

Gepest? Gepest op MSN? Wordt je vriend(in) gepest? Mag je niet meedoen? **Praat erover!**

Bij Pestweb kun je terecht met al je vragen en verhalen over pesten. Dat kan via chat, mail en telefoon.

We luisteren naar je en vertellen niets door. We proberen samen met jou een oplossing te vinden tegen het pesten. We vinden niets raar en je hoeft nooit je naam te noemen.

Op onze site vind je ook informatie voor spreekbeurten en schoolkranten en nog meer tips tegen pesten en digitaal pesten.

Bel:



0800 - 28 28 280 (vaste lijn = gratis)



0900 - 28 28 280 (voor je mobiel = lokaal tarief)

Chat en mail:

www.pestweb.nl

Pestweb is elke schooldag open.
Kijk op www.pestweb.nl voor de openingstijden.



Pestweb is er ook voor ouders en leerkrachten van gepeste kinderen.



Wist je dat ...

Pestweb duizenden telefoontjes, mailtjes en chats per jaar krijgt?

Chat, mail of bel met Pestweb: www.pestweb.nl
0800 - 28 28 280

Deze folder is speciaal voor jou als je nog geen twaalf jaar bent.



Wat doe jij?

Word jij gepest? Help jij iemand als die gepest wordt? Pest jij?
Als er gepest wordt, heeft iedereen er in de klas mee te maken.



De Pester

Wil graag aardig en stoer gevonden worden en denkt door te pesten dat iedereen hem/haar grappig vindt.



De Gepeste

Voelt zich verdrietig en alleen. Durft vaak niets terug te doen. Is bang nog meer gepest te worden.



De Helper

Is niet bang voor de pester en helpt de gepeste.



De Meepester

Doet mee met pesten om erbij te horen. Is bang om zelf gepest te worden.



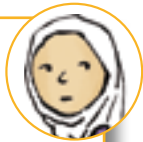
De Buitenstaander

Denkt dat er in de klas niet gepest wordt en het kan hem/haar ook niets schelen.



De Stiekemer

Is bang om zelf gepest te worden en pest daarom stiekem mee.




De Stille

Vindt het pesten gemeen, maar durft niets te doen of te zeggen.

Pesten: praat erover!

Word je gepest?

- 
- Stap 1** Kom voor jezelf op: zeg 'Stop' tegen de pester!
 - Stap 2** Loop daarna rustig bij de pester weg.
 - Stap 3** Zorg dat je niet alleen met de pester bent.
 - Stap 4** Praat erover met iemand die je vertrouwt: je ouders, je vriend(in) of Pestweb.
 - Stap 5** Ga iets doen waar je blij van wordt: dansen, sporten, lezen, tekenen, schrijven of skaten.
 - Stap 6** Stopt het pesten niet, ga dan naar je juf of meester. Praten over pesten is geen klikken!

En digitaal pesten?

Je kunt ook gepest worden via chat, MSN, e-mail of sms.

- ◆ Geef nooit je wachtwoord en inlognaam aan anderen.
- ◆ Blokkeer de pester bij pestmails of -sms'jes.
- ◆ Bewaar de pestmail of nare berichtjes als bewijs.
- ◆ Let op met je webcam: opeens sta jij op internet zonder dat je het wilt.
- ◆ Als je iets vervelends ziet in je beeldscherm, klik het dan zo snel mogelijk weg.
- ◆ Praat daar ook over!

Het pesten ligt niet aan jou!

Het ligt aan de pester, die voelt zich er stoerder door.



Wist je dat ...

kinderen die pesten eigenlijk onzeker zijn en aandacht proberen te trekken door te pesten?

Wist je dat ...

er in elke klas zes tot acht kinderen weleens gepest worden en dat er in elke klas één kind is dat elke dag gepest wordt?