

Acoso

El acoso es una forma de violencia que hace sufrir mucho. Es importante hablar de ello y buscar asesoramiento. ¡Busque ayuda lo antes posible!

¿Qué es el acoso?

El acoso suele producirse en una relación de pareja, durante o después de una separación. Sin embargo, los acosadores también pueden proceder del entorno inmediato, como amigos y conocidos, vecinos o compañeros de trabajo.

El acoso tiene muchas facetas. Algunos ejemplos son: acoso permanente, observación y seguimiento en el barrio o en el trabajo, contacto repetido a cualquier hora del día o de la noche, envío de regalos no deseados, intrusión en el hogar para espiar a alguien. El acoso a menudo tiene lugar en Internet. Los acosadores utilizan para ello Instagram, TikTok, Snapchat, correo electrónico, sistemas GPS, etc.

¿A quién afecta?

El acoso se da en todas las clases sociales y puede afectar a **cualquier** persona. En una relación de pareja, el acoso a menudo se produce durante una separación. Muchas de estas víctimas se ven gravemente afectadas en su vida diaria y sufren un estrés constante.

Importante

El acoso está prohibido y penalizado en Suiza.

A continuación algunas **recomendaciones para los afectados**:

- Ponga límites desde el principio en caso de contacto no deseado o de sentirse vigilado.
- Dígale al acosador de forma clara e inequívoca que no desea ningún contacto.
- Bajo ningún concepto responda a otros intentos de contacto.
- Anote la fecha y hora de todos los intentos de acoso.
- Conserve los regalos y las fotos.
- Haga capturas de pantalla de los mensajes.
- Informe a sus amigos, vecinos o jefes.

¿Dónde encontrar ayuda?

En caso de peligro o amenaza concreta la Policía presta ayuda (teléfono 117).
Los siguientes centros ofrecen asesoramiento y apoyo gratuitos:

- **Servicio de asesoramiento a las víctimas de Aargau** (Opferberatung Aargau),
teléfono 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Centro de contacto contra la Violencia Doméstica**, (Anlaufstelle gegen Häusliche
Gewalt), teléfono 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Protección y alojamiento:

- Las mujeres con o sin hijos pueden encontrar protección, asesoramiento y alojamiento en el **Centro de acogida para mujeres de Aargau-Solothurn** (Frauenhaus Aargau-Solothurn). Está disponible las 24 horas del día por teléfono (062 823 86 00).
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zúrich), www.zwueschehalt.ch
La asociación ZwüscheHalt en Zúrich, Berna y Lucerna ofrece alojamiento y asesoramiento a hombres afectados por la violencia, con o sin hijos. Se requiere una contribución económica.

Más información (enlaces, direcciones, folletos, hojas informativas)

www.hallo-aargau.ch/es/haeusliche-gewalt/stalking