



IK WORD GEPEST. BIJ WIE KAN IK TERECHT?

Door Tumult | 16-22 jaar

Als je al een tijdje gepest wordt, weet je misschien niet meer bij wie je nog terecht kan. Maar **er zijn altijd mensen** die je kunnen helpen.

Iemand die je kent?

Het is zeker niet vreemd, als je niet weet met wie je kan praten. Misschien leg je zelf niet zo snel contacten. Probeer er eens over te praten met iemand die je vertrouwt: een vriend(in), je ouders, een leerkracht, je **huisarts** of iemand van het **CLB** op school.

Of net iemand die je niet kent?

Kan je niet meteen iemand bedenken of durf je het niet goed te vertellen aan iemand die je goed kent? Dan kan je op deze pagina bij PRAAT EROVER kijken om in contact te komen met Awel, CLBCh@t, 1712 of het JAC. Zij luisteren en proberen je verder te helpen, vaak anoniem én jij houdt de touwtjes in handen. Vaak doet het **deugd** om met iemand te praten die je niet goed kent.

Zie je het **niet meer zitten**? Maak een afspraak bij [Tejo](#) voor een korte therapie.



Hoe veerkrachtig ben jij? Doe de test!
FITINJEHOOFD.BE

PRAAT EROVER



Bel met 1712

Bel gratis en anoniem op 1712.
Ma-vr: 9-17u



Chat met CLB

Een chatgesprek duurt maximum 45 minuten en is anoniem.
Ma/di/do: 17-21u. Wo: 14-21u



Bezoek het forum van Awel

Deel je verhaal met leeftijdsgenoten of reageer op het verhaal van iemand anders.



Ga langs bij JAC

Zoek een JAC in je buurt. Een JAC-hulpverlener luistert graag naar je verhaal.