



MAG IK ZOMAAR IEDEREEN BERICHTEN STUREN?

Door Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen

11-24 jaar

Natuurlijk mag je een berichtje sturen naar iemand die je leuk vindt. Maar **denk wel na over wat je erin zet**. En als die persoon **duidelijk maakt dat je moet stoppen**, moet je ook stoppen met sturen.

Waarop moet ik dan letten?

- Stuur **geen pikante foto's** van jezelf als de andere daar niet om vroeg
- Stuur **niet zomaar welke seksuele dingen** je met die persoon wil doen, zonder dat die daarom vroeg
- **Respecteer de grenzen** van de andere: als die persoon wil dat je stopt met sturen of bepaalde dingen niet meer stuurt, moet je ook stoppen.

Blijf je toch sturen en verstoor je daarmee de rust van die persoon? Dan ben je eigenlijk aan het **stalken**, en daar staat een **gevangenisstraf** op.

Stalking is dus **niet alleen 'fysiek lastigvallen'**, zoals iemand op straat volgen of thuis opwachten. Ook als je iemand digitaal niet met rust laat, door bijvoorbeeld te blijven berichtjes sturen en die via alle sociale media in de gaten te houden.

Mag ik dan niets meer sturen?

Jawel, natuurlijk wel. Maar het is belangrijk dat **je rekening houdt met de andere**.

Vinden jullie het **allebei leuk** om sexts naar elkaar te sturen? Doe dat dan gerust. ([En bekijk deze tips voor veilig sexten](#))

Je zal vaak wel **aanvoelen** of iemand blij is met jouw berichtjes of niet. **Twijfel je of je grenzen overschrijdt?** Check het dan gewoon even bij die persoon.

FOTO: Vic

PRAAT EROVER



Chat met Awel

Ma-za: 18-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



Mail met Awel

Antwoord binnen de 72u



Bel met Awel

Gratis en anoniem op 102. Ma-za: 16-22u. Woe: 14-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



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.