

Beleidsplan 2026

Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen



Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen

info@snzg.nl

www.snzg.nl

Kamer van Koophandel nr. 68757697

Fiscaalnummer: 8575.78.789

Versie 1.0, 23-12-2025

Inhoudsopgave:

Inleiding	3
Visie en missie	4
Wie zijn wij	4
Doelgroep	4
Doelstellingen	5
Werkwijze en planning	6
Betrokken organisaties	6
Financiering	7

Inleiding

Dit beleidsplan is geschreven door de werkgroep Nabestaan na Zelfdoding Groningen. Deze werkgroep is gestart rond de zomer van 2016 en bestond uit nabestaanden die een geliefde hebben verloren door zelfdoding en een projectleider vanuit Solidair Groningen en Drenthe. Zelfdoding laat nabestaanden achter met een groot verlies en veel vragen. De wens van deze groep mensen was om in de provincie Groningen van betekenis te zijn voor deze nabestaanden.

Naast de professionele hulpverlening die o.a. geboden wordt door Lentis en naast diverse vrijwilligersinitiatieven op het gebied van rouwverwerking is door de werkgroep besloten om een eigen stichting op te richten. De wens is om specifiek aan nabestaanden na zelfdoding een plek te bieden waar zij op een laagdrempelige manier met elkaar in contact kunnen komen en desgewenst kunnen blijven.

In de praktijk blijkt namelijk dat nabestaanden na zelfdoding te maken hebben met een kenmerkend rouwproces, waar ruimte voor moet zijn bij de gesprekspartner. Herkenning is ook voor deze groep mensen ontzettend belangrijk.

Zelfdoding is een groot maatschappelijk probleem. De afgelopen jaren is het aantal gestegen naar 1.916 in 2022. Gemiddeld sterven ongeveer 5 mensen per dag door zelfdoding. Jaarlijks doen ongeveer 94.000 Nederlanders een poging. Nog veel meer mensen hebben wel eens suïcidale gedachten. Het gaat om ruim 400.000 Nederlanders.

Dat het werk van de Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen (SNZG) zin heeft mag duidelijk zijn. In de provincie Groningen bestond tot voor kort geen organisatie waarbij nabestaanden na zelfdoding terecht konden voor hun verhaal. Het gaat nadrukkelijk niet om professionele hulpverlening, maar om laagdrempelig lotgenotencontact.

Sinds 2023 is het bestuur aangevuld met een penningmeester en secretaris. Wij hopen dit jaar samen de stichting weer te kunnen besturen.

En met dit beleidsplan willen we richting geven aan de wens van de Stichting om van betekenis te zijn voor de nabestaanden na zelfdoding in de provincie Groningen.

Namens de Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen,

Jack Wester (voorzitter)
Luuk de Boer (penningmeester)
Bernard Ros (secretaris)

Visie

De Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen wil emotionele ondersteuning aan nabestaanden, die een dierbare hebben verloren na zelfdoding, verbeteren door hen een plek te bieden waar zij terecht kunnen met vragen en in contact kunnen komen met andere nabestaanden.

Missie

De Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen is er voor en door lotgenoten.

Wie zijn wij

De bestuursleden van de SNZG zijn allen ervaringsdeskundigen. Dat geldt ook voor de vrijwilligers die bij de diverse activiteiten worden betrokken. Op deze manier geloven wij dat de emotionele ondersteuning het beste vormgegeven kan worden. De vrijwilligers zijn over het algemeen woonachtig in de provincie Groningen. De meeste van onze vrijwilligers en wijzelf hebben professionele hulp gehad. Na afloop hebben velen van ons ervaren dat we in een soort "gat" vielen. We misten de gesprekken, het samenzijn, de herkenning en de ontmoeting. Omdat professionele hulpverlening laagdrempelig lotgenotencontact niet structureel kan aanbieden, hebben we gemeend om dit zelf vorm te moeten gaan geven.

In de naam van de Stichting spreken we nadrukkelijk over "nabestaan". Voor ons betekent dat een staat van "zijn" na de zelfdoding. We bestaan, maar het is een nabestaan. Er is iets gebeurd en veranderd en dat heeft onszelf veranderd.

Doelgroep

De Stichting is gericht op Groningers die een dierbare hebben verloren door zelfdoding. Dat is de primaire doelgroep. Daarnaast wil de Stichting de bewustwording bevorderen ten aanzien van het thema zelfdoding. Mede door de landelijke campagne van 113 online en de gemeente Groningen, die actief werkt aan het beter vormgeven van het suïcidepreventiebeleid, is er momenteel meer aandacht voor zelfdoding. Voor de nabestaanden na zelfdoding kan het werken of zelfs het denken aan suïcidepreventie voelen als "mosterd na de maaltijd". Dat neemt niet weg dat het één en ander elkaar in positieve zin kan versterken. De praktijk leert namelijk dat de scheidslijn tussen het denken aan zelfdoding en de daadwerkelijk poging soms behoorlijk dun kan zijn.

Doelstellingen

De Stichting streeft haar doel na door:

1. Het organiseren van ontmoeting en contact
2. Een plek bieden aan lotgenoten
3. Het delen van informatie
4. De emotionele ondersteuning te verbeteren
5. Goede randvoorwaarden te bieden

1. Het organiseren van ontmoeting en contact

Herkenning en het delen van ervaringen en gevoelens spelen hierbij een belangrijke rol evenals het luisteren naar elkaars verhalen. In Drenthe en in Friesland zijn vergelijkbare stichtingen actief. Zij bieden al jaren laagdrempelig lotgenotencontact in de vorm van gespreksgroepen. Tijdens de ontmoetingen staan vaak diverse thema's centraal. Na het voorbeeld van deze stichtingen wil SNZG op termijn werken met diverse activiteiten waarbij de ontmoeting voorop staat. Deze ontmoeting met elkaar is het belangrijkste onderdeel van de visie.

Bij deze inloophmomenten zijn geïnteresseerden vrij en zonder voorwaarden welkom. Het enige wat we van de deelnemers vragen is om met respect met elkaar om te gaan en met datgene wat wordt besproken confidentieel om te gaan.

2. Een plek bieden aan lotgenoten

Bij een inloophmogelijkheid gaat het om een fysieke plek waar lotgenoten elkaar kunnen ontmoeten. De ruimte is geschikt om met elkaar in gesprek te gaan en om gezellig een kop koffie/thee te drinken. Deze plek moet goed bereikbaar en toegankelijk zijn.

Door gebruik te maken van een sociale media, een e-mailadres en telefoonnummer wordt lotgenoten de gelegenheid geboden om met de Stichting in contact te komen. Een vrijwilliger beantwoordt de ingekomen mail en kan indien nodig nabestaanden doorverwijzen.

3. Het delen van informatie

Het delen van relevante informatie kan heel waardevol zijn voor nabestaanden. Deze informatieverstrekking kan gaan via de website, sociale media en kaarten om uit te delen. Daarnaast kan het gaan om het delen van kennis van (recente) onderzoeken, trends in de samenleving en literatuur. Tenslotte kan deze informatie ook relevant zijn voor professionals in de zorg en (maatschappelijk) welzijn.

Op de langere termijn wil de stichting ook bijeenkomsten organiseren. Het kan gaan om een specifiek thema, bijvoorbeeld over verdriet en rouwverwerking, maar ook over schuldgevoelens.

4. Emotionele ondersteuning

Door het organiseren van de bovenstaande activiteiten wil de Stichting de emotionele ondersteuning van lotgenoten verbeteren. Tijdens de diverse contactmomenten wil de Stichting zich laten inspireren door bezoekers en vraaggericht werken. Dat houdt in dat er gekeken wordt naar de behoeften van de lotgenoten/bezoekers. Daar worden de activiteiten op afgestemd. Tenslotte kan de Stichting doorverwijzen als dat nodig is.

5. Goede randvoorwaarden te bieden

Een belangrijke randvoorwaarde is de vindbaarheid van de Stichting. Als iemand wordt geconfronteerd met het overlijden van een dierbare door zelfdoding gaat men

vaak op zoek naar herkenning. Er rust nog steeds een taboe op zelfdoding. Dat maakt het gesprek met anderen (zonder deze ervaring) per definitie erg lastig. De vindbaarheid van de Stichting op het internet moet goed zijn. Daarom is geïnvesteerd in een goede website waarop de Stichting haar visie en activiteiten presenteert.

De website is in de eerste plaats bedoeld voor nabestaanden en daarna voor hulpverleners zoals verpleging, medewerkers van sociale teams, huisartsen, politie, begrafenisondernemers enz.

De Stichting is ten allen tijde per mail, sociale media en zo nodig ook per telefoon bereikbaar.

Werkwijze en planning

Er zijn twee documenten die de Stichting helpen om haar visie na te streven: dat is het beleidsplan en het activiteitenplan. Het activiteitenplan wordt elk jaar aangepast en de input hiervoor komt uit de ontmoetingsmomenten met de nabestaanden.

- a. Het beleidsplan wordt minimaal eens in de drie jaar aangepast en de verantwoordelijkheid hiervoor ligt bij het bestuur.
- b. Elk jaar wordt een activiteitenplan gemaakt van de geplande of verwachte activiteiten.
- c. Het bestuur bepaalt samen met de vrijwilligers welke activiteiten op de agenda worden geplaatst.
- d. Het activiteitenplan voor het komende jaar wordt ingevuld in de maanden november en december van het lopende jaar. De planning van het activiteitenplan wordt via de website openbaar gemaakt.
- e. Elk jaar wordt er een begroting gemaakt van de organisatiekosten (website, pr, huur, telefoon) en activiteitenkosten.

Tijdens de bestuursvergaderingen worden de activiteiten geëvalueerd.

Betrokken organisaties

Er is contact met de Stichting Nabestaan na Zelfdoding Friesland en met de Stichting Nabestaan na Zelfdoding Drenthe. Door hun jarenlange ervaring fungeren deze organisaties als klankbord en sparringpartner. Waar mogelijk wordt samengewerkt.

Het netwerk zal de komende jaren worden onderhouden en verder worden uitgebreid, zodat welzijnsorganisaties op de hoogte zijn van het bestaan en aanbod van de Stichting.

Financiering

De Stichting is afhankelijk van donaties, bijdragen van bezoekers en subsidies. Door fondsenwerving op basis van de activiteiten zal het belangrijkste deel binnengehaald moeten worden. De wens is om alle activiteiten zo low-budget mogelijk te organiseren.

De Stichting heeft op 28 juni 2023 een ANBI status gekregen waardoor de gift van particulieren en bedrijven mogelijk fiscaal aftrekbaar is.

In het activiteitenplan wordt beschreven hoe de Stichting denkt de activiteitenbegroting te kunnen dekken.

Bankgegevens:

NL10RABO0321940547

tnv: Stichting Nabestaan na Zelfdoding Groningen