5

Potražite podršku koju sami odaberete

Možete se obratiti osobi od povjerenja, udruzi u zajednici ili zdravstvenom ili socijalnom djelatniku.

[1, 2]

6

Zabilježite događaj ako vam to pomaže

Sigurno čuvajte datume, poruke ili dokumente. Zatražite savjet prije odluke o daljnjim koracima. Niste dužni podnijeti prijavu.

[1]

Informacije s izvorima

[1] Ministerio de Sanidad · Pacto Social (2018)

[2] Ministerio de Sanidad · Experiencia de estigma (2024)

[3] SEISIDA · Palabras VIHsibles (2023)

[4] ONUSIDA / UNAIDS · Terminology (2024)

Informativna prilagodba stranice estigma.info. Izrazi podrške praktični su prijedlozi, a ne citati ni pravni savjeti. Navođenje izvora ne znači njihovo odobrenje.

Potpuni izvori i HTML inačica

estigma.info

Opće informacije: info@estigma.info

Na ovu adresu nemojte slati dijagnoze ni osobne dokumente.

Voditelj: Pablo Ryan · SEISIDA · IFMSA-Spain · UCM

Stručna provjera te provjera zajednice i jezika još nisu provedene.

Izdanje: 27. 9. 2026.

MOBHOPE
WP3

Zaslužujete dostojanstven odnos.

Prepoznati stigmu. Pronaći sljedeći korak.

Jeste li se zbog nečijeg postupanja osjećali manje vrijedno zbog toga tko ste ili u kakvoj ste situaciji?

Stigma nastaje kada se osobu obezvrjeđuje na temelju neke oznake. Može biti povezana sa zdravljem, podrijetlom, rodom, seksualnošću, radom ili beskućništvom.

Hrvatski · estigma.info

1

Oznaka vas ne određuje

HIV ili hepatitis, migrantsko iskustvo, transrodnost, seksualni rad ili beskućništvo ne umanjuju vaše dostojanstvo.

[1, 3, 4]

2

Predrasude su unaprijed stvoreni stavovi

Pretpostavke o vama mogu dovesti do odbacivanja. Mišljenje o nekoj skupini ne opisuje vašu priču.

[1, 4]

Prepoznati · razumjeti · djelovati

3

Diskriminacija se očituje u postupanju

Uvrede, isključivanje ili neopravdane prepreke mogu biti znakovi. Svaku situaciju treba razumjeti u njezinu kontekstu.

[1, 2]

4

Možete postaviti granicu

Ako se osjećate sigurno, recite: „Želim da mi se obraćate s poštovanjem” ili „Radije bih razgovarao/razgovarala nasamo”.

[1, 3]

Ne morate se s time suočavati sami.

Ako zbog odbacivanja osjećate sram, to ne znači da manje vrijedite. Vaša dobrobit i vaše odluke su važne.

Za razgovor: što bi vam pomoglo da se osjećate saslušano i sigurno?

Povezano s projektom MOBHOPE · WP3: stigma i ljudsko dostojanstvo

MOBHOPE
WP3