



Svatko ima pravo na vezu u kojoj će graditi odnose pune poštovanja, povjerenja, uvažavanja i vezu bez nasilja.



Svatko zaslužuje osjećati se dobro i sigurno u vezi s drugom osobom, a to podrazumijeva da imamo određena prava!

Udruga "HERA" Križevci  
- za zaštitu i promicanje ljudskih prava

I. Z. Dijankovečkog 5, Križevci, Hrvatska

tel:+385 (0)48 271 335

e-mail: info@udruga-hera.info

[www.udruga-hera.info](http://www.udruga-hera.info)



Gimnazija  
Ivana Zakmardija  
Dijankovečkoga - Križevci



**TUPŠBJ**

Turističko-ugostiteljska i  
prehrambena škola - Bjelovar



REPUBLIKA HRVATSKA

Ministarstvo rada, mirovinskoga  
sustava, obitelji i socijalne  
politike

Ovaj letak izrađen je uz financijsku podršku Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike. Sadržaj ovog letka isključiva je odgovornost udruge "HERA" Križevci – za zaštitu i promicanje ljudskih prava i ni na koji način ne može se smatrati da odražava gledište Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike.



**nasilja!**



za zaštitu i promicanje ljudskih prava

01



Veze zahtijevaju međusobno poštovanje, povjerenje i otvorenu komunikaciju.

02



Važno je imati na umu da se veza sastoji od dvije osobe.

03



I ti i tvoj partner/partnerica imate pravo, bez straha, izraziti svoje stavove i osjećaje.

“

## TVOJA PRAVA U VEZI:

- 🕒 Imam pravo osjećati se sigurno u vezi
- 🕒 Imam pravo biti ravnopravan/na u vezi
- 🕒 Imam pravo biti u odnosu u kojem me partner/ica poštuje
- 🕒 Imam pravo prekinuti vezu
- 🕒 Imam pravo reći NE na zahtjeve koji mi ne odgovaraju, neugodni su mi ili me plaše
- 🕒 Imam pravo odbiti seks ili ne stupiti u seksualne odnose
- 🕒 Imam pravo na vrijeme za sebe
- 🕒 Imam pravo biti sa svojim prijateljima/prijateljicama
- 🕒 Imam pravo odlučiti sam/a što želim i što ne želim činiti
- 🕒 Imam pravo izraziti svoje mišljenje i tražiti da se poštuje
- 🕒 Imam pravo na iskrenu i otvorenu komunikaciju

04



U kvalitetnoj vezi osjećate se ugodno, sigurno, mislite dobro o sebi, osjećate da vam se vjeruje i da vas se poštuje – ne bojite se, ne osjećate nesigurnost.

05



Kvalitetna veza temelji se na jednakosti, a ne na kontroli i moći nad drugom osobom.