

Përndjekja

Përndjekja është një formë dhune dhe mjaft rënduese. Është e rëndësishme të flisni për këtë problem dhe të merrni këshillime. Kërkoni ndihmë mundësisht sa më parë!

Çfarë do të thotë përndjekja?

Në një raport si çift, përndjekja ndodh shpesh gjatë ose pas një ndarjeje. Sado, përndjekëset dhe përndjekësit mund të vijnë edhe nga ambienti përreth, si për shembull nga rrethi i shoqërisë dhe i personave të njohur, nga komshinjtë ose nga puna.

Përndjekja ka shumë fytyra. Disa shembuj: pritja e vazhdueshme, vëzhgim dhe ndjekja në vendin e banimit ose të punës, kontaktim i përsëritur në çdo kohë të ditës dhe të natës, dërgimi i padëshiruar i dhuratave, hyrja me forcë në banesë për të spiunuar. Përndjekja ndodh shpesh onlajn. Personat përndjekës shfrytëzojnë për këtë veprim Instagram, TikTok, Snapchat, e-mail, sisteme GPS etj.

Kush është i prekur?

Përndjekja ndodh në të gjitha shtresat e shoqërisë dhe mund të prekë **gjithsecilin**. Në një lidhje si çift, përndjekja ndodh shpesh gjatë një ndarjeje. Shumë persona të prekur janë të cenuar fort në rutinën e tyre të përditshme dhe vuajnë nga stresi i vazhdueshëm.

E rëndësishme të dini

Përndjekja është e ndaluar në Zvicër dhe dënohet.

Në vijim ka disa **rekomandime për persona të prekur**:

- Caktoni herët dhe me vendosmëri kufij në kontakte të padëshiruara ose në ndjekje.
- Thoni personit përndjekës qartazi dhe pa ekuivok, që nuk dëshironi kontakt.
- Në asnjë mënyrë mos u përgjigjeni përpjekjeve të tjera për kontaktim.
- Shënoni datën dhe orën e të gjitha rasteve të përndjekjes.
- Ruani dhurata dhe fotografi.
- Beni fotografi ekrani nga mesazhet.
- Informoni shoqet dhe shokët, komshinjtë ose punëdhënësit dhe punëdhënëset.

Ku gjej ndihmë?

Në raste rreziku ose kërcënimesh konkrete ndihmon policia (117).
Konsultim falas dhe përkrahje ofrohen nga këto zyra:

- **Konsultimi i viktimave në Aargau**, 062 835 47 90, www.opferberatung-ag.ch
- **Zyra e kontaktit kundër dhunës në familje**, 062 550 20 20, www.ahg-aargau.ch

Mbrojtje dhe strehim:

- Gra me ose pa fëmijë gjejnë mbrojtje, konsultim dhe strehim në **strehimoren e grave në Aargau-Solothurn**. Mund të telefonohet 24 orë në ditë (062 823 86 00).
- **ZwüscheHalt**, 056 552 08 70 (Zürich), www.zwueschehalt.ch
ZwüscheHalt në Zürich, Bern dhe Luzern ofron strehim dhe konsultim për burra me ose pa fëmijë, që janë të prekur nga dhuna. Kërkohet një kontribut financiar.

Më shumë informacione (link, adresa, broshura, fletushka)

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