



> RETOURADRES Postbus 4902, 6202 TC Maastricht

BEZOEKADRES
Randwycksingel 22
6229 EE Maastricht

POSTADRES
Postbus 4902
6202 TC Maastricht

Aan de fractie van:
D66, M. ElFassih,
SP, S. Blom,
SPM, R. Makatita,
MAASTRICHT van NU, B. Garnier,
VVD, S. Verkoijen,
PvdD, R. Strik,
PvdA, A. Redmeijer,
FvD, B. Nab,
SAB, J. Gorren & I. Jeunhomme,
VOLT, R. Frijters & J. Ortjens,
GroenLinks, A. Lucas,

ONDERWERP
Schriftelijke vragen inzake Verontrustende
zelfmoordcijfers onder (jong) volwassenen

DATUM
1 juli 2025
Verzonden 4 juli 2025

BIJLAGEN
--

BEHANDELD DOOR
KMJG (Kyra) Claessen

TELEFOONNUMMER
06-31066989

ONZE REFERENTIE
2025.02176

E-MAILADRES
Kyra.Claessen@maastricht.nl

FAXNUMMER

UW REFERENTIE

Geachte mevrouw ElFassih, mevrouw Blom, mevrouw Makatita, heer Garnier, heer Verkoijen, mevrouw Strik, heer Redmeijer, heer Nab, heer Gorren, mevrouw Jeunhomme, mevrouw Frijters, heer Ortjens en mevrouw Lucas,

Onderstaand treft u de beantwoording aan van de schriftelijke vragen die uw fractie gesteld heeft.

Inleiding:

Vanaf 1 januari 2026 wordt suïcidepreventie een wettelijke taak van gemeenten, als gevolg van de nieuwe Wet integrale suïcidepreventie. Waar deze verantwoordelijkheid eerder bij het Rijk lag, komt de regie nu lokaal te liggen. Gemeenten moeten suïcidepreventie opnemen in hun gezondheidsbeleid en krijgen hiervoor structureel middelen via het gemeentefonds. Deze verschuiving benadrukt de rol van gemeenten in het signaleren, verbinden en bereiken van risicogroepen. Het biedt kansen om lokaal maatwerk te leveren en suïcidepreventie te verankeren in bestaande netwerken en beleid.

Vraag 1:

Wat zijn de meest recente statistieken over zelfdoding in Maastricht en Limburg, en hoe verhouden die zich tot de landelijke cijfers?

Antwoord 1:

Hoewel specifieke suïdecijfers voor de gemeente Maastricht niet beschikbaar zijn, biedt het CBS wel inzicht in cijfers op niveau van provincie Limburg. Tussen 2020 en 2024 werden in Limburg 640 zelfdodingen geregistreerd, wat neerkomt op 6,87% van het landelijke totaal van 9.313. Gecorrigeerd voor bevolkingsgrootte ligt het cijfer in Limburg op 11,4 per 100.000 inwoners, tegenover 10,5



DATUM
1 juli 2025

landelijk. Dit wijst op een relatief verhoogd risico op zelfdoding binnen de provincie (zie tabel 1-suicidecijfers CBS)

Vraag 2:

Wat zijn de huidige initiatieven in Maastricht om de mentale gezondheid van jongeren te ondersteunen?

Antwoord 2:

De gemeente Maastricht zet zich actief in voor het bevorderen van mentale gezondheid onder zowel jeugd als volwassenen. Daartoe zijn diverse preventieve programma's en interventies ingekocht bij professionele instellingen (zie tabel 2), waaronder trainingen zoals Mental Health First Aid (MHFA), veerkrachtprogramma's als Friends Resilience en toegankelijke online ondersteuning via chatfuncties en trainingen voor volwassenen. Deze initiatieven sluiten nauw aan op nationale ontwikkelingen op het gebied van mentale zorg. Daarnaast wordt er binnen het Integraal Zorgakkoord (IZA) en het Gezond en Actief Leven Akkoord (GALA) gewerkt aan een integrale benadering van mentale gezondheid. IZA stimuleert regionale samenwerking tussen huisartsen, GGZ, gemeenten en het sociaal domein via zogenoemde mentale gezondheidsnetwerken, zodat inwoners sneller de juiste ondersteuning krijgen en zo te beogen de druk op het medische domein te verminderen. GALA versterkt deze aanpak op lokaal niveau met een focus op preventie en gezondheidsbevordering.

Vraag 3:

Welke maatregelen kunnen worden genomen om zelfdoding onder jongeren te voorkomen? Zijn er specifieke programma's of ondersteuning beschikbaar in de regio?

Antwoord 3:

Het college erkent de complexiteit en urgentie van suicidepreventie en de bredere mentale gezondheidsproblematiek. Wij werken aan een gelaagde aanpak waarbij we gebruikmaken van bestaande initiatieven en nieuw beleid ontwikkelen. Allereerst is er op landelijk niveau 113 Zelfmoordpreventie, een cruciale 24/7 hulplijn die anonieme ondersteuning biedt via telefoon en chat aan mensen met suïcidale gedachten en hun naasten. Deze dienst is van vitaal belang en wordt actief gepromoot. Daarnaast zet de gemeente Maastricht lokaal al diverse specifieke interventies en programma's in, primair gericht op het verbeteren van de mentale gezondheid en veerkracht van onze jongeren (tabel 2). Voor de verdere versterking van ons beleid zijn wij momenteel intensief bezig met onderzoek en beleidsontwikkeling op het gebied van suicidepreventie. De komende transitie per 1 januari 2026 Wet suicidepreventie, waarbij de verantwoordelijkheid voor de preventiekant van suicidepreventie formeel bij de gemeenten komt te liggen, biedt een belangrijke impuls. Wij zullen specifiek onderzoek doen naar succesvolle aanpakken van suicidepreventie in de regio en daarbuiten, om te leren van best practices en een optimaal en effectief lokaal beleid te kunnen implementeren dat daadwerkelijk aansluit bij de behoeften van onze inwoners en bijdraagt aan een mentaal veerkrachtige samenleving in Maastricht.

Vraag 4:

Hoe kan de gemeente Maastricht een rol spelen bij het doorbreken van het taboe rondom mentale gezondheid, vooral binnen mannelijke gemeenschappen?

Antwoord 4:

Het college erkent het specifieke taboe rondom mentale gezondheid binnen mannelijke gemeenschappen. Bij de ontwikkeling van ons suicidebeleid zullen we hier expliciet aandacht aan besteden.



DATUM
1 juli 2025

Vraag 5:

Wat is de rol van onderwijsinstellingen binnen onze gemeente in het ondersteunen van hun leerlingen en het verhogen van bewustzijn over zelfdoding?

Antwoord 5:

Binnen onze gemeente spelen onderwijsinstellingen een belangrijke rol in de suicidepreventie. Zij richten zich primair op het vroegtijdig signaleren van mentale kwetsbaarheid en suïcidale gedachten bij leerlingen, waarbij zij een vertrouwenspersoon en/of mentor als vast, laagdrempelig aanspreekpunt borgen. Daarnaast dragen scholen actief bij aan een veilig en ondersteunend schoolklimaat, essentieel om openheid over mentale gezondheid te stimuleren en taboes te doorbreken. Het college zal voor het aankomende suicidebeleid specifiek aandacht hebben voor de rol van onderwijsinstellingen in het voorkomen van suicide.

Vraag 6:

Welke hulpbronnen zijn beschikbaar in Maastricht/Limburg voor mensen die worstelen met gedachten aan zelfdoding? Hoe kunnen vrienden en familie hierin ondersteuning in krijgen?

Antwoord 6:

Zie antwoord vraag 4.

Vraag 7:

Welke rol ziet uw college voor ons als gemeentebestuur en de gemeentelijke organisatie weggelegd om de aandacht voor mentale gezondheid in bredere zin, maar met name onder jonge mannen en vrouwen te verbeteren?

Antwoord 7:

Het college onderstreept de gezamenlijke verantwoordelijkheid van de gemeentelijke organisatie en gemeenteraad voor het versterken van mentale gezondheid, met nadruk op jongeren. Het is een prioriteit die direct aansluit bij onze maatschappelijke verantwoordelijkheid. Daarbij is actieve betrokkenheid van de raad essentieel bij de ontwikkeling van het aankomend suicidepreventiebeleid, zodat zij mee kan sturen op inhoud en keuzes, dit bevordert de draagvlak en legitimiteit van de aanpak

Hoogachtend,

Namens het college van burgemeester en wethouders van Maastricht,

Jeroen Hoenderkamp
Wethouder WMO, Welzijn, Sociale Zaken en Gezondheid

Bijlage 1 Schriftelijke vragen inzake Verontrustende zelfmoordcijfers onder (jong) volwassenen

Tabel 1: Weergave zelfdodingen in Nederland door de jaren heen (Bron: CBS).

Tabel 3. Zelfdodingen naar landsdeel, woonprovincie en vier grootste gemeenten in 2020-2024*							
	2020	2021	2022	2023	2024*	2020-2024* absoluut	per 100 000 inwoners
Totaal	1823	1862	1916	1863	1849	9313	10,5
Noord-Nederland	211	205	215	244	205	1080	12,3
Oost-Nederland	397	399	420	357	397	1970	10,5
West-Nederland	773	844	845	818	804	4084	9,6
Zuid-Nederland	442	414	436	443	443	2178	11,7
Groningen	78	79	67	99	86	409	13,8
Fryslân	76	77	88	94	76	411	12,5
Drenthe	57	49	60	51	43	260	10,4
Overijssel	127	125	137	129	130	648	11,0
Flevoland	39	35	42	29	36	181	8,2
Gelderland	231	239	241	200	231	1142	10,8
Utrecht	124	152	122	114	136	648	9,4
Noord-Holland	268	306	285	317	294	1470	10,0
Zuid-Holland	343	332	400	338	317	1730	9,2
Zeeland	38	54	38	49	57	236	12,1
Noord-Brabant	313	294	313	306	312	1538	11,8
Limburg	129	120	123	137	131	640	11,4
Amsterdam	85	78	100	125	94	482	10,7
Rotterdam	75	56	77	63	66	337	10,2
s-Gravenhage	61	62	68	63	44	298	10,7
Utrecht	33	41	27	30	45	176	9,6

Tabel 2: *Programma's & Interventies gericht op uitbreiding leeftijdsgroep inzake preventie en mentale ondersteuning van onze jongeren.*

Interventies preventie	Beschrijving van de interventie(s)
Mental Health First Aid (MHFA) Jeugd	Voor de mentale gezondheid en de ontwikkeling van jongeren is de steun van volwassenen een belangrijke beschermende factor. Met een wetenschappelijk bewezen effectieve training vergroten volwassenen hun kennis over psychische aandoeningen bij jongeren en leren ze signalen van (beginnende) mentale klachten herkennen. Er wordt daarbij geoefend om het gesprek hierover aan te gaan met een jongere bij wie mentale klachten worden vermoed, maar ook hoe te handelen als hij of zij in een crisis verkeert. Met de geleerde kennis en vaardigheden kunnen de volwassenen echt het verschil maken in het leven van iemand die het psychisch moeilijk heeft.
Chatten met een preventiewerker	Als (groot)ouders, leerkrachten of anderen in de omgeving van een jongere zich zorgen maken over diens mentale gezondheid, dan kunnen ze anoniem met een preventiemedewerker chatten. De preventiemedewerker biedt een luisterend oor, maar ook laagdrempelige tips en kan, indien noodzakelijk, doorverwijzen naar een praktijkondersteuner van de huisarts. Op deze manier krijgt het netwerk/steunsysteem van de jongere ondersteund op een laagdrempelige manier antwoorden op vragen over mentale gezondheid van jongeren.
Leer te durven (Friends Resilience) (8 – 12 jaar)	Leer te durven (gebaseerd op het Vriendenprogramma) is een 8-weeks programma, waarbij kinderen werken aan een <i>growth mindset</i> , waarbij ze piekeren en angsten de baas worden, weerbaarder worden, stress en

	spanningen aanpakken en emotionele veerkracht opbouwen. Daarbij wordt gebruik gemaakt van cognitief-gedragstherapeutische principes en ontspanning. Aan de hand van een stappenplan leren de deelnemers met concrete situaties om te gaan.
Head Up (Friends Resilience) (13-17 jaar en 18-23 jaar)	HeadUp (gebaseerd op het Vriendenprogramma) is een 8-weeks programma, dat jongeren helpt bij het ontwikkelen van veerkracht en vaardigheden om, op een effectieve manier, situaties die moeilijk zijn en angst of stress oproepen aan te pakken. Daarbij wordt gebruik gemaakt van cognitief gedragstherapeutische principes en ontspanning. Het programma geeft tieners handvatten om met groepsdruk om te gaan en eigenwaarde te versterken en tevens hun eigen identiteit te leren kennen. Daarnaast geeft HeadUp tools om somberheid, piekeren en angsten de baas te worden. Aan de hand van een stappenplan leren de deelnemers met concrete situaties om te gaan. Onderdeel van het programma is een ouderavond, met uitleg over HeadUp en het doel om ouders te betrekken bij het werken aan de individuele doelen van hun kinderen. Het programma kan zowel in de wijk als op school worden uitgevoerd.
Angst de Baas (24+ jaar)	Angst de Baas leert de deelnemer hoe u om te gaan met angstgevoelens en deze een minder belemmerende rol in het leven te laten spelen. De training maakt de deelnemer er van bewust dat iedereen in een bepaalde mate angstklachten ervaart en is gericht op het verkrijgen van kennis over angst bij en inzicht in het eigen klachten. Het accent van de training ligt op het op aanleren van vaardigheden om angstklachten onder controle te krijgen. In de training wordt gebruik gemaakt van huiswerkopdrachten. Thuis oefenen is nodig omdat de klachten zich juist buiten de trainingsruimte, in het dagelijks leven, voordoen. Bij iedere bijeenkomst is er voldoende gelegenheid om ervaringen met de trainers en andere deelnemers te delen.
In de put, uit de put (24+ jaar)	De training <i>In de put, uit de put</i> leert de deelnemer vaardigheden om de stemming te verbeteren, minder te piekeren en meer te ontspannen. De deelnemer kan daarmee de draad weer oppakken bij aanhoudend verdriet en kan omgaan met gevoelens van somberheid. De training normaliseert het feit dat negatieve emoties op zichzelf erbij horen en geen mentale ziekte zijn. De deelnemer wordt bewust dat er niets mis is met hem of haar, maar dat negatieve gevoelens horen bij een bepaalde situatie of gebeurtenis. De training richt zich op vaardigheden om hierin niet te blijven vastlopen, maar er te ontspannen, anders erover te denken, assertief erop te reageren en met de stress ervan te leren omgaan. De training is gebaseerd op de principes van sociaal-lernen-therapie en cognitieve gedragstherapie en is bedoeld voor mensen met milde depressieve klachten. In de training wordt gebruik gemaakt van huiswerkopdrachten. Thuis oefenen is nodig omdat de klachten zich juist buiten de trainingsruimte, in het dagelijks leven, voordoen. Bij iedere bijeenkomst is er voldoende gelegenheid om ervaringen met de trainers en andere deelnemers te delen.

<i>Happyles</i>	Happyles is een <i>stepped care</i> aanbod van vier klassikale lessen ter bevordering van welbevinden en geluk, en om depressieklachten te voorkomen bij jongeren tussen 13 en 25 jaar in het VO en mbo. Tijdens de offline introductieles gaan de leerlingen met elkaar in gesprek over geluk en gelukkig zijn, over taboes en vooroordelen en over wat geluk voor hen persoonlijk betekent. Tijdens de online lessen maken de deelnemers onder andere de Happylestest. Dat is een online vragenlijst over depressie en welbevinden, waarmee zij kunnen uitvinden hoe gelukkig zij zijn. Verder komen thema's aan bod als: waar leerlingen gelukkig en minder gelukkig van worden, de invloed van denken en doen op het gevoel, contact met anderen, oplosbare en onoplosbare problemen en toekomstdromen. De laatste les is offline en gaat, naast herhalingen uit de voorgaande lessen, over de samenhang tussen gedachten en gevoelens, en inzichten in denkfouten en helpende gedachten. Na afloop vindt met iedere leerling een adviesgesprek plaats. Wanneer de leerling minder lekker in zijn of haar vel zit, of als er andere vragen of zorgen zijn, wordt dit in samenwerking met school opgevolgd. Eventueel vindt een doorverwijzing naar passende hulpverlening plaats
------------------------	---