

Als u wordt gestalkt

VOOR SLACHTOFFERS
VAN STALKING



[politie.nl](https://www.politie.nl)

Als u wordt gestalkt

Stalking in het kort

We spreken van stalking wanneer iemand u steeds lastigvalt. Een stalker zoekt steeds contact terwijl u dat niet wilt. Het is terugkerende overlast die u als vervelend ervaart. Misschien maakt het u ook bang.

Iedereen kan slachtoffer worden van stalking. Als u te maken heeft met stalking kan dat erg ingrijpend zijn. Het kan invloed hebben op uw gevoel van veiligheid en privacy.

In deze brochure

U wilt dat de stalking stopt, maar wat zijn de mogelijkheden? Dat leest u in deze brochure. U vindt hier meer informatie over stalking, welke maatregelen u zelf kunt nemen en waar de politie u bij kan helpen.

U wilt dat de stalking
stopt. De politie kan
u helpen

Wat is stalking?

Stalking is iemand bewust steeds lastigvallen. Het slachtoffer voelt zich door de stalking beperkt in de vrijheid en veiligheid. Voor slachtoffers heeft het gedrag van een stalker vaak grote impact. Het kan iemand onzeker, boos of bang maken.

Hoe strafbaar is stalking?

In Nederland is stalking een misdrijf. Daders van stalking zijn dus strafbaar. Politie en justitie kunnen een dader van stalking strafrechtelijk vervolgen als een slachtoffer dat wil.

Het gaat bij stalking niet om een eenmalig incident, maar om een patroon van meerdere incidenten. Hoe vaak het gebeurt, de ernst van de stalking en de impact op het slachtoffer bepalen of er sprake is van een misdrijf. De straf voor stalking loopt uiteen van een taakstraf tot een gevangenisstraf. Ook kan een dader een contactverbod, gebiedsverbod of locatieverbod krijgen.

In de wet wordt stalking als ‘belaging’ omschreven.

Aangifte doen van stalking

Als u slachtoffer bent van stalking kunt u hier aangifte van doen. U vraagt de politie daarmee een onderzoek te starten naar de stalking en de stalker strafrechtelijk te vervolgen. Soms gaat stalking samen met andere misdrijven zoals bedreiging, vernieling of mishandeling. Hier kunt u ook aangifte van doen. Als er sprake is van mishandeling maar u doet liever (nog) geen aangifte, dan

kunnen politie en justitie zelf beslissen de dader te vervolgen.

Een stopgesprek kan helpen

Aangifte doen voelt voor slachtoffers vaak als een grote stap. Misschien wilt u eerst proberen het anders op te lossen. Bijvoorbeeld met een stopgesprek. In een stopgesprek gaat de politie in gesprek met de dader. We vertellen de dader dat het gedrag strafbaar is en dat het nu moet stoppen. Veel stalkers stoppen na zo'n gesprek.

Word ik gestalkt?

Twijfelt u of u te maken heeft met een stalker? Bespreek dit met iemand die u vertrouwt. Wacht niet tot het erger wordt. U kunt ook contact opnemen met de politie. Bel hiervoor naar 0900 - 8844 of ga naar het politiebureau bij u in de buurt. Wij bekijken samen met u wat we kunnen doen om de stalking te stoppen.

Waarom gaat iemand stalken?

Stalking komt door heftige emoties bij de stalker. Denk aan een verlangen of een frustratie. De stalker richt die emoties op u en hoopt daarmee de eigen situatie te veranderen.

Wie is de stalker?

Een stalker kan een ex-partner, familie-lid of vriend zijn. Het kan ook gaan om iemand die u minder goed kent, zoals een collega of buurtbewoner of iemand die u helemaal niet kent.

Is een ex-partner de stalker?

Ex-partners kunnen door het beëindigen van een relatie soms zo wanhopig of boos zijn dat ze gaan stalken. De ene dag krijgt u misschien berichten waarin de stalker u de liefde verklaart en een andere dag wordt u uitgescholden. De stalker probeert op allerlei manieren contact met u te hebben en te houden. In ernstige gevallen komt de stalker ongevraagd uw huis binnen. Of er is sprake van bedreiging, intimidatie en soms zelfs geweld. Vaak is stalking door ex-partners agressiever dan andere vormen van stalking. Heeft u hiermee te maken? Ga dan zo snel mogelijk naar de politie. Wij kunnen helpen om de stalking te stoppen en de dader strafrechtelijk te vervolgen.

Let op, bel bij dreigende situaties altijd direct 112.

Kent u de stalker niet goed of helemaal niet?

Iemand die u niet goed kent of helemaal niet kent, kan u stalken omdat diegene een bepaalde relatie met u wil. Dat kan een vriendschappelijke of seksuele relatie zijn. Deze stalkers zijn vaak opdringerig en hebben psychische problemen. Door die psychische problemen kan de stalker soms ideeën hebben over de relatie met u die niet kloppen. De stalker denkt bijvoorbeeld dat er een relatie is of dat er een relatie zou moeten zijn. Het kan ook zijn dat de stalker geen

relatie wil, maar dat deze persoon het gevoel heeft dat u hem of haar onrecht heeft aangedaan. De stalker wil hier dan erkenning en aandacht voor.

Het begint vaak onschuldig

Stalking heeft niet altijd een duidelijk startpunt. Het sturen van een aantal boze of dwingende berichten, maakt iemand niet meteen een stalker. Duurt de overlast langer dan twee weken of is het direct heftig en intimiderend, dan kun je spreken van stalking.

Wat doen stalkers?

Wat stalkers doen, is heel verschillend. Meestal probeert de stalker contact met u te leggen. Maar ook ander gedrag kan onderdeel zijn van een patroon van stalking.

De stalker kan bijvoorbeeld vervelende dingen over u vertellen tegen uw familie, vrienden of collega's. Of de stalker probeert via kennissen in contact met u te komen. U wordt achtervolgd op straat, ontvangt ongewenste cadeaus of komt de stalker steeds tegen omdat diegene u volgt. Een stalker kan u vaak bellen en post en e-mails sturen. Stalken via sociale media komt ook voor. Soms hackt een stalker ook accounts van het slachtoffer.

Een stalker kan ongevraagd op bezoek komen, steeds aanwezig zijn rondom uw woning of werk, geweld gebruiken of daarmee dreigen, uw eigendommen beschadigen, goederen op uw rekening bestellen of ander ongewenst gedrag vertonen. Iedere stalker is anders. Het gedrag van iedere stalker dus ook.

Stalking stoppen

Geef bij de eerste overlast aan dat het gedrag ongewenst is. En dat u wilt dat het stopt. Reageer daarna niet meer op berichten van de stalker. De behoefte aan contact kan voor de stalker een soort verslaving worden. De stalker wil dan steeds meer contact. Elk reactie, ook als die negatief is, maakt dat de stalker meer contact wil. Geen reactie werkt daarom het best. Hoe eerder u handelt, hoe sneller en beter de stalking te stoppen is.

Bekijk de tips voor een overzicht van wat u kunt doen als u gestalkt wordt.

Tip 1: Wees duidelijk

Stalkers horen vaak wat ze willen horen. Als u tegen uw ex-partner zegt dat u het ook erg vindt dat de relatie voorbij is, dan is dat een reden voor uw ex-partner om contact te blijven zoeken. Het is dus belangrijk dat u duidelijk bent zodat u de stalker geen reden geeft om contact te blijven zoeken.

Tip 2: Zeg stop

Geef één keer kort en duidelijk aan dat u wilt dat het gedrag van de stalker stopt. Bijvoorbeeld zo: 'Ik wil geen contact meer met jou. Stop met het zoeken van contact. Ik zal niet meer reageren.'

Het is belangrijk dat u daarna ook echt niet meer reageert. Dit kan beginnende stalking stoppen.

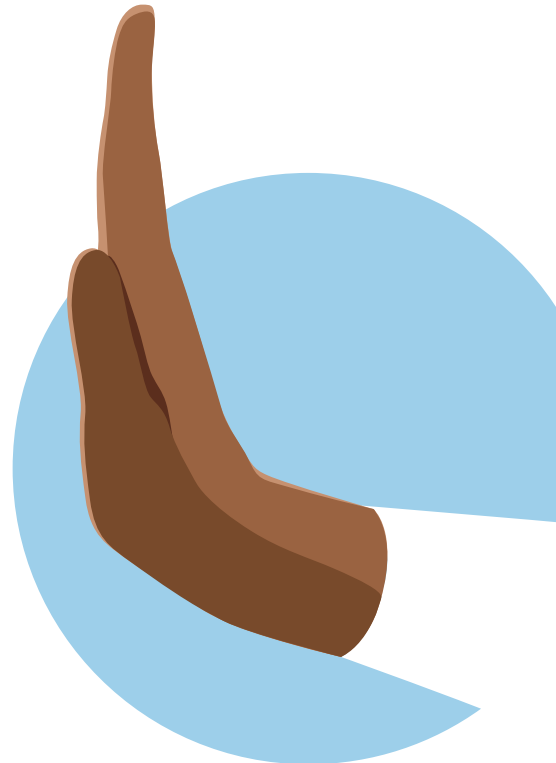
Tip 3: Praat erover met anderen

U hoeft hier niet alleen in te staan. Steun en praktische hulp van anderen kan u helpen. Praat over de stalking met iemand die u vertrouwt. U kunt

altijd uw situatie met de politie bespreken, bel hiervoor 0900 - 8844. Is de stalker uw ex-partner? Dan kunt u voor hulp en advies ook contact opnemen met Veilig Thuis via 0800 - 2000.

Tip 4: Documenteer de stalking

Houd een logboek bij over het contact met de stalker. Schrijf de datum, tijd, locatie, duur en manier van de stalking op. Noteer per contactpoging of er getuigen waren. Denk aan burens, vrienden of collega's. Bewaar alle berichten, maak foto's als dat kan en neem telefoongesprekken op. Hiermee verzamelt u bewijs wat kan helpen bij strafrechtelijk onderzoek naar de stalker.



Gevolgen van stalking

Stalking kan grote gevolgen voor u hebben. U kunt last krijgen van angst, achterdocht, schrikreacties, concentratieproblemen, slaapproblemen, slechte eetlust, vermoeidheid of spier- en hoofdpijn. Hoe langer de stalking duurt, hoe groter de impact op uw leven.

Gevolgen voor kinderen

Is de stalker de vader of moeder van uw kinderen? Ook voor kinderen kan de stalking gevolgen hebben. Het kan hun ontwikkeling en gevoel van veiligheid negatief beïnvloeden. Verandering in gedrag op school kan een signaal zijn dat kinderen last hebben van de situatie.

Ook als de stalker de vader of moeder van uw kinderen is, is het belangrijk om geen direct contact te hebben. Noodzakelijk contact over de kinderen kan via andere personen gaan. Als u dit wilt, kunt u de mogelijkheden bespreken met Veilig Thuis. U kunt 24 uur per dag bij hen terecht via het telefoonnummer 0800 - 2000. Veilig Thuis kan u advies geven over uw veiligheid en die van uw kinderen. Veilig Thuis kan ook met u meedenken over praktische zaken en eventueel hulp voor u en uw kinderen regelen.

Wat als de stalking niet stopt?

Het is begrijpelijk dat u zich zorgen maakt, want u weet niet hoelang de stalking zal duren en hoe ernstig het wordt. Wat een stalker gaat doen, is niet te voorspellen. Wel zijn er signalen die reden geven tot ongerustheid. Die signalen kunnen erop wijzen dat de stalking erger wordt en leidt tot geweld. Hoe meer signalen, hoe zorgelijker de situatie. Twijfelt u aan uw veiligheid? Neem contact op met

de politie via 0900 - 8844 of Veilig Thuis via 0800 - 2000. Bij direct gevaar belt u 112.

Signalen van ernstige stalking

- De stalker heeft eerder fysiek geweld gebruikt tegen u of anderen.
- De stalking gebeurt steeds vaker en wordt heftiger.
- De stalker is agressief en intimiderend.
- De stalker dreigt met geweld.
- De stalker zoekt u op of gaat ongeveraagd uw woning binnen.
- De stalker vernielt of beschadigt uw spullen.
- De stalker heeft een (vuur)wapen of heeft ervaring met een (vuur)wapen.
- De stalker is een ex-partner en was tijdens de relatie extreem jaloers.
- De stalker heeft psychische problemen, zoals stress of een verslaving.
- U bent bang dat de stalker u ernstig zal verwonden of doden.

Uw eigen gevoel is het belangrijkste signaal

Uw eigen gevoel zegt veel over mogelijk gevaar door de stalking. Als u een relatie heeft gehad met de stalker, kunt u vaak goed inschatten waartoe deze persoon in staat is. Neem uw gevoel dus serieus.

Deel uw zorgen

Gelden meerdere signalen in uw situatie? Of voelt u zich onveilig of bedreigd? Bespreek dit altijd met de politie via 0900 - 8844 of Veilig Thuis via 0800 - 2000. Samen bekijken we hoe we uw veiligheid kunnen vergroten en hoe we de stalker kunnen stoppen.

Praktische tips bij stalking

Is er gevaar? Bel 112. Bijvoorbeeld wanneer de stalker u direct bedreigt, uw spullen vernielt of probeert uw woning binnen te komen.

Als u gestalkt wordt, kunt u het gevoel krijgen dat u de controle over uw leven verliest. De volgende praktische tips kunnen u helpen om die controle weer terug te krijgen.

Denk vooruit

Een eerste belangrijke stap: bedenk wat een stalker over u kan weten. Al die kennis kan de stalker gebruiken. Neem hier de tijd voor en vraag hulp aan iemand die u vertrouwt en die bekend is met de situatie.

Samen kunt u een lijst maken met momenten en locaties waar de stalker kan zijn. Per moment en locatie bedenkt u wat de stalker zou kunnen doen. Bedenk ook wat u kunt doen om de kans hierop te verkleinen.

Maak een veiligheidsplan

Bent u bang dat de stalker geweld gaat gebruiken? Maak dan samen met de politie of Veilig Thuis een veiligheidsplan. In dit plan staat bijvoorbeeld wat u kunt klaarleggen en hoe u zich kunt voorbereiden als u ineens moet vluchten.

Voorbeeld

1. De stalker weet dat ik een eigen bloemenzaak heb.
 2. Wat kan de stalker met deze kennis doen?
 - Mij daar opwachten of opzoeken.
 - Spullen vernielen.
 - Slechte recensies plaatsen over mijn bedrijf.
 3. Wat kan ik doen om de kansen hierop te verkleinen?
 - Altijd met iemand anders aanwezig zijn.
 - Mijn collega informeren en afspreken wat we doen als we de stalker zien.
 - Andere winkeliers in de buurt vragen om alert te zijn.
 - Goede camera's installeren en belangrijke spullen veiligstellen.
 - Een passende verzekeringspolis afsluiten.
 - Een plan maken over hoe klanten te informeren over de stalking als dit nodig is.

Als u structureel wordt lastiggevallen, maakt de stalker een enorme inbreuk op uw privéleven

Praktische maatregelen op locaties

Bekijk de volgende maatregelen die u kunt nemen op verschillende locaties. Niet alle tips zullen voor alle slachtoffers van stalking van toepassing zijn. Twijfelt u hierover? Bespreek dit met iemand die u vertrouwt of met de politie via 0900 - 8844 of Veilig Thuis via 0800 - 2000.

Maatregelen rondom uw woning

- Regel een Politiekeurmerk Veilig Wonen (PKVW). Dat draagt bij aan inbraakpreventie en brandveiligheid van uw woning.
- Sluit uw woning, schuur en berging altijd af.
- Maak de brievenbus in de voordeur dicht. Daarmee voorkomt u afluisteren, contact maken of het naar binnen duwen van ongewenste of gevaarlijke voorwerpen.
- Kies voor een brievenbus met een beveiliging. Dit voorkomt diefstal van post.
- Doe geen vertrouwelijke documenten of post in uw afvalbak.
- Gebruik een nachtslot of deurkettinkje.
- Zorg voor een stevige voordeur, een dichte deur met een kijkgat is het best. Zorg dat degene die voor de deur staat niet via de deur naar binnen kan kijken. Heeft u glas in de deur? Gebruik dan folie of een gordijn.
- Zorg dat het glas in uw deuren en ramen stevig is. U kunt het glas versterken of beschermen met inbraakwerende folie of een metalen rekje tegen inklimmen.
- Zorg dat de stalker niet naar binnen kan kijken, bijvoorbeeld door verduisterende gordijnen of luxaflex.
- Bekijk waar u mogelijkheden tot naar binnen klimmen kunt verkleinen.

Bijvoorbeeld door voorwerpen tegen de muur of onder ramen weg te halen.

- Bedenk in welke ruimte in uw woning u veilig bent als de stalker ongewenst binnenkomt. Zorg in deze ruimte voor een stevige binnendeur met draaislot of sleutel. Zorg dat hier een telefoon ligt om 112 te bellen.
- Zorg dat de stalker niet ongezien in uw tuin kan verblijven. Haal bijvoorbeeld hoge heggen weg en voorwerpen die de stalker kan gebruiken om zich te verstoppen.
- Zorg voor goede buitenverlichting. Het liefst verlichting die standaard 's avonds aanstaat en lampen die aangaan als er beweging is.
- Gebruik eventueel beveiligingscamera's waarvan u de beelden op uw telefoon kunt bekijken.
- Zorg dat uw tuin opgeruimd en overzichtelijk is. Alles wat er ligt, kan de stalker stelen, vernielen of gebruiken als wapen.
- Leg een of twee telefoon(s) op vaste plekken zodat u altijd 112 kunt bellen.
- Zet spullen op een vaste plek, vooral buiten. Zo merkt u het meteen als er iets is veranderd.
- Gebruik eventueel een alarmsysteem.
- Informeer bureaus, andere mensen in uw omgeving en mensen die vaak voorbij komen (bijvoorbeeld mensen met honden) over de stalking. Vraag hen alert te zijn als ze iets verdachts zien of horen.
- Bewaar bewijsmateriaal van stalking. Dit is belangrijk voor politieonderzoek. U kunt ook kopieën geven aan iemand die u vertrouwt als u bang bent dat de stalker het steelt.

Financiële hulp van de gemeente

Als u uw veiligheid wilt vergroten maar de kosten hiervan niet kunt betalen, dan kan de gemeente u eventueel financieel helpen. Neem hiervoor contact op met uw gemeente om te bekijken wat er mogelijk is.

Maatregelen onderweg

- Varieer in routes die u gebruikt en tijden dat u onderweg bent.
- Varieer in het soort vervoer dat u gebruikt.
- Varieer in waar u parkeert. Parkeer eventueel wat verder van uw woning om vernieling aan uw auto te voorkomen.
- Sluit altijd autodeuren af tijdens het rijden.
- Regel iemand die met u meereist of iemand die u ophaalt als dit mogelijk is.
- Ga de ene keer uw woning via de voorkant naar binnen en de andere keer via de achterkant.

Maatregelen op werk

- Zorg dat uw leidinggevende weet van uw situatie.
- Informeer receptiemedewerkers zodat ze telefoontjes van de stalker niet doorverbinden of de stalker niet verder laten komen.
- Deel informatie over uw werktijden en werklocatie zo min mogelijk.
- Informeer naar interne veiligheidsprocedures.
- Bekijk of u tijdelijk gebruik kunt maken van specifieke faciliteiten. Bijvoorbeeld de directieparkeerplaats naast de ingang, opvang door de beveiliging of altijd met anderen aanwezig zijn.
- Varieer in werkdagen en tijden.

Alarmsysteem bij constante dreiging

Is er constante en ernstige dreiging van de stalker? Dan kunt u een mobiel alarmsysteem aanvragen: het AWARE-alarm. U kunt dan via een alarmknop direct de politie waarschuwen als er gevaar dreigt. De meeste gemeenten gebruiken dit systeem.

Vraag de politie via 0900 - 8844 of Veilig Thuis via 0800 - 2000 naar de mogelijkheden in uw gemeente.

Maatregelen op apparaten en online

- Zet Bluetooth op al uw apparaten uit.
- Zorg dat uw apparaat (telefoon of computer) een anonieme naam uitzendt.
- Geef uw wifinetwerk een standaardnaam.
- Verwijder uw persoonlijke boodschap bij de voicemail. Het horen van uw stem kan de stalker aanmoedigen weer te bellen.
- Gebruik de SOS-alert op uw telefoon. Hiermee stuurt u uw locatie en foto naar een vaste contactpersoon. Spreek af dat deze contactpersoon direct de politie belt zodra deze een SOS-alert van u ontvangt.
- Neem een tweede telefoonnummer en e-mailadres dat u alleen deelt met mensen die u vertrouwt. Houd uw oude nummer en e-mailadres wel in gebruik zodat u nog steeds bewijsmateriaal van de stalking verzamelt.
- Stel in uw e-mailaccount in dat berichten van de stalker automatisch naar een eigen map gaan.

Zo bepaalt u zelf wanneer en of u de berichten wilt lezen. Dit kan via de optie 'Regel maken'.

- Gebruik op al uw accounts een tweestapsverificatie. Dat is naast uw wachtwoord een tweede controle zoals een code per sms of uw vingerafdruk.
- Is de stalker een ex-partner? Meld dan accounts en abonnementen die u gezamenlijk heeft af.
- Zorg voor goede beveiligingssoftware op uw apparaten.
- Open geen mail en klik niet op bestanden, links of bijlagen die u niet kent of vertrouwt.
- Schakel locatiegegevens uit bij het gebruik van sociale media.
- Maak accounts op sociale media privé of verwijder accounts.
- Zoek uzelf op het internet. Probeer informatie over u te laten verwijderen door de beheerder van de website.
- Kijk op [safetyned.org](https://www.safetyned.org) voor meer praktische tips over online beveiliging.

Maatregelen voor mensen in uw omgeving

- Informeer mensen die u vertrouwt over uw situatie en laat eventueel een foto zien van de stalker.
- Vertel familie, vrienden en burendaten dat ze geen informatie over u aan de stalker mogen geven.
- Vraag ook of ze direct contact met u willen opnemen als ze de stalker hebben gesproken of gezien.
- Vraag mensen in uw omgeving u niet te noemen of taggen op sociale media.
- Vraag ook om geen informatie te delen over activiteiten waarbij u aanwezig zou kunnen zijn.
- Maak afspraken over wat mensen u wel of niet moeten vertellen over de stalker. Zo voorkomt u dat u onnodig geconfronteerd wordt met informatie over de stalker.
- Regel eventueel een vast aanspreekpunt binnen uw familie- of vriendenkring die u kan ondersteunen bij alles wat te maken heeft met de stalking.



Hulp van de politie

Wij kunnen u op verschillende manieren helpen.

Noodsituaties

Als de stalker u direct bedreigt, uw spullen vernielt of uw woning probeert binnen te komen, belt u 112. Wij komen dan zo snel mogelijk naar u toe.

Zien we dat de stalker op dat moment iets strafbaars doet, dan kunnen we de stalker meenemen naar het politie-bureau. Het gebeurt ook dat er op het moment dat wij er zijn (nog) niet genoeg bewijs is van strafbaar gedrag. We kunnen de stalker dan niet direct aanhouden. Soms hebben slachtoffers het gevoel dat de politie u niet helpt, omdat we de stalker op dat moment alleen weg mogen sturen. Bespreek dit met de politie en vraag om uitleg. Het is goed om te weten dat we de melding en alles wat we waarnemen altijd vastleggen in de politiestructuren. Bij meerdere incidenten kunnen we op een ander moment dan wel tegen de stalker optreden. Ook helpt dit bij het strafrechtelijk onderzoek. Na de melding bekijken we samen met u welke veiligheidsmaatregelen er mogelijk zijn.

Geen directe dreiging

De eerste keer dat u bij de politie meldt dat u gestalkt wordt, hebben we een intakegesprek met u. Tijdens dit gesprek vertelt u uw verhaal. We stellen ook vragen om zoveel mogelijk te weten te komen over de stalking. Hoe uitgebreider uw verhaal, hoe beter we de situatie kunnen inschatten. Samen bekijken we hoe we u kunnen helpen.

Samen met u zetten we deze stappen

Stap 1 - Bekijken wat het probleem is en wat er nodig is

Stap 2 - In gesprek gaan met de stalker

Stap 3 - Aangifte opnemen voor opsporing en vervolging van de stalker

Stap 1 - Bekijken wat het probleem is en wat er nodig is

In een gesprek bespreken we welke wensen u heeft en wat wij voor u kunnen doen. We hebben het bijvoorbeeld over het nemen van veiligheidsmaatregelen, bewaren van bewijs, een stopgesprek, doen van aangifte en mogelijke hulpverlening.

Wat kunt u doen?

- U houdt een logboek bij over het contact met de stalker. Schrijf de datum, tijd, locatie, duur en manier van de stalking op. Noteer per contactpoging of er getuigen waren. Denk aan bureaus, vrienden of collega's.
- U bewaart alle berichten, maakt foto's als dat kan en neemt telefoongesprekken op.
- U zoekt zelf geen contact met de stalker. Als het echt moet, bespreekt u dit eerst met ons. Dan kunnen wij u adviseren.
- U houdt ons op de hoogte van veranderingen of nieuwe ontwikkelingen in de stalking.

Stap 2 - In gesprek gaan met de stalker

De politie kan een stopgesprek met de stalker voeren. Dit is mogelijk wanneer de stalking nog niet heel ernstig is. De politie bespreekt deze mogelijkheid met u. Een stopgesprek doen we alleen als u dit wilt. U bent zelf niet bij dit gesprek.

Tijdens een stopgesprek vertelt de politie aan de stalker dat het gedrag ongewenst is en dat het moet stoppen. We zeggen ook dat het gedrag van de stalker strafbaar is en waarschuwen voor de strafrechtelijke gevolgen, bijvoorbeeld een gevangenisstraf.

Meestal heeft een stalker zelf problemen waardoor diegene gaat stalken. Iemand heeft dan vaak hulp nodig om het gedrag te veranderen. Tijdens een stopgesprek bespreken we daarom ook welke hulpverlening de stalker kan krijgen.

De helft van de stalkers stopt na het stopgesprek

Ongeveer de helft van de stalkers stopt met stalken na een stopgesprek. Gaat de stalker toch door, dan kan de stalker strafrechtelijk vervolgd worden. Hiervoor moet er eerst aangifte tegen de stalker worden gedaan.

Stap 3 - Aangifte opnemen voor opsporing en vervolging van de stalker

Als de stalker na een stopgesprek blijft stalken, kunt u aangifte doen. Soms adviseren we een slachtoffer van stalking om meteen aangifte te doen. Dit doen

we als we denken dat een stopgesprek geen zin meer heeft of als de stalker u bedreigd heeft of geweld heeft gebruikt.

Als u aangifte doet, vraagt u de politie daarmee om een onderzoek te starten naar de stalker. Tijdens dit onderzoek spreken we bijvoorbeeld met getuigen. We houden u op de hoogte als u dat wilt.

U kunt een vaste contactpersoon bij de politie krijgen.

Neem uw logboek mee

Tijdens de aangifte kijken we naar het patroon van de stalking. Neem daarom tijdens het gesprek uw logboek mee waarin u heeft bijgehouden wat er allemaal is gebeurd.

Neem bewijs mee

Ook bewijs van de stalking is belangrijk. Denk aan berichten, foto's of opgenomen telefoongesprekken.

Na het politieonderzoek

Een officier van justitie krijgt de resultaten van het politieonderzoek. De officier van justitie kan besluiten dat de stalker moet worden aangehouden, eventueel vast blijft zitten of voor een rechter moet verschijnen. Ook kan de officier van justitie een contactverbod of een gebiedsverbod opleggen.

Als er een rechtszaak komt, beoordeelt een rechter welke straf de stalker krijgt. Naast een contactverbod of gebiedsverbod kan dit ook een taakstraf of gevangenisstraf zijn.

Schadevergoeding

Als u schade heeft geleden, kunt u via de rechter een schadevergoeding vragen. U kunt hierbij hulp krijgen van Slachtofferhulp Nederland of van een advocaat.

Als de stalker weer vrijkomt

Kreeg de stalker een gevangenisstraf en komt de stalker weer vrij? Dan zorgen we dat we alert blijven op mogelijke nieuwe signalen van stalking.

Als de stalker zich niet houdt aan de afspraken

Bel de politie via 112 als de stalker zich niet houdt aan de juridische maatregelen die zijn opgelegd.

Contactverbod

Bij een contactverbod mag de stalker geen contact opnemen met u.

Gebiedsverbod

Bij een gebiedsverbod mag de stalker niet in een bepaald gebied komen. Dat kan variëren van een straat tot een hele provincie.

Locatieverbod

Bij een locatieverbod mag de stalker niet op een specifieke locatie komen waar u vaak komt. Bijvoorbeeld uw woning, een supermarkt of uw werk.

De ervaring leert dat een strafrechtelijk contactverbod effectiever is dan een civielrechtelijk contactverbod

Andere mogelijkheden

Civielrechtelijke procedure

U kunt ook kiezen voor een civielrechtelijke procedure. Het doel is dan niet om de dader te straffen, maar om de stalking te stoppen en te zorgen dat eventuele schade vergoed wordt. Voor een civielrechtelijke procedure heeft u een advocaat nodig.

De kosten voor een advocaat betaalt u zelf. Als u geen advocaat kunt betalen, kunt u eventueel een vergoeding van deze kosten krijgen. En u kunt de kosten of een deel ervan later terugvragen van de stalker.

Alle informatie over de civielrechtelijke procedure, de kosten en een mogelijke vergoeding vindt u op juridischloket.nl.

Spreekrecht voor slachtoffers

Als er een rechtszaak komt, heeft u als slachtoffer spreekrecht. Dat betekent dat u schriftelijk of mondeling uw verhaal kunt delen in de rechtszaak. U kunt dan laten weten wat het effect van de stalking op uw leven is. U bepaalt zelf of u hiervan gebruik wilt maken. Vaak kiezen slachtoffers van stalking voor een schriftelijke

Kans op herhaling verkleinen

Als een stalker geen passende hulp krijgt, is er een kans dat diegene in de toekomst weer gaat stalken. Een stalker kan daarom hulp krijgen via Veilig Thuis of Reclassering Nederland. Dit kan vrijwillig, maar een rechter kan de stalker daartoe ook verplichten.

verklaring. Iemand van Slachtofferhulp Nederland of een advocaat kan u hierbij begeleiden en eventueel uw brief voorlezen tijdens de rechtszaak.

Praktische en emotionele steun

Stalking kan een grote impact op uw leven hebben. Misschien wilt u hulp bij het verwerken van de stalking of wilt u leren hoe u voor uzelf opkomt. Er zijn verschillende organisaties waar u hulp kunt krijgen. Bij stalking door een ex-partner kunt u bijvoorbeeld terecht bij Veilig Thuis. Zij geven informatie en advies en kunnen ook opvang regelen voor u en uw eventuele kinderen als u thuis niet veilig bent.

Daarnaast zijn er netwerken van gespecialiseerde advocaten die u kunnen helpen. En via Slachtofferhulp Nederland kunt u in contact komen met andere slachtoffers van stalking.

Aan het eind van deze brochure vindt u contactgegevens van organisaties die u kunnen helpen.

Als u iemand kent die wordt gestalkt

Veel slachtoffers van stalking denken dat zij er alleen voor staan en voelen zich machteloos. Als u iemand kent die wordt gestalkt, kunt u deze persoon helpen. Bijvoorbeeld door samen hulp te zoeken bij de politie of Veilig Thuis. U kunt ook deze brochure aan het slachtoffer geven.

Waar kunt u terecht?

Voor advies, melding doen, aangifte en bij acuut gevaar.

Politie

Bel 0900 - 8844 of ga naar een politie-bureau bij u in de buurt. Bij direct gevaar belt u 112. Of kijk op politie.nl.

Veilig Thuis

Veilig Thuis is er voor advies en ondersteuning bij huiselijk geweld. Ex-partnerstalking hoort daar ook bij. U kunt Veilig Thuis benaderen voor uzelf of als u zich zorgen maakt over iemand anders. U kunt 24 uur per dag bellen naar Veilig Thuis via 0800 - 2000. Op veiligthuis.nl kunt u ook met een medewerker chatten.

Voor hulp en opvang

Landelijke en regionale organisaties

- Fier: fier.nl | 088 - 208 00 00
- Moviera: moviera.nl | 088 - 374 47 44
- Blijf groep: blijfgroep.nl | 088 - 234 24 50
- Kadera: kadera.nl | 088 - 422 24 95

Voor juridische informatie, advies en gespecialiseerde advocaten

Het Juridisch Loket

Hier kunt u informatie krijgen over juridische procedures en de mogelijkheden voor rechtsbijstand en rechtshulp. Kijk op juridischloket.nl voor een loket bij u in de buurt of bel naar 0900 - 8020.

LANGZS

Het Landelijk Advocaten Netwerk Gewelds- en Zeden Slachtoffers is een netwerk van gespecialiseerde advocaten voor onder andere zaken van stalking. Kijk op langzs.nl of stuur een e-mail naar info@langzs.nl.

Raad voor Rechtsbijstand

Op rvr.org vindt u informatie over civiele procedures, rechtsbijstand, gespecialiseerde advocaten, informatiefolders en bereikbaarheid.

Vereniging voor Vrouw en Recht

Op vrouwenrecht.nl vindt u juristen die gespecialiseerd zijn in vrouw en recht in Nederland.

Voor praktische en emotionele ondersteuning

Slachtofferhulp Nederland

Slachtofferhulp Nederland biedt vooral praktische steun aan slachtoffers van stalking. Denk aan doorverwijzing naar de juiste hulp of contact met andere slachtoffers van stalking. Bel 0900 - 0101 of kijk op slachtofferhulp.nl.

Voor emotionele ondersteuning

MIND Korrelatie

MIND Korrelatie biedt emotionele ondersteuning. Bel 0900 - 1450 of kijk op mindkorrelatie.nl.

Telefonische ondersteuning

Wilt u uw verhaal kwijt? Bel dan De Luisterlijn via 088 - 076 70 of kijk op deluisterlijn.nl.

Meer informatie

huiselijkgeweld.nl

Op deze website van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport vindt u informatie over huiselijk geweld. Ook vindt u er adressen waar u voor hulp terecht kunt.

Via Slachtofferhulp
Nederland kunt u
contact leggen met
lotgenoten



Hulp en informatie

Spoed 112

voor doven en slechthorenden

0800 - 8112

Geen spoed, wel politie

0900 - 8844

voor doven en slechthorenden

0900 - 1844

Informatie en aangifte

0900 - 8844

voor doven en slechthorenden

0900 - 1844

Opspringstiplijn

0800 - 6070

Meld Misdaad Anoniem

0800 - 7000

geen onderdeel van de politie

politie.nl

Sociale media

