit. In de check is aandacht voor de lichamelijke en mentale gezondheid. Er wordt gekeken naar de leefstijl, de mate waarin iemand kan meedoen en grip heeft op het eigen leven: sociale contacten, mantelzorg, taalvaardigheid, schulden etc. Deelnemers vullen een vragenformulier in, doen tests, krijgen een persoonlijk gesprek en zo nodig een passend (liefst lokaal) aanbod voor ondersteuning. Het doel is om gezondheidsrisico's op alle gebieden (lichamelijk, mentaal, sociaal) zo snel mogelijk op te sporen. Het is een succesvol instrument waarmee we veel verschillende inwoners bereiken. Met ongeveer een derde van de deelnemers zijn specifieke gesprekken gevoerd over hun mentale gezondheid. Tot op heden zijn door het Sportbedrijf, Pro Persona Connect, Teams Leefomgeving, Sociaal Wijkteam Arnhem en de gemeente in vijf van de acht Arnhemse wijken de gezondheidscheck georganiseerd. Ruim 750 Arnhemmers hebben deelgenomen. Hiervan geeft 85% aan het advies op te pakken.

In maart 2026 organiseren we de gezondheidscheck in Klarendal /Sint Marten. Hier wordt een onderzoek van studenten HAN aan gekoppeld, met de vraag: "Hoe kunnen we de opvolging en borging van gezondheidsadviezen na gezondheidschecks verbeteren, zodat inwoners van Klarendal daadwerkelijk aan de slag gaan met hun gezondheid en leefstijl?"

Jongerenproject D3rde Verdieping

Het centrum voor Levensvragen en Suïcidepreventie heeft onderzocht of Rozet een geschikte vindplaats goede plek is om jongeren die kampen met mentale problemen en mogelijk suïcidale gedachten te vinden. D3rde Verdieping deed dat onderzoek samen met studenten Sociaal Werk (interne praktijk leerroute) van RijnIJssel. Uit dat onderzoek komt:



Datum: 10 maart 2026
Zaaknummer: 4979480
Pagina: 3

- Er is vooral behoefte aan *een vertrouwelijk gesprek dat 1 op 1 plaats vindt*;
- Ook is er behoefte aan online ondersteuning via chat of videobellen. En dan met lokale partijen, waar je dan eventueel ook fysiek naar toe kan.

Hieruit is het initiatief '[Even niks](#)' ontstaan, zingeving voor jongvolwassenen, dat voorjaar 2026 start.

Suïcidepreventie standaard in Iespakket bij Sociaal Werk Rijn IJssel ROC

De opleiding Sociaal Werk heeft vanaf schooljaar '25-'26 mentale gezondheid en suicidepreventie opgenomen in het curriculum voor studenten. Zo zijn er bijvoorbeeld een E- module voor studenten MBO/ HBO Zorg en Welzijn ([Mbo/hbo module | 113 Zelfmoordpreventie](#)) en een gespreksvaardigheden training toegevoegd. Er zijn maar enkele ROC's in Nederland die dit op deze manier hebben ingericht.

Wereld Suicide Preventie Week: 8 – 14 september 2025

In deze week hebben we in onze eigen organisatie een campagne gevoerd om bekendheid te geven aan dit thema en de problematiek. Daarnaast zijn er weer diverse activiteiten uitgevoerd zoals The Walk Into The Light (WITL), Filmvertoning in Focus, [Café PraatErover](#) en suicidepreventie trainingen voor inwoners van Arnhem bij D3rde Verdieping. In 2026 wordt er weer een WITL, filmvertoning en Café PraatErover georganiseerd door de betrokken organisaties. Ook organiseren we op 9 september, samen met 113, verschillende ketenpartners uit Arnhem én een aantal regiogemeenten, de "Man in Mind meetup" (zie: [Man in Mind Meetup Friesland | 113 Zelfmoordpreventie](#)). Op hetzelfde moment start er een publiekscampagne gericht op de doelgroep mannen van middelbare leeftijd en worden er trainingen aangeboden aan professionals, naasten en anderen die willen leren hoe je in gesprek gaat met iemand die aan suicide denkt.

Jongerenraad026

Jongerenraad026 levert een belangrijke bijdrage aan het betrekken van het jongerenperspectief bij het beleid en de aanpak voor mentale gezondheid. De jongerenraad bestaat uit een actieve kern van jongeren die wekelijks bijeenkomt en zelf onderzoek uitvoert onder leeftijdsgenoten. Momenteel werkt de jongerenraad toe naar een advies over mentale gezondheid. Dat advies is gebaseerd op input van ongeveer 100 jongeren uit Arnhem. Het advies wordt binnenkort opgeleverd en draagt bij aan het beter aansluiten van beleid en uitvoering op de leefwereld en behoeften van jongeren.



Datum: 10 maart 2026
Zaaknummer: 4979480
Pagina: 4

Bijlage 3: Aanverwante ontwikkelingen

Transformatieplan Mentaal Gezondheidsnetwerk

Eind vorig jaar is het transformatieplan Mentaal Gezondheidsnetwerk van de regio Centraal Gelderland goedgekeurd door zorgverzekeraars Menzis en Zilveren Kruis. Aan dit plan hebben verschillende partners meegewerkt, zoals eerstelijnszorg, GGZ, ervaringsdeskundigen, welzijn en gemeenten. Met dit plan kunnen we versneld investeren in samenhangende, gebiedsgerichte ondersteuning voor inwoners met mentale gezondheidsvragen. Dit vormt een stevige basis om door te bouwen aan een toekomstbestendig regionaal en lokaal netwerk waarin mentale gezondheid centraal staat. Deze ontwikkeling sluit aan op de transformatie Sociaal Domein, waarin breed de beweging van zware naar lichtere zorg en meer preventie nadrukkelijk wordt gemaakt.

Aandacht voor Mentale Gezondheid in het Onderwijs

Er is steeds meer aandacht voor het bevorderen van mentale gezondheid van studenten in zowel het onderwijs als de opleiding van docenten. Scholen hebben vaak programma's of initiatieven die gericht zijn op het bevorderen van mentale gezondheid. Het zichtbaar maken van dit aanbod binnen de school helpt leerlingen om de juiste steun te vinden. Sinds augustus 2021 zijn scholen vanuit de overheid verplicht concreet invulling te geven aan burgerschapsonderwijs. Arnhem is als partnergemeente aangesloten bij De Respect Foundation en geeft op actieve wijze invulling aan de Week van Respect (medio november). Dit doen we via gastlessen door wethouders, lesmaterialen en respectactiviteiten. In de gastlessen wordt met leerlingen het gesprek aangegaan over gezag, respect en discriminatie. Leerlingen ervaren dat polarisatie nooit de oplossing is. Dit heeft ook zijn weerslag in het persoonlijk welbevinden van jongeren. De activiteiten in de Week van Respect zetten we ook in de komende jaren voort.

Zingeving in het uitvoeringsplan ouderenbeleid 2025

Bij de vaststelling van de nota 'Op eigen wijze oud(er) worden in Arnhem' op 2 april 2025 is de [motie 'Zingeving in het uitvoeringsplan ouderenbeleid 2025'](#) aangenomen. Op basis hiervan is op 22 oktober een werkbijeenkomst 'Zingeving in de wijken' georganiseerd. Daarna is een werkgroep, bestaande uit vertegenwoordigers van o.a. de D3rde Verdieping, Humanitas, Netwerk Palliatieve Zorg, Inloophuizen Arnhem, SWOA, MVT Arnhem, Onze Huisartsen en gemeente, aan de slag gegaan met het opstellen van een plan van aanpak. Dit plan wordt naar verwachting in maart 2026 aangeboden aan het college.