



SOFIJA

NACIONALNA KAMPANJA
OSNAŽIVANJA ŽENA

#JACA
NEGO
STO
MISLIS



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.



SOFIJA



Sama riječ nasilje ili zlostavljanje je vrlo ozbiljna i ne treba je olako shvaćati. Obično je potrebno puno hrabrosti da se samo napiše ili izgovori. Nasilje je kada te netko opetovano/redovito maltretira.

0 Surovo je i često može uključivati manipulaciju, kontrolu, ucjenjivanje itd. To je zlouporaba moći i loše postupanje s osobama koje su često ranjive. Često će se osoba koja je zlostavljana na kraju osjećati kao da je bezvrijedna, da pretjerano reagira, da je zapela na mjestu i da ne može ništa učiniti. Osjeća se kao da je sama s tim problemom i lako je upasti u zamku vjerovanja da je ona problem. Potrebno je puno volje, razmatranja, razmišljanja i analiza da biste shvatili da vi niste problem.

Ljudi su često sumnjičavi kada se radi o zlostavljanju, što nam se onda čini još strašnijim priznati da se to događa nama. Često prosuđuju razinu zlostavljanja s kojom se suočavate govoreći: „Da joj je toliko loše, napustila bi ga!“, „Zašto je šutjela do sada?“ i tako dalje.

Kada svaki dan provedeš mentalno, emocionalno, možda čak i fizički zlostavljana, konačno si priznaješ kako to više ne možeš podnijeti. Velik je to i zastrašujući korak. Uvijek može biti gore, ali to ne znači da ono što sada proživljavaš treba tolerirati ili prihvatiti. Sreća je uvijek opcija, unatoč onome što su te naučili.

Učini sve što trebaš. Za sebe. Svoju budućnost. Svoju djecu.



Mnogo se puta žrtva zlostavljanja ne smatra nevinom. Kada si u tako otrovnoj vezi, emocije su jake i ponekad se čudiš svojim reakcijama, izgovaraš stvari iz bijesa, nagona i straha. Krivnja za te burne reakcije još je jedna stvar koja te može zadržati u ovakvom nezdravom odnosu.

Ljudi nisu heroji i negativci, ljudi imaju dobro i loše u sebi. Možeš preuzeti odgovornost za svoje postupke bez osjećaja krivnje. Kako bismo odgovorili na pitanje zašto osoba jednostavno ne ode, trebaš znati kako to nije jednostavan odgovor. Za nekoga tko nema resurse koji bi joj olakšali odluku o odlasku ili kada nema kamo otići, postoje praktične blokade. Za nekoga tko prema zlostavljaču osjeća duboko sažaljenje, postoje emocionalne blokade. Za nekoga tko treba vremena kako stvari ne bi završile mnogo gore, postoje vremenske blokade. Za nekoga tko je financijski ovisan, postoje ekonomske blokade.

Može biti teško napustiti zlostavljača jer te uvjeri kako je njegovo ponašanje u redu i da je problem u tebi. Želiš mu pomoći i „popraviti” ga s dovoljnom količinom ljubavi. Zbog toga se osjećaš kao da si zarobljena i kao da ne vidiš izlaz. Misliš kako se trebaš dovoljno potruditi i zlostavljač će biti bolji prema tebi. Nažalost, nikakva količina ljubavi i razumijevanja



neće odvratiti zlostavljača od zlostavljanja. Kad zavoliš nasilnu osobu, misliš kako ju samo moraš naučiti da otvori svoj um i srce. I onda će sve biti savršeno. To je bitka uvjerenja i u ovoj situaciji su svi gubitnici.

Zlostavljači mogu činiti loše, a da nisu loši ljudi, i zbog toga mogu izgledati normalno i simpatično onima koji ih ne poznaju kao žrtva zlostavljanja. **Ljudi neće uvijek vjerovati tvojoj istini, ali ti si jedina koja mora stati uz svoju istinu.** Nisi luda kad vidiš nešto čemu nitko drugi nije izložen. Možeš voljeti nekoga i ne dopustiti mu da bude nasilan. Nisi dužna „popraviti” osobu koja je prema tebi nasilna. Ako si dala sve od sebe, a situacija se ne mijenja, moraš spasiti sebe, potražiti pomoć i otići iz takvog odnosa.

Zlostavljanje živi samo u tišini. Nemoj šutjeti o onom što proživljavaš!

Mi ti vjerujemo.

*Napravila je da slomljeno izgleda lijepo,
a snažno da djeluje nepobjedivo.
Nosila je cijeli svemir na svojim ramenima
i učinila da izgleda poput krila.*

/Ariana Dancu

ZAŠTO I DALJE OSNAŽUJEMO ŽENE?





4

Za bilo koju borbu najgore je stanje mirovanja i rezignacije, a najopasnije je podrazumijevanje. Stvari koje su se stotinama godina podrazumijevale kao „normalne”, napokon su počele poprimati drugačiju vrijednosnu konotaciju u našim glavama. Trebamo biti svjesni da borba za žensku ravnopravnost još uvijek nije završena, a pomaci koje smo kao društvo do sad napravili i pozitivne posljedice koje se očituju svakim danom, trebali bi koristiti kao vjetar u leđa pri budućim bitkama za žensku ravnopravnost.

75 godina je prošlo otkako su žene dobile pravo glasa u Jugoslaviji 1945. godine, a 100 godina od kako ovo pravo imaju sve žene u Americi.

Zašto je danas ova tema i dalje aktualna?

Zašto i dalje diskutiramo o pravima žena na rad, život, odlučivanje i kontinuirano se borimo za jednakost žena i muškaraca u svim životnim sferama?

Svi se mi školujemo, studiramo ili radimo, bavimo se stvarima koje nas zanimaju i pružaju nam zadovoljstvo i mogućnost da rastemo i ostvarimo se.

Naoko smo svi jednaki i gotovo bez rodne podijeljenosti.

*Ne možemo pričati o osnaživanju,
a da se ne osvrnemo na ravnopravnost spolova.*

RAVNO SPOLOVA PRAVNOST

Ravnopravnost spolova je ljudsko pravo, ali naš se svijet suočava s trajnim jazom u pristupu mogućnostima i moći odlučivanja za žene i muškarce. Žene imaju manje mogućnosti za ekonomsko sudjelovanje od muškaraca, manje pristupa osnovnom i visokom obrazovanju, veće rizike po zdravlje i sigurnost, te manje političkog značaja. Zajamčiti prava žena i pružiti im mogućnosti da ostvare svoj puni potencijal presudno je ne samo za postizanje ravnopravnosti spolova, već i za postizanje širokog spektra međunarodnih razvojnih ciljeva.

Oснаžене žene i djevojke doprinose zdravlju i produktivnosti svojih obitelji, zajednica i zemalja, stvarajući važan efekt koji koristi svima.

Riječ **ROD** opisuje društveno konstruirane uloge i odgovornosti koje društvo smatra prikladnim za muškarce i žene. Rodna ravnopravnost znači da muškarci i žene imaju jednaku moć i jednake mogućnosti za financijsku neovisnost, obrazovanje i osobni razvoj.

Oснаživanje žena je kritični aspekt postizanja ravnopravnosti spolova.

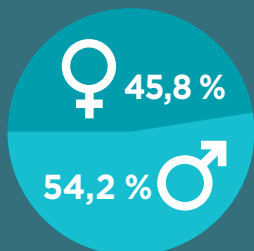
To uključuje povećavanje ženskog osjećaja vrijednosti, moći i donošenja odluka, njezin pristup mogućnostima i resursima, njezinu moć i kontrolu nad vlastitim životom unutar i izvan kuće i sposobnost utjecaja na promjene. Ipak rodna pitanja nisu usredotočena samo na žene, već na odnos muškaraca i žena u društvu. Djelovanje i stavovi muškaraca i dječaka igraju ključnu ulogu u postizanju ravnopravnosti spolova.

Na tržištu rada i u političkom životu...

Žene su danas i dalje značajno podzastupljene na pozicijama moći i liderskim mjestima. Današnji svijet i dalje je podređen rodnim stereotipima, naročito na tržištu rada. Nažalost, zanimanja i pozicije na kojima se žene najmanje nalaze (voditeljske pozicije, poduzetničke ili političke funkcije), najčešće su najunosnije i pružaju najveću mogućnost financijskog i karijernog samoostvarenja.

Biti poduzetnikom, odnosno poduzetnicom, čin je hrabrosti, svojevrsan oblik samooslobođenja, te izraz nezavisnosti i ljudske volje. **Asertivnost i nezavisnost se prešutno prikazuju kao ekskluzivno muške osobine.** Ideja da je najveće dostignuće žene ako su od svih prihvaćene i ako se svima sviđaju, ako se cijeli život žrtvuju za druge kroz vječnu ulogu njegovateljice, u koliziji je sa zdravom brigom o sebi, s mogućnošću potpunog samoostvarenja kojem svako ljudsko biće teži.

6



Iz Pregleda stanja ljudskih prava za 2019. godinu (Kuća ljudskih prava) zaposlenih žena je u RH u postotku i dalje manje nego muškaraca – 45,8 % je zaposlenih žena u odnosu na muškarce koji čine 54,2 % zaposlenog stanovništva. Nejednakost u primanjima žena i muškaraca i dalje je u porastu, a žene su još uvijek podzastupljene na vodećim pozicijama.

Žene se i dalje teže zapošljavaju te se zapošljavaju u slabije plaćenim sektorima, **u prosjeku rade više sati tjedno nego muškarci** (uključujući neplaćeni rad brige o kućanstvu i obitelji), imaju više prekida rada zbog roditeljnog i roditeljskog dopusta, te sporije i rjeđe napreduju od muškaraca.

Diskriminacija prilikom zapošljavanja je i dalje prisutna. I dalje su česti slučajevi u kojima su žene zbog trudnoće ili brige o djeci izložene otkazima, degradiranjima, izostanku napredovanja ili ih poslodavac ne želi zaposliti jer imaju malu djecu. Problem aktualnih demografskih mjera na nacionalnim i lokalnim razinama (npr. Roditelj odgajatelj), dovodi žene u još nepovoljniji položaj na tržištu rada jer su **žene prisiljene birati između obiteljskog i poslovnog života.** Dodatni problem predstavlja nedostatak vrtićkih

mjesta, domova za starije i nemoćne osobe što često dovodi do toga da žene u tim situacijama odustaju od posla kako bi skrbile o djeci ili starijim članovima obitelji.

Bitno područje fokusiranja na postizanje ravnopravnosti spolova je ekonomsko i političko osnaživanje žena. Iako žene čine više od 50% svjetske populacije, **one posjeduju samo 1% svjetskog bogatstva**. Žene i djevojke širom svijeta obavljaju duge sate neplaćenog kućnog posla. U nekim mjestima žene još uvijek nemaju pravo na posjedovanje zemlje ili nasljeđivanje imovine, pristup kreditima, zaradu ili kretanje na radnom mjestu, bez diskriminacije na poslu.

Na svim razinama, uključujući i kod kuće i u javnoj areni, žene su nedovoljno zastupljene kao donositeljice odluka. U zakonodavnim tijelima širom svijeta žene su manje zastupljene (4 naprama 1 za muškarce), no političko sudjelovanje žena je ključno za postizanje ravnopravnosti spolova i istinske demokracije.

U obrazovnom i zdravstvenom sustavu...



Obrazovanje je ključno područje fokusa. Iako svijet napreduje u postizanju rodne ravnopravnosti u obrazovanju, djevojčice i dalje čine veći postotak djece izvan škole nego dječaci. **Otpriblike jedna četvrtina djevojčica iz zemalja u razvoju ne pohađa školu**. Obitelji se također mogu osloniti na djevojčice kada su u pitanju kućanski poslovi, nošenje vode i briga o djeci, a to ostavlja ograničeno vrijeme za školovanje. Ali prioritet obrazovanja djevojčica pruža možda najveći povrat ulaganja u svijetu u razvoju.

Obrazovana djevojka češće odgađa brak, podiže manju obitelj, ima zdraviju djecu i šalje vlastitu djecu u školu. Ima više mogućnosti zarade i sudjelovanja u političkim procesima, a manja je vjerojatnost da će se zaraziti HIV-om.

Zdravlje i sigurnost žena je još jedno važno područje. HIV / AIDS postaje sve snažnije pitanje za žene. To se može odnositi na žene koje imaju manje mogućnosti za zdravstveno obrazovanje, nejednaku moć seksualnog partnerstva ili kao rezultat rodno zasnovanog nasilja. Zdravlje majki također je pitanje koje posebno zabrinjava. U mnogim zemljama žene imaju ograničen pristup prenatalnoj i novorođenačkoj skrbi i vjerojatnije je da će imati komplikacija tijekom trudnoće i porođaja. Ovo je najvažnija briga u zemljama gdje se djevojke udaju i imaju djecu prije nego što su spremne; često prije 18. godine. Kvalitetna zdravstvena skrb majki može pružiti informacije i usluge koje osnažuju majke kao informirane donositeljice odluka o vlastitom zdravlju i zdravlju njihove djece.

Globalno, nijedna zemlja nije u potpunosti postigla rodnu ravnopravnost.

Skandinavske zemlje poput Islanda, Norveške, Finske i Švedske vode svijet prema napretku u rješavanju rodne ravnopravnosti. U tim je zemljama relativno pravedna raspodjela dostupnih dohodaka, resursa i mogućnosti za muškarce i žene. Najveće rodne razlike utvrđene su prije svega na Bliskom Istoku, u Africi i južnoj Aziji. Međutim, brojne su zemlje u tim regijama, uključujući Lesoto, Južnu Afriku i Šri Lanku, nadmašile Sjedinjene Države u rodnoj ravnopravnosti.

Upravo neravnoteža koju spominjemo, društveno iskrivljene percepcije muškarca i žene u temeljima su **rodne nejednakosti i partnerskog nasilja** o kojem se danas u našoj zemlji napokon sve više govori. Nerazumijevanje i ignoriranje zakulisnog lica nejednakosti prilika dovodi do pitanja poput

Zašto nije otišla?

Zašto nešto nije rekla?

Zašto nije prijavila?

S druge strane, djevojčice se i dalje odgaja da prije svega budu drage, umiljate, nježne, suradljive.

Djevojčice, djevojke i žene trebaju odrastati sa sviješću da je u redu glasno izreći svoje mišljenje, da je **NE** jedna od najvažnijih riječi u rječniku i da je nekad treba upotrijebiti pod cijenu neprihvaćanja.

Bez toga nema snažnog osjećaja vlastite vrijednosti, samoprihvaćanja i oslobođenja od srama i sumnje. Te su stvari nužne svakoj od nas kako bismo odrasle u ženu koja je u potpunom skladu sa svojim osjećajima i željama.

ELEMENTI IZVJEŠĆA GLOBALNOG STANJA SIGI (Social Institutions & Gender Index) za 2019.god.

Tijekom prošlog desetljeća, Indeks društvenih institucija i spolova (SIGI) kontinuirano pokazuje kako vlasti trebaju preispitati diskriminatorne zakone, društvene norme i prakse, kako bi postigli rodnu ravnopravnost i potakli žensko osnaživanje. Izvješće iz 2019. godine ukazuje na područja u korelaciji žena s njihovim obiteljima, kontrolom nad vlastitim tijelima, komentira pristup financijskim i radnim resursima i građanske slobode žena. Prikaz stavlja naglasak na glavne točke unutar kojih je potrebno unošenje promjena kako bi se ostvarili ravnopravniji odnosi i povećala prava žena u svijetu.

 DISKRIMINACIJA U OBITELJI	 OGRANIČENA KONTROLA NAD VLASTITIM TIJELOM	 OGRANIČEN PRISTUP FINANCIJSKIM I RADNIM RESURSIMA	 OGRANIČENE GRAĐANSKE SLOBODE
 Dječji brakovi	 Nasilje nad ženama	 Siguran pristup prirodnim resursima	 Građanska prava
 Kućanske odgovornosti	 Genitalno sakaćenje žena	 Siguran pristup nematerijalnim dobrima	 Političko nasilje
 Rastave braka	 Nestajanje žena	 Siguran pristup službenim financijskim uslugama	 Sloboda kretanja i govora
 Pravo na naslijeđe	 Reprodukativna autonomija	 Prava na radnom mjestu	 Pristup pravosudnom sustavu

ŠTO JE OSNAŽI VANJE I KAKO GA OSTVARUJEMO?

VeneKlasen i Miller (2002) definiraju osnaživanje žena kao proces u kojem se život žena i djevojaka transformira iz situacije u kojoj imaju ograničenu moć u situaciju u kojoj se povećava njihova moć.

Ovaj okvir prepoznaje tri razine na kojima se mogu dogoditi promjene: **osobnu, promjena odnosa i promjena u okolini.**

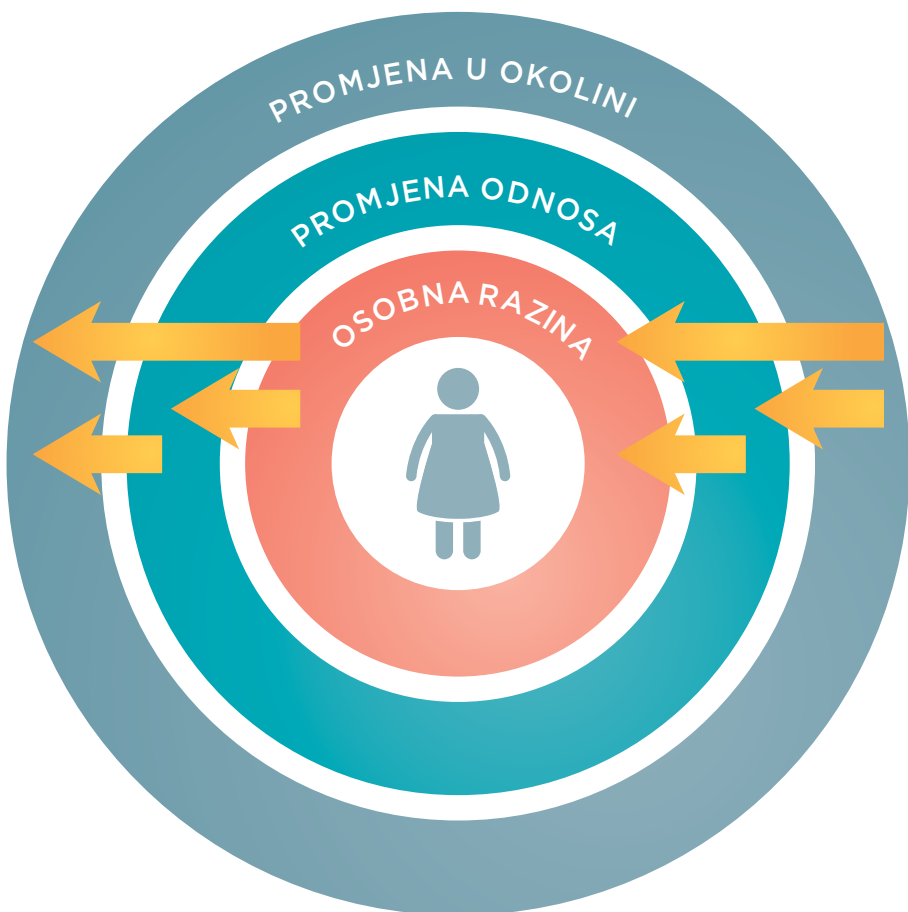
Promjene na osobnoj razini događaju se unutar osobe. To se odnosi na promjene u načinu na koji žena vidi sebe, kako razmišlja o svojoj ulozi u društvu i ulozi drugih žena, kako vidi svoju ekonomsku ulogu i samopouzdanje u odlučivanju i poduzimanju radnji koje se tiču nje i drugih žena.

Promjene na relacijskoj razini ili promjena odnosa događaju se u vezama i odnosima moći unutar ženine okoline. Ovo uključuje promjene unutar kućanstva i unutar zajednice te obuhvaća tržišta, lokalne vlasti i donositelje odluka.



Konačno, promjene na razini okoline odvijaju se u širem kontekstu. To mogu biti neformalne promjene, poput društvenih normi i stavova i uvjerenja šireg društva, ili to mogu biti formalne promjene u političkom i zakonodavnom okviru.

Grafički prikaz opisuje tri razine promjena, sa žutim strelicama koje predstavljaju interakcije između tri razine promjene. Na primjer, poboljšanje samopoštovanja i samopouzdanja (osobna promjena) može utjecati na način na koji žena donosi odluke unutar domaćinstva ili zajednice (promjena odnosa).



Ako mnoštvo žena stekne više samopouzdanja (osobne promjene) i uspostavi bolje odnose moći unutar svog neposrednog okruženja (promjena odnosa), to će generirati promjene u širem okruženju, utjecati na društvene norme i na promjene u političkom prostoru (promjena okoline). Ovaj se proces može dogoditi i u drugom smjeru, s promjenama društvenih normi i šireg društva (promjene u okolini) koje utječu na način na koji žene komuniciraju s drugima (promjena u odnosu) i na to kako vide i percipiraju sebe.

3 principa prema kojima Sofija osnažuje žene:

OSOBNNA RAZINA

Provedbene aktivnosti u obliku teorijskih i praktičnih radionica s ciljem razvijanja komunikacijskih vještina, poboljšanjem asertivnosti, te njihovih prezentacijskih i pregovaračkih vještina. Uključena je i edukacija o stvaranju životopisa, motivacijskih pisama i priprema za intervju za posao, kao i sažeta edukacija o e-uslugama i načinima korištenja sustava e-Građani što smatramo korisnim sredstvom u lakšem otvaranju prilika za ravnopravno sudjelovanje na tržištu rada i efikasnije ostvarenje građanskih dužnosti.

Kroz radionice samoobrane sudionice će proći kroz teorijske i praktične cjeline stjecanja samopouzdanja, samopoštovanja, psihofizičkog zdravlja, osnaživanje i stvaranje preduvjeta za socijalno uključivanje.

PROMJENA ODNOSA

Kroz diskusiju, razgovore i promišljanja pričat ćemo i osvještavati; što je to nasilje nad ženama i koje sve vrste postoje, što je ravnopravnost između spolova, koje su mogućnosti donošenja odluka unutar kućanstva, zapošljavanje i ekonomska neovisnost, stavovi i uvjerenja te mitovi i predrasude u njihovoj okolini – kako ih osvijestiti, pričanjem o našim iskustvima mijenjat ćemo stavove o tome da se neke stvari ne događaju samo zato što se o njima ne priča.

PROMJENA U OKOLINI

Kroz radionice sa stručnjacima raditi ćemo na jačanju kapaciteta i umrežavanju udruga, institucija koji rade s nezaposlenim i/ili zlostavljanim ženama, te stvaranju on line platforme kao sredstva direktne komunikacije između sektora i s korisnicima. Platforma koju stvaramo predstavlja mjesto razmjene informacija, iskustava i savjetodavnih usluga. Osim navedenih elemenata, izradom dokumentarnog filma i publikacija za širu javnost doprinijet ćemo osvještavanju o pravima i problemima zlostavljanih žena te jačati svijest pojedinca o važnostima aktivnog sudjelovanja u mjerama zaštite i aktivne borbe protiv nasilja i socijalne isključenosti.

A ŠTO VI MOŽETE NA PRAVITI KAKO BISTE OSNAŽILI SEBE I DRUGE ŽENE?

Puno. Za početak se možete prisjetiti kako je sve započelo – u matrijarhatu. **To govori da je briga i njegovanje jedan od najvažnijih aspekata toga tko smo kao ženska bića.** Po prirodi se okupljamo i podržavamo jedne druge. I dok je svaka od nas zasebna snažna sila, snažnije smo kad smo ponovno ujedinjene u sestrinstvu i snažnoj zajednici podupirući jedna drugu, vraćamo se našim korijenima i počecima kada bez toga nije bilo niti preživljavanja.

Ključ je u **individualnom osnaživanju i osnaživanju novih generacija**. Dio toga, upravo je i sustavno mijenjanje narativa o ženama u obitelji, školama, u društvu. **To je zadatak svih nas** – zadatak učitelja, medija, lidera, a prije svega zadatak pojedinca koji svojim primjerom čini strukturu društva. Trebaju nam priče u kojima su djevojke i žene **najprije netko, a tek onda nečije**. Treba nam svijet u kojem svi pojedinci vjeruju u ovu istinu i ona je nepobitna baš poput boje neba, poput činjenice da dišemo...

No gledajući nas sve kao samostalna bića, ne možemo se ne osvrnuti na naš unutarnji život, borbe, želje i potrebe.

Moje Dame, ne biste li se složile da je ponekad teško biti žena?

Živimo u surovom svijetu u kojem se žene i dalje maltretiraju, zlostavljaju, napadaju, diskriminiraju, siluju i ubijaju, a još uvijek nam kažu da nismo dovoljno lijepe, umiljate, pametne ...

Živimo u svijetu u kojem se žene i dalje vide kao inferiorne prema muškarcima, a povrh svega, **žene se i dalje okreću jedna protiv druge**. Mi kao žene moramo proći kroz mnoge stvari s kojima se muškarci nikada neće morati susresti. Od mučne boli poroda, razdoblja odrastanja gdje nas okolina oblikuje prema stereotipima društva u kojem se igrom slučaja nalazimo, svih kompleksnih emocionalnih stanja koja proživljavamo. Već se suočavamo s dovoljno izazova, pa zašto bi si žene još međusobno otežavale?

Često vidimo žene kako kritiziraju jedne druge i neprestano pokušavaju „spustiti” druge. Ako netko objavi sliku njezine šminke, onda neke žene kažu „izgleda tako lažno”, „lijepo izgleda samo sa šminkom” ili ako netko objavi sliku u teretani, „toliko je umišljena” ili „misli da je bolja”. Ako žena ima lijepo tijelo, to je ili plastična operacija ili „Photoshop”.

Tužna istina je da među ženama ima previše ljubomore, previše mržnje, previše kritike i nedovoljno ohrabrenja i podrške. **Svu tu negativnost treba zaustaviti.** Umjesto da drugoj ženi dobacujemo zajedljive komentare, radi vlastitog osjećaja nesigurnosti koji nam je nadjenulo patrijarhalno društvo u kojem odrastamo, pokušajmo djelovati iz mjesta razumijevanja, ljubavi i prihvaćanja prema drugoj osobi. Prisjetimo se da i ona prolazi jednake borbe, da je jednako nesigurna i pomozimo joj da se uzdigne. Jer tako uzdižemo i sebe.

Nećemo rasti kao žene ako smo one koje se uvijek međusobno „spuštaju”. Moramo ukloniti ljubomoru, ogovaranje i zavist da bismo stvorili kulturu koja podržava sve žene. **Mi razumijemo borbe drugih žena više nego itko drugi.** Stoga moramo biti bolje prema drugima, jer znamo koliko nam težak život može biti.

Moramo naporno raditi kako bismo ostali u istom timu. Moramo se povezati jedne s drugima da bismo svijet učinile boljim mjestom.

Moramo izgraditi zajednicu snažnih žena koje će jedna drugoj pomagati u uspjehu. S trenutnim događajima u našoj zemlji, vjerujemo da je nužno pomoći jedna drugoj.

Trebamo biti ujedinjene i pomagati jedne drugima, bez obzira na sve.

Mi kao žene moramo voditi primjerom. Moramo ljudima pokazati kako nas trebaju poštovati i tretirati. Moramo pokazati kćerima kako treba postupati prema drugim ženama. Moramo pokazati sinovima kako se ponašati prema ženama i kako se prema njima treba odnositi.

Mi kao žene moramo se međusobno podupirati. Moramo si pomagati, raditi zajedno, podržavati se i osnaživanjem učiniti da nam je mnogo lakše i bolje za nas same.

Trebamo pohvaliti druge žene za njihovu kosu, odjeću ili šminku.

Ponekad samo mali kompliment nekome može puno značiti.

Moramo se poticati na rješavanje prepreka s kojima se susrećemo.

Ponekad riječ ohrabrenja može pomoći nekome da nastavi dalje. Djelite svoja iskustva da zajedno učimo.

Moramo slaviti međusobne pobjede.

Moramo slaviti uspjeh jedna druge. Moramo se potruditi da više vremena provodimo u širenju dobrih riječi o drugim ženama nego u širenju glasina.

Moramo pokazati više razumijevanja, umjesto da sudimo.

Najlakše je suditi. Pokušajmo razumjeti, jer pitanje je kada će se to dogoditi nama i kako bismo htjele da onda drugi reagiraju. Sve se svodi na: „Nemoj činiti drugome što ne želiš da drugi čini tebi!”

Na kraju dana nije važno kako izgledate. Nije važno odakle ste ili koje vam je podrijetlo. Nije važno gdje trenutno živite. Nije važno koliko novca zarađujete. Nije važno koju funkciju na poslu imate.

Sve smo **ŽENE**. Sve smo lijepe na svoj način i trebamo naučiti prepoznati ljepotu u sebi i ljepotu drugih žena. Sve smo u potpunosti sposobne ostvariti svoje ciljeve. Ne natječemo se, jer **svaka je žena jedinstvena i ima svoje talente**. Ako prestanemo podmetati nogu jedna drugoj, možemo si pomoći da zajedno budemo bolje, da radimo bolje i više – na nama samima i da se međusobno bolje tretiramo. Imamo snagu nadahnuti jedna drugu. Imamo moć promijeniti svijet.

Svim ženama koje ovo čitaju: želimo da se prisjetite koliko ste jedinstvene i neponovljive, da nikada nije bilo niti će biti nekoga poput vas. Vaša vrijednost je nemjerljiva. Želimo da znate da iza vas stoje žene koje vas podržavaju, koje čekaju da im se pridružite u osnaživanju sebe samih i drugih žena oko vas.

Jer sve smo mi #jačenegoštomislimo.

Autorice: Sanja Siročić i Ljerka Oppenheim

Lektura: Anita Šola

Grafičko oblikovanje: Ana Berc, Leonardo media

IZVORI

World Economic Forum, „Global Gender Gap Report 2020”,
Cologny/Geneva, Switzerland, 2020.

Kuća ljudskih prava Zagreb,

„Ljudska prava u Hrvatskoj: pregled stanja za 2019. godinu”, Zagreb 2020.

MREŽNI IZVORI

www.who.int/gender-equity-rights/en/

www.unfpa.org/gender-equality

www.fao.org/3/y5608e/y5608e01.htm

www.unfpa.org/hiv-aids

www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2020.pdf

studentski.hr/vijesti/na-danasnji-dan/zene-u-jugoslaviji-dobile-pravo-glasa

www.poduzetna.com/percepcija-zena-u-sferama-drustvenog-javnog-i-poslovnog-zivota/

Udruga za zaštitu i promicanje ljudskih prava „Sofija” provodi projekt sufinanciran iz Europskog socijalnog fonda u vrijednosti 1.420.506,41 kn. Projekt se provodi u partnerstvu s udrugom „Plavi telefon,” i ustanovom „Dom za djecu i odrasle – žrtve obiteljskog nasilja Duga – Zagreb” tijekom 20 mjeseci.

Sadržaj publikacije je isključiva odgovornost udruge Sofija.



SOFIJA

UDRUGA ZA ZAŠTITU I PROMICANJE
LJUDSKIH PRAVA

Medvedgradska ulica 15
HR-10000 Zagreb
www.sofija.hr



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi**



ESF
učinkoviti
ljudski
potencijali



Ministarstvo znanosti
i obrazovanja



Ministarstvo
unutarnjih poslova



PRAVOBRANITELJICA
ZA RAVNOPRAVNOST SPOLOVA



Udruga "Instituti za istraživanje i promicanje
ljudskih prava"



LOKALNA DRUŽBA ZAGREB