

Gepubliceerd op *Smallingerland* 28-10-2020 03:06 (<https://samenwijzer.smallingerland.nl>)

[Waar heeft u een vraag over?](#) > [Zorg en gezondheid](#) > [Geweld](#) > Pesten

Word je gepest op school?

Praat erover met je ouders, je leraar of mentor. Iedere school in Smallingerland heeft een contactpersoon van het Centrum voor Jeugd en Gezin. Je kunt altijd bellen om advies te vragen.

Wil je er met iemand anders over praten? Bel dan de Kindertelefoon. Of kijk voor meer informatie op de website van Pestweb en Info Voor Jou.

Ben je jonger dan 12 jaar of heb je een jonger broertje of zusje dat wordt gepest? Kijk dan op de website Info voor kinderen.

Op Help wanted en Vraag het de politie kun je vragen stellen en chatten.

Kom je er niet uit? Neem contact op met Carins.

Word je gepest via internet?

Digitaal pesten (cyberpesten) komt veel voor. Via internet durven mensen veel meer te zeggen dan in het echt. Negeer flauwe opmerkingen en weet dat pesten vaak niet persoonlijk bedoeld is. Als je niet reageert, houdt de pester meestal vanzelf op.

Loopt het pesten uit de hand, dan is het tijd om actie te ondernemen. Blokkeer de pester in de e-mail of sociale media. Maak ook schermafdrucken (printscreens). Die kun je gebruiken als bewijsmateriaal.

Praat er ook met iemand over. Met je ouders, familie of iemand op school. Of bel of chat met de Kindertelefoon. Kijk ook op de websites Pestweb, Info Voor Jou, Vraag het de politie en Kindertelefoon.

Ben je jonger dan 12 jaar of heb je een jonger broertje of zusje dat wordt gepest? Kijk dan op

de website Info voor kinderen.

Installeer ook de Meldknop. Dan kun je hulp en advies krijgen als je problemen tegenkomt tijdens het internetten.

Iedere school in Smallingerland heeft een contactpersoon van het CJG. Je mag altijd bellen om advies te vragen. Kom je er niet uit? Neem contact op met Carins.

Kindertelefoon

Bij De Kindertelefoon werken vrijwilligers, die aan kinderen en jongeren de mogelijkheid bieden om in vertrouwen te praten over een probleem. Kinderen krijgen advies, informatie en ondersteuning.

0800 04 32

www.kindertelefoon.nl

Pestweb

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 13.00 - 15.00 uur.

0800 282 82 80

pestweb@schoolenveiligheid.nl

www.pestweb.nl/

Info Voor Jou

Website voor jongeren tussen 12 en 18 jaar.

www.infovoorjou.nl/

Vraag het de politie

101 vragen en antwoorden over veiligheid voor jongeren

www.vraaghetdepolitie.nl

Info voor kinderen

Website voor kinderen tussen 8 en 12 jaar.

www.infovoorkinderen.nl/

Meldknop

www.meldknop.nl

Wordt uw kind gepest of pest uw kind anderen?

De website Pestweb geeft informatie en advies over pesten. Wilt u of uw kind iemand spreken

over pesten? Bel Pestweb.

Pestweb

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 13.00 - 15.00 uur.

0800 282 82 80

pestweb@schoolenveiligheid.nl

www.pestweb.nl/

Wordt uw kind gepest via computer of telefoon?

Dit heet cyberpesten. Nu jongeren veel achter de computer zitten, gebeurt dit steeds vaker. Kijk wat er tegen cyberpesten te doen is op de websites Mediawijsheid.nl, Veilig Internetten en Mediaopvoeding.

Installeer ook de Meldknop. Via deze knop krijgen kinderen hulp en advies als ze problemen tegenkomen tijdens het internetten.

Meldknop

www.meldknop.nl

Veilig internetten

www.veiliginternetten.nl/

Mediawijsheid.nl

www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/

Media Opvoeding

Deskundigen geven antwoord op al uw vragen over kinderen en media

www.mediaopvoeding.nl/

Samenwijzer is ontwikkeld in opdracht van de gemeente Smallingerland.



De gemeente Smallingerland wijst u graag op een aantal specifieke, lokale initiatieven die voor u van toegevoegde waarde kunnen zijn:



huistest.nl



vraagelkaar.nl



cjgsmallingerland.nl

Over Samenwijzer
