



TABOER & Zorg om Boer en Tuinder



Mentale gezondheid in de
Agrarische sector



28 mei 2026



Wie zijn wij?

Marcel Smits, voorheen werkzaam als SPV-er en nu als coach betrokken bij Zorg om boer en tuinder.

Marie-José van de Ven, psycholoog en als bestuurslid betrokken bij Zorg om boer en tuinder.



Ons doel:

- Informeren over wat er speelt binnen de agrarische sector.
- Taboer en ZOB onder de aandacht brengen bij de reguliere gezondheidszorg.
- Kijken hoe we elkaar kunnen versterken. Bijvoorbeeld door een poule van SPV-en die zich verbonden voelen met ZOB

Waarom aandacht voor mentale gezondheid?



Boeren en tuinders ervaren toenemende druk door regelgeving, financiën en maatschappelijke veranderingen.

Onzekerheid over toekomst en bedrijfsopvolging zorgt voor stress en spanning.

Mentale problemen blijven vaak onzichtbaar, maar hebben grote impact op gezinnen en bedrijven. Praten over zorgen helpt om problemen eerder bespreekbaar te maken.



De realiteit op het erf

Hoge werkdruk en lange werkdagen.
Financiële zorgen en veranderende wet-
en regelgeving.
Gevoel van onbegrip vanuit de
maatschappij.
Eenzaamheid en het gevoel er alleen
voor te staan.



Wat doet ZOB?

Zorg om Boer en Tuinder ondersteunt boeren en tuinders in moeilijke situaties. Vrijwilligers bieden een luisterend oor en begeleiding aan de keukentafel.

ZOB helpt bij het terugkrijgen van regie en verwijst door naar passende hulp.

Actief in heel Nederland met ervaren vrijwilligers.

Wat is TABOER?

TABOER doorbreekt het taboe rondom mentale gezondheid in de agrarische sector.

Samenwerking van LTO Noord, ZLTO, LLTB en ZOB.

Campagnes zoals 'Beter in je vel(d)' maken mentale gezondheid bespreekbaar.

TABOER biedt praktische informatie voor zowel agrariërs als erfbetreders, verhalen en directe hulp, (door ZOB).

Signalen herkennen

Slecht slapen of voortdurend piekeren.
Kort lontje of sneller emotioneel
reageren.

Terugtrekken uit sociale contacten.
Geen energie meer of verlies van
toekomstperspectief.



Hoe kunnen we helpen?

Luisteren zonder oordeel.

Durven vragen hoe het écht gaat.

Samen zoeken naar passende ondersteuning.

Doorverwijzen naar professionele hulp wanneer nodig.



Samen sterk in de sector

Erfbetreders, familie en vrienden spelen een belangrijke rol.

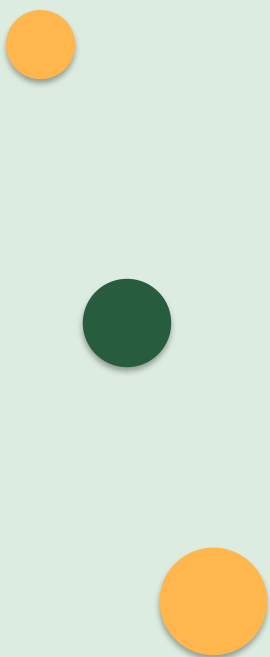
Vroeg signaleren voorkomt grotere problemen.

Open gesprekken zorgen voor meer begrip en steun.

Niemand hoeft er alleen voor te staan.



Contactgegevens



Zorg om Boer en Tuinder (ZOB)

Website: www.zorgomboerentuinder.nl

E-mail: info@zorgomboerentuinder.nl

Landelijke vrijwilligersorganisatie

Ondersteuning voor boeren en tuinders in de knel

TABOER

Telefoon: 088 - 888 66 08

Website: www.taboer.nl

E-mail: info@taboer.nl



**“Achter ieder agrarisch bedrijf
staat een mens met zorgen,
dromen en veerkracht.”**

TABOER & Zorg om Boer en Tuinder

*Erover praten
helpt echt*