



# Hoe bescherm je jezelf online?

Een persoon valt je lastig via een sociale netwerksite. Weet je wie het bericht verstuurde?



! Kan je de persoon aanspreken en hem/haar vertellen hoe je je hierover voelt?

☰ Weet je op welke manier je deze persoon kan rapporteren via een sociale netwerksite?



Vraag hem/haar om het bericht te verwijderen. Leg uit dat het kwetsend is en dat het je verdrietig maakt. Denk je dat het op deze manier is opgelost?

👍 Dat is goed want nu kan je de inhoud rapporteren – geef zoveel mogelijk informatie zoals bijvoorbeeld de URL of Printscreens



🌐 Weet je op welke manier je een persoon kan blokkeren zodat deze geen toegang meer heeft tot je profiel? Meestal kan je ook de schadelijke inhoud rapporteren op de sociale netwerksite zelf. Aarzel zeker niet om raad te vragen aan een vertrouwenspersoon zoals je juf of ouders.

Contacteer de hulplijn van Child Focus via 116 000 of per chat [www.116000.be](http://www.116000.be) Zij kunnen je helpen met het rapporteren van ongepaste/discriminerende/kwetsende inhoud.



**Bravo!**  
Want ook online moet je respect hebben voor elkaar!

**Niet opgeven** – Laat het hoofd niet hangen!  
Cyberpesten kan op geen enkele manier worden goedgepraat. Contacteer de hulplijn van Child Focus via 116000. Getrainde experts staan klaar om je 24/24 te helpen.



Co-funded by the European Commission

In het kader van het Safer Internet Programma van de Europese Commissie, werken Insafe en INHOPE samen aan een veilig en beter internet.  
[www.saferinternet.org](http://www.saferinternet.org)

Heeft u vragen over veilig internet, aarzel dan niet om contact op te nemen met de nationale hulplijn via [www.saferinternet.org/helplines](http://www.saferinternet.org/helplines)