

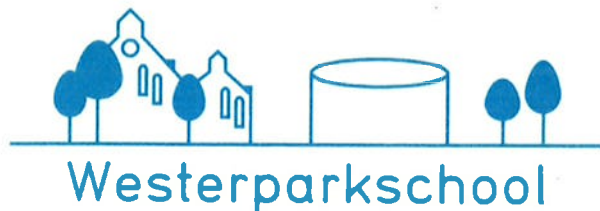
WEST SIDE Magazine



De Vreedzame School

Krant 1

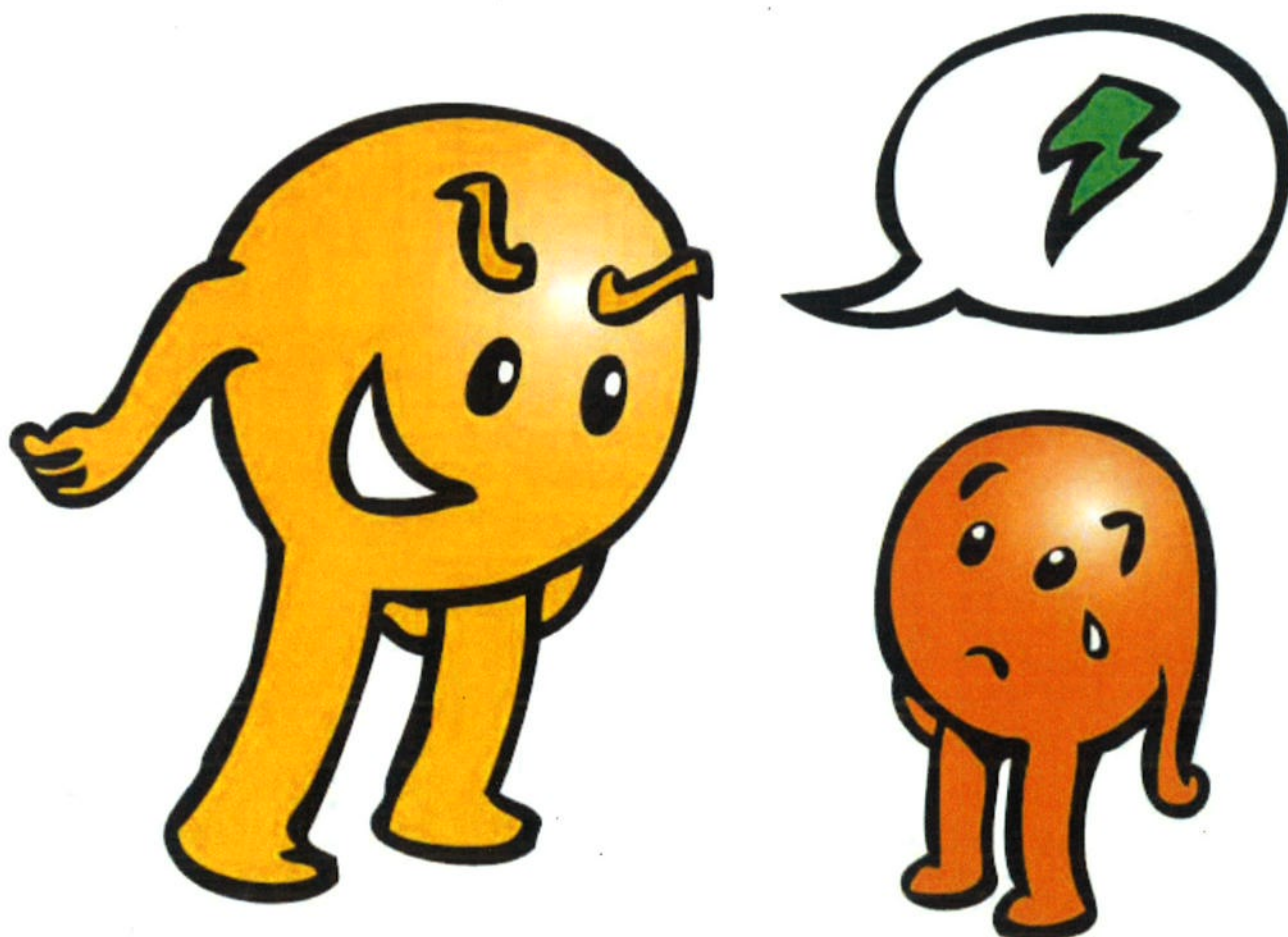
Hoe voorkom je
pesten?



INLEIDING

Deze schoolkrant gaat over pesten.

Als niemand pest is iedereen gelukkiger. Wat doe je als je wordt gepest? Wat doe je als je ziet dat het gebeurt? Hoe voorkomen we dat er wordt gepest? Dat leren we met de Vreedzame School. In deze schoolkrant staan interviews, recepten, puzzels, stukjes van klassen en nog veel meer. Je kan lezen over wat pesten met je doet, en hoe mensen zich daardoor voelen. Pesten is een probleem dat aandacht verdient. Als iedereen zich aan de vreedzame school houdt, hopen we dat iedereen blij is.



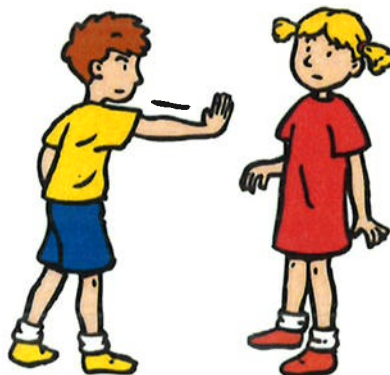
Afbreker

WEETJES TEGEN PESTEN



- 1: Je kunt proberen het samen op te lossen.
- 2: Je kunt het samen met de juf of meester oplossen.
- 3: Probeer rustig te blijven en de pester(s) te negeren.
- 4: Je moet het niet voor jezelf houden (bijv. aan je vriendin of vriend vertellen of ouders.)
- 5: Je kunt zegen: hoe zou jij het vinden als je wordt gepest!
- 6: Kom voor jezelf op!
- 7: Ga niet huilen ,want dat vinden de pester(s) juist leuk.
- 8: Laat met je lichaamshouding zien dat je niet bang bent.
- 9: Blijf in een groepje ,want als je alleen bent pakken ze je eerder!
- 10: Ga niet vechten dat maakt het alleen maar moeilijker!

Vergeet niet wie je bent en dat je goed bent zoals je bent! Je hoeft ook niet iedereen aardig te vinden en dat geldt ook andersom. Behandel anderen zoals je wilt dat jij wordt behandeld.



Stop! Hou op!

We pesten niet!

Naam _____

Datum _____

Kun jij alle verborgen woorden vinden in deze woordzoeker?

U	S	E	G	K	K	B	R	F	C	G	F	G	C	A	Y	Y	F
J	N	U	F	C	E	N	N	E	P	O	L	E	E	M	G	L	A
G	C	R	R	N	W	R	S	R	E	K	E	T	S	P	O	X	S
U	T	I	O	R	S	K	T	N	B	F	M	D	Y	K	P	R	R
O	B	W	A	U	N	N	M	E	O	R	E	O	I	X	B	A	E
Y	V	E	F	Z	O	E	J	P	V	U	V	N	E	O	A	V	K
X	V	W	S	B	X	T	J	L	P	K	D	F	J	B	B	P	E
F	H	X	P	X	G	S	Y	E	Y	E	I	S	F	C	K	L	R
P	I	S	R	S	K	E	M	H	R	K	T	B	H	Y	N	M	B
Y	E	J	A	R	T	P	D	T	Q	E	K	K	V	K	E	A	F
A	T	W	K	D	D	O	E	L	U	Z	D	X	L	N	R	A	A
F	E	F	E	O	G	L	P	N	W	V	X	D	S	I	E	Z	X
G	G	W	N	I	E	J	E	P	U	T	R	R	A	X	T	D	N
N	E	W	X	F	Y	N	D	J	E	D	C	F	Y	H	S	E	P
Q	N	U	O	N	C	F	D	R	N	N	Y	O	B	J	I	E	R
R	S	O	X	P	A	Z	F	J	R	X	S	A	M	K	U	R	Y
J	N	C	B	K	W	U	O	E	B	N	L	I	U	V	L	V	M
B	W	B	B	C	B	S	B	Q	C	Q	H	K	H	Q	M	Y	E

- AFBREKERS
- KINDERTELEFOON
- OPSTEKERS
- STOPPEN
- AFSPRAKEN
- LUISTEREN
- PESTEN
- TEGEN
- HELPEN
- MEELOPEN
- STEUNEN
- VREEDZAAM

Deze woordzoeker is uitgeprint op WoordzoekerMaken.nl

door Ragaa

weetjes tegen pesten

- 1: Je kunt naar de juf of meester gaan en het samen oplossen.
- 2: Je kunt stop hou op zeggen. (anders naar juf of meester)
- 3: Je kunt als je ziet dat iemand wordt gepest zeggen hoe zou jij het vinden als je wordt gepest.
- 4: Je moet het niet voor je zelf houden anders wordt het alleen maar erger!
- 5: Kom voor jezelf op!

Belangrijk!!!

Vergeet niet dat je mag zijn wie je bent! Jij bent gewoon goed zoals je bent!

Door: Midas

Groep 3 wil niet tegen het sterke groep 4 voetballen

Oplossing: de teams worden gemixed.

max



Iedereen mag meedoen!

Iemand mag niet meedoen

oplossing: lekker samen wippen.



rowan.

een jongen pakt mijn vlieger af, hij was jaloeus

joosje mocht niet meedoen met voetbal



joosje

Een vlieger voor hem gemaakt samen gaan vlieggen



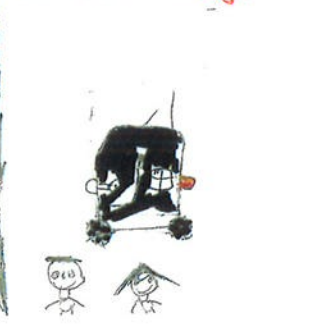
elif.

Ik werd boos op mijn moeder omdat ze me pijn deed bij tandenpijnen

Ik mocht voor in de auto zitten en toen was ik weer blij!



fardoon



kevin.

hij huift omdat hij niet mee mag naar de tandarts.

hij is weer blij als hij mee mag naar de speeltuin.

saar.



Mijn broer pakte mijn medaille af. Die was boos.



Ik was blij toen hij hem weer terug gaf



Dan gaan ze samen spelen.

De een wil samen spelen maar de ander niet. Die wil alleen

Mijn zus heeft mijn pop afgepakt en toen werd ik boos.

Mijn zus gaf de pop weer terug en toen gingen we er samen mee spelen



marisla

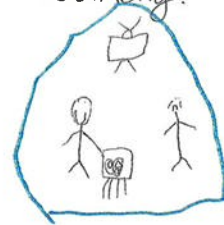


hannah



mijn grote broer pakte het spel waar mee ik ook wilde spelen. Ik werd verdrietig.

Ik probeerde het op te lossen. Daarna gingen we samen spelen.



misha



hij mag niet meedoen met voetbal.



Iedereen mag meedoen



rafael



5

Oplossing: Ze gingen daarna het oplossen door samen te gaan spelen.



Eerst ging het grote meisje een ander slaan.

dizelen

Oplossing: Serra zei Sorry en toen gingen we weer samen spelen.

Serra gooide zand over me heen. Ik werd boos.



chelsey



Oplossing: Toen deden we het samen en was het opgelost en waren we weer blij.

Hannah en ik wilde allebei het spel opruimen, maar toen werden we allebei boos.

Mijn zus pakte mijn ballon af. Ik werd verdrietig.

De oplossing was de ballon detenen ik werd weer blij en ik gaf een bloem



dylan

Mijn broertje wilde buiten spelen en ik wilde in t.v. kijken. Hij werd boos!

Toen ging ik toch buiten zammelen we hem en werden we weer blij!

benay

Ze gingen samen vliegen en waarden de bloemen heel blij!

Ze zijn boos omdat de bal de bloemen stuk maakt



STA OP TEGEN PESTEN!

Tips

- Als je gepest word moet je degene die je pest negeren want dan heeft hij niemand om te pesten.
- Als je iemand ziet of kent die gepest wordt, moet je meteen reageren door er iets van te zeggen.
- Als je zelf gepest wordt, moet je er met een volwassene over praten.
- Kom voor jezelf op en geloof in jezelf.
- Als je gepest wordt, onthoudt het is niet jouw schuld.
- Vertel aan de Pester dat je het niet leuk vindt, de Pester moet weten dat het je pijn doet.
- Praat erover in de klas.
- Je zou ook naar de leerkracht of begeleider toe kunnen gaan als je merkt dat praten niet helpt.
- Als je gepest wordt zou je er ook met de ouders van de Pester over kunnen praten.
- Als je gepest wordt of iemand kent die gepest wordt dan zou je naar zijn/haar beste vriend/vriendin kunnen stappen en vragen of er misschien iets aan de hand is.

Geschreven door: Daniella Fikri

Groep:7H



Hoe doen wij het in groep 1/2 G?



Wij troosten elkaar.



Wij horen bij elkaar.





Wij lossen ruzies zelf op.



Wij geven opstekers aan elkaar.



Wij werken samen.



Opstekers!

Wat kun je goed voetballen!

Wat heb je mooi haar.

Wat kun jij netjes schrijven.

Wat kun jij mooi zingen.

Ik vind jou aardig.

Je ziet er leuk uit.

Je kunt goed helpen.

Hier word je blij van!

**STA OP TEGEN
PESTEN!**

Als je wordt gepest, krijg je steeds **afbrekers!**

Word je gepest?

Ga dan meteen naar de juf!

Firdaouss uit groep 8h. 🙄



Dit is clowntje. Ze heeft een mooie rode neus!



Ze loopt trots over het schoolplein.



Maar dan komt ze een paar gemene kinderen tegen die haar neus niet mooi vinden!



Ze lachen haar uit en zeggen allemaal afbrekers.



Dit maakt Clowntje heel verdrietig en ze begint te huilen.



Ze wordt zo verdrietig dan haar hartje in tweeën breekt.



Maar dan komen kinderen in haar klas haar helpen!



Zij rennen naar haar toe om haar te helpen.



Zij zeggen tegen de pesters: "STOP HOU OP!"



De pesters blijven eerst boos staan....



Maar nadat de kinderen nog een keer "STOP HOU OP!" hebben geroepen, gaan de pesters weg!



Clowntje en haar nieuwe vriendjes juichen en zeggen: "HOERA!"

Puzzel

	Goed	Fout
Pesten is hetzelfde als plagen	V	P
Zeg je stop als je iets vervelend vind	E	C
Meelopen met de pester(s) is stoer	H	S
Als je wordt gepest is het goed om erover te praten	T	B
Het is goed om iemand die gepest wordt te helpen	E	Z
Opstekers geef je wel, afbrekers niet!	N	H
Iets afpakken mag	D	I
Bij de Kindertelefoon wordt er naar je geluisterd	S	E
Je gaat in iemands schoenen staan	N	M
Het is goed als je 'Stop hou op 'zegt als iemand onaardig is	I	A
Iets zeggen met de rode pet op is handig	A	E
Het is goed om op de afspraken van de Vreedzame School te letten	T	R
Wees lief voor elkaar	I	T
Als je gepest wordt, dan kun je altijd naar je juf of meester gaan	E	K
Als iemand valt, dan kun je daar gewoon om lachen	M	U
Als niemand pest, dan voel je je veel beter	K	Z

Welke zin lees je nu?



Tips om van pesten af te komen

Tip 1: Ga naar iemand die je vertrouwt en vertel het aan haar/hem. Dat lust op.

Tip 2: Als je via internet wordt gepest. Blokkeer hem/haar dan. Dat kan hem/haar je geen berichten meer sturen. Waar je ongelukkig van wordt.

Tip 3: Probeer rustig te blijven.

Tip 4: Ga met de mensen om die je vrienden zijn.

Tip 5: Blijf altijd je zelf.



Interview met Ron van West Beweegt

Weet jij veel over pesten?

Jawel, dat als je gepest wordt dat het niet zo leuk is en dat het grote gevolgen kan hebben op kinderen. In een schoolsituatie is het vaak dat twee kinderen eigenlijk altijd dezelfde pesten, en dat vind ik eigenlijk heel erg triest.

Word er veel gepest bij de sport Activiteiten van West Beweegt?

Ik hoop het niet. Ik heb natuurlijk niet zicht op alle activiteiten, maar als ik het zie dan zeg ik er vrijwel meteen iets van.

(kan je een voorbeeld noemen?)

Kinderen kwamen naar me toe en ze zeiden dat ze werden gepest. Ze werden toen buitengesloten. Ze mochten niet meespelen van andere kinderen en dat vond ik erg kinderachtig

Wanneer beschouw je iets al Plagen en wanneer beschouw je iets als Pesten?

Plagen heeft iets onschuldigs, terwijl pesten vaak negatieve gevolgen op kinderen heeft. Als iemand pest kan het ook uit de hand lopen en dan gaan ze: roddelen, schoppen of soms wel slaan.

Wat doe je tegen pesten?

Ik probeer het gelijk bespreekbaar te maken met de groep en ik probeer uit te leggen wat het met de gepeste doet. Ik vertel dan dat het niet leuk is en dat ze moeten stoppen.

Wat doe je met de kinderen die pesten?

Ik probeer duidelijk te maken dat wat zij doen, niet goed is en dat als ze doorgaan er ook echt consequenties komen; zoals straf.

Ben je zelf ook weleens gepest?

Vroeger wel, ja. Door de sterke jongens op school. Ze wilden macht krijgen en maakten daar misbruik van.

Wil je nog wat zeggen tegen kinderen die gepest worden?

Bespreek het met je ouders, vrienden of je juf of meester. Bespreek het in ieder geval gewoon met mensen die je vertrouwd.

Wil je nog wat zeggen tegen kinderen die andere pesten?

Stop met pesten! Het kan namelijk hele grote gevolgen hebben op de gene die je pest.

Extra vraag: Word er bij West beweegt onderling ook gepest?

Ehm, nee bij ons niet. We krijgen elk jaar een tevredenheidstest waarin we vragen moeten beantwoorden over hoe we het vinden en dan gaan de vragen ook weleens over pesten, omdat er bij andere groepen wel wordt gepest, maar gelukkig is dat niet bij ons het geval.



Ron Bushoff

Jonas 8p

Een overheerlijke chocoladebol.

- Een reep witte chocolade (100gram)
- Pure chocolade (100 gram)
- Brownie/chocoladecake-vanille ijs
- Verse cup slagroom
- Blauwe bessen
- Frambozen
- Ballon
- Dat waren de Benodig heden.
- Recept

**EET
\$MAKELIJK!**

Smelt de witte chocolade, en haal de ballon door de witte chocolade tot dat de ballon het helemaal onder de witte chocolade zit, maar laat een klein stukje aan de onderkant open zodat je de ballon nog ziet.

Laat het 30 min vriezen in de vriezer.

Na 30 min prik de ballon lek.

Pak het ijs zet het op een bord doe de bol op het bord over het ijs heen. smelt de pure chocolade en doe het slagroom erbij mix het en giet het in een lange beker.

Versier de bol met de frambozen en de bessen en giet dan de pure chocolade mengsel over de bol en dan heb je een heerlijk toetje.



Boeken over pesten

Voor 6 tot 9 jaar

Het boek : Het geheim van de pestvogel

Door Ulf Nilsson

Het boek gaat over dieren in het bos, en of je andere dieren ongelukkig mag maken. Inspecteur Gordon en zijn assistente Paddy vinden dat je dat niet mag doen. Kunnen ze het op lossen?



Het boek: Pesten Stop!!!

Door Veronique Puts

Pesten is niet cool. Beer en Sofie zien dat er kinderen gepest worden en ze denken na over hoe dat voelt hen. Zij besluiten helden te zijn en er wat aan te doen!!! In dit boek leer jij hoe je pesten kunt helpen stoppen.



Het boek: Super Jan

Door Harmen van Straaten.

Super Jan is een super leuk boek. Jan heeft alles van Super Man, zelfs een pak. Op zijn verjaardag ontdekt hij dat hij super kracht heeft. Nu kan hij eindelijk die drie pest koppen van school aan pakken.





Door L94K

Cyberpesten

Toen we de verdeling maakten voor wie welk stukje zou schrijven, wist ik al meteen dat ik een tekst over Cyberpesten wilde schrijven. Cyberpesten is een van de meest voorkomende pestsoorten ter wereld. En ik ga jullie nu een aantal soorten Cyberpesten voorleggen.

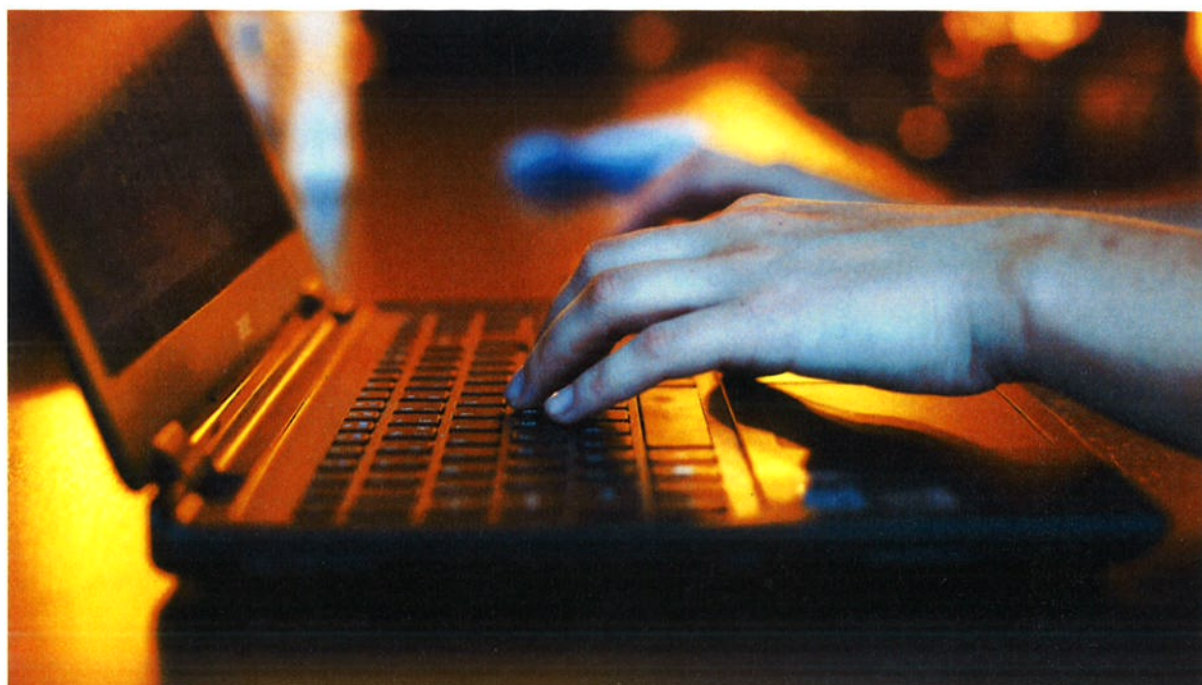
Bij Cyberpesten gebeurt het weleens dat mensen achter de rug van iemand om gaan roddelen over een persoon. Dat doen ze vaak om stoer te doen tegenover iemand anders. Ik denk dat als de gepeste er achter komt, dat die zich dan niet meer fijn zou voelen. Ik denk dat als dat gebeurt, dat de gepeste dat voor de rest van zijn leven zou onthouden.

Bij een andere soort van Cyberpesten gaan pestkoppen allemaal gemene woordjes sturen naar kinderen. Zonder Emoji's, niks. Het is ook uit onderzoek gebleken, dat kinderen het makkelijker vinden om via Whatsapp iemand uit te schelden in plaats van gewoon met de mond. En als je het uitschelden als grapje bedoeld en daar helemaal geen lachende emoji achter zet, denkt de ander dat je het echt menen. Ik denk dat sommige kinderen hier op school het ook doen. Dus ik zou zeggen; Stop ermee!

Eigenlijk vind ik dat we met z'n alle een actie moeten bedenken die; Stop Pesten! heet.

Ik hoop dat ik jullie nu een beetje heb bijgebracht wat Cyberpesten nou is. En ik hoop ook dat jullie het met me eens zijn dat pesten moet stoppen.

Jonas 8p



Pesten



Pesten ligt heel gevoelig. Sommige mensen weten het verschil niet tussen pesten en plagen. Plagen is soms grappig. Bij plagen kan je stop zeggen en dan stopt het. Plagen duurt maar kort maar pesten niet. Heel veel kinderen in Nederland worden gepest en hebben er lang last van.

Bij ons op school proberen wij alle conflicten en ruzies vreedzaam op te lossen. We zeggen stop ,hou ,op als er gepest wordt. En als het dan ook niet op houdt, dan gaan wij naar de leerkracht of begeleider. Stel dat het nog door gaat, dan stappen wij naar de mediators.

Op de Westerparkschool krijgen wij vreedzame school lessen waar bij wij leren hoe wij met ruzies en problemen om moeten gaan.

Mediators zijn kinderen uit groep 7 en 8 die bemiddelen als er conflicten zijn. Ze krijgen eerst een opleiding en dan pas worden ze mediators. De mediators worden uitgekozen door twee juffen.

Uiteindelijk wil ik: dat er op de wereld niet meer wordt gepest en dat iedereen zich veilig kan voelen.

Door: Hamza M'barki, gr7h



DE KINDERTELEFOON

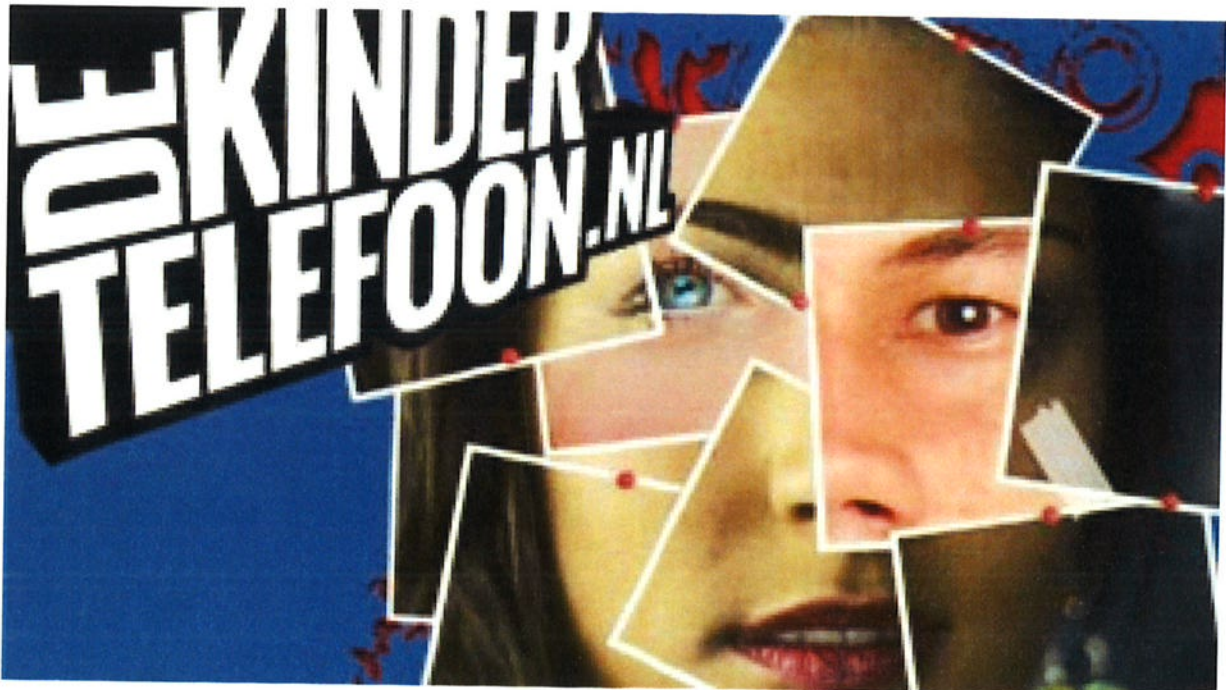
De **Kindertelefoon** is een Nederlandse hulpdienst (telefonisch) voor kinderen, waar kinderen en jongeren tot 18 jaar die behoefte aan een gesprek over welk onderwerp dan ook hebben gratis naar kunnen bellen. Ook kunnen zij chatten met de Kindertelefoon. Kinderen en jongeren kunnen contact opnemen met De Kindertelefoon over alle vragen of problemen waar zij graag informatie, advies of ondersteuning bij willen krijgen.



Je kunt de kindertelefoon ook bellen als je gepest wordt. Ze worden daar heel vaak over gebeld. Meestal gebeurt het pesten op school.

MACHTELOOS

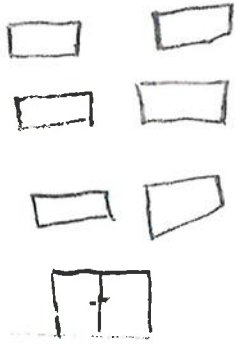
Kinderen bellen of chatten dan met de kindertelefoon omdat ze zich machteloos voelen. Ze willen dat het akelige pesten stopt maar weten niet hoe. De kindertelefoon maakt zich daar zorgen over. Ze hebben uitgezocht dat het goed is om te luisteren naar de kinderen die gepest worden. Tijdens die gesprekken proberen de mensen van de kindertelefoon je te helpen bedenken hoe je het op kunt lossen en je weer een beetje sterk gevoel te laten krijgen.



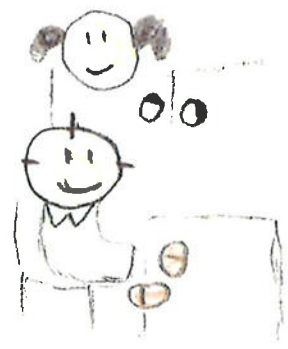
Ik ga naar school!



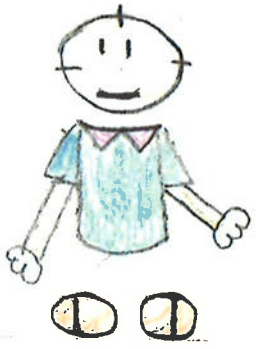
School



pauze!



hahahah
ik ben
lukkig na



Snik



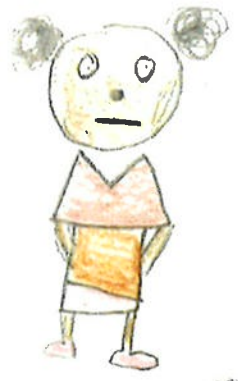
Oh wat is er?



Ik vind het niet leuk wat je zei.



Ik bedoelde het niet zo



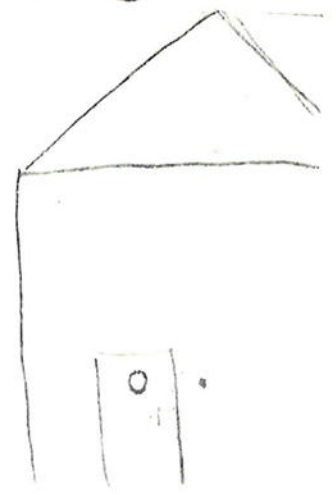
Sobley Sobley



Fuwt



Fuwt



We pesten niet we pesten niet

Refrein:

We pesten niet, we pesten niet
We doen een ander geen verdriet
We zeggen keihard: NEE
We doen er niet aan mee

Mag je dan geen grapjes maken
Ja natuurlijk mag dat wel
Om een grapje kun je lachen
Grapjes horen bij het spel

Maar....

We pesten niet, we pesten niet
We doen een ander geen verdriet
We zeggen keihard: NEE
We doen er niet aan mee

Mag je dan geen grapjes maken
Ja natuurlijk dat mag best
Maar een grapje is heel anders
Dan getreiter of gepest

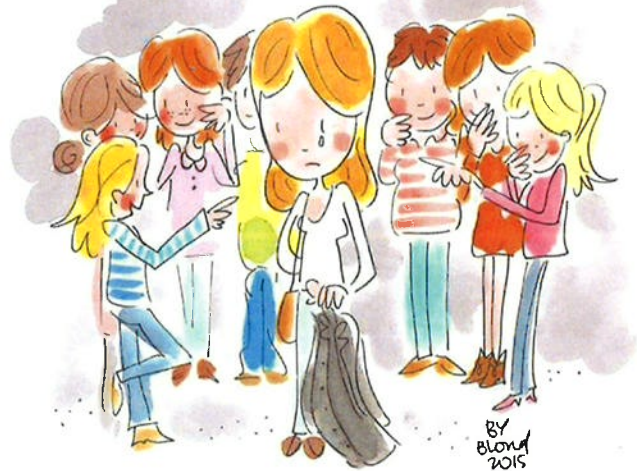
Want....

We pesten niet, we pesten niet
We doen een ander geen verdriet
We zeggen keihard: NEE
We doen er niet aan mee

Nee....

We pesten niet, we pesten niet
We doen een ander geen verdriet
We zeggen keihard: NEE
We doen er niet aan mee

Besef jij je hoe
alleen iemand zich
voelt die **gepest**
wordt...



Afspraken waar je je aan moet houden in de klas. (dan voorkom je pesten en andere nare dingen =).)

1. we helpen elkaar

2. sta in iemand anders schoenen

3. help elkaar als iemand gepest word



4. kom voor iemand anders op

5. iedereen mag meedoen

6. we luisteren naar elkaar

7. we geven elkaar opstekers



De Vreedzame School

Door: jasmijn rood



We hebben oor voor elkaar