16 April 2026 *15:30-20:00*

Deltaplan Gelukkige Relaties & Mentale Gezondheid

Welkom!

INHOUD VAN VANDAAG

Deel 1

- Verschillende perspectieven
- Ervaringsverhalen
- Dialoog aan tafels

Diner

Deel 2

- Dialoog aan tafels
- Plenaire terugkoppeling
- Vooruitkijken

ACHTERGROND: RELATIES EN MENTALE GEZONDHEID ONDER DRUK

Landelijke impact en consequenties in cijfers

1 op 3

huwelijken eindigt in scheiding

Kinderen groeien op zonder voorbeeld van een duurzame relatie. Bij niet-getrouwden nog vaker.

70–85K

kinderen per jaar bij scheiding

Bij 1 op de 6 kinderen is sprake van langdurig conflict tussen ouders.

2.5 miljoen

mensen zijn momenteel mentaal ziek

Meer dan 1 op de 7 Nederlanders kampt met psychische klachten zoals depressive, angststoornissen of burn-out.

93%

jeugdzorgkinderen uit scheidingsgezin

Van kinderen in de jeugdzorg komt 93% uit gezinnen met gescheiden ouders. (Significant Public / NJI 2022)

75%

jeugdreclassering heeft gescheiden ouders

Driekwart van jongeren in jeugdreclassering heeft ouders die gescheiden zijn. (Rijksoverheid)

24 weken

wachttijd voor specialistische GGZ

Voor complexe problematiek kan dit oplopen tot 30+ weken, terwijl de max. aanvaardbare wachttijd 14 weken is.

45%

meer ziekteverzuim bij scheiding

Werknemers in scheiding verzuimen 45% meer. ~20% rapporteert burn-outklachten. (TNO 2021)

Lagere SES

hogere drempel voor relatiehulp

Lagere inkomens scheiden vaker én zoeken minder snel hulp. Vergroot de kwetsbaarheid. (NIDI/Movisie)

80%

bijstandsuitkeringen voor alleenstaanden

57% alleenstaande zonder kinderen, 13% alleenstaande ouder — samen ~70% van bijstandsgerechtigden. (CBS)

DOEL EN GEWENSTE OPBRENGST

1.

Urgentie Creëren

Inzicht geven in de **omvang en impact** van het probleem

2.

Gezamenlijk richting bepalen

Afstemmen op gedeelde **ambitie en prioriteiten**

3.

Concrete Vervolgstappen

Vertalen naar eerste **acties en** verantwoordelijkheden

4.

Huidig Aanbod Ophalen

Inventarisatie **huidig aanbod** en **lancunes**

(routekaart op lokaal niveau voor elke levensuitdaging)

Stuur ons toe wat jullie doen en wat er nog ontbreekt: contact@rotarymentalegezondheid.nl

WAAROM RELATIES & MENTALE GEZONDHEID

Relaties & mentale gezondheid zijn geen losse thema's maar onlomsmakelijk met elkaar verbonden

Conclusies

Relaties #1 voorspeller van welzijn

- Kwaliteit van relaties bepaalt je geluk
- Sterker dan IQ, levensstijl of inkomen

Slechte relaties = directe mentale impact

- Sterke voorspeller van mentale gezondheid
- Emotionele onveiligheid werkt langdurig door

Goede relaties beschermen je mentaal

- Relaties als beschermingsmechamisme tegen mentale klachten

Wederkerige relatie

- Slechte mentale gezondheid = slechtere relaties
- Slechtere relaties = slechtere mentale gezondheid

Eenzaamheid = serieuze risicofactor

- Vergelijkbaar met fysieke gezondheidsrisico's
- Verslechtert mentale en cognitieve gezondheid

Bron:

HARVARD STUDY OF ADULT DEVLOPMENT

- Langstlopende onderzoeken naar menselijk geluk en welzijn ooit
- Doel: begrijpen wat een leven gelukkig en betekenisvol maakt
- Harvard Medical School
- Duur: 85+ jaar
- Gestart: 1938

Bron: Harvard Study of Adult Development

ACHTERGROND: POLITIEKE MIJLPALEN

Deltaplan Gelukkige Relaties & Mentale Gezondheid — Van motie tot beleid

11 juni 2025

Motie Ceder 31839-1085

Rijk neemt bewezen voorzieningen (relatietherapie, opvoedcursussen, leerlijn) expliciet mee in de hervormingsagenda. Op basis van plan Stan Uyland, Rotary en GIDsnetwerk

✓ Politieke rugdekking voor preventie.

23 okt. 2025

Staatssecretaris VWS

Rapport 'Sterke & Veilige Relaties'

Gezamenlijk rapport aangeboden aan staatssecretaris Nicky Pouw: actielijnen voor een fundamentele shift in hoe Nederland naar relaties kijkt door Agenda van het Hart

✓ Inhoudelijke basis voor beleid en pilots.

10 feb. 2026

Motie Ceder/Stoffer 36800-XVI nr. 52

Regering gaat in gesprek met opstellers Agenda-rapport; terugkoppeling aan Kamer na zomer 2026.
Agenda van het Hart

✓ Formele route richting rijksbetrokkenheid.

Maart 2026

Handreiking lokale gemeenten

Praktische aanbevelingen voor gemeenten om relatieversterking in beleid om te nemen door Rotary, GIDSnetwerk en Agenda van het Hart

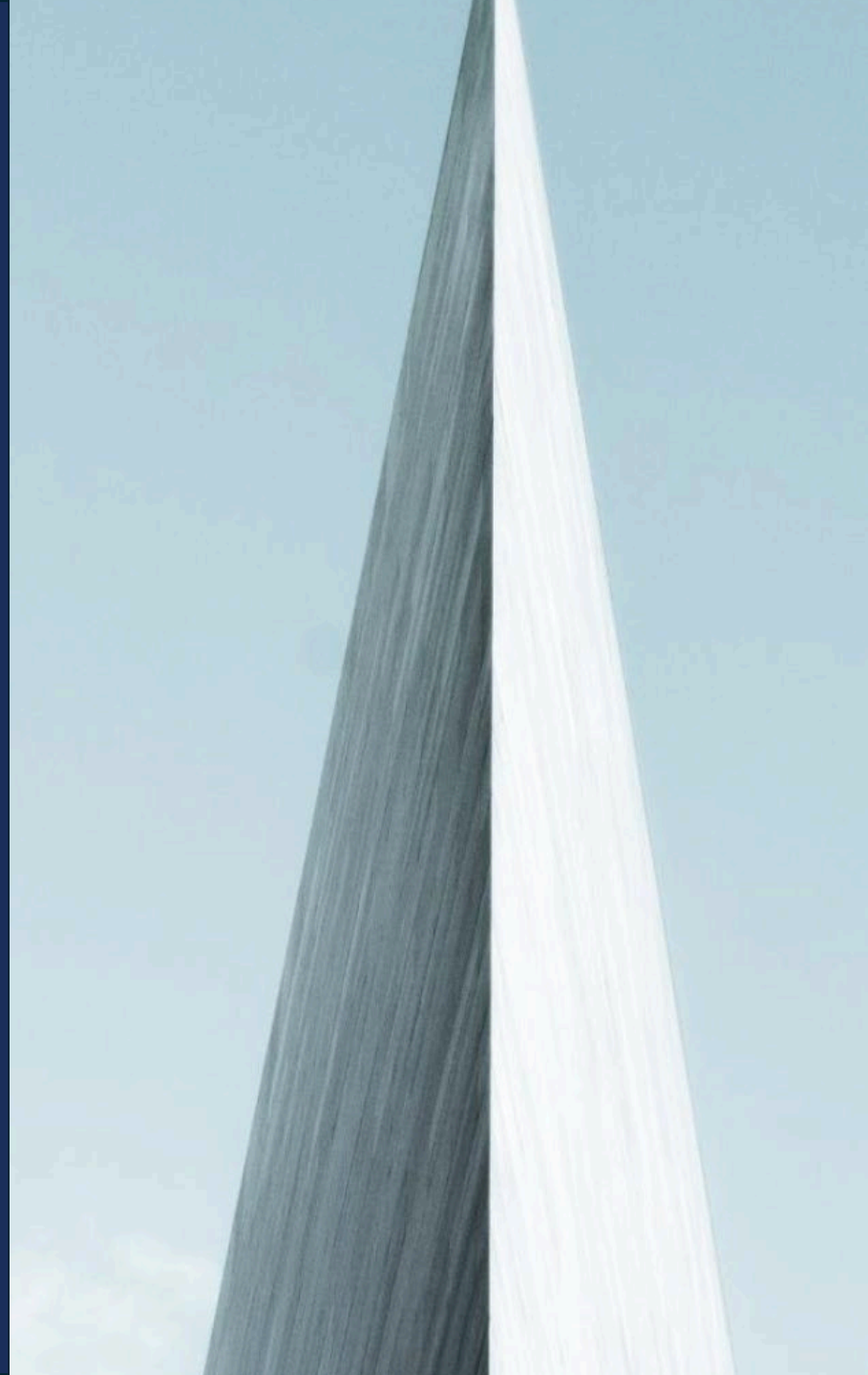
✓ Concrete vertaling naar locale uitvoering.

Dialoog met de zaal

DINER

VRAGEN VOOR DE WERKGROEPEN

- Wat is er nodig voor een integraal preventieplan Deltaplan Gelukkige Relaties en Mentale Gezondheid?
- Welke belemmeringen zie je voor het Deltaplan?
- Welke rol zie je voor jezelf en je organisatie?



Terugkoppeling

Intentieverklaring

TIJDLIJN

16 April

Aftrap

Urgentie & gezamenlijke intentieverklaring

Soest

4 Juni

Vervolg-conferentie

Concretiseren & verbreden

Haarlem

11-13 Sept

Meerdaagse-conferentie

Verdiepen, verbinden & activeren

Rotterdam

19 Nov

Vierde conferentie

Bestendigen & doorontwikkelen

Zeist

VOORUITKIJKEN

Oprichting Projectteam Deltaplan

Wie wil er verder in gesprek over deelname aan het projectteam?

Meld je aan bij de organisatie.

Financiering mobiliseren

Identificeren van mogelijke fondsen, subsidies en private bijdragen voor het Deltaplan.

Werkgroepen samenstellen

In welke werkgroep zou u of uw organisatie willen plaatsnemen. Output van tafelgesprekken als vertrekpunt.

Laat het ons a.u.b. weten!
contact@rotarymentalegezondheid.nl