

# Stalking

Le stalking est une forme de violence très stressante. Il est important d'en parler et de demander conseil. Demandez de l'aide le plus tôt possible!

## Qu'est-ce que le stalking?

Dans un couple, le harcèlement obsessionnel se produit souvent pendant ou après une séparation. Mais les harceleurs peuvent aussi provenir de l'environnement proche, comme le cercle d'amis et de connaissances, le voisinage ou la profession.

Le harcèlement obsessionnel a de nombreuses facettes. En voici quelques exemples : guetter, observer et suivre en permanence au domicile ou sur le lieu de travail, prendre contact de manière répétée à toute heure du jour et de la nuit, envoyer des cadeaux non souhaités, pénétrer dans un appartement pour espionner. Le harcèlement se déroule souvent en ligne. Les personnes qui harcèlent utilisent à cet effet Instagram, TikTok, Snapchat, le courrier électronique, les systèmes GPS, etc.

## Qui est concerné?

Le harcèlement obsessionnel se produit dans toutes les couches de la société et peut toucher n'importe quelle personne. Dans un couple, le harcèlement se produit souvent lors d'une séparation. De nombreuses personnes concernées sont fortement gênées dans leur vie quotidienne et souffrent d'un stress permanent.

## Important à savoir

Le stalking est interdit et puni en Suisse.

Voici quelques **recommandations pour les personnes concernées**:

- Posez rapidement des limites cohérentes en cas de contacts indésirables ou de harcèlement.
- Dites clairement et sans ambiguïté à la personne qui vous harcèle que vous ne voulez aucun contact avec elle.
- Ne répondez en aucun cas à d'autres tentatives de contact.
- Notez la date et l'heure de toutes les tentatives de harcèlement.
- Conservez les cadeaux et les photos.
- Faites des captures d'écran des messages.
- Informez vos amis, voisins ou employeurs.

## Où trouver de l'aide?

En cas de danger ou de menace concrète, appeler la police (117).

Les services suivants proposent gratuitement conseil et soutien:

**Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

**Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt**, 062 550 20 20, [www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

Protection et hébergement:

Les femmes avec ou sans enfants trouveront conseil et hébergement à la **Frauenhaus Aargau-Solothurn**. Joignable par téléphone 24h/24 (062 823 86 00).

**ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zurich), [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

La ZwüscheHalt à Zurich, Berne et Lucerne propose hébergement et conseil aux hommes avec ou sans enfants victimes de violence. Une contribution financière est demandée.

## Plus d'informations (liens, adresses, aide-mémoires, brochures)

[www.hallo-aargau.ch/fr/haeusliche-gewalt/stalking](http://www.hallo-aargau.ch/fr/haeusliche-gewalt/stalking)