



Gepubliceerd op Capelse Wegwijzer 16-05-2021 08:19 (<https://www.capelsewegwijzer.nl>)

[Over welk thema zoekt u informatie?](#) > [Zorg en gezondheid](#) > [Geweld](#) > Pesten

---

## Word je gepest op school?

Praat er over op school met de leerkracht, je mentor of met de schoolmaatschappelijk werker.

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.

Je kunt ook naar het Centrum voor Jeugd en Gezin. Of ga naar een jongerencoach van stichting Welzijn Capelle. Die vind je bij Knop Op, 't Pleintje en bij Capsloc. Kijk op de website voor de openingstijden.

### 't Pleintje

Bongerd 14

2906 VK Capelle aan den IJssel

[www.welzijncapelle.nu/pleintje](http://www.welzijncapelle.nu/pleintje)

---

### Knop Op

Voorlopig gesloten.

Cornelis de Houtmanstraat 45

2901 AD Capelle aan den IJssel

010 236 17 19

info@welzijncapelle.nu

www.welzijncapelle.nu/knop-op

---

### **Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG)**

Openingstijden: maandag t/m vrijdag 8:15 – 17:00 uur

De Linie 8

2905 AX Capelle aan den IJssel

010 242 32 00

info@cjgcapelle.nl

www.cjgcapelle.nl/

---

### **CAPSLOC Pop- & Cultuurpodium**

Pelikaanweg 3

Capelle aan den IJssel

010 258 78 50

info@capsloc.nl

www.capsloc.nl

---

### **Help wanted**

www.helpwanted.nl

---

### **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

---

### **Vraag het de politie**

101 vragen en antwoorden over veiligheid voor jongeren

www.vraaghetdepolitie.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 kinderen**

Website voor kinderen tussen 8 en 12 jaar.

[www.infovoorkinderen.nl](http://www.infovoorkinderen.nl)

---

### **Info Voor Jou**

Website voor jongeren tussen 12 en 18 jaar.

[www.infovoorjou.nl](http://www.infovoorjou.nl)

---

## **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.

Kijk ook op de website Aandacht voor Pesten. Of praat met jouw mentor, met de schoolmaatschappelijk werker of met een jongerencoach van stichting Welzijn Capelle. Die vind je bij Knop Op, 't Pleintje en bij Capsloc. Je kunt ook naar het Centrum voor Jeugd en Gezin.

### **'t Pleintje**

Bongerd 14

2906 VK Capelle aan den IJssel

[www.welzijncapelle.nu/pleintje](http://www.welzijncapelle.nu/pleintje)

---

### **Knop Op**

Voorlopig gesloten.

Cornelis de Houtmanstraat 45

2901 AD Capelle aan den IJssel

010 236 17 19

info@welzijncapelle.nu

www.welzijncapelle.nu/knop-op

---

### **Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG)**

Openingstijden: maandag t/m vrijdag 8:15 – 17:00 uur

De Linie 8

2905 AX Capelle aan den IJssel

010 242 32 00

info@cjgcapelle.nl

www.cjgcapelle.nl/

---

### **CAPSLOC Pop- & Cultuurpodium**

Pelikaanweg 3

Capelle aan den IJssel

010 258 78 50

info@capsloc.nl

www.capsloc.nl

---

### **Aandacht voor Pesten**

www.aandachtvoorpesten.nl

---

### **Info Voor Jou**

Website voor jongeren tussen 12 en 18 jaar.

www.infovoorjou.nl

---

### **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

---

### **Vraag het de politie**

101 vragen en antwoorden over veiligheid voor jongeren

www.vraaghetdepolitie.nl

---

### **Pestweb**

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

0800 282 82 80

[pestweb@schoolenveiligheid.nl](mailto:pestweb@schoolenveiligheid.nl)

[www.pestweb.nl](http://www.pestweb.nl)

---

### **Meldknop**

[www.meldknop.nl](http://www.meldknop.nl)

---

### **Info voor kinderen**

Website voor kinderen tussen 8 en 12 jaar.

[www.infovoorkinderen.nl](http://www.infovoorkinderen.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.

Of neem contact op met het Centrum voor Jeugd en Gezin.

### **Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG)**

Openingstijden: maandag t/m vrijdag 8:15 – 17:00 uur

De Linie 8

2905 AX Capelle aan den IJssel

[010 242 32 00](tel:0102423200)

[info@cjgcapelle.nl](mailto:info@cjgcapelle.nl)

[www.cjgcapelle.nl/](http://www.cjgcapelle.nl/)

---

### **Pestweb**

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

[0800 282 82 80](tel:08002828280)

[pestweb@schoolenveiligheid.nl](mailto:pestweb@schoolenveiligheid.nl)

[www.pestweb.nl](http://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.

Of vraag hulp en advies aan het Centrum voor Jeugd en Gezin.

### **Centrum voor Jeugd en Gezin (CJG)**

Openingstijden: maandag t/m vrijdag 8:15 – 17:00 uur

De Linie 8

2905 AX Capelle aan den IJssel

010 242 32 00

info@cjgcapelle.nl

www.cjgcapelle.nl/

---

### **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

---



Capelse Wegwijzer is ontwikkeld in opdracht van de gemeente Capelle aan den IJssel

in samenwerking met vele organisaties en instellingen.

### Over Capelse Wegwijzer