

VERWIJSLIJST

INLEIDING

Deze doorverwijslijst bundelt een overzicht van verschillende hulpverleningsdiensten en organisatie die aanspreekbaar en/of ondersteunend kunnen zijn bij het realiseren van een kwaliteits-, preventie- en reactiebeleid.

Het is essentieel te weten op welke externe instanties je een beroep kan doen voor vorming, antwoorden en advies en bij welke instanties je terecht kan voor een melding van grensoverschrijdend gedrag.

We maken hierbij een onderscheid tussen twee soorten noden:

- **Advies nodig:** wanneer je vooral op zoek bent naar informatie, tips of luisterend oor.
- **Doorverwijzing/begeleiding nodig:** wanneer een sporter, ouder of betrokkene meer gespecialiseerde of intensieve ondersteuning nodig heeft.

De organisaties zijn gegroepeerd **per thema**, zoals 'grensoverschrijdend gedrag', 'discriminatie', 'suicide' en andere onderwerpen die relevant kunnen zijn in de sportcontext.

Via klikbare links kan je eenvoudig navigeren naar de [uitgebreide beschrijving](#) van elke dienst, met informatie over hun werking, doelgroep en contactmogelijkheden.

Zo helpt deze lijst je om snel de juiste weg te vinden naar informatie, advies of begeleiding.

Voor al deze thema's kunnen jullie uiteraard ook terecht bij de medewerkers van Sportieq.

ADVIES NODIG?

DRINGENDE HULP

Dringende hulp nodig bij levensbedreigende situaties:

- **100**: medische hulp
- **101**: politie
- **112**: algemene alarmnummer
- Spoed
- [Huisarts](#)
- [Crisismeldpunt](#)

ALGEMENE THEMA'S:

- [Centrum Algemeen Welzijnswerk \(CAW\)](#) (+25j)
- [Jongeren Advies Centrum \(JAC\)](#) (-25j)

SPECIFIEKE THEMA'S:

Elke vorm van geweld of misbruik:

- [1712](#)

Grensoverschrijdend gedrag:

- [Sportieg](#)
- [Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend Gedrag](#)
- [Sport Vlaanderen](#)
- [Federatie-arts / huisarts / sportarts](#)
- [Allesoverpesten.be](#)
- [Bemiddeling](#)

Pesten met naaktbeelden:

- [Child Focus](#)

Intrafamiliale melding bij minderjarigen:

- [Vertrouwenscentrum Kindermishandeling \(VK\)](#)

Seksueel geweld:

- [Zorgcentra na seksueel geweld](#)

Seksueel misbruik/uitbuiting en vermiste kinderen:

- [Child Focus](#)

Pedofiele gevoelens:

- [Stop it Now!](#)

Ingrijpende gebeurtenissen:

- [Slachtofferhulp \(CAW\)](#)
- [POBOS](#)
- [Psychologen bij acute crisissituaties](#)
- [Slachtofferzorg](#)

Agressie:

- [ICOBA](#)

Suicide:

- [CGG preventiewerking](#)
- [Zelfmoordlijn 1813](#)
- [ASPHA](#) 

Gender, geslacht en seksuele oriëntatie:

- [Sportieq](#)
- [Lumi](#)
- [Transgender Infopunt](#)

Discriminatie:

- [Sportieq](#)
- [Vlaams Mensenrechteninstituut](#)
- [Lumi](#)
- [Instituut voor gelijkheid van vrouwen en mannen \(IGVM\)](#)
- [UNIA](#)

Sportfraude:

- [Meldpunt Sportfraude](#)
- [prOFS](#)

Verslaving:

- [Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs \(VAD\)](#)
- [De Druglijn](#)
- [Drugpunt](#) (Oost-Vlaanderen)

Eetproblemen en -stoornissen:

- [Eetexpert](#)

DOORVERWIJZING/BEGELEIDING NODIG?

Legende: Chat beschikbaar 

DRINGENDE HULP

Dringende hulp nodig bij levensbedreigende situaties:


- 100: medische hulp
- 101: politie
- 112: altijd goed
- Spoed
- [Huisarts](#)
- [Crisismeldpunt](#)

ALGEMENE THEMA'S

- [CAW](#) (+25j)
- [JAC](#) (-25j)
- [\(Eerstelijns\)psycholoog](#)
- [Centrum voor leerlingbegeleiding \(CLB\)](#) (indien schoolgaand)
- [CLB-chat](#) 
- [OverKophuis](#) (12j-25j)
- [Tejo](#) (10-20j)
- [Tele-Onthaal 106](#) 
- [AWEL \(Jongeren\)](#) 

SPECIFIEKE THEMA'S:

Elke vorm van geweld of misbruik:

- [1712](#) 

Grensoverschrijdend gedrag

- [Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend Gedrag](#)
- [Federatie-arts / huisarts / sportarts](#)
- [Allesoverpesten.be](#)

Pedofiele gevoelens:

- [Stop it Now!](#) 

Mishandeling of verwaarlozing:

- [Nupraatikerover.be](https://nupraatikerover.be) (-18j) 

Suicide:

- [\(Huis\)arts](#)
- [Centrum Geestelijke Gezondheidszorg \(CGG\)](#) > via [huisarts](#)
- [Zelfmoordlijn 1813](#) 

Genderidentiteit en seksuele oriëntatie:

- [Lumi](#) 
- [Transgender Infopunt](#)


Discriminatie:

- [Vlaams Mensenrechteninstituut](#)
- [Instituut voor gelijkheid van vrouwen en mannen \(IGVM\)](#)
- [UNIA](#)
- [Lumi](#) 

Sportfraude:

- [Meldpunt Sportfraude](#)
- [prOFS](#)

Verslaving:

- [Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs \(VAD\)](#)
- [De Druglijn](#) 
- [Drugpunt](#) (Oost-Vlaanderen)

Eetproblemen en -stoornissen:

- [Eetexpert](#)

HULPVERLENING voor SLACHTOFFERS:


Grensoverschrijdend gedrag:

- [Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend Gedrag](#)
- [Erkennings- en Bemiddelingscommissie](#)

Pesten met naaktbeelden:

- [Child Focus](#)

Seksueel geweld:

- [Zorgcentra na seksueel geweld](#)
- [Nupraatikerover.be](#) 
- [Punt . vzw](#)

Ingrijpende gebeurtenissen:

- [Slachtofferhulp CAW](#)
- [POBOS](#)
- [Psychologen bij acute crisissituaties](#)
- [Slachtofferzorg](#)

Discriminatie:

- [Vlaams Mensenrechteninstituut](#) (*Meldpunt schending mensenrechten & discriminatie*)
- [Instituut voor gelijkheid van vrouwen en mannen \(IGVM\)](#) (*Meldpunt discriminatie op grond van geslacht*)
- [UNIA](#) (*Meldpunt discriminatie huidskleur, handicap, leeftijd, seksuele geaardheid, religie of levensopvatting*)
- [Lumi](#) (*Meldpunt discriminatie op grond van gender, geslacht en seksuele oriëntatie*)

HULPVERLENING voor PLEGERS:

Grensoverschrijdend gedrag:

- [Universitair Forensisch Centrum](#)
- [Sociale kaart voor Hulpverlening aan seksueel delinquenten in Vlaanderen](#)
- [CAW](#) (bv. Oost-Vlaanderen: [Amfora](#))

Online Zelfhulp

Specifiek voor jongeren (12-16j):

- [NOKNOK](#)

Adolescenten:

- [Moodspace](#)
- [Online PsyHulp \(16-23j\)](#)

Alcohol en andere drugs:

- [Zelfhulp Druglijn](#)

Suicide:

- [Think Life](#)

BIJLAGE: EXTERNE INSTANTIES

1712

1712 is voor de burger de hulplijn bij uitstek voor elke vraag over alle vormen van geweld, misbruik en kindermishandeling (lichamelijk, psychisch, financieel, seksueel). Je kan er ook contact opnemen voor informatie en advies.

Via 1712 word je vlot doorverbonden met de hulplijn van de provincie van waaruit je belt. OPGELET: dit is GEEN NOODNUMMER/MELDPUNT.

<u>1712</u>						
WAT?	Voor elke vraag over elke vorm van geweld, misbruik of mishandeling (lichamelijk, psychisch, financieel, seksueel). Wie belt komt terecht bij professionele hulpverleners (vanuit het CAW en VK). Bieden informatie, advies en eventuele doorverwijzing . GEEN MELDPUNT/NOODNUMMER					
VOOR WIE?	Iedereen, voornamelijk burgers					
WAAR?	Online					
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bellen, mailen					
WANNEER?	Chat: ma tot do: 13u-17u en 18u-22u ; vrij: 13u-17u Bellen: ma tot vrij: 9u-18u Mailen: altijd, binnen x dagen antwoord <i>Buiten de uren kom je terecht bij Tele-Onthaal (106)</i>					
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website of bel het telefoonnummer 1712 Gratis en anoniem					
WEBSITE	1712 Hulplijn geweld, misbruik en kindermishandeling					
SAMENVATTING	<table border="1"><tr><td>VORMING</td><td>ADVIES / INFO</td><td>BEGELEIDING</td><td>MELDING</td><td>RECHTS- BIJSTAND</td></tr></table>	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND
VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND		

VERTROUWENCENTRUM KINDERMISHANDELING (VK)

VK's zijn partner van 1712 en een aanspreekpunt voor alle mogelijke situaties van **intra familiaal geweld op minderjarigen**. Samen met de contactnemer schatten ze de ernst van de situatie en de noden in. Op basis daarvan bepalen ze het vervolgtraject: ondersteunend optreden of de hulpverlening zelf organiseren en coördineren. Elke Vlaamse provincie en het Brussels Hoofdstedelijk Gewest heeft een Vertrouwenscentrum Kindermishandeling.

Beste manier is om via 1712 de bezorgdheid te delen. Wanneer zij dit inschatten, kunnen ze aanmelden bij het VK.

<u>VK</u>						
WAT?	Voor elke bezorgdheid over elke vorm van <u>intra familiaal geweld op minderjarigen</u> . Bieden informatie, advies en eventuele doorverwijzing . Best om via 1712 te bellen					
VOOR WIE?	Via eerstelijnsdienst (bv. arts, hulpverlener). Niet voor burgers.					
WAAR?	Elke Vlaamse provincie en het Brussels Hoofdstedelijk Gewest					
HOE TE BEREIKEN?	Bellen					
WANNEER?	Afhankelijk van centra – werken met permanentie momenten Onze centra - VK					
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website Gratis en anoniem					
WEBSITE	VK					
SAMENVATTING	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">VORMING</td> <td style="text-align: center;">ADVIES / INFO</td> <td style="text-align: center;">BEGELEIDING</td> <td style="text-align: center;">MELDING</td> <td style="text-align: center;">RECHTSBIJSTAND</td> </tr> </table>	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND
VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND		

FEDERATIE-ARTS / HUISARTS / SPORTARTS

De federatie-arts, huisarts of sportarts van de sportorganisatie kan een goed aanspreekpunt zijn voor **advies** bij een situatie of voor **(medische) hulpverlening**. De huisarts of sportarts zal indien nodig of gewenst **doorverwijzen** naar meer gespecialiseerde hulp.

Vaak is een arts een **laagdrempelige** manier om hulp te zoeken voor slachtoffer of pleger en kan een eerste stap richting gepaste hulpverlening zijn.

SPORTIEQ

Sportieq is een door de Vlaamse minister van Sport erkende organisatie voor beleidsondersteuning en praktijkontwikkeling op het gebied van gezond en ethisch sporten. Sportieq informeert, stimuleert en ondersteunt de Vlaamse sportsector om actief te investeren in gezonde en ethische thema's die belangrijk zijn bij een kwaliteitsvolle sportbeoefening. Het biedt **beleidsondersteuning, opleiding en bijscholing** en **case-ondersteuning**.

<u>Sportieq</u>					
WAT?	Rond gezonde en ethische thema's zoals grensoverschrijdend gedrag, fair play, gender en seksuele diversiteit, discriminatie, blessurepreventie, ... binnen de sport. Je kan er terecht voor beleidsondersteuning, opleiding/bijscholing en case-ondersteuning .				
VOOR WIE?	Sportsector				
WAAR?	Vlaanderen				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen, langskomen (op afspraak)				
WANNEER?	Op werkdagen				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via het algemeen nummer 09 496 06 12 Of zoek via de website de gegevens van de medewerker in kwestie (Over ons - Sportieq)				
WEBSITE	Home - Sportieq				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

SPORT VLAANDEREN

Er kan info opgevraagd worden indien je een melding opvangt of bezorgdheid hebt een mogelijke veroordeling/gerechtelijk onderzoek van iemand binnen/rond je sportorganisatie. Via Silke kan er contact opgenomen worden met de referentie magistraat. Indien er vragen zijn nadat je hiervan info terugkrijgt, kan je hiermee terecht bij [Sportieg](#).

Sidenote: dit is een gunst en geen recht. Dit kan dus geweigerd worden. De ervaring leert daarnaast dat bij lopende onderzoek deze informatie zeer beperkt is.

CENTRUM VOOR ALGEMEEN WELZIJNSWERK (CAW)

Het [Centrum voor Algemeen Welzijnswerk \(CAW\)](#) bestaat uit verschillende diensten. Er zijn 11 CAW's in Vlaanderen en Brussel. In elke regio zijn er één of meer onthaalpunten waar je terecht kan voor informatie, advies, opvang, praktische hulp, crisishulp en begeleiding. Ook voor jongeren (onder 25 jaar) is er een specifiek onthaal in het [Jongerenadviescentrum \(JAC\)](#).

Om een specifieke dienst te bereiken, kan je naar het onthaal bellen. Zij verbinden je door naar de juiste dienst.

Hieronder gaan we dieper in op enkele van deze diensten.

CAW

CAW					
WAT?	Rond alle soorten thema's: dagbesteding/leren/werken, gezondheid, geld, juridisch, wonen, relatie,... Ook rond administratieve zaken (behalve rond geld krijgen ~zie OCMW) Je kan er terecht voor advies, informatie en begeleiding .				
VOOR WIE?	Volwassenen (+ 25 jaar)				
WAAR?	Regio gebonden				
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bellen, mailen, langskomen				
WANNEER?	Chat: ma tot vrij 13u-17u Bel: ma tot vrij 9u-17u Mail: altijd, binnen 3 werkdagen antwoord Langskomen: op afspraak				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website of op het algemene nummer 0800 13 500 Gratis				
WEBSITE	CAW				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

JAC

<u>JAC</u>					
WAT?	<p>Rond alle soorten thema's: dagbesteding/leren/werken, gezondheid, geld, juridisch, wonen, relatie,... Ook rond administratieve zaken (behalve rond geld krijgen ~zie OCMW)</p> <p>Je kan er terecht voor advies, informatie en begeleiding.</p> <p>Ze kunnen individueel aan de slag gaan met jongeren. Ook outreaching (~naar bv. sportclub komen voor een gesprek).</p> <p>Link met Overkop Huizen.</p>				
VOOR WIE?	Kinderen en jongeren (- 25 jaar)				
WAAR?	Regio gebonden				
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bellen, mailen, langskomen				
WANNEER?	<p>Chat: ma tot vrij 13u-19u</p> <p>Bel: afhankelijk van locatie</p> <p>Mail: altijd, binnen 3 werkdagen antwoord</p> <p>Langskomen: op afspraak</p>				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	<p>Via website (~telefoonnummer afhankelijk van centrum)</p> <p>Gratis</p>				
WEBSITE	Nood aan een luisterend oor? Het JAC is er voor jou CAW				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

SLACHTOFFERHULP CAW

<u>Slachtofferhulp (CAW)</u>					
WAT?	<p>Helpen mensen met de verwerking van een ingrijpende gebeurtenis (o.a. suicide, ongeval,...).</p> <p>Emotionele ondersteuning, juridische informatie, praktische ondersteuning.</p> <p>Je kan hier ook terecht voor advies in begeleiding van een groep. Ze gaan niet rechtstreeks met de groep aan de slag, maar bijvoorbeeld met de coaches. Je kan voor zo'n advies rechtstreeks telefoneren naar hen.</p>				
VOOR WIE?	Slachtoffers of betrokkenen van een ingrijpende gebeurtenis				
WAAR?	Regio gebonden				
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bellen, mailen, langskomen				
WANNEER?	<p>Chat: ma tot vrij 13u-19u</p> <p>Bel: afhankelijk van locatie</p> <p>Mail: altijd, binnen 3 werkdagen antwoord</p> <p>Langskomen: op afspraak</p>				
EXTRA INFO	Gratis				
WEBSITE	Slachtofferhulp van CAW CAW				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

CRISISMELDPUNT CAW

<u>Crisismeldpunt (CAW)</u>					
WAT?	Bij crisissituaties (= acuut beleefde noodsituatie waar onmiddellijk hulp geboden moet worden) Informatie, advies, ondersteuning en opvang - samen zoeken naar mogelijkheden.				
VOOR WIE?	Iedereen				
WAAR?	Regio gebonden > Crisis -18 CAW / Crisis +18 CAW				
HOE TE BEREIKEN?	Telefonisch				
WANNEER?	24/24 - 7/7				
EXTRA INFO	Gratis				
WEBSITE	Crisishulp CAW				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

AMFORA CAW (O-VL)

<u>AMFORA (CAW Oost-Vlaanderen)</u>					
WAT?	<p>Hulpverlening voor daders van seksueel grensoverschrijdend gedrag (~curatief).</p> <p>Kan opgelegd zijn via de rechtbank, maar kan ook binnen volledige vrijwilligheid.</p> <p>Begeleidingstrajecten, maar consult kan ook.</p>				
VOOR WIE?	Daders van seksueel grensoverschrijdend gedrag, wonend/verblijf in Oost-Vlaanderen				
WAAR?	Oost-Vlaanderen				
HOE TE BEREIKEN?	Via CAW (+25j) of via JAC (-25j) aanmelden				
WANNEER?	Zie openingsuren CAW en JAC				
EXTRA INFO	Kostprijs tussen 0 en 11 euro (afhankelijk van mutualiteit)				
WEBSITE	Crisishulp CAW				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

BEMIDDELING

Hieronder vind je de gegevens van contacten waarop je beroep kan doen voor **bemiddeling** voor sport:

- Moderator (gratis): Annemie Gaethofs, +32 (0)496 12 65 10, annemie.gaethofs@moderator.be
- Aline Bauwens, aline@alinebauwens.be, +32 (0)476 76 30 24, <https://vlaamsesportfederatie.be/sharedservices/ondersteuning-personeel/freelance-api>
- Sabine Coppens, sabine@kieskleurtegenpesten.be, <https://mediv.be/overons/medewerkers/369-sabine-coppens.html>
- Davy Van Der Jeught, davy@dvizi.be, +32 (0)477 31 47 00
- Anna Maria Wilmot, anna@amwmediation.be; +32 (0)478 59 75 25
- Interactie-Academie: <https://groepspraktijk.interactie-academie.be/>
- Herstelgesprekken via Vlaams meldpunt voor grensoverschrijdend gedrag: <https://www.vlaanderen.be/vlaams-meldpunt-grensoverschrijdend-gedrag>

ZORGCENTRA NA SEKSUEEL GEWELD

De hulpcentra zijn geopend voor slachtoffers van seksueel geweld. In de centra werken hulpverleners samen met politie en justitie. Zo kunnen slachtoffers op één plaats aangifte doen en de nodige medische, psychosociale en gerechtelijke bijstand krijgen. De centra zijn verbonden aan een ziekenhuis en zijn 24/7 beschikbaar.

Zorgcentra na seksueel geweld					
WAT?	<p>Voor slachtoffers (en steunfiguren) van seksueel geweld.</p> <p>Focus op acuut seksueel geweld (binnen 7 dagen). Daarna bellen/mailen om te bekijken wat kan gebeuren.</p> <p>Hulpverleners die samenwerken met politie en justitie. Medische, psychosociale en gerechtelijke bijstand (informatie/advies, medisch onderzoeken, bewijsmateriaal verzamelen, klacht indienen, psychologische/medische bijstand, doorverwijzing).</p> <p>BELANGRIJK: slachtoffer <u>moet geen</u> klacht indienen om nodige hulp te krijgen.</p>				
VOOR WIE?	Slachtoffers en steunfiguren van seksueel geweld (acuut ~7 dagen)				
WAAR?	Antwerpen, Brussel, Leuven, Gent, Genk, Roeselare, Charleroi, Luik, Namen en Aarlen				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen, langskomen				
WANNEER?	24/7				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website (<i>~telefoonnummer afhankelijk van centrum</i>) Gratis				
WEBSITE	Startpagina Zorgcentra na Seksueel Geweld zsg.belgium.be				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

VLAAMS MELDPUNT GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG

Het Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend gedrag is een aanspreekpunt voor iedereen die (iemand kent die) grensoverschrijdend gedrag heeft meemaakt of nog meemaakt in een organisatie zoals een school, sportclub, jeugdbeweging,... De medewerkers van het Vlaams Meldpunt bieden een luisterend oor, geven advies en ondersteunen je bij het krijgen van een gevolg voor jouw melding.

<u>Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend Gedrag</u>						
WAT?	Aanspreekpunt voor iedereen die (iemand kent die) grensoverschrijdend gedrag meemaakt in een organisatie. Luisterend oor, advies en ondersteuning Sportieg blijft aangewezen partner voor API's					
VOOR WIE?	Iedereen die (iemand kent die) grensoverschrijdend gedrag heeft meemaakt of nog meemaakt in een organisatie.					
WAAR?	Online					
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bel, mailen					
WANNEER?	Chat: ma tot vrij: 9u-17u Bel: ma tot vrij: 9u-17u (ma ook: 17u-20u)					
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: via site Bel: 0800 131 84 Mail: via contactformulier website Gratis, anoniem, vertrouwelijk					
WEBSITE	Vlaams Meldpunt Grensoverschrijdend Gedrag Vlaanderen.be					
SAMENVATTING	<table border="1"> <tr> <td>VORMING</td> <td>ADVIES / INFO</td> <td>BEGELEIDING</td> <td>MELDING</td> <td>RECHTS-BIJSTAND</td> </tr> </table>	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND
VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND		

NUPRAATIKEROVER.BE

Nupraatikerover.be is een online chathulp voor jongeren die vragen hebben over of slachtoffer zijn van mishandeling of verwaarlozing en voor iedereen die te maken krijgt met seksueel geweld. Ook volwassen slachtoffers van seksueel geweld kunnen er terecht.

<u>Nupraatikerover.be</u>					
WAT?	Online chathulp voor vragen over of slachtoffers van mishandeling of verwaarlozing of iedereen die te maken krijgt met seksueel geweld. Bieden een luisterend oor en begeleiding.				
VOOR WIE?	Jongeren met vragen over of slachtoffer zijn van mishandeling of verwaarlozing. Volwassen slachtoffers van seksueel geweld.				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chat				
WANNEER?	Chat: Ma-di-do: 19u tot 22u Woe: 14u tot 18u en 19u-22u Vrij: 14u tot 17u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website Gratis, anoniem en vertrouwelijk				
WEBSITE	Nupraatikerover Chat seksueel geweld, mishandeling, verwaarlozing. Anoniem en gratis				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

STOP IT NOW!

Stop it Now! Biedt een luisterend oor, informatie en advies en ondersteuning aan personen die zich zorgen maken over hun pedofiele gevoelens of gedrag naar minderjarigen, alsook aan hun naasten. Daarnaast willen ze de stap naar gepaste hulp – wanneer nodig – verkleinen.

Stop it Now!					
WAT?	<p>Voor alle vragen en bezorgdheden rond seksuele gevoelens en gedrag ten aanzien van minderjarigen.</p> <p>Hulp en ondersteuning, casus bespreken, zelfhulpmodule voor downloaders van seksuele misbruikbeelden (en naasten), handleiding ‘start het gesprek’ om het bespreekbaar te maken,...</p>				
VOOR WIE?	<p>Voor personen die zich zorgen maken over hun pedofiele gevoelens of gedrag naar minderjarigen (en voor hun naaste).</p>				
WAAR?	<p>Online</p>				
HOE TE BEREIKEN?	<p>Chat, bellen en mailen</p>				
WANNEER?	<p>Chat en bellen:</p> <p style="padding-left: 40px;">Ma: 10u-13u Di: 16u-19u Woe: 13u-16u Do: 10u-13u Vrij: 13u-16u</p> <p>Gesloten op feestdagen.</p>				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	<p>Via website 0800 200 50 vrAGEN@stopitnow.be</p> <p>Gratis, anoniem en vertrouwelijk</p>				
WEBSITE	<p>Voor al je vragen en bezorgdheden rond seksuele gevoelens en gedrag ten aanzien van minderjarigen · Stop it Now!</p>				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

ERKENNINGS- EN BEMIDDELINGSKOMMISSIE

De erkennings- en bemiddelingscommissie historisch misbruik is er voor slachtoffers van geweld en misbruik in de privésfeer of binnen instituten of organisaties, op voorwaarde dat het misbruik minstens 10 jaar geleden plaatsvond én de feiten in Vlaanderen of in een Vlaamse (tak van een) organisatie gebeurden. De commissie wil luisteren naar de slachtoffers en hen ondersteunen. Ze bekijken samen welke stappen ze willen zetten naar hulpverlening, justitie en/of lotgenoten.

<u>Erkennings- en bemiddelingscommissie</u>					
WAT?	Luisteren naar slachtoffers van (historisch) misbruik en hen ondersteunen in mogelijke stappen die ze kunnen zetten naar o.a. hulpverlening, justitie, lotgenoten of bemiddeling.				
VOOR WIE?	Voor slachtoffers van geweld en misbruik dat minstens 10 jaar geleden plaatsvond en in Vlaanderen/in een Vlaamse (tak van een) organisatie.				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen of mailen				
WANNEER?	Bellen: ma-vrij: 9u – 16u30				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bellen: 02 553 20 50 Mailen: comeb@vlaanderen.be Gratis en vertrouwelijk				
WEBSITE	Erkennings- en bemiddelingscommissie historisch misbruik Vlaanderen.be				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

PUNT . VZW

Punt.vzw is een kennis- en informatiecentrum (seksueel) grensoverschrijdend gedrag. Ze ondersteunen slachtoffers van seksueel geweld en dragen bij aan preventie van en sensibilisering rond seksueel geweld door vormingen en adviesverlening.

<u>Punt.vzw</u>					
WAT?	Kenniss- en informatiecentrum (seksueel) grensoverschrijdend gedrag. Ondersteunen van slachtoffers van alle vormen van seksueel geweld. Bieden een kennismakingsgesprek aan om op zoek te gaan naar				
VOOR WIE?	Slachtoffers van alle vormen van seksueel geweld (en steunfiguren)				
WAAR?	Online en in Antwerpen				
HOE TE BEREIKEN?	Mail				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Mail: help@puntvzw.be				
WEBSITE	Punt. vzw				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

CHILD FOCUS

Child focus is het Belgisch centrum voor vermiste en seksueel uitgebuite kinderen. Het biedt steun en begeleiding bij verdwijningen, online en offline seksuele uitbuiting of misbruik, en zet sterk in op preventie en sensibilisering. Je kan er ook terecht als er gepest wordt met naaktbeelden. Child Focus helpt de beelden van het internet te laten verdwijnen, geeft advies over wat je kan doen en biedt emotionele steun.

<u>Child Focus</u>					
WAT?	Centrum voor vermiste en (online of offline) seksueel uitgebuite of misbruikte kinderen. Je kan er terecht om een verdwijning te melden of advies te vragen . Biedt steun, begeleiding, zet in op preventie en sensibilisering. Bij pesten met naaktbeelden: helpen de beelden van het internet te laten verdwijnen en geeft advies over wat je kan doen.				
VOOR WIE?	Bij vermiste en seksueel uitgebuite kinderen , bij pesten met naaktbeelden .				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen naar noodlijn of mailen				
WANNEER?	24/7				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bel 116 000 Mail: 116000@childfocus.org Gratis en anoniem				
WEBSITE	Home				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

ALLESOVERPESTEN.BE

Allesoverpesten.be is een centraal platform met informatie en advies voor kinderen/jongeren, ouders, leerkrachten en jeugdwerkers rond (cyber)pesten. Je vindt er uitleg, praktische tools en verwijzingen naar hulp, zodat je pesten beter kan herkennen, voorkomen en oplossen. over wat pesten is en wat je eraan kunt doen. Je vindt er toolkits, zelfscans, vormingen,...

Website: [Pesten voorkomen en aanpakken](#)

ZELFMOORDLIJN 1813

Bij de Zelfmoordlijn 1813 staat er iemand voor je klaar, zowel als je zelf hulp nodig hebt, alsook wanneer je je zorgen maakt over iemand uit je omgeving. Elk gesprek is anoniem en gratis. Je kan daarnaast ook met iemand chatten of mailen.

Zelfmoordlijn 1813					
WAT?	Hulplijn waar mensen terecht kunnen als ze denken aan zelfmoord , zich wanhopig voelen of zich zorgen maken over iemand anders. Opgeleide vrijwilligers luisteren, bieden emotionele steun en denken mee over mogelijkheden om de crisis te overbruggen of hulp te vinden. Op de site vind je ook info voor hulpverleners (bv. richtlijnen, risicoformulering).				
VOOR WIE?	Voor iedereen die aan zelfmoord denkt, of bezorgd is om iemand die aan zelfmoord denkt of een poging ondernam. Ook voor nabestaanden .				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chat, bellen en mailen				
WANNEER?	Chat: elke dag van 17u-00u. Woe van 12u-00u Bel: 24/7 Mail: 24/7, binnen 5 werkdagen antwoord				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bel: 1813 Chat: via website Mail: mail@zelfmoordlijn.be Gratis & anoniem				
WEBSITE	Op zoek naar hulp? Zelfmoord 1813				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

ASPHA

ASPHA is een dienst binnen de zelfmoordlijn en staat voor Advies SuïcidePreventie voor Huisartsen en Andere hulpverleners. Je kan er contact opnemen voor advies over het begeleiden van suïcidale personen, hun omgeving en nabestaanden van zelfdoding. Je kan hier terecht voor ondersteuning bij crisioverbrugging, risico-inschatting en communicatie met suïcidale personen en hun omgeving. Je kan er ook meer informatie krijgen over het aanbod aan suïcidepreventie in Vlaanderen.

ASPHA					
WAT?	Advies SuïcidePreventie voor Huisartsen en Andere hulpverleners Geven advies over het begeleiden van suïcidale personen, hun omgeving en nabestaanden van zelfdoding. Terecht voor ondersteuning bij crisioverbrugging, risico-inschatting en communicatie met suïcidale personen en hun omgeving (bijvoorbeeld: hoe kan je de acutheid inschatten om correct door te verwijzen). Hebben ook e-learning modules op hun website. Bieden ook vormingen aan.				
VOOR WIE?	Professionals die binnen hun werkcontext met suïcide in contact komen (bv. HR, vertrouwenspersoon, API,...)				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen en mailen				
WANNEER?	Bel: Elke werkdag tussen 9u - 21u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bel: 024 24 30 00 Mail: info@aspha.be Gratis & anoniem				
WEBSITE	Ondersteuning door ASPHA Zelfmoord 1813				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

CGG PREVENTIEWERKING

De Centra Geestelijke Gezondheidszorg (CGG's) coachen elke organisatie om een antwoord te vinden op de vragen hoe je mensen met zelfmoordgedachten of problematisch middelengebruik het best helpt. Ze bieden ondersteuning op maat op basis van wetenschappelijke inzichten en jarenlange expertise.

CGG preventiewerking					
WAT?	Vragen rond preventie van suicide en verslaving . Beleidsondersteuning, vorming, intervisie en advies/consult bij concrete casussen.				
VOOR WIE?	Voor professionals (niet met doelgroep zelf)				
WAAR?	Regio gebonden				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen				
WANNEER?	Afhankelijk van centra				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Via website (<i>~telefoonnummer afhankelijk van centrum</i>)				
WEBSITE	Preventie CGG				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

POBOS

POBOS is een Belgisch adviescentrum voor welzijnzorg. Ze bieden hulp aan bij schokkende gebeurtenissen en psychosociale problemen. Ze werken via een netwerk van klinisch psychologen en maatschappelijk werkers en bieden begeleidingstrajecten, preventieve workshops en beleidsadvies. Ze zorgen dat hulp snel en discreet geregeld wordt.

POBOS					
WAT?	Bieden o.a. opvang na ingrijpende gebeurtenissen (luisteren, eerste steun bieden, samen bekijken welke hulp verder nodig is). Dit kan op locatie. POBOS-urgentieteam, crisisinterventie of psychotherapie.				
VOOR WIE?	Bij schokkende gebeurtenissen en psychosociale problemen. Voor organisaties/bedrijven ~kunnen aangesloten zijn				
WAAR?	Ter plaatse, online, of in de praktijk van de psycholoog/maatschappelijk werker uit het netwerk				
HOE TE BEREIKEN?	Via werkgever, via contactformulier (website)				
WANNEER?	24/7				
WEBSITE	POBOS				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

SLACHTOFFERZORG

Slachtofferzorg is een site die informatie en ondersteuning wil bieden aan mensen die slachtoffer zijn geworden van een misdrijf. Ze geven informatie en praktische hulp. Je kan op de site terecht voor meer informatie en om te ontdekken welke hulpverlening het best bij jouw situatie past.

Slachtofferzorg					
WAT?	Site die informatie en ondersteuning biedt op juridisch, praktisch en emotioneel vlak voor slachtoffers of getuigen (en naasten) van een misdrijf, verkeersongeval, ramp of aanslag.				
VOOR WIE?	Slachtoffers/getuigen van een misdrijf, verkeersongeval, ramp of aanslag (en naasten)				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Via website				
WANNEER?	24/7				
WEBSITE	Slachtofferzorg slachtofferzorg.be				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

(EERSTELIJNS)PSYCHOLOOG

Waar je ook mee zit, een psycholoog kan je ondersteunen. Je kan er terecht als je niet goed in je vel zit of bij psychische problemen, zoals depressieve/sombere gevoelens, een eetstoornis, (faal-)angst, nachtmerries, onzekerheid, rouw, slaapproblemen, stress, zelfmoordgedachten,...

De zoektocht naar een psycholoog is niet altijd eenvoudig. Psychologen werken niet allemaal op dezelfde manier en het is belangrijk dat je een goede 'klik' voelt met de persoon die je begeleidt. Houd er ook rekening mee dat verschillende psychologen een wachtlijst of een cliëntenstop hebben.

Om de zoektocht wat makkelijker te maken, vind je hier enkele opties en websites die je op weg kunnen helpen:

- **Privé-psycholoog:** Er zijn enkele websites waar je kan zoeken naar een psycholoog bij jou in de buurt: [Zoek een psycholoog of psychotherapeut | Vind-een-Psycholoog.be](#) of [Zoek een therapeut, psychotherapeut, coach of psycholoog | VindeenTherapeut.be](#)
Opgelet: hier staan niet alle psychologen op.
Kostprijs: gemiddeld 50-85 euro per gesprek (mutualiteit komt soms (deels) tussen).
- Je kan ook via je [\(huis\)arts](#) een doorverwijzing krijgen naar een goede psycholoog.
- Bij het **Centrum Geestelijke Gezondheid (CGG helpt bij ernstige psychische problemen | CGG)** kan je **op doorverwijzing** (via CLB, CAW, huisarts...) ook terecht voor gespecialiseerde zorg voor ernstige psychische problemen.
Kostprijs: 11 euro per gesprek
- Een **Eerstelijnspsycholoog (ELP)** biedt laagdrempelige en kortdurende (**max. 10 sessies**) psychologische hulp aan. Een **geïntegreerde psychologische zorg (GPZ)** gaat een stap verder en is bedoeld voor meer langdurige (**max. 20 sessies**) en gespecialiseerde begeleiding.
Kostprijs: gratis voor jongeren; 4-11 euro voor volwassenen
Je vindt per provincie een lijst van eerstelijnspsychologen:
 - Antwerpen: [Psychologische zorg in de eerste lijn in de provincie Antwerpen. | Psychologische zorg in de eerste lijn Provincie Antwerpen](#)
 - Brussel: [PsyBru: psychologische zorg aan lage prijs in Brussel – PsyBru](#)
 - Limburg: [Vind een psycholoog in Limburg | GGZ Limburg](#)
 - Oost-Vlaanderen: [Home - Psy-Ovl](#)
 - Vlaams-Brabant: [Psychologen en orthopedagogen Vlaams-Brabant](#)
 - West-Vlaanderen: [Vind psychologische hulp in West-Vlaanderen aan verlaagd tarief | Elpen](#)

PSYCHOLOGEN BIJ ACUTE CRISISSITUATIES

Een (acute) crisissituatie kan elke club overkomen. Wanneer een crisissituatie zich voordoet, is het van belang om daar snel en efficiënt op te reageren en de situatie voor alle betrokken mensen zoveel mogelijk beheersbaar te maken.

Professionals helpen door hun houding en attitude bij te dragen aan het creëren van rust, veiligheid en vertrouwen door de betrokken personen en diens omgeving.

Binnen Sportieq werd er een lijst opgesteld van professionals die de nodige kennis en vaardigheden hebben om met acute crisissituaties om te gaan. Zij kunnen steeds vrijblijvend gecontacteerd worden en bekijken graag samen met jullie wat mogelijk is.

[Lijst-psychologen-bij-acute-crisissituaties.pdf](#)

ICOBA

ICOBA is een Vlaams kennis- en expertisecentrum dat organisaties in de social-profitsector ondersteunt bij het voorkomen en aanpakken van agressie en grensoverschrijdend gedrag. Ze helpen organisaties een duurzaam beleid uit te bouwen via vorming, advies en praktische tools.

ICOBA					
WAT?	Kennis- en expertisecentrum dat ondersteunt bij het voorkomen en aanpakken van agressie. Je kan er terecht voor vorming, advies en praktische tools .				
VOOR WIE?	Social-profitsector				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	icoba@vivosocialprofit.org +32 (0)2 250 37 77 Of via website (<i>~medewerker specifiek mailen</i>)				
WEBSITE	Icoba Aan de slag met agressie				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

CENTRUM VOOR LEERLINGBEGELEIDING (CLB)

Het CLB ondersteunt leerlingen, ouders en scholen bij leren/studeren, schoolloopbaan, gezondheid en psychisch en sociaal functioneren. Ze bieden advies, begeleiding en psychosociale ondersteuning. Er zijn verschillende CLB-netwerken, elke school is verplicht om samen te werken met een CLB.

CLB					
WAT?	Vragen rond leren/studeren, schoolloopbaan, gezondheid, psychisch & sociaal functioneren. Advies en begeleiding.				
VOOR WIE?	Kinderen en jongeren (schoolgaand) en hun netwerk				
WAAR?	School gebonden - elke school werkt samen met een CLB				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen, langsgaan op afspraak				
WANNEER?	Werkdagen (<i>uren afhankelijk van centrum</i>)				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Zoek CLB via school: Onderwijskiezer Gratis, onafhankelijk en in vertrouwen				
WEBSITE	<i>Afhankelijk van centrum</i>				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

CLB-CH@T

De CLB-chat is een online chat waar leerlingen snel en laagdrempelig vragen kunnen stellen over school, leren, welzijn of persoonlijke problemen. Je krijgt er advies, informatie en begeleiding van een CLB-medewerker.

CLB-ch@t	
WAT?	Vragen rond leren/studeren, schoolloopbaan, gezondheid, psychisch & sociaal functioneren. Advies, informatie en begeleiding.
VOOR WIE?	Kinderen en jongeren (schoolgaand) en hun netwerk
WAAR?	Online
HOE TE BEREIKEN?	Chat
WANNEER?	Ma-di-do: 17u tot 21u ; woe: 14u tot 21u In de schoolvakanties: afwijkende uren

CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	CLBch@t · We staan voor je klaar! Gratis en anoniem				
WEBSITE	CLBch@t · We staan voor je klaar!				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

OVERKOPHUIS

In een OverKophuis kunnen jongeren tussen 12 en 24 jaar binnenlopen tijdens de openingsuren. Het is een veilige plek waar je je kan amuseren, rondhangen en vrienden kan ontmoeten. Je vindt er ook een luisterend over als je over gelijk welk probleem wil babbelen.

OverKophuis				
WAT?	Veilige ontmoetingsplekken waar er activiteiten gedaan worden en waar er hulpverleners klaarstaan voor een gesprek.			
VOOR WIE?	Jongeren van 12 tot 25 jaar			
WAAR?	Verschillende over heel Vlaanderen			
HOE TE BEREIKEN?	Langsgaan			
WANNEER?	Regio gebonden > OverKop-huizen Overkop Huizen			
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Afhankelijk van huis: OverKop-huizen Overkop Huizen Gratis en kan anoniem			
WEBSITE	Hoofdpagina Overkop Huizen			
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING RECHTS-BIJSTAND

TEJO

Tejo zijn therapeuten voor jongeren die kortdurende therapeutische gesprekken voeren. Jongeren kunnen terecht met of zonder afspraak bij een tejo-huis in de buurt.

<u>Tejo</u>					
WAT?	Laagdrempelige, therapeutische begeleiding door professionele therapeuten op vrijwillige basis.				
VOOR WIE?	Jongeren van 10 tot 20 jaar				
WAAR?	Verschillende over heel Vlaanderen				
HOE TE BEREIKEN?	Langsgaan (met of zonder afspraak)				
WANNEER?	Regio gebonden > TEJO-huis in jouw buurt TEJO Vlaanderen				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Afhankelijk van huis: TEJO-huis in jouw buurt TEJO Vlaanderen Gratis en kan anoniem				
WEBSITE	Home TEJO Vlaanderen				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

TELE-ONTHAAL 106

Tele-onthaal is een gratis en anonieme hulplijn waar je 24/7 terecht kan om te praten over zorgen, eenzaam voelen, stress of andere moeilijkheden. Opgeleide vrijwilligers luisteren zonder oordeel, geven steun en kunnen doorverwijzen naar verdere hulp.

<u>Tele-Onthaal (106)</u>					
WAT?	Voor grote en kleine zorgen (relatieproblemen, ziekte, depressie, eenzaamheid, zelfdoding, praktische problemen,...)				
VOOR WIE?	Iedereen				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chat en bel				
WANNEER?	Chat: elke dag van 18u-23u (woe & zo: vanaf 15u) Bel: 24/7				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: Chat Bel: 106 Gratis en anoniem				
WEBSITE	Tele-Onthaal				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

AWEL

AWEL is een gratis en anonieme hulplijn voor kinderen en jongeren. Ze kunnen er praten over alles wat hen bezighoudt, zoals problemen op thuis, op school, pesten, eenzaamheid of moeilijke gevoelens. Opleide vrijwilligers luisteren, geven steun en helpen mee te zoeken naar oplossingen.

AWEL					
WAT?	Allerlei thema's die jongeren bezighouden, zoals problemen thuis, op school, pesten, eenzaamheid, moeilijke gevoelens,...				
VOOR WIE?	Kinderen en jongeren tot 18 jaar				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chatten, bellen en mailen				
WANNEER?	Chat: elke dag van 18u-22u Bel: elke dag 16u-22u (behalve zon- en feestdagen) ; woe: 14u-22u Mail: 24/7				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: Awel ik wil praten Awel Bel: 102 Gratis en anoniem				
WEBSITE	Awel Awel				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

VLAAMS MENSENRECHTENINSTITUUT

Het Vlaams Mensenrechteninstituut beschermt en bevordert de mensenrechten in Vlaanderen. Ze verhogen de kennis over de mensenrechten en sporten overheden/organisaties aan om in lijn te handelen met de internationale mensenrechtenverdragen. Als er mensenrechten worden geschonden, kan het hier gemeld worden.

<u>Vlaams Mensenrechteninstituut</u>					
WAT?	Beschermen en bevorderen de mensenrechten in Vlaanderen. Verhogen de kennis over mensenrechten. Meldpunt voor de schending van mensenrechten of discriminatie > binnen Vlaamse bevoegdheid (<i>~zo niet: Unia, Insituut voor de Gelijkheid van Vrouwen en Mannen</i>) Kunnen doorverwijzen , eerstelijnsbijstand bieden. Bij discriminatie ook eventueel bemiddeling opstarten of via Geschillenkamer oordeel laten vellen .				
VOOR WIE?	Iedereen die te maken krijgt met schending van mensenrechten of discriminatie				
WAAR?	Alles binnen de Vlaamse bevoegdheid				
HOE TE BEREIKEN?	Bel, mail of via meldformulier op website				
WANNEER?	Bel: alle weekdays van 9u - 17u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Gratis en indien schending van mensenrecht: anoniem Melding via site: Doe een melding Vlaams Mensenrechteninstituut Of bel 0800 611 03				
WEBSITE	Startpagina Vlaams Mensenrechteninstituut				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

INSTITUUT VOOR GELIJKHEID VAN VROUWEN EN MANNEN (IGVM)

Het Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen streeft naar de bescherming en bevordering van de gendergelijkheid en draag bij aan een inclusieve samenleving. Ze bestrijden discriminatie en ongelijkheid op grond van geslacht en gender. Ze verlenen adviezen en aanbevelingen en zetten brede campagnes op. Je kan er ook melding doen over discriminatie op grond van geslacht.

<u>Instituut voor Gelijkheid van Vrouwen en Mannen (IGVM)</u>					
WAT?	<p>Streven naar de bescherming en bevordering van de gendergelijkheid.</p> <p>Verlenen adviezen en aanbevelingen alsook informatie.</p> <p>Meldpunt voor discriminatie op grond van geslacht, gender, zwangerschap, moederschap, medisch begeleide voortplanting, gezinsverantwoordelijkheden, gendertransitie, genderidentiteit of -expressie of andere gelijkgestelde criteria.</p>				
VOOR WIE?	<p>Iedereen die vragen heeft over gendergelijkheid.</p> <p>Slachtoffers of getuige van discriminatie op grond van geslacht en dergelijke.</p>				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bel of via online meldingsformulier				
WANNEER?	Bel: ma tot vrij van 9u-12u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	<p>Gratis en vertrouwelijk</p> <p>Melding via site: IGVM Complaint</p> <p>Of bel 0800 12 800</p>				
WEBSITE	Hulpportaal Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

UNIA

Unia is het expertisecentrum voor iedereen die meer wil weten over gelijkheid en inclusie. Ze geven trainingen, schrijven beleidsaanbevelingen en doen onderzoek over discriminatie en gelijkheid. Daarnaast ondersteunen ze iedereen die discriminatie meldt.

<u>Unia</u>					
WAT?	Expertisecentrum voor gelijkheid en inclusie Geven trainingen, schrijven beleidsaanbevelingen en doen onderzoek over discriminatie en gelijkheid. Meldpunt voor discriminatie op basis van onder meer huidskleur, handicap, leeftijd, seksuele geaardheid, religie of levensopvatting.				
VOOR WIE?	Iedereen die vragen heeft over gelijkheid en inclusie. Slachtoffers of getuige van discriminatie op grond van o.a. huidskleur, handicap, leeftijd,...				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bel of via online meldingsformulier				
WANNEER?	Bel: ma tot vrij: 9u30 - 13u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Gratis en vertrouwelijk Melding via site: Unia meldingsformulier Of bel 0800 12 800				
WEBSITE	Hulpportaal Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

LUMI

Lumi is een luister- en infolijn voor alle vragen over gender, geslacht en seksuele oriëntatie. Je kan er info vragen of je verhaal doen. Het is bovendien een meldpunt voor discriminatie, wanneer dit op basis van gender, geslacht of seksuele oriëntatie is.

<u>Lumi</u>					
WAT?	Luister- en infolijn voor vragen over gender, geslacht en seksuele oriëntatie. Meldpunt voor discriminatie op vlak van deze thema's.				
VOOR WIE?	Iedereen met vragen over gender, geslacht en seksuele oriëntatie. Slachtoffers van discriminatie op vlak van deze thema's.				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chatten, bellen en mailen				
WANNEER?	Chat: ma-woe-do: 18u30 tot 21u30 Bel: ma: 18u30 tot 21u30 Mail: 24/7, binnen 4 werkdagen antwoord				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: via website Bel: 0800 99 533 Gratis en anoniem				
WEBSITE	Lumi Voor al je vragen over gender, geslacht en seksuele oriëntatie				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

TRANSGENDER INFOPUNT

Het transgender Infopunt (TIP) is een plek waar je anoniem en gratis terecht kan met al je vragen over genderdiversiteit en transgenderthema's. Het biedt onthaal aan, beluistert en beantwoordt vragen. Het TIP ontwikkelt en verzamelt informatie over diverse transgenderthema's en maakt deze raadpleegbaar via de website.

Transgender Infopunt (TIP)					
WAT?	Alle vragen over genderdiversiteit en transgenderthema's (rond identiteit, gezin, werk, school, zorg, rechten etc.). Biedt onthaal aan, beluistert en beantwoordt vragen . Verzamelt informatie en maakt deze raadpleegbaar op hun site. Laagdrempelig meldpunt voor klachten en discriminatiemeldingen met betrekking tot geslacht, genderidentiteit en genderexpressie en doorverwijzing naar de bevoegde instanties. Opgelet: bieden <u>GEEN genderzorg of langdurige psychosociale begeleiding</u> aan.				
VOOR WIE?	Iedereen met vragen rond genderdiversiteit en transgenderthema's .				
WAAR?	Online en te Gent				
HOE TE BEREIKEN?	Chatten, bellen, mailen, langskomen op afspraak				
WANNEER?	Chat/videogesprek op afspraak Bel: Ma tot do van 9u-16u				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: Op afspraak via formulier op de website Bel: 0800 96 316 Mail: contact@transgenderinfo.be Gratis en anoniem				
WEBSITE	Home Transgenderinfo				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

MELDPUNT SPORTFRAUDE

Via het meldpunt kan iedere burger informatie rond sportfraude melden. De melding zal verstuurd worden naar het Sports Fraud Team van de Federale Gerechtelijke Politie die de informatie doorgeeft aan het federaal parket. Deze instantie beslist wat er met de informatie zal gebeuren.

<u>Meldpunt Sportfraude</u>					
WAT?	Meldpunt voor alle informatie rond sportfraude . Wordt gestuurd naar het Sports Fraud Team van de Federale Gerechtelijke Politie				
VOOR WIE?	Elke burger				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen of via formulier op de website				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bellen: 0800/44 44 2 Formulier Sportfraude melding Federale Politie				
WEBSITE	Meldpunt sportfraude Federale Politie				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

PROFS

Een project opgericht ter preventie van sportfraude. Het beoogde een systemische verandering, en er werden zowel theoretische inzichten als handige tools ontwikkeld.

<u>PrOFS</u>					
WAT?	Project ter preventie van sportfraude . Website vol theoretische inzichten en handige tools.				
VOOR WIE?	Iedereen				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Via de website.				
WEBSITE	PrOFS sportmanagement24				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

VLAAMS EXPERTISE CENTRUM ALCOHOL EN ANDERE DRUGS (VAD)

Vlaams expertise centrum Alcohol en andere Drugs (VAD) biedt betrouwbaar en onafhankelijk advies en materialen over alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen. VAD is ook de koepel van de Vlaamse organisaties die werken rond alcohol en andere drugs.

Vlaams expertise centrum Alcohol en andere Drugs (VAD)					
WAT?	Betrouwbaar en onafhankelijk advies en materialen over alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen. Ze zetten o.a. in op preventie en hulpverlening en vormingen.				
VOOR WIE?	Zowel Vlaamse bevolking als intermediairs, die vragen hebben rond alcohol, illegale drugs, psychoactieve medicatie, gokken en gamen.				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Via website				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Mail: vad@vad.be				
WEBSITE	VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTSBIJSTAND

DE DRUGLIJN

De Druglijn is er voor iedereen en alle vragen over drank, drugs, gokken en gamen. Je kan er anoniem contact opnemen. De medewerkers luisteren, geven informatie en advies of zetten je op weg naar hulp of preventie.

<u>De Druglijn</u>					
WAT?	Voor alle vragen over drank, drugs, gokken en gamen . Geven informatie en advies, of zetten je op weg naar hulp of preventie. Er is ook een online zelfhulpformule . (De Druglijn Online zelfhulp)				
VOOR WIE?	Iedereen (gebruiker zelf, steunfiguren, intermediairs,...)				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Chatten, bellen of mailen				
WANNEER?	Chatten: ma – vrij van 12u tot 18u Bellen: ma – vrij van 10u tot 20u Mail: 24/7, binnen 5 werkdagen antwoord <i>(Gesloten op wettelijke feestdagen, 11 juli en 26 december)</i>				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Chat: Chat met De Druglijn - De Druglijn Bellen: 078 15 10 20 Mail: Mail je vraag - De Druglijn Anoniem				
WEBSITE	Homepage - De Druglijn				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

DRUGPUNT (OOST-VLAANDEREN)

Drugpunten zijn Oost-Vlaamse intergemeentelijke preventiediensten die moeilijkheden of problemen ten gevolge van middelengebruik (legaal/illegaal), gokken of gamen willen helpen voorkomen. De basis bestaat uit preventie, informatie, advies en begeleiding.

<u>Drugpunt</u>					
WAT?	Voor alle vragen over drank, drugs, gokken en gamen . Bieden vormingen/opleidingen, beleidsondersteuning, inhoudelijk ondersteuning bij preventieproject, advies en begeleiding				
VOOR WIE?	Iedereen met vragen rond middelen(gebruik), gamen en gokken binnen Oost-Vlaanderen				
WAAR?	7 Drugpunten: Aalter, Assenede-Evergem, Leie-Schelde, <i>Lokeren-Moerbeke</i> , Puyenbroeck, Rhode-Schelde, Waas, Wetteren-Wichelen-Laarne,				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen, mailen, langsgaan				
WANNEER?	Regio gebonden (Contacteer je drugpunt - Drugpunt)				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Regio gebonden Contacteer je drugpunt - Drugpunt Begeleiding is gratis en vertrouwelijk				
WEBSITE	Drugpunt - Preventie en vroeginterventie in Oost-Vlaanderen				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

EETEXPERT

Eetexpert is het Vlaams Kenniscentrum voor eet- en gewichtsproblemen. Zowel de burger als professionele dienstverlener kan bij ons terecht voor hulp en informatie. Je vindt op hun site tal van wetenschappelijk onderbouwde informatie en tools die je op weg zetten.

<u>Eetexpert</u>					
WAT?	Vlaams Kenniscentrum voor eet- en gewichtsproblemen . Op de site vind je heel wat wetenschappelijk onderbouwde informatie en tools om je op weg te zetten. Je kan er ook vormingen volgen rond behandeling en preventie van eetstoornissen en gewichtsproblemen. Hebben ook een verwijslijn voor personen die hulp zoeken én een advieslijn voor zorgverleners voor casusgerichte ondersteuning.				
VOOR WIE?	Burgers en professionele dienstverleners met vragen rond eet- en gewichtsproblemen.				
WAAR?	Online				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen of mailen				
WANNEER?	Bellen: ma van 9u-17u, di/do van 9u-16u30 Verwijs/advieslijn: ma van 11u-13u, di/do van 13u-17u, woe van 9u-13u, vrij van 9u-12u Mailen: 24/7, binnen 2 werkdagen antwoord				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Bellen: 016 84 56 99 Verwijs/advieslijn: 0480 60 64 20 Mailen: secretariaat@eetexpert.be				
WEBSITE	Home - Eetexpert				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

UNIVERSITAIR FORENSISCH CENTRUM (UFC)

Het Universitair Forensisch Centrum (UFC) maakt deel uit van de Universitaire Ziekenhuisdienst Psychiatrie campus UZ Antwerpen. Het biedt een gespecialiseerde ambulante behandeling aan personen die afwijkend seksueel gedrag stellen. Het UFC staat daarnaast als Vlaams steuncentrum in voor de wetenschappelijke en logistieke ondersteuning van de teams die de aanpak van deze problematiek in Vlaanderen mogelijk maken.

<u>Universitair Forensisch Centrum (UFC)</u>					
WAT?	Ambulante behandeling voor personen die afwijkend seksueel gedrag stellen.				
VOOR WIE?	Personen die afwijkend seksueel gedrag stellen.				
WAAR?	Antwerpen				
HOE TE BEREIKEN?	Bellen of mailen				
CONTACTGEGEVENS EN EXTRA INFO	Aanmelden via secretariaat: 03 821 34 38 Mail: info@ufc.be				
WEBSITE	Universitair Forensisch Centrum UFC - Afwijkend seksueel gedrag - begeleiding en behandeling				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES / INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS-BIJSTAND

SOCIALE KAART (SEKSUELE DELINQUENTEN)

In september 2015 werd de Sociale Kaart voor Hulpverlening aan seksuele delinquenten in Vlaanderen gelanceerd. Iedere twee jaar wordt deze geactualiseerd in samenwerking met de behandelpartners. Met de sociale kaart tracht het UFC een duidelijk en gestructureerd overzicht te geven van het Vlaamse behandelaanbod, in functie van verwijzing en doorverwijzing tussen partners.

De sociale kaart vind je hier: [UZA-vijfde editie 2024 Finaal.pdf](#)

ONLINE ZELFHULP

NOKNOK

Noknok is een website waar jongeren van 12 tot 16 jaar kunnen werken aan hun mentaal welbevinden. Ze vinden er allerlei informatie over verschillende thema's zoals veerkracht, stress, twijfels, school, familie en relaties. Daarnaast zijn er verschillende oefeningen en testjes die ze kunnen doen om aan deze thema's te werken.

OPGELET: dit is geen vervanging van andere beschikbare hulpverlening!

<u>NOKNOK</u>					
THEMA'S?	<ul style="list-style-type: none">- Veerkracht- Stress- Twijfels- School- Familie- Relaties- ...				
VOOR WIE?	12-16 jaar				
WEBSITE	Nok Nok, goed in je vel				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES-/ INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

MOODSPACE

Moodspace is een website voor jongeren met tips, zelfhulp, info om emotionele problemen het hoofd te bieden. Adolescenten kunnen er zelf aan de slag rond gezonde levensstijl, stress/angst, zelfmoordgedachten, zelfverwondend gedrag,...

OPGELET: dit is geen vervanging van andere beschikbare hulpverlening!

<u>Moodspace</u>					
THEMA'S?	<ul style="list-style-type: none">- Gezonde levensstijl- Stress/angst- Zelfmoordgedachten- Zelfverwondend gedrag- ...				
VOOR WIE?	Adolescenten				
WEBSITE	MoodSpace				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES-/ INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

ONLINE PSY-HULP

Online Psy-Hulp is een website voor jongeren en volwassenen die online zelfhulp en online (chat)begeleiding door een professionele hulpverlener biedt. Je kan er o.a. terecht bij depressie en verwante klachten, angst- en stressklachten, alcoholproblemen, problemen met cannabis of andere drugs,

OPGELET: dit is geen vervanging van andere beschikbare hulpverlening!

<u>Online Psy-Hulp</u>					
THEMA'S?	<ul style="list-style-type: none">- Depressie en verwante klachten- Angst- en stressklachten- Alcoholproblemen- Problemen met cannabis en andere drugs- Perinatale hulp- ...				
VOOR WIE?	Jongeren (16-23 jaar) en volwassenen				
WEBSITE	home				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES/ INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND

THINK LIFE

Think Life is een online zelfhulp cursus die je helpt om beter te leren omgaan met zelfmoordgedachten. Je leert er je gedachten aan zelfmoord beter onder controle te krijgen. Het doel is niet dat je na het afronden van de cursus niet meer aan zelfmoord denkt maar dat je hopelijk minder last hebt van je gedachten en dat je ze beter kan beheersen.

OPGELET: dit is geen vervanging van andere beschikbare hulpverlening!

<u>Think Life</u>					
THEMA'S?	Als je aan zelfmoord denkt en er iets wil aan doen				
VOOR WIE?	Jongeren (~studenten kunnen de module volgen op Moodspace)				
WEBSITE	Een online zelfhulp cursus 'omgaan met zelfmoordgedachten' Think Life				
SAMENVATTING	VORMING	ADVIES/ INFO	BEGELEIDING	MELDING	RECHTS- BIJSTAND