

Als u wordt gestalkt



**Wat politie, de hulpverlening en rechtshulp
voor u kunnen doen**

Informatie voor slachtoffers en omstanders



Kennis en advies voor
maatschappelijke ontwikkeling

mantelzorg

kwetsbare groepen

vrijwillige inzet

huiselijk en seksueel geweld

leefbaarheid

MOVISIE is hét landelijke kennisinstituut en adviesbureau voor maatschappelijke ontwikkeling. In ons werk staan vijf actuele thema's centraal: huiselijk & seksueel geweld, kwetsbare groepen, leefbaarheid, mantelzorg en vrijwillige inzet.

Deze folder is tot stand gekomen in samenwerking met de politie en mogelijk gemaakt door financiering van het ministerie van Justitie.

Auteur: Thérèse Evers

Eindredactie: Afdeling communicatie MOVISIE

Ontwerp: Avant la Lettre

Bestellen: www.movisie.nl

© MOVISIE, kennis en advies voor maatschappelijke ontwikkeling, maart 2009.

Overname van informatie uit deze brochure/publicatie is toegestaan onder voorwaarde van de bronvermelding



Als u wordt gestalkt

U wordt regelmatig lastiggevallen door uw ex-partner.¹ Hij achtervolgt u op straat of arrangeert allerlei toevallige ontmoetingen, belt u veelvuldig of bestookt u met hinderlijke e-mail. Nog erger wordt het wanneer hij u bedreigt of zegt dat hij u nooit meer met rust zal laten. Dat kan allerlei gevolgen hebben. Het kan u irriteren, boos of haatdragend maken, maar ook bang. U durft dan bijvoorbeeld steeds minder over straat, u durft de telefoon niet meer op te nemen en neemt misschien maatregelen om uzelf en wellicht uw kinderen en overige familieleden te beschermen. Kortom: u voelt zich niet meer veilig en wilt dat de stalker stopt met het hinderlijke gedrag. De politie kan u daarbij helpen. In deze brochure wordt nader ingegaan op het begrip ‘stalking’ (in het Nederlands ‘belaging’ genoemd) en op de mogelijkheden van de politie om u te helpen. Daarnaast vindt u informatie over juridische en andere hulpverleningsmogelijkheden. Stalking is een misdrijf. Volgens de wet is belaging ‘het stelselmatig opzettelijk en ongewenst inbreuk maken op de privacy van een ander, met het doel de ander te dwingen iets te doen, iets niet te doen of iets te dulden of met het doel vrees aan te jagen’.

¹ Uit onderzoek blijkt dat stalkers meestal ex-partners zijn. De brochure gaat daar dan ook specifiek op in. Mensen kunnen echter ook gestalkt worden door andere bekenden of door anonieme mensen. In deze gevallen kunnen de gevolgen net zo ernstig zijn. Overal waar de ex-partners als stalker wordt genoemd, kan dus ook een andere persoon als de stalker worden gelezen.



Wat is stalking of belaging?

Stalking (in de wet en de literatuur: ‘belaging’ genoemd) is een misdrijf. Volgens de wet is belaging: ‘het stelselmatig opzettelijk en ongewenst inbreuk maken op de privacy van een ander, met het doel de ander te dwingen iets te doen, iets niet te doen of iets te dulden of met het doel vrees aan te jagen’.

Vaak gaat het om de ex-partner die moeite heeft met het beëindigen van de relatie, om een familielid of een andere bekende van het slachtoffer. In een relatief klein aantal gevallen gaat het om relatief anonieme mensen. In vrijwel alle gevallen spelen openlijke of verborgen gevoelens rond verlating of afwijzing een belangrijke rol. Ex-partners reageren op het beëindigen van de relatie soms met bitterheid, woede en haat. Meestal is er tijdens de relatie al sprake geweest van geweld of opvallende jaloezie. Een nieuwe relatie van het slachtoffer kan leiden tot nog meer jaloezie en agressie bij de ex-partner. Zo komen sommige ex-partners ertoe om tot stalking over te gaan. Stalkers kunnen zowel mannen als vrouwen zijn; in de meeste gevallen is de pleger echter man en het slachtoffer vrouw. Om die reden wordt in deze brochure de stalker een ‘hij’ genoemd en het slachtoffer een ‘zij’.

WAT DOEN STALKERS?

De stalker kan heel verschillende acties ondernemen, zoals u bij familie, vrienden of collega's in een kwaad daglicht stellen, via kennissen in contact met u proberen te komen, u achtervolgen op straat of 'toevallige' (ongewenste) ontmoetingen regelen. Verder kan de stalker ongevraagd op bezoek komen, posten bij uw woning of werk, dreigen met of gebruiken van geweld, onder valse voorwendselen informatie over u inwinnen, u vertellen dat hij uw kind(eren) iets aan zal doen, daadwerkelijk uw kinderen bedreigen, of uw eigendommen beschadigen of verplaatsen, goederen op uw rekening bestellen, uw huis besmeuren of in uw huis komen als u niet aanwezig bent. Mogelijk vertelt de stalker u dat hij u nooit meer met rust zal laten, dat hij alles en iedereen rondom u in de gaten houdt. Hij bestookt u misschien met dreigementen en maakt deze dreigementen soms waar. De stalker kan veelvuldig en ongevraagd bellen (telefoonterreur), ongewenste post sturen, sms-berichten en e-mails verzenden. Ook betreft de stalker de omgeving vaak bij zijn acties. Kinderen, vrienden, familie en collega's worden lastiggevallen of hij verspreidt geruchten en leugens over u. De hardnekkige stalker kenmerkt zich door extreem controlerend en dwingend gedrag, dat hij vaak ook al tijdens de relatie heeft laten zien. Het gedrag en de persoonlijkheid van de stalker zeggen iets over het risico dat u loopt. Dit risico bepaalt ook de stappen die u samen met de politie kunt zetten om het stalken te (doen) stoppen.

HET BEGINT VAAK 'ONSCHULDIG'

Sommige stalkers beginnen 'voorzichtig' met lastigvallen en gaan steeds verder als blijkt dat hun acties geen effect hebben. Andere stalkers kenmerken zich vrijwel direct na het beëindigen van de relatie al door zeer dreigend en gevaarlijk gedrag. Bij beginnende stalking bent u zich misschien nog niet bewust van het probleem en zal u mogelijk nog onderhandelen met de stalker. U denkt misschien dat als u met hem praat, hij u wel met rust zal laten. De gemiddelde stalker zal dit echter juist zien als een aanmoediging om zijn gedrag voort te zetten. Soms begint iemand met stalken omdat hij wil proberen de relatie te redden; dan zoekt de stalker voortdurend contact met het slachtoffer om tot verzoening te komen. Daarna wordt het stalken vaak een doel op zich. Soms heeft de stalker zich volledig vastgebeten in het idee dat als zijn ex-partner niet met hem verder wil, hij haar dan zeker geen nieuw leven zonder hem gunt. De stalker zal op allerlei manieren proberen macht over zijn slachtoffer te krijgen en te houden.

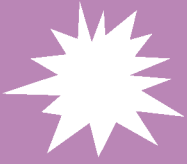
GEVOLGEN VOOR HET SLACHTOFFER

Als u structureel wordt lastiggevallen, maakt de stalker een enorme inbreuk op uw privé-leven. Ook als de stalker niet actief is, kan uw leven beheerst worden door angst en gevoelens van bedreiging. Naarmate de stalking langer duurt, gaat dit uw leven meer en meer beheersen. Dan heeft de pleger alsnog wat hij wil: dat u zoveel mogelijk met hem bezig bent, in werkelijkheid of in gedachten. U kunt een voort-

durende druk ervaren met de nodige schadelijke psychische en fysieke gevolgen. Voorbeelden daarvan zijn angst, achterdocht, extreme schrikreacties, concentratiestoornissen, slaapstoornissen, slechte eetlust, vermoeidheid, (spier)pijnen etc.

GEVOLGEN VOOR KINDEREN

Ook kinderen kunnen (in)direct veel last hebben van de belaging. Vooral als de stalker hun niet verzorgende vader of moeder is. Bijvoorbeeld omdat de belagende ouder geen omgang heeft met zijn kind(eren), zich niet gehoord voelt en uit wanhoop of boosheid over gaat tot stalking. Kinderen worden vaak gedwongen partij te kiezen tussen hun ouders, wat een onmogelijke opgave is. Bij kinderen kunnen als gevolg van stalking dezelfde verschijnselen ontstaan als bij volwassenen. Verandering in gedrag op school kan een belangrijk signaal zijn. Stalking kan het functioneren van het hele familiesysteem schaden en daardoor een schadelijke invloed hebben op de ontwikkeling van de kinderen. Schuldgevoelens, loyaliteitsconflicten, angsten en extreem zorgend gedrag voor de ouder die wordt lastiggevalen, zijn enkele voorbeelden van de gevolgen van stalking voor betrokken kinderen. Kinderen raken hun gevoel van veiligheid kwijt. Ze vormen ook een makkelijk doelwit voor de stalker: ze kunnen niets terug doen en de gevolgen voor de kinderen raakt de ouder(s) vaak nog meer dan het feit dat zij zelf gestalkt worden.



Wanneer is stalking strafbaar?

Art. 285 b van het Wetboek van Strafrecht: Lid 1. Hij, die wederrechtelijk stelselmatig opzettelijk inbreuk maakt op eens anders persoonlijke levenssfeer met het oogmerk die ander te dwingen iets te doen, niet te doen of te dulden dan wel vrees aan te jagen wordt, als schuldig aan belaging, gestraft met een gevangenisstraf van ten hoogste drie jaren of een geldboete van de vierde categorie. Lid 2. Vervolgging vindt niet plaats dan op klacht van hem tegen wie het misdrijf is begaan.

Stalking (of belaging) is strafbaar als de pleger herhaaldelijk en voortdurend (in de wet heet dit 'stelselmatig') inbreuk maakt op de persoonlijke levenssfeer van een ander. De stalker moet daarmee tot doel hebben de ander tot iets te dwingen, bijvoorbeeld om het contact met hem te accepteren, de relatie te herstellen of om zijn slachtoffer bang te maken.

U kunt aangifte doen van stalking als er sprake is van de volgende feiten:

- het gedrag van de stalker heeft een structureel karakter
- de stalker doet dit opzettelijk
- hij stalkt om u (en uw eventuele kinderen) ergens toe te dwingen, bang te maken, of te hinderen.

Als het gezien de omstandigheden mogelijk is, kunt u op enig moment aan de stalker duidelijk maken dat zijn gedrag niet op prijs wordt gesteld en dat hij hiermee moet ophouden, liefst per (aangetekende) brief. De politie kan u daarbij helpen. Daarnaast is het voor de strafbaarheid van stalking belangrijk dat het gedrag (regelmatig lastigvallen) van één kant komt en dat partijen elkaar niet over en weer lastigvallen. Omdat stalking een klachtdelict is, leidt uw aangifte niet tot vervolging van de stalker, mits u bij uw aangifte vraagt om vervolging vanwege stalking. Justitie beslist dan of naar aanleiding van de aangifte en de klacht de pleger vervolgd gaat worden. Voor slachtoffers van ernstig huiselijk geweld kan de politie ambtshalve wel tot vervolging overgaan, dus zonder dat er sprake is van een aangifte of verzoek van het slachtoffer.

STALKING ALS EEN VORM VAN HUISELIJK GEWELD

Stalking kan onderdeel zijn van huiselijk geweld (mishandeling door iemand uit de huiselijke kring of familie). Vaak wordt huiselijk geweld gepleegd door ex-partners die zich op de een of andere manier toegang tot het huis van de slachtoffer(s) verschaffen. Ex-partners vormen ook de grootste groep stalkers. De dreigingen en intimidatie en soms lichamelijk geweld vinden dan in of rond uw woning plaats, wellicht in het bijzijn van uw kind(eren). Als dit bij u aan de hand is, maak daar dan meteen melding van bij de politie. Zij kunnen dan direct de nodige stappen zetten om de pleger op te sporen en het geweld te doen stoppen.

HET VERSCHIL TUSSEN EEN MELDING EN EEN AANGIFTE

Als u telefonisch of in persoon bij de politie meldt dat u regelmatig wordt lastiggeval- len door een stalker, dan wordt uw informatie in de computer gezet. U heeft dan mel- ding gedaan van het feit dat u gestalkt wordt. Op grond van deze melding en/of een latere melding kan de politie met u een afspraak maken voor een inventarisatie van de problemen en samen met u het stappenplan maken om de stalker te laten stop- pen. De politie geeft u advies over het doen van aangifte en de andere mogelijkheden om de stalking te laten stoppen. Pas als u op het politiebureau een ondertekende verklaring heeft afgelegd, spreken we over een aangifte. Op grond van uw aangifte kan de politie een strafrechtelijk onderzoek starten. In noodsituaties waarbij de stal- ker u direct bedreigt, uw spullen vernielt of bijvoorbeeld uw woning probeert binnen te komen, kunt u het alarmnummer van de politie bellen (112). De politie zal zo snel mogelijk bij u komen om de acute dreiging te stoppen. Als het mogelijk is dan zal de politie de stalker aanhouden. Niet in alle gevallen heeft de politie echter de bevoegd- heid om de stalker aan te houden en te verwijderen. Dat hangt van een aantal juri- dische voorwaarden af. Soms kan dat u het gevoel geven dat de politie u niet direct helpt maar alleen met de stalker praat en hem hooguit wegstuurt. Toch is het van groot belang dat u de politie wel belt, omdat de waarnemingen die de politie doet worden vastgelegd in een politieregister. Dat is belangrijk voor de vervolgaanpak.



Wat kan de politie voor u doen?

DE VERVOLGAANPAK: HET STAPPENPLAN

De politie is er om u te helpen het stalken te stoppen. Daarnaast heeft de politie de taak om hulp te bieden als dat nodig is of u naar de juiste instelling door te verwijzen voor hulpverlening. Omdat stalking een structureel karakter heeft, kan de politie dit meestal niet met een éénmalig optreden doen stoppen. Bovendien is uw hulp hard nodig. Samen met u maakt de politie een plan van aanpak om de stalker te stoppen.

Bij het handelen van de politie staat uw veiligheid voorop. Dat betekent ook dat de politie u op de hoogte houdt van de stappen die worden ondernomen en dat u de politie op de hoogte moet houden van nieuwe ontwikkelingen of veranderingen in uw situatie. Afhankelijk van de ernst van de gedragingen van de stalker en het risico voor uw veiligheid, zal worden gekozen voor een volledig stappenplan (fase 1-2-3), of de politie zal u adviseren om direct aangifte te doen (fase 3).

Het stappenplan omvat:

Fase 1: informatief contact met politie, dagboek bijhouden, toestemming gesprek pleger, eventueel doorverwijzing naar hulpverlening voor slachtoffer

Fase 2: normstellend gesprek stalker, vrijwillig aanbod daderhulpverlening (risicotaxatie)

Fase 3: aangifte en strafrechtelijk onderzoek, verplicht aanbod daderhulpverlening

FASE 1

De politie gaat er vanuit dat u vooral wilt dat het stalken ophoudt. Dat is ook wat zij wil bereiken. Goede samenwerking en heldere afspraken zijn daarbij onmisbaar. Dat betekent dat de politie u zo goed mogelijk zal uitleggen wat zij voor u kan betekenen en u ook zal vragen om afspraken te maken over een aantal zaken. Zo is het voor een goede oplossing van het probleem nodig dat:

- u zelf schriftelijk bijhoudt wat de stalker doet (maak een dagboek waarin u datum, tijd en duur van de handelingen noteert); maak als het mogelijk is foto's en neem telefoongesprekken op, bewaar email- en sms-berichten; maak een lijst van namen van getuigen (buren, vrienden, collega's); noteer voor uzelf ook de naam van de politieagent die uw zaak behandelt;
- u een informatief gesprek voert met de politie, waarin het plan van aanpak wordt besproken; deze aanpak kan variëren van:
 - a) een normstellend gesprek met de stalker (in lichte gevallen) tot
 - b) het direct doen van aangifte en het starten van een strafrechtelijk onderzoek tegen de stalker (in de zwaardere of risicovolle gevallen);
- u de politie op de hoogte houdt van veranderingen of nieuwe ontwikkelingen ten aanzien van de stalkingactiviteiten;
- u zelf op geen enkele wijze actief contact zoekt met de stalker of in elk geval met de politie bespreekt hoe en waarom u wel contact legt (bijvoorbeeld in verband met omgang met de kinderen);
- u ermee akkoord gaat dat de politie een gesprek voert met de stalker, teneinde te proberen om tot afspraken te komen (een zogenaamd 'normstellend gesprek'); dit gebeurt alleen in die gevallen waarin inschatting is dat een dergelijk gesprek zal leiden tot het stoppen van de stalking.

FASE 2

Vaak denken slachtoffers van stalking dat de stalker ongevoelig is voor een gesprek met de politie of dat dit het gedrag van de stalker alleen maar zal verergeren. Als de inschatting van de risico's voor het slachtoffer dit toelaat, kiest de politie toch vaak voor dit gesprek om de stalker zo duidelijk te maken dat hij zich schuldig maakt aan een misdrijf. Ter ondersteuning van dit gesprek kunt u de politie een kopie geven van

de brief die u aan uw stalker heeft geschreven. Op deze wijze krijgt de stalker een kans ermee op te houden voordat tegen hem een strafrechtelijk onderzoek wordt gestart. De praktijk leert dat meer dan de helft van de stalkers besluit na zo'n gesprek te stoppen met het gedrag. Gaat de stalker toch door na dit gesprek, dan loopt hij meer risico om te worden vervolgd als er aangifte tegen hem wordt gedaan. Voldoende reden dus om dit gesprek aan te gaan. Deelname aan zo'n normstellend gesprek met de politie is vrijwillig voor de stalker. Als hij niet wil, hoeft hij niet. Toch zal de politie hem op enigerlei wijze trachten duidelijk te maken dat doorgaan met stalken strafrechtelijke consequenties voor hem kan hebben. De politie biedt hem in feite een laatste mogelijkheid om strafvervolgning te voorkomen door zelf met het strafbare gedrag te stoppen.

FASE 3

Als de stalker na een normstellend gesprek besluit om toch door te gaan met stalken, kan de politie een aangifte van u opnemen en een onderzoek starten (fase 3). Ook kan het zijn dat u, op grond van uw informatie en de risicotaxatie van de politie, het advies krijgt om direct aangifte te doen. U bent uiteindelijk zelf degene die bepaalt of u aangifte wilt doen en of u wilt dat de stalker vervolgd wordt. Na de aangifte start de politie een onderzoek. De resultaten van dit onderzoek worden daarna voorgelegd aan een officier van justitie. De officier van justitie kan besluiten dat uw ex-partner moet worden aangehouden, eventueel vast blijft zitten en voor een rechter moet verschijnen. De rechter kan naast het uitspreken van een straf ook een straat- en contactverbod opleggen. U heeft het recht om op de hoogte te worden gehouden over het verloop van het onderzoek. Ook heeft u het recht om via de rechter een vergoeding te vragen voor de geleden schade. Dit kunt u kenbaar maken aan de politie of bij officier van Justitie. U vult hiervoor een voegingsformulier in. Als uw schade moeilijk is te bepalen kan een advocaat of Slachtofferhulp u hierbij ondersteunen. Zodra de stalker weer vrijkomt, zullen politie en justitie proberen uw veiligheid zoveel mogelijk te helpen waarborgen. Zo kan de politie bijvoorbeeld een aantekening maken bij uw adres in de computer. Daardoor kan zij sneller reageren bij een melding.

ALARMSYSTEEM: AWARE

Als er sprake is van voortdurend en ernstige overlast bestaande uit bedreigen en lastigvallen dan is het in enkele regio's² mogelijk om een alarmsysteem met u mee te dragen, dat is het zogenaamde AWARE- alarm. U kunt met dit beveiligingssysteem direct de politie waarschuwen dat er gevaar dreigt. Vraag hiernaar bij de politie, of bij het Steunpunt Huiselijk Geweld of Bureau Slachtofferhulp in uw regio.

² De korpsen Rotterdam-Rijnmond, Kennemerland, Zuid-Holland Zuid, Amsterdam-Amstelland, Noord-Holland Noord, IJselland, Gelderland-Midden, Limburg-Noord, Zaanstreek-Waterland, Brabant Zuid-Oost, Midden- en West Brabant en Utrecht maken gebruik van het vaste AWARE-systeem; Rotterdam-Rijnmond en steden als Amsterdam en Tilburg experimenteren met een GPS-systeem voor AWARE.

ALTERNATIEVEN VOOR EEN STRAFZAAK

Huisverbod

Als er sprake is van huiselijk geweld waarvan stalking een onderdeel is, dan kan, na een melding bij de politie, een tijdelijk huisverbod (wat ook een contactverbod inhoudt) worden opgelegd aan de pleger. Een huisverbod is een bestuurlijke maatregel opgelegd door de burgemeester. De duur ervan is beperkt tot tien dagen, eventueel verlengd met 18 dagen, dus maximaal 28 dagen. Het huisverbod kan alleen worden opgelegd aan meerderjarige mensen die op hetzelfde adres wonen of vaak verblijven.

Dading (herstelrecht)

In de lichtere gevallen van stalking kan de officier van justitie besluiten om schriftelijke afspraken met u en de stalker te maken. In zo'n overeenkomst kan bijvoorbeeld worden opgenomen dat de stalker moet stoppen met zijn gedrag en hulp moet gaan zoeken. Sommige stalkers zullen hiermee instemmen, omdat ze weten dat ze anders voor de rechter moeten verschijnen. Men noemt deze procedure dading.

Het is een alternatief voor een strafproces, en kan in een aantal met name lichtere gevallen voldoende druk geven voor de stalker om te stoppen met zijn gedrag. Als de stalker zich niet aan de vastgelegde afspraken houdt, kan de officier van justitie alsnog besluiten de zaak voor de rechter te brengen. Ook kan de officier van justitie besluiten om een zaak te seponeren, onder voorwaarde dat de stalker stopt met zijn gedrag en zich onder behandeling van een hulpverlener stelt. Er vindt dan geen vervolging plaats. Maar, als de stalker niet stopt met het gedrag, dan kan de officier de zaak alsnog voor de rechter brengen.

SPREEKRECHT VOOR SLACHTOFFERS

Als het tot een rechtszaak bij de strafrechter komt, heeft u als slachtoffer het recht om zowel schriftelijk als mondeling tijdens de zitting het woord te voeren. U kunt dan laten weten wat het effect van de stalking op uw leven is geweest. Dit spreekrecht en de mogelijkheid om een schriftelijke verklaring in te dienen bestaan sinds 1 januari 2005 en geeft slachtoffers van ernstige misdrijven (dus ook van huiselijk geweld en sommige stalkingzaken), de mogelijkheid om hun stem te laten horen. U bepaalt zelf of u hiervan gebruik wilt maken. Meestal kiezen slachtoffers voor een schriftelijke verklaring. Slachtofferhulp of uw advocaat kan u hierbij begeleiden en eventueel een brief namens u voorlezen tijdens de zitting.

CIVIELRECHTELIJKE MOGELIJKHEDEN

Tot nu toe is beschreven welke strafrechtelijke mogelijkheden u heeft om samen met de politie stappen tegen de stalker te ondernemen. Daarnaast kunt u ook

civielrechtelijke stappen zetten. Zo'n procedure moet u zelf starten met behulp van een advocaat. Bij een civiele rechter kunt u via een kort geding uw zaak voorleggen aan de rechter. U kunt dan aan de rechter vragen om bijvoorbeeld de stalker een straat- en contactverbod op te leggen of vergoeding van de geleden schade. Als u zo'n procedure wil starten, heeft u een advocaat nodig, die u aanvankelijk zelf moet bekostigen. Later kunt u (een deel van) de kosten verhalen op de stalker. Als u weinig inkomen heeft, kunt u in aanmerking komen voor een vergoeding van de kosten. Informatie over het vinden van een advocaat, over de eventuele vergoeding of uitleg over de civielrechtelijke mogelijkheden, vindt u o.a. bij het Juridisch Loket (zie verderop in deze brochure). Overigens kunnen de strafrechtelijke procedure (via de politie) en de civielrechtelijke procedure (via een advocaat) gelijktijdig lopen en kan de informatie over de stalking in beide zaken gebruikt worden. Informeer hierover bij uw advocaat die ook beter kan beoordelen wanneer welke procedure het best kan worden gestart.

HULP VOOR DE STALKER

Vaak heeft de stalker zelf de nodige problemen. Behalve dat het geweld voor u moet stoppen, wil de politie ook bijdragen aan het doorbreken van de negatieve spiraal waarin de stalker zich bevindt. Als de stalker zelf geen passende hulp krijgt, is het risico groot dat hij zijn gedrag in de toekomst zal herhalen. Tijdens de bemoeienis van de politie (fase 2) wordt daarom zo snel mogelijk een hulpaanbod aan de belager gedaan. In eerste instantie is dat vrijwillig. Mocht er een strafrechtelijk onderzoek volgen (fase 3), dan zal ook bekeken worden in hoeverre de stalker in aanmerking komt voor verplichte daderhulpverlening. Daartoe zijn in veel politieregio's samenwerkingsafspraken gemaakt met justitie en instellingen voor (verplichte) daderhulpverlening.



Wat kunt u zelf doen?

Veel mensen die gestalkt worden voelen zich bang en machteloos. Toch kunt u zelf ook veel doen. Hieronder enkele voorbeelden:

- zoek steun en waardering van mensen in uw omgeving
- informeer mensen die u kunt vertrouwen over wat er gaande is; laat hen eventueel een foto zien van degene die u stalkt
- verzamel bewijsmateriaal en bewaar dit zorgvuldig (voor politieonderzoek); geef desnoods een kopie van dit archief aan iemand die u vertrouwt, als u bang bent dat de stalker het zou kunnen stelen van u
- vraag een geheim telefoonnummer aan en laat ongewenste e-mail blokkeren
- maak zo nodig een veiligheidsplan als u bang bent dat de stalker in staat is om geweld te gaan gebruiken; onderdeel van dit plan is het klaar zetten van een tas of koffer met geld, betaalpasje of creditcard, uw ziektekostengegevens, de belangrijkste papieren, sleutels, medicijnen, kleding etc. voor het geval u acuut moet vluchten
- als de stalker u volgt, probeer dan voortaan zoveel mogelijk samen met anderen te reizen, varieer indien mogelijk de routes die u neemt
- ga niet in op pogingen van de stalker om met u in contact te komen, ook niet als u denkt dat nog één gesprek hem misschien op andere gedachten brengt; in de praktijk moedigt dat hem alleen aan om door te gaan met stalken

- wees duidelijk en gebruik korte zinnen als er toch contact is
- ga niet in op vragen van de stalker; zelfs antwoord op de meest eenvoudige vragen waar u zelfs niets achter zoekt, kunnen voor de stalker een aanmoediging betekenen om toch weer contact met u te blijven zoeken
- probeer uw beslissing te nemen of en zo ja wat u tegen de stalker wilt ondernemen.
- u denkt dat nog één gesprek hem misschien op andere gedachten brengt; in de praktijk moedigt dat hem alleen maar aan om door te gaan met stalken

PRAKTISCHE EN EMOTIONELE STEUN

Stalking kan een grote impact op uw leven hebben. Misschien heeft u, of hebben uw gezinsleden of andere betrokkenen behoefte aan hulp bij de verwerking van de ervaringen. Soms lukt het niet om een einde te maken aan het stalken, omdat u zich te weinig weerbaar voelt of het in het algemeen al moeilijk vindt om voor uzelf op te komen. Veel slachtoffers van stalking door de ex-partner blijken immers vaak ook mishandeld te zijn door hem. Door die mishandeling kunt u zich extra bedreigd en machteloos voelen. In al deze gevallen is het goed om te weten waar u terecht kunt. Er zijn instellingen voor hulpverlening aan slachtoffers en getuigen van huiselijk geweld en stalking. Tevens bestaan er netwerken van gespecialiseerde advocaten. Via Slachtofferhulp Nederland kunt u contact leggen met lotgenoten. Verderop in de brochure vindt u adressen en informatie over deze organisaties en instanties, wat zij voor u kunnen betekenen en hoe zij te bereiken zijn.

ALS U IEMAND KENT DIE GESTALKT WORDT

Veel slachtoffers van stalking denken dat zij alleen staan in hun strijd tegen de stalker. Als u iemand kent die regelmatig wordt lastiggevallen door een ander, wijst u deze persoon dan op de mogelijkheden van de politie of geef haar deze folder. Juist omdat stalking zo'n invloed heeft op de persoonlijke levenssfeer van het slachtoffer, zullen velen zich hierin geïsoleerd voelen. U kunt uw bijdrage leveren door het slachtoffer te ondersteunen in haar stap naar politie, hulpverlening of rechtshulp. In de praktijk blijkt namelijk dat het initiatief om iets te ondernemen tegen de stalker van het slachtoffer uit zal moeten gaan.



Waar kunt u terecht voor informatie?

Voor informatie over strafbaarheid van stalking, een informatief gesprek, melding of het doen van aangifte:

- **Het Advies- en Steunpunt Huiselijk Geweld bij u in de buurt**

Kijk daarvoor in de gemeentegids, het telefoonboek of raadpleeg internet: www.steunpunthuiselijkgeweld.nl of www.huiselijkgeweld.nl onder: ik zoek hulp

- **Het Algemeen Maatschappelijk Werk bij u in de buurt**

Deze organisatie kan u emotionele, psychische en praktische steun verlenen bij huiselijk geweld en stalking.

Kijk daarvoor in de gemeentegids, het telefoonboek of raadpleeg internet: www.huiselijkgeweld.nl

- **Stichting Korrelatie**

Telefonisch advies en ondersteuning

Telefoon: 0900-1450 (1 0,30/min.)

Internet: www.korrelatie.nl

- **SENSOOR (SOS Telefonische Hulpdienst)**

Telefonisch advies en doorverwijzing

Telefoon: 0900-0767

Website: www.sensoor.nl

- **Weerbaarheidstrainingen, ook apart voor diverse groepen:**

MOVISIE, Training en advies

telefoon: 030-789 2222

Internet: www.movisie.nl onder training en advies

E-mail: training-advies@movisie.nl

Voor juridische informatie, advies en gespecialiseerde advocaten:

- **Het Juridisch loket**

Biedt u alle informatie over juridische procedures en de mogelijkheden voor rechtsbijstand en rechtshulp. De loketten zijn gevestigd in de grote plaatsen in Nederland. Kijk daarvoor in de gemeentegids, het telefoonboek of raadpleeg internet: www.hetjuridischloket.nl. Telefoon: 0900-8020 (10 cent per minuut)

- **Raad voor Rechtsbijstand**

Internet: www.rvr.org

Op deze website vindt u informatie over civiele procedures, rechtsbijstand, gespecialiseerde advocaten, informatiefolders en bereikbaarheid.

- **LANZS, Landelijk Advocatenennetwerk Zedenslachtoffers**

Voor informatie over advocaten die slachtoffers bijstaan na seksueel geweld.

Raadpleeg internet: www.lanzs.nl

E-mail: info@lanzs.nl

- **Vereniging voor Vrouw en Recht Clara Wichmann**

Internet: www.vrouwenrecht.nl

E-mail: info@vrouwenrecht.nl

Op deze site kunt u o.a. in personen- en familierecht of in huiselijk-geweldzaken gespecialiseerde advocaten vinden die u mogelijk kunnen helpen.

Voor praktische en/of emotionele ondersteuning na een melding of aangifte bij de politie:

- **Slachtofferhulp Nederland**

Telefoon: 0900-0101 of via de politie.

U wordt dan doorverbonden met het bureau bij u in de regio.

Internet: www.slachtofferhulp.nl

Op deze website staat zeer uitgebreide informatie over stalking en wat Slachtofferhulp voor u kan doen. Slachtofferhulp biedt u vooral praktische steun bij het tegengaan van stalking, maar kan u ook doorverwijzen naar instanties die u kunnen helpen bij de verwerking ervan. Ook zijn zij op de hoogte van lotgenotengroepen.

Overige informatie op internet:

- **www.huiselijkgeweld.nl**

Deze website is van MOVISIE in samenwerking met het ministerie van Justitie en biedt veel informatie over het thema huiselijk geweld en regionale adressen waar u voor hulp terecht kunt. Kijk ook onder Thema's: Stalking

- **www.huisverbod.nl**

Deze website geeft informatie over de procedure van het tijdelijk huisverbod en hoe de gemeente, politie en hulpverlening hierin samenwerken. U kunt o.a. de folders voor achterblijvers en voor uit huis geplaatsten downloaden.

- **www.steunpunthuiselijkgeweld.nl**

Deze website informeert slachtoffers, plegers en omstanders van huiselijk geweld en geeft ook een overzicht van de bestaande steunpunten huiselijk geweld.

- **www.infopolitie.nl**

Een site van de politie, waar u veel juridische informatie vindt, maar ook een stappenplan tegen stalking. Kies voor Ciminaliteit: Stalking

Ervaringsverhaal:

- **In de strijd van een scheiding**

Nadia Pravda, Uitgeverij Boekenplan, ISBN 90-71794-68-7





Kennis en advies voor
maatschappelijke ontwikkeling

mantelzorg

kwetsbare groepen

vrijwillige inzet

huiselijk en seksueel geweld

leefbaarheid



«waakzaam en dienstbaar»