

Uhođenje

Uhođenje je oblik nasilja i vrlo je opterećujuće. Važno je govoriti o tome i posavjetovati se. Zatražite pomoć što je prije moguće!

Što je uhođenje?

Uhođenje se u partnerstvu često javlja tijekom ili nakon razdvajanja. Stalker (osobe koje uhode) mogu međutim potjecati i iz bližeg okruženja, kao što su krug prijatelja ili poznanika, susjedstvo ili posao.

Uhođenje ima mnoge nijanse. Primjeri su: stalno vrebanje, promatranja i praćenje kod mjesta stanovanja ili na radnom mjestu, ponovljeno uspostavljanje kontakta u svako doba dana i noći, neželjeno slanje poklona, upadanje u stan, da bi se špijuniralo.

Uhođenje se često odvija online. Osobe koje uhode koriste u te svrhe Instagram, TikTok, Snapchat, E-Mail, GPS sustave itd.

Tko je pogođ

Uhođenje se javlja u svim društvenim slojevima i može pogoditi **svaku** osobu.

Uhođenje se u partnerstvu često javlja tijekom razdvajanja. Mnoge pogođene osobe su u svom svakodnevnom životu jako ugrožene i pate od trajnog stresa.

Važne informacije

Uhođenje je u Švicarskoj zabranjeno i kažnjava se.

U nastavku je nekoliko **preporuka za pogođene osobe**:

- Na vrijeme postavite konsekvantno granice kod neželjenih uspostavljanja kontakta ili uhođenja.
- Jasno i nedvojbeno recite osobi koja Vas uhodi da ne želite kontakt.
- Ni u kom slučaju se ne upuštajte u daljnje pokušaje kontakta.
- Notirajte datum i vrijeme svih događaja u svezi s uhođenjem.
- Sačuvajte poklone i fotografije.
- Napravite screenshotove poruka.
- Informirajte prijateljice i prijatelje, susjede ili poslodavce.

Gdje da potražim pomoć?

U slučaju opasnosti ili konkretne ugroženosti pomoći će policija (117).
Besplatno savjetovanje i podršku pružaju sljedeće službe:

- **Opferberatung Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Anlaufstelle gegen Häusliche Gewalt**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Zaštita i smještaj:

- U **Frauenhaus Aargau-Solothurn** će žene s djecom ili bez djece dobiti zaštitu, savjetovanje i smještaj. Sigurna kuća je dostupna za pozive 24h (062 823 86 00).
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch
Der ZwüscheHalt u Zürichu, Bernu i Luzernu pruža smještaj i savjetovanje za muškarce pogođene nasiljem s djecom ili bez djece. Zahtijeva se finansijski doprinos.

Više informacija (linkovi, adrese, brošure, informacioni listovi)

dev.hallo-aargau.ch/hr/haeusliche-gewalt/stalking