

## **ANONYM TELEFONRÅDGIVNING**

### Telefonrådgivningen

Dansk Stalking Centers telefonrådgivning er et gratis og anonymt tilbud til dig, der er berørt af stalking. Du kan enten ringe eller booke en tid på hjemmesiden.

### Rådgivningen giver:

- Nogen at tale med om stalking
- Svar på spørgsmål om stalking
- Råd om sikkerhed
- Vejledning om dokumentation
- Hjælp til relevant lovgivning

## **RING**

+45 27 60 40 16

## **BOOK TID**

[danskstalkingcenter.dk/booking](https://danskstalkingcenter.dk/booking)

## **ER DU UDSAT FOR STALKING?**

## **Åbningstider**

Mandag : Kl. 12-15 & 17-19.45

Tirsdag : Kl. 12-15

Onsdag : Kl. 12-15 & 17-19.45

Torsdag : Kl. 12-15 & 17-19.45

Fredag : Kl. 12-15

*\*ændrede tider ved helligdage*



Dansk Stalking Center

## OM STALKING

### Hvad er stalking?

Stalking er en systematisk række af kontaktforsøg og adfærd, som er uønsket og vedvarende og som opleves grænseoverskridende og intimiderende for den udsatte.

Stalking ses i mange forskellige variationer. Nogle af de mest typiske henvendelser er opkald, beskeder, mails, gaver, falske profiler eller fysisk kontaktforsøg.

Handlingerne kan hver for sig synes harmløse, men set i en sammenhæng kan de være frygtskabende for den udsatte.

Ud over at stalking er ulovligt i sig selv, kan der også være andre straffelovsovertrædelser såsom trusler, hærværk eller vold.

## GODE RÅD

### Oprethold nulkontakt

Undlad at respondere henvendelser fra udøver. Er der fælles børn eller andre forpligtelser, så hold kontakten omkring dette på et minimum.

### Gem dokumentation

Gem sms'er, mails, beskeder, og opkaldslistes. Tag billeder af breve, gaver og hærværk. Få navne og numre på eventuelle vidner. Brug et logskema til at samle din dokumentation.

### Inddrag netværk

Involver netværk i situationen, så de ikke kommer til at udlevere sårbare informationer og så de kan hjælpe med omsorg og afskærmning.

### Søg hjælp

Søg hjælp hos Politi, krisecenter eller rådgivning hos Dansk Stalking Center

## FIND VIDEN

### Hjemmeside

På [www.danskstalkingcenter.dk](http://www.danskstalkingcenter.dk) kan du finde viden om stalking. Her kan du læse mere om stalking, lovgivning og andre udsattes stalkinghistorier.

Du kan også finde værktøjer så som logskema, IT-vejledninger og blive klogere på vores app 'skytsengel'.

### Om Dansk Stalking Center

Dansk Stalking Center er et specialiseret videns- og interventionscenter, hvis formål er at forebygge og stoppe stalking gennem oplysning, rådgivning og behandling.

Centeret hjælper både stalkingudsatte, stalkingudøvere, pårørende og fagpersoner.