

# 10 september – Wereld Suïcidepreventiedag

*Laten we het gesprek aangaan — op de werkvloer en daarbuiten*

IKAS | SEPTEMBER 2026

# Elk jaar op 10 september staan we stil

Wereld Suïcidepreventiedag 2026 staat in het teken van "**Changing the Narrative on Suicide**" — van stilte en taboe naar openheid, begrip en steun. Een thema dat ook op de werkvloer meer aandacht verdient dan het krijgt.

## 720K+

Wereldwijd per jaar

Meer dan 720.000 mensen overlijden jaarlijks wereldwijd door suïcide — met verstrekende gevolgen voor families, vrienden en gemeenschappen.

## 1.750

In Nederland per jaar

In Nederland overlijden gemiddeld ruim 1.750 mensen per jaar door zelfdoding — dat zijn er gemiddeld **5 per dag**.

# De werkvloer is geen veilige uitzondering

Suïcidaliteit is een onzichtbaar risico dat ook binnen organisaties speelt. De cijfers laten zien hoe dichtbij dit onderwerp is — ook voor werkgevers en leidinggevenden.

## 88 per maand

Gemiddeld overlijden **88 (ex-)werknemers per maand** door zelfdoding in Nederland. Dit maakt suïcide een urgent werkgeversvraagstuk.

## 1 op de 40 volwassenen

Ongeveer **450.000 mensen** in Nederland worstelen met gedachten aan zelfdoding — dat is 1 op de 40 volwassenen. De kans is reëel dat dit ook binnen jouw organisatie speelt.

---

## 60% niet in ggz-beeld

Van de mensen die overlijden door zelfdoding was **60% niet in beeld** bij de geestelijke gezondheidszorg. Bewustzijn en actie vanuit de omgeving zijn daarom cruciaal.

A vertical marbled pattern in shades of black, grey, and white, featuring swirling, organic shapes that resemble liquid or stone textures.

# Industrie en bouw: sectoren met een verhoogd risico

Als bedrijf actief in consultancy, inspectie en opleidingen voor de industrie, bouw en GWW, weten wij bij Ikas dat veiligheid verder gaat dan fysieke risico's. **Mentale veiligheid is net zo belangrijk.**

## Hoogrisicosectoren

De bouw, industrie en energiesector — inclusief winning van delfstoffen, energie en water — behoren tot de sectoren waar zelfdoding **aantoonbaar vaker voorkomt** dan gemiddeld onder werkenden in Nederland.

## Herkenbare risicofactoren

Werkdruk, dreigend ontslag, pesten en conflicten op de werkvloer zijn signalen die een rol spelen. Dit zijn factoren die in deze sectoren dagelijks voorkomen en serieus genomen moeten worden.

# Veiligheid begint bij bewustzijn — ook mentaal

Weten wat je moet doen als je je zorgen maakt om een collega is de eerste stap. Drie concrete handelingen maken het verschil.

## Herken de signalen

Let op teruggetrokken gedrag, verminderde concentratie, of uitspraken over hopeloosheid en het gevoel een last te zijn voor anderen. Deze signalen vragen om aandacht.



## Stel de vraag

Praten over suïcidale gedachten brengt iemand niet op een idee — het geeft juist rust en ruimte. Door het gesprek aan te gaan ontstaat er ordening en wordt het zoeken naar hulp mogelijk.



## Verwijs door

**113 Zelfmoordpreventie** is 24/7 bereikbaar via **113** of **0800-0113** (gratis). Professionele hulp is altijd beschikbaar — verwijs mensen actief door.

# Wat kun jij als werkgever doen?

Suicidepreventie hoeft geen apart beleid te zijn. Het heeft raakvlakken met bestaand arbo- en verzuimbeleid — en met de manier waarop jij als organisatie je mensen benadert.



## Integreer in bestaand beleid

Neem suicidepreventie op in je arbo- en verzuimbeleid. Als werkgever is een apart beleid niet noodzakelijk — verbindt het met wat je al doet rondom vitaliteit en verzuim.



## Train sleutelfiguren

Train leidinggevenden, HR-adviseurs en vertrouwenspersonen in het herkennen van signalen. Kennis en vaardigheden maken het verschil tussen actie en stilte.



## Creëer psychologische veiligheid

Bouw een cultuur waarin het normaal is om te vragen: *"Hoe gaat het écht met je?"* Oprechte interesse is de basis van een veilige werkomgeving.



## Gebruik beschikbare middelen

Maak gebruik van de gratis materialen en trainingen van **113 Zelfmoordpreventie**. De **Wereld Suicide Preventie Week** loopt van 7 t/m 13 september 2026 — meer dan 500 organisaties doen mee door het hele land.

# Ikas staat voor veilig ondernemen — in de breedste zin

Bij Ikas werken we dagelijks aan veiligheid in de industrie, bouw en GWW. Fysieke veiligheid staat bij ons centraal — maar wij geloven dat een echt veilige werkomgeving begint bij mensen die zich gezien en gehoord voelen.

## Betrokkenheid

Wij zijn betrokken bij onze opdrachtgevers én bij de mensen op de werkvloer — ook als het gaat om onderwerpen die minder zichtbaar zijn.

## Veelzijdigheid

Veiligheid heeft vele dimensies. Wij verbinden fysieke en mentale veiligheid, omdat beide onmisbaar zijn voor een gezonde organisatie.

## Daadkracht

Stilte lost niets op. Op deze Wereld Suïcidepreventiedag roepen wij iedereen op: **start het gesprek**. Eén vraag kan het verschil maken.

## Flexibiliteit

Elke organisatie is anders. Er is geen standaardoplossing — maar er is altijd een eerste stap die jij kunt zetten, vandaag nog.

# Samen veranderen we het verhaal

Van stilte naar openheid. Van taboe naar begrip. Van isolatie naar verbinding. Dat is wat "Changing the Narrative on Suicide" betekent — en dat begint bij ieder van ons.

## 113 Zelfmoordpreventie

Bel **113** of **0800-0113** (gratis, 24/7 bereikbaar) voor directe hulp of advies over hoe je iemand kunt ondersteunen.

## Meer informatie

Bezoek **www.113.nl** voor hulpmiddelen, trainingen en organisatiemateriaal. Bezoek **www.wspw.nl** voor activiteiten rondom de preventieweek.

## Draag het lintje

Draag het gele lintje mee tijdens de **Wereld Suicide Preventie Week (7-13 september 2026)** — samen dragen we het onderwerp en doorbreken we het taboe.

# Bronnen

De volgende bronnen zijn geraadpleegd bij het opstellen van deze publicatie:

- [WSPD – International Association for Suicide Prevention \(IASP\)](#)
- [Wereld Suïcide Preventie Week 2026 – wspw.nl](#)
- [Suïcidepreventie in organisaties – 113 Zelfmoordpreventie](#)
- ['Wat als het even niet gaat?' – Handreiking sociaal-economische sector \(113\)](#)
- [Handboek Suïcidepreventie Organisaties 2025 – 113 Zelfmoordpreventie](#)
- [Risico's in de sociaaleconomische sector – 113 Zelfmoordpreventie](#)



Ikas (ikas.nl) is een Nederlands advies-, inspectie- en opleidingsbureau actief in de industrie, bouw en GWW. Met deze publicatie willen wij bijdragen aan bewustwording rondom mentale veiligheid op de werkvloer.