

### PESTEN AANPAKKEN

#### Pak het pestprobleem INTERN IN GROEP aan:

**Wie?** leerkracht, trainer, jeugd- en cultuurwerker, ...



#### Hulp nodig?

Vraag (onder)steun(ing) aan de **zorgleerkracht/leerlingbegeleider** van jouw school of **API** (aanspreekpersoon integriteit) van jouw groep of sportclub.

#### Hoe? Ga in gesprek:

1. Wat is er juist gebeurd? Wanneer is het begonnen? Hoe vaak komt het voor?
2. Hoe is dat voor jou? Hoe kan je het volhouden? Wat geeft je steun?
3. Aan wie vertelde je het al? Wat is er al gebeurd?
4. Wat is voor jou belangrijk? Wat moet veranderen? Hoe wil je dat het wordt?
5. Wat is daar voor nodig? Wat kan je daarbij helpen? Wie kan jou daarbij helpen? Wat is voor jou een stap(je) vooruit?
6. Maak samen met het kind/de jongere afspraken over de volgende (kleine) stappen. Informeer altijd het kind/de jongere wanneer je iets doet. Doe niets waarvan het kind/de jongere niet op de hoogte is.



Op [Allesoverpesten.be/pesten-aanpakken/aan-de-slag-met-de-groep](http://Allesoverpesten.be/pesten-aanpakken/aan-de-slag-met-de-groep) vind je meer info en hulp over wat jij vervolgens intern kan doen in geval van een pestconflict.

#### Heb je meer hulp nodig?

**ONDERWIJS:** [CLB](#)  
**JEUGD & CULTUUR:** [API van je organisatie](#)  
**SPORT:** [federatie-API](#)

#### Als dit niet lukt, zoek dan hulp bij:

**ONDERWIJS:** [aanspreekpunt integriteit CLB / PBD](#)  
**JEUGD & CULTUUR:** [De Ambrassade](#)  
**SPORT:** [Sportieq](#)

Als de vorige stappen onvoldoende hebben geholpen, kan je contact opnemen met het [Kinderrechtencommissariaat](#)



#### voor **individuele ondersteuning** of **extra luisterend oor**

##### ZELF AAN DE SLAG

Conflicthelden | [conflicthelden.be](http://conflicthelden.be)

Noknok | [noknok.be](http://noknok.be)

WatWat | [watwat.be](http://watwat.be)

##### ONLINE/TELEFONISCH

1712 | [1712.be](http://1712.be)

Awel | [awel.be](http://awel.be)

CLBchat | [clbchat.be](http://clbchat.be)

JAC-chat | [jac.be](http://jac.be)

Lumi | [lumi.be](http://lumi.be)

Tele-Onthaal | [tele-onthaal.be](http://tele-onthaal.be)

Zelfmoordlijn | [zelfmoord1813.be](http://zelfmoord1813.be)

##### OP LOCATIE

Overkop | [overkop.be](http://overkop.be)

TEJO | [tejo.be](http://tejo.be)

JAC | [jac.be](http://jac.be)

#### Wordt er iemand gepest met naaktbeelden?

Contacteer [ChildFocus](#):  
bel 116000

#### Gaat het over strafbare feiten?

Contacteer ook de politie.

### PESTEN VOORKOMEN

#### Wie? Iedereen die kinderen en jongeren

**begeleidt:** leerkrachten, trainers, jeugd- en cultuurwerkers,...

**Hoe?** Een gedragen **pestpreventiebeleid** is een eerste belangrijke stap om peestsituaties te voorkomen.

#### Meer info/hulp

##### SECTOROVERSCHRIJDEND

Grenswijs | [grenswijs.be](http://grenswijs.be)

Cavaria/Kliq | [cavaria.be](http://cavaria.be)

Mediawijs | [mediawijs.be](http://mediawijs.be)

NOM | [onderwijsbemiddeling.be](http://onderwijsbemiddeling.be)

Pimento | [pimento.be](http://pimento.be)

##### ONDERWIJS

Anti-pest-slang | [vlor.be/antipestslang](http://vlor.be/antipestslang)

Gezonde School | [gezondeschool.be](http://gezondeschool.be)

Pedagogische begeleidingsdiensten | [onderwijs.vlaanderen.be/nl/pedagogische-begeleiding](http://onderwijs.vlaanderen.be/nl/pedagogische-begeleiding)

Pulso | [pulso-europe.eu](http://pulso-europe.eu)

Vlaamse Scholierenkoepel | [scholierenkoepel.be](http://scholierenkoepel.be)

##### JEUGD & CULTUUR

Tumult | [tumult.be](http://tumult.be)

##### SPORT

Sportieq | [sportieq.be](http://sportieq.be)

Scan de QR-code voor de digitale versie op [www.allesoverpesten.be](http://www.allesoverpesten.be)



**ALLES** over  
**PESTEN**