

**AMNESTY SVERIGES
AKTIVISTPAKET
RIKSDAGSVALET 2026**



Om aktivistpaketet

I en tid då mänskliga rättigheter allt oftare ifrågasätts, begränsas och riskerar att glömmas bort i den politiska debatten vill vi tillsammans påminna om att de gäller alla – alltid. Inför valet är det ett viktigt tillfälle att göra dem synliga och sätta press på politiker att prioritera dem i sina beslut.

Det här aktivistpaketet är framtaget för att ge konkreta och enkla sätt att engagera sig för mänskliga rättigheter. Det innehåller material och aktiviteter som kan användas både digitalt och fysiskt för att sprida budskapet, skapa engagemang och nå ut till fler.

Tillsammans kan vi göra mänskliga rättigheter mer synliga i valrörelsen och visa att de måste stå i centrum för den politiska riktningen framåt.

Kampanjperiod

Kampanjperioden pågår från 9 maj till 13 september.

AMNESTY
INTERNATIONAL



SMALL

Påminn om mänskliga rättigheter – byt profilbild

Mänskliga rättigheter ifrågasätts och begränsas allt oftare i den politiska debatten. Därför behöver vi tillsammans påminna om att mänskliga rättigheter gäller alla – alltid.

Amnesty har tagit fram profilbilder kopplade till våra valfrågor som du kan använda i sociala medier. Genom att byta profilbild hjälper du till att sätta mänskliga rättigheter högre upp på den politiska agendan och visa att vi är många som kräver handling från politikerna.

Så deltar du:

- Ladda ner profilbilden
- Byt profilbild i dina sociala medier
- Dela med en färdig caption eller eget budskap
- Uppmana andra att göra samma sak

Material

Captions (bildtexter) och bilder till denna aktivitet finns i vår Aktivistportal:

<https://aktivism.amnesty.se/agera/kampanjer/valet-2026/>

AMNESTY
INTERNATIONAL



SMALL

Digital incheckning för mänskliga rättigheter

Inför valet mobiliserar Amnesty aktivister över hela landet för att sätta mänskliga rättigheter på den politiska agendan.

Genom en enkel digital aktion kan du vara med och göra skillnad: checka in vid Sveriges riksdag på Facebook och dela ett färdigt budskap om Amnestys valfrågor.

Ju fler som deltar, desto större synlighet får kampanjen och våra krav på politiker att prioritera mänskliga rättigheter.

Så deltar du:

- Gå med i Facebook-eventet: <https://fb.me/e/5OIScVzoM>
- Checka in vid Sveriges riksdag på Facebook
- Klistra in Amnestys färdiga text och publicera
- Dela vidare och uppmana fler att delta

Varför är detta viktigt?

Sociala medier är en plats där opinion skapas och sprids snabbt. Genom att många personer samtidigt checkar in vid Sveriges riksdag skapar vi en tydlig digital manifestation som visar att väljarna förväntar sig att politiker prioriterar mänskliga rättigheter i valet och framåt.

Tillsammans skapar vi en digital manifestation för mänskliga rättigheter.

MEDIUM

Sätt upp posters och sprid information om våra valfrågor

När mänskliga rättigheter ifrågasätts behöver vi göra dem synliga. Amnesty har tagit fram posters och infoblad kopplade till våra valfrågor som aktivister kan använda för att sprida kampanjens budskap på campus, anslagstavlor, bokbord och andra offentliga platser.

Så deltar du:

- Ladda ner och skriv ut posters och infoblad
- Sätt upp posters på tillåtna offentliga platser, campus eller föreningsytor
- Använd infobladen vid bokbord, aktiviteter och samtal
- Hjälptill att sprida kampanjens budskap vidare

Material

Posters och infoblad till denna aktivitet finns i vår Aktivistportal:

<https://aktivism.amnesty.se/agera/kampanjer/valet-2026/>

MEDIUM

Skriv till politiker

För att mänskliga rättigheter ska prioriteras krävs också att politiker hålls ansvariga. Amnesty har därför tagit fram färdiga brevmallar som du kan använda för att kontakta politiker och ställa frågor om våra valfrågor.

Med hjälp av mallarna kan du enkelt kontakta politiker och ställa krav på handling i frågor som att

- stärka samers rättigheter,
- agera mot rasism,
- stå upp för rätten att demonstrera,
- skydda transpersoners rättigheter,
- stärka asyl- och migrationsrätten samt,
- stoppa mäns våld mot kvinnor

Så deltar du

- Välj en brevmall kopplad till en av Amnestys valfrågor
- Anpassa brevet med namn och egna ord
- Skicka till lokala eller nationella politiker
- Uppmana politikerna att svara och ta ställning

Material

Instruktioner och brevmallar till denna aktivitet finns i vår Aktivistportal:

<https://aktivism.amnesty.se/agera/kampanjer/valet-2026/>

LARGE

Mänskliga rättigheter blir starkare när vi organiserar oss tillsammans. Därför uppmuntrar vi aktivister att skapa egna visuella eller konstnärliga aktiviteter och samarbeta med andra organisationer, föreningar och lokala initiativ för att lyfta våra valfrågor.

Skapa en visuell eller konstnärlig aktivitet

Använd kreativitet för att lyfta mänskliga rättigheter och våra valfrågor. Tillsammans med andra aktivister kan ni skapa en visuell eller konstnärlig aktivitet som väcker uppmärksamhet, skapar samtal och gör kampanjen synlig i det offentliga rummet.

Det kan till exempel vara

- Installation
- Affischering
- Performance
- Utställning
- Banderollmålning
- Annan kreativ aktion kopplad till kampanjens budskap



LARGE

Samarbeta och skapa aktiviteter tillsammans med andra

Vi uppmuntrar också till samarbeten och allianser med andra organisationer, föreningar och lokala initiativ för att sätta större fokus på mänskliga rättigheter i valrörelsen.

Det kan till exempel vara

- panelsamtal med politiker och personer som berörs av frågorna
- manifestationer eller samtalskvällar
- samarbeten med studentföreningar eller civilsamhällesorganisationer
- en gemensam valvaka

Använd aktiviteterna för att skapa engagemang, nå fler människor och sätta press på politiker att prioritera mänskliga rättigheter.



Kontaktuppgifter

Vid frågor kontakta er lokala verksamhetsutvecklare

STOCKHOLM

Helin Malekshahi

helin.malekshahi@amnesty.se

072 - 170 09 58

GÖTEBORG

Mohammed Ryback

mohammed.ryback@amnesty.se

070 - 914 46 81

MALMÖ

Nathalie Parra Jakupovic

nathalie.parra-jakupovic@amnesty.se

072 - 382 12 29

UNGDOMAR & STUDENTER

Agneta Khan

agneta.khan@amnesty.se

072 - 971 26 17

AMNESTY
INTERNATIONAL



Länkar

Amnesty International Sverige

<https://www.amnesty.se/>

<https://www.amnesty.se/vara-rattighetsfragor/vad-ar-manskliga-rattigheter/manskliga-rattigheter-sverige/val-2026/>

Aktivistportalen

<https://aktivism.amnesty.se/>

Digital aktion: Facebook event

<https://fb.me/e/5OIScVzoM>

AMNESTY
INTERNATIONAL

