

PERSBERICHT

Datum: 5 februari 2010
Onderwerp: Documentaire: De laatste stap, zelfdoding in Fryslân
14 februari 2010

Ieder jaar plegen tussen de 60 en 70 Friezen zelfmoord; dat komt neer op meer dan één persoon per week. Daarmee is het aantal Friezen dat om het leven komt door zelfdoding meer dan twee keer zo hoog als het aantal dat jaarlijks verongelukt in het verkeer.

Er rust nog altijd een groot taboe op zelfdoding en het is een schok voor iedereen die er mee te maken heeft. Programmamaker Marja Wiersma en cameraman Dirk Hofstede maakten de documentaire 'De leste stap', waarin direct betrokkenen en hulpverleners opvallend open praten over hun eigen ervaringen.

De vrouw van Arjen Nauta maakte ongeveer een jaar terug onverwachts een einde aan haar leven. Niemand had dat zien aankomen. Arjen: "Ik heb er niks aan kunnen doen en toch voel ik mij zo schuldig. Waarom heb ik het niet zien aankomen? Had ze maar een paar woorden tegen me gezegd, zoals 'Arjen je moet me helpen', dan had ik haar nooit meer losgelaten..."

Sytze Hoekstra wilde dik twee jaar geleden zelf uit het leven stappen. "Ik was zo triest en depressief, ik kon gewoon niet meer. En dan wordt de dood een uitweg, een oplossing. Ik dacht ook dat het beter was voor mijn kinderen dat ik er niet meer zou zijn. Ik zou mijn kinderen verlossen van een depressieve vader, die er toch niet voor hen kon zijn."

Politieman Bert Schipper heeft zo'n 15 tot 20 zelfdodingen meegemaakt: "Ik weet ze allemaal nog, de beelden blijven me altijd bij en ik denk dat dat bij mijn collega's niet anders is."

Het aantal keren dat zelfdoding geprobeerd wordt uit te voeren, is moeilijk in kaart te brengen. Maar er zijn schattingen dat er jaarlijks 3.000 tot 3.500 Friezen zijn die het proberen. Martin Steendam, klinisch psycholoog bij de GGZ Friesland vindt deze aantallen veel te hoog en vindt het van groot belang dat *suicide*-preventie hoger op de agenda komt te staan. Met het project *Voorkom Suicide* wil GGZ Friesland mensen die zelfmoord willen plegen sneller hulp bieden, zodat het aantal slachtoffers uiteindelijk lager wordt. Dit Friese project wordt nu in heel Nederland als voorbeeldproject gezien.

Steendam: "Van de 60 tot 70 Friezen die elk jaar zelfmoord plegen is maximaal de helft in behandeling van de GGZ, de rest kennen we helemaal niet. En dat zouden we wel heel graag willen. We trainen nu o.a. politiemensen, huisartsen en mensen uit het onderwijs om suïcidaal gedrag tijdig te herkennen zodat deze mensen door de GGZ behandeld kunnen worden. Want wij denken dat wij als hulpverleners iets voor deze mensen kunnen betekenen. Het zou natuurlijk fantastisch zijn dat het aantal zelfmoorden uiteindelijk daadwerkelijk omlaag gaat en dat mensen veel leed bespaard blijft."

De laatste stap, zelfdoding in Fryslân

Zondag 14 februari om 14.00 op Nederland 2

Zondag 14 februari om 18.00 bij Omrop Fryslân

Nogmaals te zien zaterdag 20 februari om 12.25 op Nederland 2