

Suicide Preventie Centrum Zeeland

Wij praten er wél over

*...en nemen
er ook de
tijd voor*

Suicide Preventie Centrum Zeeland

Suicide Preventie Centrum Zeeland

Wat bieden wij aan?

Je kunt bij ons terecht voor een gesprek over gedachten aan de dood. Heb je daarnaast vragen over hoe je iemand die gedachten aan de dood heeft het beste kunt ondersteunen? Ook dan kun je bij ons terecht. Vanzelfsprekend zijn wij er ook om naar u te luisteren als u een geliefde heeft verloren aan suicide.

We doen dit met ervaringsdeskundigen. Dit betekent dat medewerkers eigen ervaringen hebben met denken aan de dood - of het verlies van mensen aan suicide - en bovendien iets weten over hoe anderen dit ervaren. Op basis van deze kennis proberen ze anderen te ondersteunen in hun proces van betekenisgeving.

Samenwerking

SPC Zeeland ziet het belang van samenwerking met alle instellingen en organisaties die te maken hebben met suicide en suicidepreventie. Zowel in Zeeland als in heel Nederland en landen daarbuiten. Zij neemt hierin dan ook haar verantwoordelijkheid door in lijn met de landelijke Stichting Suicide Preventie Centrum samenwerkingen en projecten te initiëren.

Onze Missie, Visie en Kernwaarden

Missie

De missie van SPC Zeeland is mensen ondersteunen bij het vinden van hun eigen betekenis met betrekking tot (gedachten over) suicide.

Visie

- SPC Zeeland streeft ernaar dat mensen in Zeeland weten dat er een veilige plek is om over gedachten aan de dood te kunnen praten of om te rouwen over een naaste die door suicide om het leven is gekomen.
- SPC Zeeland wil een toonaangevend bedrijf zijn, dat uitblinkt in de wijze waarop ervaringsdeskundigheid wordt ingezet bij (herstel)processen rond suicide.
- SPC Zeeland wil bijdragen aan de vermindering van het aantal suicides of pogingen daartoe met de inzet van ervaringsdeskundigen.
- SPC Zeeland streeft ernaar om in 2028 een e-health programma over gedachten aan de dood te realiseren om van betekenis te zijn voor een bredere doelgroep

Wanneer en hoe zijn wij te bereiken?

Telefonische openingstijden

We zijn 7 dagen per week van 18.00 tot 21.00 uur telefonisch bereikbaar op telefoonnummer: **06-39686406**.

Fysieke openingstijden

Daarnaast zijn we bereikbaar tijdens de openingstijden van onze inloopcentra in Goes, 's-Gravenpolder, Hulst, Middelburg, Vlissingen, Wemeldinge en op Schouwen-Duiveland (Zierikzee, Brouwershaven, Bruinisse en Burgh-Haamstede).

Het is dus mogelijk om telefonisch contact te leggen, een één-op-één gesprek te hebben of deel te nemen aan een groep. Samen zoeken we op zorgvuldige wijze naar de juiste match tussen u en één van onze medewerkers.

Meer informatie over de openingstijden en locaties van de inloopcentra zijn te vinden op: metelkaarzeeland.nl



Belangrijk!

Het is belangrijk om te weten dat we geen acute hulp leveren, maar wel kunnen luisteren. Heeft u wél acute hulp nodig dan kunt u bellen naar 113 zelfmoordpreventie, bereikbaar op nummer 0800-0113 (gratis), contact opnemen met uw hulpverlener in de ggz of uw huisarts.

Kernwaarden

- Gelijkwaardigheid
- Onafhankelijkheid
- Vertrouwen
- (Ervarings)kennis
- Zorgvuldigheid

Gedachten over de dood zijn nog steeds niet gemakkelijk bespreekbaar in de Zeeuwse samenleving. Er rust een taboe op. De suïdecijfers in Zeeland zijn al jarenlang gemiddeld het hoogste van Nederland. Mensen die zelf te maken hebben gehad met gedachten over de dood vertellen dat het delen van deze gedachten vaak het verschil heeft gemaakt waardoor men uiteindelijk

toch ook weer verder kon. Niet alleen zijn met deze gedachten bleek van essentieel belang. Bovendien blijkt ook steeds weer hoe de ervaringskennis van lotgenoten kan bijdragen aan herstelprocessen van mensen die gedachten hebben over de dood. Dit is ook de reden dat HerstelTalent het belang ziet van het opzetten van een SPC in Zeeland. Het past bij haar doel om ervaringskennis deskundig in te zetten. Bovendien zijn veel van haar medewerkers bekend met het onderwerp en is hierdoor extra gedrevenheid om het taboe rond gedachten over de dood te bestrijden.