

# Сталкинг

Сталкинг — это форма насилия, вызывающая очень сильное беспокойство. Важно поговорить об этом и обратиться за консультацией. Обратитесь за помощью как можно раньше!

## Что такое сталкинг?

В партнерских отношениях сталкинг часто происходит во время или после расставания. Тем не менее преследователями могут быть и люди из ближайшего окружения, например друзья, знакомые, соседи или коллеги.

Сталкинг имеет множество форм. Примеры: постоянное выслеживание, наблюдение и преследование на рабочем месте или дома, многократные звонки и сообщения в любое время дня и ночи, отправка нежелательных подарков, проникновение в дом с целью слежки. Зачастую сталкинг происходит и в Интернете. Преследователи используют для этого Instagram, TikTok, Snapchat, электронную почту, системы GPS и т. д.

## Кто может пострадать?

Сталкинг встречается во всех слоях общества и может коснуться **каждого**. В партнерских отношениях сталкинг часто происходит во время расставания. Многие пострадавшие испытывают серьезные трудности в повседневной жизни и подвержены постоянному стрессу.

## Это важно знать

Сталкинг в Швейцарии запрещен и карается законом.

### Рекомендации для пострадавших:

- Как можно раньше последовательно установите границы в случае нежелательных звонков, сообщений или преследования.
- Четко и недвусмысленно скажите преследующему вас человеку, что вы не хотите никаких контактов.
- Ни в коем случае не отвечайте на дальнейшие попытки установить контакт.
- Запишите даты и время всех случаев преследования.
- Сохраните подарки и фотографии.
- Сделайте скриншоты сообщений.
- Сообщите об этом друзьям, соседям или работодателям.

## Где мне искать помощь?

В случае опасности или конкретной угрозы помогает полиция (117).

Следующие организации предлагают бесплатные консультации и поддержку:

**Служба по консультированию жертв насилия в кантоне Аргау** (Opferberatung Aargau), 062 835 47 90, [www.opferberatung-ag.ch](http://www.opferberatung-ag.ch)

**Центр по борьбе с домашним насилием** (Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt), 062 550 20 20, [www.ahg-aargau.ch](http://www.ahg-aargau.ch)

Защита и жилье:

Женщины с детьми или без них могут получить защиту, консультации и временное пристанище в **женском приюте Аргау-Золотурн** (Frauenhaus Aargau-Solothurn).

Туда можно обратиться по круглосуточному телефону (062 823 86 00).

**Приют для мужчин ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Цюрих), [www.zwueschehalt.ch](http://www.zwueschehalt.ch)

Приют ZwüscheHalt в Цюрихе, Берне и Люцерне предлагает временное пристанище и консультации для мужчин, пострадавших от насилия, с детьми или без них.

Требуется финансовый взнос.

## Дополнительная информация (ссылки, адреса, брошюры, листовки)

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