



Stalking

Cadre juridique – Mesures de lutte – Assistance

Votre police et la Prévention Suisse de la Criminalité (PSC) – un organe intercantonal de coordination spécialisé de la Conférence des directrices et directeurs des départements cantonaux de justice et de police (CCDJP)

Qu'est-ce que le stalking ?

Le mot anglais **stalking** est issu du domaine de la chasse et désigne le fait de traquer, de suivre une piste sans relâche. Au sens figuré, le stalking désigne de façon générale le fait de poursuivre et/ou d'importuner une personne de manière délibérée et persistante. Le stalking menace et lèse directement, indirectement ou à terme, l'intégrité physique ou psychique de la personne harcelée, et le cas échéant de ses enfants et de ses proches. En outre, il peut entraîner un isolement social. C'est pourquoi le stalking est un **délit pénal** en Suisse à compter du 1^{er} janvier 2026.

Le stalking se rencontre dans toutes les couches sociales et concerne aussi bien les hommes que les femmes, quelle que soit leur orientation sexuelle. On ne dispose pas de chiffres établis concernant le nombre de victimes de harcèlement obsessionnel en Suisse, mais ce qui est certain, c'est que les **personnes qui commettent ce délit** sont généralement issues de **l'entourage social** de la victime et que les auteurs sont nettement plus souvent des **hommes** que des femmes.

L'essentiel en bref

- Coupez irrévocablement tout contact, réel ou virtuel, avec l'auteur du harcèlement.
- Documentez précisément tous les incidents («journal de stalking»).
- Informez votre entourage privé et professionnel.
- Portez plainte auprès de la police.
- En cas d'urgence : composez le 117.

Pourquoi cette forme de harcèlement ?

Les mobiles les plus fréquents du stalking sont **la vengeance**, **la haine** et **le besoin irrésistible de se mettre en valeur**, par exemple dans le cas d'une personne :

- qui ne tolère pas que son/sa partenaire, son conjoint ou sa conjointe demande **une séparation**, ou l'ait déjà effectuée, et qui veut ainsi l'obliger à « revenir » ou bien le/la punir ;
- qui ne supporte pas d'avoir été **rejetée** par quelqu'un avec qui elle souhaite avoir une relation intime (folie érotique) ;
- qui veut se venger d'un **tort** subi (ou imaginé), par exemple un licenciement, à l'égard de la personne tenue pour responsable ;
- qui ne reçoit pas **l'attention** publique souhaitée et cherche à l'obtenir, ne serait-ce qu'indirectement, en harcelant une personnalité connue.

Stalking et violence domestique

Très souvent, le harcèlement obsessionnel débute lorsqu'un couple **se sépare** et que l'un des partenaires **n'accepte pas** cette séparation. Il se peut que la relation ait été heureuse dans le passé et que seul le sentiment d'être abandonné pousse à une tentative désespérée, puis violente, de s'y accrocher coûte que coûte. Dans d'autres cas, cette relation était **déjà toxique**, ce qui signifie qu'un membre du couple exerçait déjà une forme de contrôle, de contrainte ou de violence sur l'autre et tente désormais par tous les moyens de l'empêcher de se libérer. Dans ce cas de figure, le harcèlement obsessionnel rejoint la violence domestique.

Quelle forme le stalking peut-il prendre ?

Par principe, le stalking est un ensemble composé de plusieurs **actes malveillants** répétés et combinés, et se déroule aujourd'hui aussi **en ligne** (cyberharcèlement). Il inclut :

- le fait d'envoyer constamment et en nombre excessif des mails ou des messages sur des services de messagerie en ligne, qui peuvent être des messages d'amour ou de haine, des insultes ou des menaces ;
- le fait de téléphoner constamment à la victime à toute heure du jour et de la nuit ;
- le fait de voler et de lire le courrier de la victime ;
- le fait d'observer, de guetter, voire de poursuivre la personne harcelée ainsi que de se renseigner sur ses activités quotidiennes ;
- le fait d'espionner les activités en ligne de la personne harcelée ;
- l'usage abusif des réseaux sociaux pour nuire à la victime, par exemple en créant de faux profils ou en publiant des informations privées sur Internet ;
- le fait de prendre contact avec des tiers pour les interroger sur la personne harcelée ;
- le fait de lancer des accusations erronées, par exemple auprès de la police ou de l'employeur ;
- le fait de passer des commandes et des petites annonces, par exemple offres sexuelles ou avis de décès, au nom de la personne harcelée ;
- l'envoi de cadeaux indésirables ;
- le fait de pénétrer dans le logement de la personne harcelée ;
- le fait d'endommager ou de subtiliser des biens appartenant à la personne harcelée ;
- les agressions physiques et sexuelles dirigées contre la personne harcelée.



Quelle est la situation juridique ?

Depuis le 1^{er} janvier 2026, le stalking est un délit pénal inscrit dans le Code pénal suisse (CP) sous la désignation de **harcèlement** :

Harcèlement (art. 181b) :

«Quiconque, obstinément, traque, importune ou menace une personne d'une manière propre à l'entraver considérablement dans la libre détermination de sa façon de vivre, est, sur plainte, puni d'une peine privative de liberté de trois ans au plus ou d'une peine pécuniaire.»

Le « harcèlement obsessionnel » est donc un **délit poursuivi sur plainte** : toute personne qui se sent victime de stalking peut déposer une plainte auprès de la police et déclencher ainsi des enquêtes de police contre la personne à l'origine du harcèlement. Sur la base du Code civil suisse (art. 28b CC) et de diverses lois cantonales sur la police, tous les cantons peuvent imposer, pour une durée variable d'un canton à l'autre, des mesures de protection, telles qu'expulsion, interdiction d'approcher la victime ou de prendre contact avec elle. Certains cantons autorisent également une surveillance électronique (« bracelet électronique ») de l'auteur (art. 28c CC).

Étant donné qu'en cas de stalking, les personnes impliquées ont souvent entretenu ou entretiennent encore une relation personnelle de couple, le stalking peut être vu comme une forme de violence domestique (voir à cet égard la brochure de la PSC « Péril en la demeure »). Précisons également que, de toute façon, certains des actes punissables indiqués plus haut relèvent déjà en soi des **délits poursuivis d'office** tels que la menace, le cambriolage, les lésions corporelles ou les agressions sexuelles.

Que puis-je faire si le stalking me concerne ?

Prenez la situation au sérieux dès le début ! Il est établi que le stalking a plutôt tendance à augmenter en intensité avec le temps si l'on ne fait rien pour le combattre. Les méthodes qui ont fait leurs preuves sont les suivantes :

- Dites une fois (!) clairement et sans ambiguïté, et de préférence devant témoins, à la personne qui vous harcèle que vous ne souhaitez **plus avoir le moindre contact** avec elle.
- **Séparez-vous également sur le plan numérique** : veillez à être le seul/la seule à exercer le contrôle sur vos appareils, vos comptes et vos applications. S'il existe des comptes communs, changez tous vos mots de passe. **Bloquez** tous les numéros de téléphone et toutes les adresses électroniques du harceleur ou de la harceuse.
- Restez **inflexible** ! N'acceptez en aucun cas de nouvelles tentatives de contact.

Si le stalking se poursuit malgré tout :

- Demandez de l'aide. Les centres de consultation pour l'aide aux victimes par exemple peuvent apporter un soutien.
- N'hésitez pas à porter **plainte**. Il est important d'agir le plus tôt possible contre le harcèlement obsessionnel. La police a les moyens de prendre des mesures d'urgence.
- **Informez** votre **entourage** privé et professionnel de la situation. La parole publique peut avoir un effet protecteur.
- Tenez un **«journal de stalking»**. Gardez une trace de tout ce que l'auteur du harcèlement vous écrit, vous envoie ou vous fait, avec la date et l'heure. En recueillant des preuves, vous pourrez étayer vos griefs si une procédure pénale vient à être engagée.
- En cas de menace sérieuse, composez à n'importe quelle heure le **numéro d'urgence de la police (117)** !

Que puis-je faire si une personne de mon entourage est victime de stalking ?

- N'essayez pas de jouer les intermédiaires entre l'auteur et la victime ! En effet, une intervention inappropriée et maladroite peut aggraver la situation. **La priorité absolue consiste à protéger la victime.** Si vous aussi, vous connaissez personnellement la personne à l'origine du harcèlement, mettez fin à tout rapport avec elle, même si elle cherche à vous contacter.
- **Soutenez** la personne harcelée : les actes de stalking plongent souvent dans le désarroi et entraînent rapidement une perte de confiance en soi, ce qui est source d'isolement social. Les proches de la victime doivent lutter contre cette tendance, s'employer activement à garder le contact avec la personne harcelée et l'aider à accomplir ses activités de travail et de loisirs habituelles. Par ailleurs, les parents et les amis de la victime peuvent l'aider à faire la démarche souvent difficile de s'adresser à la police ou à un service de conseils. En remplissant **ensemble** le journal de stalking, ils aident la personne concernée à documenter systématiquement les incidents et à entamer une conversation à cœur ouvert. Ils seront également bien avisés de lui recommander de s'adresser à **l'aide aux victimes.**

Que fait la police ?

Si vous déposez plainte, la police commencera par consigner l'ensemble des circonstances de l'affaire et les classer sur le plan pénal. Le cas échéant, elle mettra en place une **gestion des menaces** pour reconnaître, évaluer et désamorcer les menaces et les mises en danger.

La police peut interpellier les harceleuses et harceleurs pour mise en danger potentielle d'autrui, le cas échéant **les arrêter provisoirement** ou prononcer une **interdiction de contact et de périmètre** de durée limitée vis-à-vis de la victime et, le cas échéant, de ses enfants.

Informations complémentaires, offres d'aide et de conseils

Les adresses des services cantonaux d'aide aux victimes figurent à l'adresse www.aide-aux-victimes.ch. Ceux-ci dispensent des conseils gratuits, confidentiels et, sur demande, anonymes, et diffusent les informations disponibles en plusieurs langues.

Si le stalking se manifeste en lien avec la séparation d'un couple, et si vous devez faire face à une situation de crise, le site Solidarité femmes indique les coordonnées des maisons d'accueil de femmes en Suisse : www.frauenhaeuser.ch.

En Suisse, il existe également des foyers qui offrent une protection aux hommes : www.pharos-geneve.ch et www.zwueschehalt.ch.

L'Organisation faîtière suisse pour la prévention de la violence solvio donne les adresses où les personnes (potentiellement) violentes pourront trouver de l'aide : www.solvio.ch.



Aide aux victimes



Pharos-Genève



Solidarité
femmes



Solvio



Prévention Suisse de la Criminalité
Maison des cantons
Speichergasse 6
3001 Berne

www.skppsc.ch

Stalking

Cadre juridique – Mesures de lutte – Assistance

Cette brochure est disponible dans les postes de police en Suisse.

La brochure est éditée en français, en allemand et en italien. Elle est également disponible au format PDF sur www.skppsc.ch.

Texte	Volker Wienecke, Berne
Graphisme	Weber & Partner, www.weberundpartner.com
Photos	Jacques Palut/123RF.COM, Thales Antonio/123RF.COM
Impression	Koprint SA, Alpnach Dorf
Tirage	fr: 30 000 ex. all: 60 000 ex. it: 10 000 ex.
Copyright	Prévention Suisse de la Criminalité PSC Janvier 2026

