



# STIP IT

tijdens de Vlaamse Week tegen Pesten

## DOE MEER MET 4 STIPPEN AAN DE SLAG TEGEN PESTEN OP JE MIDDELBARE SCHOOL

STIP IT roept iedereen op om 4 stippen op de hand te zetten in de strijd tegen pesten. Het is een soort van antipestvirus. Hoe meer mensen ze op hun handen hebben, hoe sneller het virus zich verspreidt. Stip ze dus ook in de klas en school op je hand!

### Wat je met deze bundel kan doen? Ga in dialoog, met de 4 stippen bij de hand!

De acties in deze bundel kan je flexibel inzetten. Je kan zelf kiezen voor welke groep: met de hele school, verschillende klassen tegen elkaar, per klas/jaar/graad of...? En je kan zelf kiezen op welk tijdstip: elke dag 1 activiteit, alle activiteiten op 1 dag, tijdens een (middag)pauze, tijdens de les(sen) of...?

**ik vind pesten niet oké en zal er nooit aan meedoen**

**1**

**2**

**ik praat erover als pesten mij verdrietig of bang maakt**

**ik sluit niemand uit, voor mij hoort iedereen erbij!**

**3**

**4**

**ik zal altijd proberen op te komen voor iemand die gepest wordt**

### Als jongere meer lezen over pesten?

- Kijk eens op Wat Wat ([watwat.be](http://watwat.be))
- Kijk eens op [kieskleurtegenpesten.be](http://kieskleurtegenpesten.be) - ook voor organisaties waar je terecht kan
- Bestel de jongerenfolder van Kies Kleur tegen Pesten via [kieskleurtegenpesten.be](http://kieskleurtegenpesten.be)

### Als leerkracht of directielid meer lezen over pesten?

- Kijk eens op Grenslijn ([grenslijn.be](http://grenslijn.be))
- Kijk eens op [kieskleurtegenpesten.be](http://kieskleurtegenpesten.be) - ook voor organisaties waar je terecht kan

**Info en materiaal voor op je school, sportclub of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](http://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE STIPPEN MET #STIPIT**

een initiatief van:  
het Vlaams Netwerk  
**KIES KLEUR  
TEGEN PESTEN**





**Stip 1:** Ik vind pesten niet oké.

**Tijd:** enkele minuten per leerling

### Doelen:

- Sensibilisering en visueel maken dat veel mensen op school zeggen dat pesten niet oké is.
- Verbondenheid en sfeer op school vergroten doordat leerlingen en leerkrachten elkaar helpen om de stenen te plaatsen.

### Materiaal:

- Alcoholstift (voor het plaatsen van stippen op de handen)
- Post-its of blaadjes die baksteen symboliseren + plakband
- Balpennen of stiften

### De Antipestwall: stap voor stap - hoe ga je aan de slag?

Leerlingen en leerkrachten bouwen mee aan een antipestmuur. Ze krijgen allen een post-it of blaadje dat een baksteen symboliseert. Hierop schrijven ze een leuke/spreuk/zin tegen pesten. Die kleven ze op de Antipestmuur. Iedereen die een baksteen kleeft, krijgt een stip.

### Meer uitdaging nodig?

- Kies een moeilijke plek (plafond, hoge muur of raam) uit, waardoor elkaar helpen nodig is.
- Beperk de tijd. De oppervlakte moet vol hangen op het einde van de dag. Maar iedereen mag maar 1 bouwsteen plaatsen.
- Voeg een competitie-element toe: leerkrachten tegen leerlingen. Welke muur is het snelst vol? Iedereen mag maar 1 bouwsteen plaatsen.

**Info en materiaal voor op je school, sportclub  
of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](https://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE  
STIPPEN MET #STIPIT**





# STIP IT

tijdens de Vlaamse Week tegen Pesten

**DOE MEER MET 4 STIPPEN  
AAN DE SLAG TEGEN PESTEN  
OP JE MIDDELBARE SCHOOL**

**Stip 2:** Ik praat erover.

**Tijd:** 10 minuten

## Doelen:

- Sensibilisering.
- Verbondenheid en sfeer op school vergroten doordat leerlingen en leerkrachten samen een opdracht vervullen.

## Materiaal:

- Boodschappen die kunnen doorgezegd worden.  
Bijvoorbeeld: ik neem iemand in vertrouwen als ik gepest word en praat erover.
- Alcoholstift (voor het plaatsen van stippen op de handen)

## Doorfluisterspel: stap voor stap - hoe ga je aan de slag?

Deze opdracht speel je per klas/groep/leerkrachtengroep.

Een boodschap moet van de ene kant van de speelplaats naar de andere kant geraken.

Spelregels:

- Je moet stilstaan terwijl de boodschap wordt doorgezegd.
- Je mag de boodschap niet luidop zeggen en dus in iemands oor.
- Als de boodschap op het einde nog duidelijk is, krijgt iedereen van jouw groep een stip.  
Als de boodschap niet meer duidelijk is, mag de groep opnieuw proberen.

## Extra om over na te denken:

Iets dat doorverteld wordt, stemt niet altijd overeen met de oorspronkelijke boodschap!

**Info en materiaal voor op je school, sportclub  
of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](https://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE  
STIPPEN MET #STIPIT**



een initiatief van:  
het Vlaams Netwerk  
**KIES KLEUR  
TEGEN PESTEN**



# STIP IT

tijdens de Vlaamse Week tegen Pesten

**DOE MEER MET 4 STIPPEN  
AAN DE SLAG TEGEN PESTEN  
OP JE MIDDELBARE SCHOOL**

**Stip 3:** Ik sluit niemand uit.

**Tijd:** 5 minuten per groepje

## Doelen:

- Sensibilisering: leerlingen denken na over wat ze kunnen doen om niemand uit te sluiten.
- Leerlingen (en leerkrachten) leren nieuwe mensen kennen.
- Verbondenheid en sfeer op school vergroten doordat leerlingen en leerkrachten samen een opdracht vervullen.

## Materiaal:

- Digitale fototoestel of smartphone (eventueel meerdere)
- Papieren wolkjes + stiften
- Alcoholstift (voor het plaatsen van stippen op de handen)

## Fotobooth: stap voor stap - hoe ga je aan de slag?

Richt op school een plek of meerder plekken in als "fotobooth".

De opdracht voor iedereen:

- Kies één of meerdere personen uit die je niet kent.
- Beantwoord samen de vraag: wat kan jij doen om niemand uit te sluiten?
- Schrijf jullie antwoord in het wolkje: "Ik ..." of "Wij ..."
- Ga samen met jullie wolkje op de foto. Klaar! Jullie krijgen allen een stip.

Zorg dat de foto's op een muur, facebookpagina, tv-scherm of groot bord terechtkomen.

**Meer uitdaging?** Reik een prijs uit voor de grootst mogelijke groep onbekenden op de foto of een prijs voor de origineelste boodschap.

**Info en materiaal voor op je school, sportclub  
of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](https://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE  
STIPPEN MET #STIPIT**

een initiatief van:  
het Vlaams Netwerk  
**KIES KLEUR  
TEGEN PESTEN**







**Stip 4:** Ik zal altijd opkomen voor iemand die gepest wordt.

**Tijd:** 15 minuten zonder de nabespreking

### Doelen:

- Sensibilisering: leerlingen denken na over wat zij zelf kunnen doen.
- Leerlingen (en leerkrachten) leren nieuwe mensen kennen.
- Verbondenheid en sfeer op school vergroten doordat leerlingen en leerkrachten samen een opdracht vervullen.

### Materiaal:

- Vragen op flappen + stiften
- Alcoholstift (voor het plaatsen van stippen op de handen)
- Eventueel stoelen (= aantal deelnemers)

### De speeddate: stap voor stap - hoe ga je aan de slag?

De deelnemers maken een binnen- en buitenkring met hetzelfde aantal deelnemers in beide kringen. De deelnemers staan recht of zitten op stoelen met hun gezicht naar elkaar.

Er worden verschillende vragen gesteld, zie volgende pagina.

De vragen worden nu opgehangen op grote papieren: leerlingen kunnen hun antwoorden hier opschrijven. Alle deelnemers krijgen een stip

De leerlingenraad kan met de antwoorden op vraag 4 verder aan de slag gaan.

**Info en materiaal voor op je school, sportclub  
of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](https://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE  
STIPPEN MET #STIPIT**





# STIP IT

tijdens de Vlaamse Week tegen Pesten

**DOE MEER MET 4 STIPPEN  
AAN DE SLAG TEGEN PESTEN  
OP JE MIDDELBARE SCHOOL**

**Vraag 1:** Hoe kan je reageren als je ziet of hoort dat er iemand gepest wordt?

- Ieder vertelt zijn/haar antwoord aan diegene die tegenover hen staat of zit.
- Daarna schuiven binnenkring en buitenkring 2 plaatsen door naar hun rechterkant.
- Ieder vertelt wat er zonet verteld werd aan de nieuwe persoon tegenover hem/haar.

**Normaal hoort ieder zo 4 antwoorden (inclusief één van zichzelf) op de eerste vraag.**

- Daarna schuiven ze 2 plaatsen naar rechts door. Vraag 2 wordt dan gesteld.

**Vraag 2:** Hoe kan je reageren als je ziet of hoort dat er iemand gecyberpest wordt?

- Ieder vertelt zijn/haar antwoord aan diegene die tegenover hen staat of zit.
- Daarna schuiven binnenkring en buitenkring 2 plaatsen door naar hun rechterkant.
- Ieder vertelt wat er zonet verteld werd aan de nieuwe persoon tegenover hem/haar.
- Daarna schuiven ze 2 plaatsen naar rechts door. Vraag 3 wordt dan gesteld.

**Vraag 3:** Wat kan jij doen als je weet dat er iemand ge(cyber)pest wordt?

- Ieder vertelt zijn/haar antwoord aan diegene die tegenover hen staat of zit.
- Daarna schuiven binnenkring en buitenkring 2 plaatsen door naar hun rechterkant.
- Ieder vertelt wat er zonet verteld werd aan de nieuwe persoon tegenover hem/haar.
- Daarna schuiven ze 2 plaatsen naar rechts door. Vraag 4 wordt dan gesteld.

**Vraag 4:** Hoe kunnen we er als school voor zorgen dat er minder gepest wordt?

- Ieder vertelt zijn/haar antwoord aan diegene die tegenover hen staat of zit.
- Daarna schuiven binnenkring en buitenkring 2 plaatsen door naar hun rechterkant.
- Ieder vertelt wat er zonet verteld werd aan de nieuwe persoon tegenover hem/haar.
- Daarna schuiven ze 2 plaatsen naar rechts door. Voorzie grote papieren voor elke vraag.

**Info en materiaal voor op je school, sportclub  
of jeugdvereniging? [kieskleurtegenpesten.be](https://kieskleurtegenpesten.be)**

**DEEL JE ACTIE EN JE  
STIPPEN MET #STIPIT**

een initiatief van:  
het Vlaams Netwerk  
**KIES KLEUR  
TEGEN PESTEN**

