



## Praten helpt

Een online register waarin kan worden bijgehouden welke cliënten suïcidaal zijn en welke hulp aan hen kan worden geboden. En samenwerking tussen GGZ, huisartsen, EHBO's en GGD's in Tilburg. Het zijn slechts twee voorbeelden van suïcidepreventie die in het boek aan bod komen.

De Cliëntenraad van GGZ Breburg wil met dit boek bijdragen aan het doorbreken van het taboe op zelfdoding en de gedachten daarover. Uitgangspunt daarbij is dat praten helpt en dat mensen met suïcidegedachten deze makkelijker moeten kunnen uitspreken. Alleen dan kan adequate hulp worden geboden en zelfdoding mogelijk zelfs worden voorkomen.

Het boek toont veel kanten van suïcide en suïcidepreventie. Mensen die zelf een poging hebben gedaan, maar ook nabestaanden, hulpverleners, naasten en getuigen komen aan het woord. Hun verhalen kort weergegeven, wat het geheel makkelijk leesbaar maakt.

Elk hoofdstuk behandelt een thema, bijvoorbeeld hulpverlening, taboe, de impact van zelfdoding op de nabestaanden. En tips voor zowel naasten als mensen met suïcidegedachten over hoe ermee om te gaan. Belangrijk is praten en luisteren zonder oordeel. Zoek de verbinding met een suïcidaal persoon, praat over diens wanhoop. Begrijp dat mensen vaak niet zozeer dood willen, maar een einde aan hun lijden.

Merel van den Meerendonk

**Geen einde aan het leven, einde aan de pijn** - Simone de Bruijn (hoofdredacteur).

Uitgave van de Cliëntenraad GGZ Breburg in Tilburg.

Het boek is te bestellen door het sturen van een mail naar [clienraad@ggzbreburg.nl](mailto:clienraad@ggzbreburg.nl).

Prijs: € 15,- (excl. verzendkosten).