

**SKRIV
FÖR
FRIHET** 2024

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



LÄRARGUIDEN
VÅRA ORD KAN FÖRÄNDRA VÄRLDEN



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING 3

Anvisningar för användningen av materialet	4
Lektionens målsättningar och anknytning till läroplanen	5
Vad är skolornas brevmaratton?	6

DESSA PERSONER STÖTTAR VI 7

Neth Nahara, Angola	8
Bakgrund	9
Kyung Seok Park, Sydkorea	10
Bakgrund	11

DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHETERNA 13

Vad är mänskliga rättigheter?	14
Internationella människorättsavtal	15
FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna	15
Rätten till fredliga möten och sammanslutningar	15
Rätten till liv, personlig frihet och säkerhet	16
Rätten till likabehandling och frihet från diskriminering samt likhet inför lagen	16
Rätt till frihet från tortyr och annan misshandel	17
Yttrande- och åsiktsfrihet	17
Förbud mot godtyckligt gripande och fängslande	18

UPPGIFTER 19

Uppgift: Vilka rättigheter uteblir?	20
Uppgift: Hur försvaras mänskliga rättigheter?	21
Uppgift: Neth Nahara, Angola	22
Uppgift: Kyung Seok Park, Sydkorea	24

UPPGIFTERNAS BILAGOR 26

Bilaga: Sammanfattning av FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna	27
Bilaga: FN:s funktionshinderkonvention	28

SÅ HÄR SKRIVER VI BREV OCH SOLIDARITETSHÄLSNINGAR 29

Anvisningar för att skriva brev	30
Vanliga frågor	32
Detaljerat exempelbrev	33
Appellbrev för Neth Nahara	34
Appellbrev för Kyung Seok Park	35
Anvisningar för att skriva solidaritetshälsningar	36
Solidaritetshälsning till Neth Nahara	37
Solidaritetshälsning till Kyung Seok Park	38

ORDLISTA

SVENSKA – ENGELSKA 39



INLEDNING

Bästa lärare,

Tack för att du har valt att delta i Skolornas brevmaraton tillsammans med dina elever! Skolornas brevmaraton är en del av den internationella kampanjen Write for Rights, som du kan följa på sociala medier med taggen **#W4R**.

I år bekantar vi oss med yttrandefrihet och mötesfrihet. Dessa rättigheter, liksom också andra rättigheter som kampanjen tar upp – exempelvis rätten till liv, frihet och personlig säkerhet samt rätten till likhet inför lagen och förbudet mot godtyckligt gripande och fängslande – är rättigheter som tryggas i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, i internationella människorättsavtal samt i Finlands grundlag.

Människorättsfostran är fostran om de mänskliga rättigheterna, fostran med respekt för de mänskliga rättigheterna och fostran till de mänskliga rättigheterna. Det innebär att människor uppmuntras utöva, åtnjuta, respektera och försvara egna och andras rättigheter. Målet med skolornas brevmaraton är att lyfta fram människorättskränkningar som kampanjens målpersoner blivit utsatta för, uppmuntra elever att agera till stöd för dessa

personer, men också att utbilda och informera om mänskliga rättigheter och deras betydelse på ett bredare plan. Kampanjen jämför inte hur länder skiljer sig i uppfyllandet av mänskliga rättigheter, eftersom människorättskränkningar förekommer i alla länder.

Kampanjen tar upp människorättskränkningar som verkliga personer utsatts för i länder som ligger långt borta från oss. Personerna som kampanjen stöttar har gett sitt godkännande till att medverka i kampanjen och till åtgärderna som försöker förbättra deras situation. De deltar i kampanjen för att de tror att internationell uppmärksamhet och påtryckningar kan främja deras situation och frågorna som de jobbar för.

I den här guiden hittar du information om målpersonerna och de mänskliga rättigheter som an knyter sig till deras berättelser. Den aktiverande delen av guiden består av uppgifter som kan användas som sådana eller som kan bearbetas så att de passar din grupp. I slutet hittar du anvisningar för brevskrivandet, exempelbrev, anvisningar för att skriva solidaritetshälsningar och en svensk-engelsk ordlista.

Video- och bildmaterial för lektionen hittar du på adressen: www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/material/

Elevens material finns på: www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/elev/

Om du önskar kan du ladda ner elevens material som en pdf-fil från webbsidan och skriva ut det.

Vänligen notera att materialet behandlar allvarliga människorättskränkningar som kan uppröra eleverna. Det är bra att diskutera tankar och känslor som väcks i slutet av lektionen och i efterhand.

Fint att du är med – våra ord kan förändra världen!

Hälsningar,

Emma Åman

Expert i människorättsfostran





ANVISNINGAR FÖR ANVÄNDNINGEN AV MATERIALET

Kolonialismen har lämnat sina spår i Finland och i världen och avspeglar sig fortfarande i det sätt som vi till vardags, i media och i utbildningsmaterial talar om icke-vita människor, minoriteter och samhällen utanför västvärlden. Därför är det viktigt att personerna och deras berättelser behandlas under lektionen på ett sätt som respekterar deras människovärde och handlingskraft samt avvecklar stereotyper och fördomar.

Det tar tid att förändra diskriminerande strukturer. Ett bra första steg är att reflektera kring sina egna attityder och fördomar, och vilka fördelar man själv besitter jämfört med resten av världen. Inför lektionen kan du exempelvis fundera på följande frågor:

- Hurdana fördomar styr dina elevers eller dina egna tankar om skillnaderna mellan Finland och de samhällen som kampanjens målpersoner bor i? Varifrån kommer dessa fördomar?
- Hurdana tankar och antaganden har du eller dina elever om målpersonerna – deras samhälleliga ställning och hur de kan påverka sina liv? Hur har dessa antaganden uppstått?
- Hurdana tankar eller antaganden har du eller dina elever om era egna möjligheter att påverka världen? Vilka fördelar besitter ni

jämfört med människor på andra håll i världen? Finns det skillnader bland eleverna sinsemellan?

- Med vilka medel kan vi bli kvitt fördomar? Varifrån kan vi få information för att bygga en mångsidigare världsbild?
- Hur kan vi stärka solidaritet utan att placera vita människors agerande och avsikter i centrum och i stället understryka handlingskraften och människovärdet hos de icke-vita personer som vi vill stötta?

Teman som tas upp under denna lektion kan också synas i deltagarnas vardag och deras kommunikation sinsemellan. För att kunna motarbeta och ingripa vid diskriminering och vara medvetna om vilka grupper vi uppfattar som annorlunda är det viktigt att diskutera fördomar i anknytning till tematiken och kampanjens målpersoner. Du kan ytterligare fundera på:

- Hur kan du som lärare ingripa i situationer där det förkommer tal eller handlingar där människor framställs som ”främmande och onormala”? Hur kan du stötta personer som drabbas av rasism och diskriminering?
- Hur kan vi dra lärdomar av utmanande situationer?

En lärare kan inte veta allt – det viktigaste är att vara öppen och nyfiken, och genuint försöka främja rättvisa och jämlikhet. Genom att reflektera på förhand kan du förbereda dig på situationer där diskriminering förekommer.

Du kan fördjupa dig i temat med hjälp av vidare läsning:

Diskrimineringsombudsmannens ordlista
yhdenvertaisuus.fi/sv/ordlista

Fredskämparna i Finland rf:s material för mediefostran som främjar likabehandling (på finska):
lantientuollapuolen.rauhanpuolustajat.org/

Kompetenscentrum för könsångfald:
 Mångfalden av kön och kroppar – handbok på svenska
sukupuolenosaamiskeskus.fi/kompetenscentrum_for_konsmangfald/material/

THL: Webbutbildning om antirasism för yrkespersoner
thl.fi/sv/web/invandring-och-kulturell-mangfald/stodmaterial/webbutbildning-om-antirasism-for-yrkespersoner

Rauhankasvatusinstituutti: Antirasism i ungdomsarbete
rauhankasvatus.fi/wp-content/uploads/2023/08/Antirasism_i_ungdomsarbete.pdf

LEKTIONENS MÅLSÄTTNINGAR OCH ANKNYTNING TILL LÄROPLANEN

Innehållet i den här guiden har planerats att motsvara inlärningsmålen i läroplanerna för den grundläggande utbildningen och för gymnasiet. Skolornas brevmaratons handlar om människorättsfostran. Människorättsfostran ökar elevernas kunskap om de mänskliga rättigheterna genom en aktiverande metod som överskrider läroämnesgränserna. Den uppmanar eleverna att agera för en gemensam och hållbar framtid. Genom att skriva brev eller solidaritetshälsningar som stöd för en eller flera personer som utsatts för människorättskränkningar är eleverna samtidigt en del av Amnesty Internationals internationella kampanj "Skriv för frihet". Under lektionen får eleverna:

Kunskap om de mänskliga rättigheterna

Lektionens uppbyggnad och de praktiska övningarna i guiden fungerar som en dagsaktuell introduktion till mänskliga rättigheter. De mänskliga rättigheterna framställs inte bara som abstrakta juridiska paragrafer utan som verkliga bestämmelser som påverkar människors liv. Under lektionen går eleverna igenom exempel på människorättskränkningar och de bekantar sig med berättelser om individer som försvarar de mänskliga rättigheterna och som själva utsatts för kränkningar. Slutligen får eleverna möjlighet att själva påverka förverkligandet av mänskliga rättigheter på ett konkret sätt genom att skriva ett appellbrev eller en solidaritetshälsning.



Kulturell kompetens, interaktion och uttrycksförmåga (L2)

Eleverna övar att föra fram sina åsikter på ett konstruktivt sätt och agera etiskt. De får handledning i att upptäcka kulturell mångfald och systematiskt främja de mänskliga rättigheterna.



Multimodal läsfärdighet (L4)

Under brevskrivarmaratons får eleverna tolka berättelser och bilder, samt producera slagkraftig och formell text.



Delaktighet, påverkan och byggstenar för en hållbar framtid (L7)

Brevskrivarmaratons ger eleverna möjlighet att bekanta sig med medborgarsamhället och med det kollektiva globala arbetet för främjandet av mänskliga rättigheter. Under brevskrivarmaratons får eleverna en inblick i livet för personer som utsatts för människorättskränkningar och de lär sig sätt att främja de mänskliga rättigheterna.





VAD ÄR SKOLORNAS BREVMARATON?

Skolornas brevmaraton är en del av Amnestys årliga internationella kampanj Write for Rights. Tidpunkten för kampanjen är kring den internationella dagen för mänskliga rättigheter som firas den 10.12, och dess mål är att främja situationen för individer och kollektiv som utsatts för människorättskränkningar. Utöver olika evenemang och jippon är brevskrivandet en viktig del av kampanjen. Under kampanjen skriver hundratusentals människor appeller till myndigheter och beslutsfattare samt stöttande hälsningar till kampanjens målpersoner. Allt som allt skickas miljontals meddelanden på olika håll i världen.

Skolornas brevmaraton har ordnats i Finland sedan år 2013. Under åren har finländska elever agerat för människor i Iran, Brasilien, Azerbajdzjan, Ukraina, Belarus, Etiopien, Nigeria, Burkina Faso, Malawi, Jamaica, Filippinerna, Kanada, Kuba, Turkiet, Chile, Hongkong, Myanmar, de ockuperade palestinska områdena, USA och Finland. Med goda resultat.

År 2014 agerade skolorna för **Moses Akatugba** från Nigeria som torterades och dömdes till döden som minderårig. Internationellt skickades över 800 000 stöttande meddelanden till förmån av Moses. Våren 2015 frigavs han äntligen efter att ha suttit nästan tio år i fängelse. I november 2016 besökte Moses Finland och åkte även till en skola som deltagit i kampanjen för honom.

I kampanjen år 2018 vädjade eleverna för att skydda människorättsförsvarare i Ukraina och i Iran. Nästan 400 000 människor runt om i världen skrev appeller för utredningen av våldshandlingar mot ukrainska **Vitalina Koval**. Tack vare kampanjen kunde Vitalina på kvinnodagen 2019 för första gången på tre år ordna en demonstration i sin hemstad utan att bli trakasserad av extremhögern. Under kampanjen besökte Vitalina Finland och träffade elever som deltagit i brevmaraton.

Samma år vädjade över 700 000 personer för Atena Daemi, som sitter i fängelse efter att ha kritiserat användningen av dödsstraff i Iran. Hon blev misshandlad och var i akut behov av medicinsk vård. Tack vare den internationella kampanjen gav de iranska myndigheterna Atena äntligen tillgång till den vård hon behövde.

Under kampanjen 2019 skrev eleverna i Finland brev till förmån av människorättsförsvarare i Kanada. Internationellt vädjade över 400 000 personer för kanadensiska urfolkssamhället i Grassy Narrows, där människor lidit av kvicksilverförgiftning i över 50 år. I april 2020 undertecknade Kanadas regering slutligen ett avtal på 19,5 miljoner dollar för att ordna hälso- och sjukvårdstjänster för dem som drabbats av kvicksilverförgiftning. Avtalet är ett steg mot rättvisa och en klar seger för folket i Grassy Narrows som länge kämpat för sina rättigheter.

Brevmaraton 2023 gav upphov till över 5,8 miljoner gärningar för mänskliga rättigheter.

A close-up, low-angle shot of a person's hand holding a blue pen, writing on a document. The person is wearing a grey, textured sweater. The background is blurred, showing more of the document and some office equipment. The overall lighting is dim, with a blue tint. A semi-transparent orange rectangle is overlaid on the center of the image, containing white text.

**DESSA PERSONER
STÖTTAR VI**

NETH NAHARA

ANGOLA

(ANA DA SILVA MIGUEL)



FÄNGSLAD FÖR ATT HA KRITISERAT PRESIDENTEN PÅ TIKTOK

ANA DA SILVA MIGUEL, en 32-årig sångerska och tvåbarnsmamma, var frustrerad över det svåra livet i Angola. Hur kan ett land med så många möjligheter låta en stor del av sitt folk leva i fattigdom?

Ana blev trött på avsaknaden av skolor, jobb och alternativ och började skapa innehåll för TikTok. Hon blev "**NETH NAHARA**", en influencer och kommentator på sociala medier. Neth Nahara delade sitt liv med sina följare, och berättade både om mörka dagar och ljusglimtar. Hon var en rolig och sprudlande karaktär som inte var rädd för att uttrycka sina åsikter.

Neth Nahara uppmuntrade kvinnor att utbilda sig och bli självständiga. Hon berättade också öppet om att hon är hiv-positiv och gav råd för hur man håller sig frisk.

Den 12 augusti 2023 uppträdde Neth live på sin TikTok-kanal och kritiserade öppet Angolas president João Lourenço. Genast följande dag greps Neth i sitt hem i

Luanda, Angolas huvudstad. I en snabb rättegång dömdes hon till två månaders fängelse. Den 27 september förlängdes hennes fängelse-döm till två år.

Angolas myndigheter använder sig av en kritiserad lag (strafflagens 333. paragraf) för att tysta ner kritiska röster som Neth. Lagen togs i bruk under coronapandemin, då människor i Angola drog ut på gatorna för att visa sitt missnöje mot presidenten. Enligt lagen är det ett brott att "kränka" presidenten.

Efter att Neth hade gripits fick hon under sina första åtta månader i fängelset inte den dagliga medicin som hon behöver för att vårda sin hiv. Först efter att hennes advokat upprepade gånger begärt om medicinen fick hon äntligen tillgång till läkemedel. Neth Nahara och andra människor som vågar tala ut blir godtyckligt gripna och dåligt behandlade.

Kräv att myndigheterna i Angola frigör Neth Nahara omedelbart och utan villkor.

BAKGRUND

ÅSIKTS- OCH YTTRANDEFRIHET

Var och en har rätt till åsiktsfrihet och yttrandefrihet.

Denna rätt inrymmer frihet att utan ingripande hysa åsikter samt söka, ta emot och sprida information och idéer med hjälp av alla uttrycksmedel och oberoende av gränser.

– FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 19.

Yttrande- och åsiktsfriheten tryggar vår rätt att ha åsikter och uttrycka dem fritt, utan att staten blandar sig i. Till denna frihet hör rätten att uttrycka åsikter vid demonstrationer eller genom skrivelser, medier, internet och konst. Yttrande- och åsiktsfriheten är en viktig rättighet i alla samhällen. Vi behöver ett fritt utbyte av idéer för att så många åsikter som möjligt ska bli hörda. Om yttrande- och åsiktsfriheten begränsas kommer det att påverka hur vi har tillgång till viktig information och hur våra rättigheter respekteras. Utan denna rättighet är det svårare att försvara andra mänskliga rättigheter.

Yttrande- och åsiktsfriheten är viktig för oss alla som individer. Våra åsikter och tankar gör oss till människor. En människa som förhindras att uttrycka sig förbjuds också att uttrycka sin personlighet.

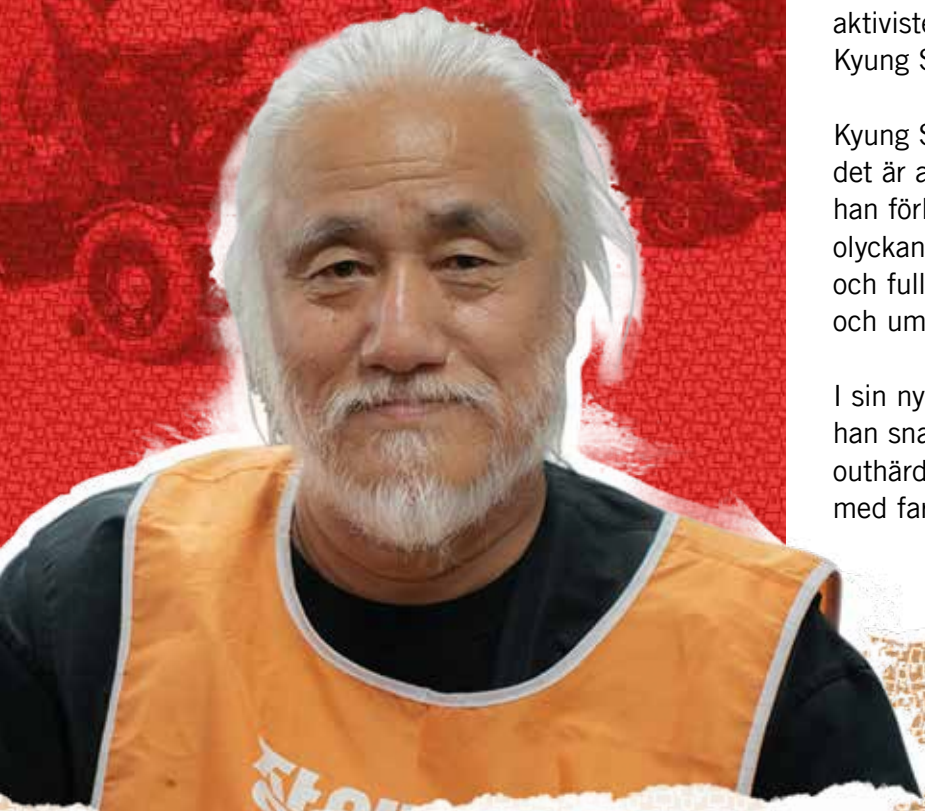
Människorättsavtal tillåter inskränkningar i yttrandefriheten endast i avgränsade fall. I många länder är till exempel rasistiskt eller annars diskriminerande tal förbjudet i lag. Yttrandefriheten får begränsas endast i situationer där det är nödvändigt. Nödvändiga skäl är till exempel skyddet av människor eller folkgrupper, nationell säkerhet, den allmänna ordningen, folkhälsan eller moralen.

Yttrande- och åsiktsfriheten garanteras också i följande avtal:

§ FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 19

KYUNG SEOK PARK

📍 SYDKOREA



”JAG DRÖMMER OM EN VÄRLD DÄR INGEN LÄMNAS UTANFÖR”

Aktivisten **KYUNG SEOK PARK** kräver att Sydkorea garanterar fulla rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Han har deltagit i fredliga demonstrationer som efterlyser offentlig finansiering för att underlätta användningen av kollektivtrafik för personer med funktionsnedsättning, vilket i nuläget är ytterst svårt eller omöjligt för dem. De sydkoreanska myndigheterna har försökt kväsa demonstrationerna med överdrivet våld och åtal har väckts mot flera av aktivisterna. Trots trakasserier och våld fortsätter Kyung Seok sin aktivism.

Kyung Seok Park hade aldrig reflekterat kring hur det är att leva med en funktionsnedsättning innan han förlamades i en hängflygningsolycka. Då olyckan inträffade år 1983 var han 22 år gammal och fullt sysselsatt med att studera, spela gitarr och umgås med sina vänner.

I sin nya vardag med en funktionsnedsättning fick han snabbt upptäcka att livet i Sydkorea var outhärdligt svårt för personer som han – till och med farligt. Det var början på hans aktivism.

Kyung Seok är med i rörelsen Solidarity Against Disability Discrimination (SADD, I solidaritet mot diskriminering av personer med funktionsnedsättning). Hans aktivism fokuserar särskilt på kollektivtrafiken. Hinder i kollektivtrafiken stoppar personer med funktionsnedsättning från att delta i livets alla områden – som att göra resor till jobbet eller skolan och leva självständigt. Många rullstolsburna personer har dött eller skadats när de använt sig av farliga rullstolshissar på tåg- och metrostationerna i Seoul.

Kyung Seok och de andra aktivisterna i SADD kräver att staten använder mer pengar på att förverkliga rättigheterna för personer med funktionsnedsättning. År 2021 inledde de fredliga protester som gick ut på att rullstolsburna personer steg av och på metron under värsta rusningstid. Polisen har stoppat demonstrationerna och släpat ut demonstranter från metrostationerna.

Politikerna har inlett svartmålningskampanjer där de stämplat funktionsrättsaktivister som huliganer. Seouls stadsstyrelse har väckt flera åtal mot

fredliga demonstranter och på detta sätt försökt sätta stopp för deras aktivism. Under en av de fredliga protesterna höll polisen och personalen vid Seouls metrostation på att nästan kväva Kyung Seok Park, och flera åtal väcktes mot honom. Ändå fortsätter Kyung Seok Park sin kamp och förkunnar: "Vi går inte längre med på att vänta. Vi kräver en värld där ingen lämnas utanför."

Vi kräver att Seouls borgmästare skyddar rättigheterna för personer med funktionsnedsättning och rätten till fredliga sammankomster.

BAKGRUND

DISKRIMINERING PÅ GRUND AV FUNKTIONSNEDSÄTTNING

Upp till var tionde människa i världen har en funktionsnedsättning. Att bli diskriminerad på grund av funktionsnedsättning är vanligt och berövar individer deras mänskliga rättigheter. Personer med funktionsnedsättning stöter ofta på hinder när de ska utbilda sig, hitta jobb och få hälsovård. De stämplas socialt och kan stängas ut från gemenskaper.

I många samhällen blir personer med funktionsnedsättning marginaliserade, och omgivningen kan vara rädd eller tycka synd om människor med annorlunda funktionsförmåga. Den här typen av diskriminering upprätthåller ojämlikhet och stärker negativa stereotyper som förhindrar personerna att delta i samhället. Satsningar på ökad tillgänglighet och delaktighet samt mer kunskap är viktiga för att bekämpa orättvisor som befolkningsgruppen utsätts för.

RÄTTEN ATT DEMONSTRERA

Fredliga demonstrationer är ett effektivt och offentligt sätt att utöva våra mänskliga rättigheter. Under historiens gång har demonstrationer gett möjlighet för både individer och grupper att uttrycka sina tankar och åsikter, visa missnöje, blotta ojämlikheter och kräva att makthavare tar sitt ansvar.

När människor deltar i demonstrationer, ensamma eller i grupp, använder de sig av olika rättigheter, så som rätten till yttrandefrihet och fredliga sammankomster. Har vi inte möjlighet att fritt uttrycka våra åsikter är offentliga möten bara folksamlingar utan budskap. Och utan mötesfrihet kan människor inte använda kollektiv styrka för att få synlighet för sitt budskap.

Också andra rättigheter krävs för att människor ska kunna delta i fredliga demonstrationer. Sådana är rätten till liv och rätten till ett privatliv och föreningsfrihet samt förbud mot tortyr och annan omänsklig behandling och förbud mot godtyckligt gripande och fängslande.

NÄR REGERINGAR KVÄSER DEMONSTRATIONER

Regeringar lyssnar inte alltid till människors bekymmer, inte heller försöker de alltid lösa frågor om ojämlikhet, oegentligheter och diskriminering genom dialog. Däremot kan de försöka kväsa fredliga demonstrationer och svartmåla människor som deltar i dem. Demonstrationer begränsas ofta genom att hänvisa till den nationella säkerheten eller allmänna ordningen. Respekten för mänskliga rättigheter är emellertid en del av nationell säkerhet och allmän ordning, och rätten att demonstrera tryggas i internationella människorättsavtal.

Också andra faktorer kan försvåra människors möjligheter att demonstrera. Personer som diskrimineras och är på andra sätt i ojämlik ställning i samhället kan inte delta i demonstrationer på lika villkor. Diskriminering och förtryck kan riktas mot människor på grund av härkomst, invandrarbakgrund, kön, sexuell läggning, könsidentitet, religion, ålder, funktionsnedsättning, yrke eller samhällelig ställning.

På många håll i världen har framsteg kring mänskliga rättigheter varit resultatet av att modiga människor vågat kämpa för ett mer inkluderande och jämlikt samhälle, trots risker och utmaningar. Därför är det viktigt att alla kan demonstrera tryggt, utan att diskrimineras.



DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHETERNA

VAD ÄR MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER?

Alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter. De har utrustats med förnuft och samvete och bör handla gentemot varandra i en anda av gemenskap.

– FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 1

Med mänskliga rättigheter avses de rättigheter som är gemensamma och lika för alla människor. De ska trygga alla människor ett människovärdigt liv, grundläggande försörjning och möjligheter till samhälleligt deltagande. De mänskliga rättigheterna tillhör varje människa och gäller vid alla tidpunkter och överallt oberoende bakgrund, medborgarskap, övertygelse eller samhällslig ställning. Alla människor har förutom rättigheter också en skyldighet att respektera andras rättigheter. Ingen får till exempel diskrimineras, eftersom det kränker förbudet mot diskriminering i människorättskonventionen. De mänskliga rättigheterna tryggas i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna och i flera internationella avtal.

DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHETERNA ÄR:

Universella

De tillhör alla världens människor, alltid och överallt.

Omistliga

En människa kan inte förlora sina rättigheter, inte heller kan man upphöra vara människa. En person kan inte avstå från sina rättigheter ens av egen fri vilja.

Oskiljaktiga

De är beroende av varandra – främjandet av en rättighet har en gynnsam inverkan på tillgodoseendet av andra rättigheter. På motsvarande sätt inverkar kränkningar av de mänskliga rättigheterna ofta negativt på tillgodoseendet av andra rättigheter.

Grundläggande

Endast de rättigheter som anses vara viktigast betecknas som mänskliga rättigheter



INTERNATIONELLA MÄNSKORÄTTSAVTAL

De mänskliga rättigheterna är till för att skydda människor och medför därmed skyldigheter för statsledare, regeringar och tjänstemän. Människorättskonventioner är internationella avtal som staterna ingått. När en stat ratificerar, dvs. slutgiltigt godkänner, bekräftar och sätter i kraft en konvention, förbinder sig staten att ta på sig de skyldigheter som konventionen bestämmer om. Staterna bör respektera och skydda individens rättigheter samt främja tillgodoseendet av rättigheterna i praktiken. Merparten av världens stater har förbundit sig till internationella människorättskonventioner.



FN:S ALLMÄNNA FÖRKLARING OM DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHETERNA (ENG. UNIVERSAL DECLARATION OF HUMAN RIGHTS)

FN antog den allmänna förklaringen om de mänskliga rättigheterna efter andra världskriget år 1948. Förklaringen är den första övergripande listan på mänskliga rättigheter som utarbetats internationellt, och den innehåller 30 artiklar, alltså trettio olika punkter. Till dem hör till exempel rätten till liv, frihet och säkerhet, frihet från slaveri, förbud mot tortyr, rätten till asyl, rätten att ingå äktenskap och bilda familj, åsikts- och yttrandefrihet samt rätten till en rättvis rättegång.

Förklaringen om de mänskliga rättigheterna är bokstavligen en förklaring, och därför inte rättsligt bindande för staterna. Den har dock betydande politiskt och moraliskt inflytande. Allt sedan förklaringen antogs har den utgjort grunden för det internationella systemet för mänskliga rättigheter och för många bindande avtal, däribland FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, konventionen om ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter samt konventionen mot tortyr och annan grym, omänsklig eller förnedrande behandling eller bestraffning. De mänskliga rättigheterna har följaktligen blivit en del av internationell rätt.



RÄTTEN TILL FREDLIGA MÖTEN OCH SAMMANSLUTNINGAR

1. *Var och en har rätt till frihet i fråga om fredliga möten och sammanslutningar.*
2. *Ingen får tvingas att tillhöra en sammanslutning.*

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 20.

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna garanterar oss rätten att samlas och bilda föreningar. Friheten att delta i fredliga sammankomster innebär rätt att sammanträda på offentliga platser för en gemensam sak. Det kan handla exempelvis om möten, strejker eller demonstrationer. Rätten innebär att en person ska kunna delta i fredliga sammankomster tillsammans med andra utan att behöva vara rädd för att bli anhållen eller trakasserad av polisen. Myndigheterna är skyldiga att underlätta ordnandet av fredliga sammankomster och polisen ska garantera såväl demonstranternas som åskådarnas säkerhet.

Frihet i fråga om fredliga möten och sammanslutningar garanteras också i följande avtal:

§ FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 21



RÄTTEN TILL LIV, PERSONLIG FRIHET OCH SÄKERHET

Var och en har rätt till liv, frihet och personlig säkerhet.

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 3.

Vi har alla rätt att leva trygga och fria. Det här innebär att allas rätt till liv bör respekteras och ingen får dödas. Utan rätten till liv finns inga andra mänskliga rättigheter. En människas friheter får begränsas i strikt definierade situationer, till exempel som straff för vissa brott. Stater måste också se till att alla människor kan leva utan rädsla för exempelvis våld eller annan utsatthet.

Rätten till liv, personlig frihet och säkerhet garanteras också i följande avtal:

- § FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 6
- § FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 9



RÄTTEN TILL LIKABEHANDLING OCH FRIHET FRÅN DISKRIMINERING SAMT LIKHET INFÖR LAGEN

Var och en är berättigad till alla de rättigheter och friheter som uttalas i denna förklaring utan åtskillnad av något slag, såsom på grund av ras, hudfärg, kön, språk, religion, politisk eller annan uppfattning, nationellt eller socialt ursprung, egendom, börd eller ställning i övrigt.

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 2.

Vi har alla rätt till jämlikt bemötande. Det innebär att var och en av oss har rätt till alla mänskliga rättigheter, oavsett hur vi ser ut, varifrån vi kommer, vilket språk vi talar, vad vi gör, hur vi tänker eller vem vi älskar. Ingen får diskrimineras på grund av en personlig egenskap. Förbudet mot diskriminering innebär att staten måste se till att dess verksamhet inte direkt eller indirekt diskriminerar någon viss grupp av människor eller orsakar mer skada för vissa människor än för andra. Motsatsen till diskriminering är likabehandling.

För att allas rättigheter ska tillgodoses är det därför viktigt att beakta varje individs utgångspunkter och de möjligheter eller begränsningar dessa medför med avseende på utövandet av rättigheterna. Diskriminerade individer eller grupper kan därmed få hjälp genom särskilda åtgärder, så att de kan utöva sina rättigheter på samma villkor som andra.

Förbudet mot diskriminering garanteras också i följande avtal:

- § FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 26
- § FN:s konvention om ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter, artikel 2



RÄTT TILL FRIHET FRÅN TORTYR OCH ANNAN MISSHANDEL

Ingen får utsättas för tortyr eller grym, omänsklig eller förnedrande behandling eller bestraffning.

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 5.

Vi har alla rätt att leva fria från tortyr eller annan omänsklig behandling. Förbudet mot tortyr är absolut, och får inte frångås under några omständigheter. Tortyr är en allvarlig mänsklig rättsskränkning som orsakar offret kraftig psykisk och/eller fysisk skada, lidande och förödmjukelse. Som tortyr eller annan grym behandling räknas också exempelvis dåliga fängelseomständigheter, att nekas läkarbesök eller nödvändig medicin – eller att tvingas ta medicin.

Förbudet mot tortyr tas också upp i följande avtal:

- § FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 7



YTTRANDE- OCH ÅSIKTSFRIHET

Var och en har rätt till åsiktsfrihet och yttrandefrihet. Denna rätt inrymmer frihet att utan ingripande hysa åsikter samt söka, ta emot och sprida information och idéer med hjälp av alla uttrycksmedel och oberoende av gränser.

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 19..

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna skyddar rätten till yttrande- och åsiktsfrihet. Yttrande- och åsiktsfriheten garanterar oss alla rätten att ha åsikter och uttrycka dem fritt, utan statlig inblandning. Till denna frihet hör rätten att uttrycka åsikter genom demonstrationer eller med hjälp av skrivelser, medier, internet eller konst. Yttrande- och åsiktsfriheten är en viktig rättighet i alla samhällen.

Människorättsavtalen tillåter inskränkningar i yttrandefriheten endast i avgränsade fall. I många länder är till exempel rasistiskt eller annars diskriminerande tal förbjudet i lag. Yttrandefriheten får begränsas endast i sådana situationer där det är nödvändigt. Nödvändiga skäl är till exempel skyddandet av människor eller folkgrupper, nationell säkerhet, den allmänna ordningen, folkhälsan eller moralen.

Yttrande- och åsiktsfriheten garanteras också i följande avtal:

- § FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 19



FÖRBUD MOT GODTYCKLIGT GRIPANDE OCH FÄNGSLANDE

Ingen får godtyckligt anhållas, hållas fängslad eller landsförvisas.

–FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna, artikel 9.

Var och en av oss har rätt att behandlas enligt rättvisa lagar och vår frihet får inte begränsas utan rättsliga grunder. Godtyckliga gripanden eller fängslanden syftar till situationer där en person frihetsberövas eller fängslas utan laglig grund. Också situationer som är tillåtna enligt nationell lagstiftning men som strider mot internationella människorättsnormer anses utgöra godtyckliga gripanden och fängslanden. Det brukar innebära att lagen exempelvis är vag, alltför omfattande eller kränker andra mänskliga rättigheter, så som yttrandefrihet, mötesfrihet, religions- och samvetsfriheten eller principen om ickediskriminering. Ett gripande eller fängslande kan också vara godtyckligt ifall en persons rätt till en rättvis rättegång kränks.

Förbud mot godtyckligt gripande och fängslande garanteras också i följande avtal:

- § FN:s internationella konvention om medborgerliga och politiska rättigheter, artikel 9



A photograph of a social gathering, possibly a party or meeting, with a teal text overlay. The scene is dimly lit with a blueish-purple tint. In the foreground, a woman with long dark hair and glasses is seen in profile, looking towards the left. She is wearing a white t-shirt and has her hands raised in a gesture. In the background, other people are visible, including one person holding a clear plastic bottle. The overall atmosphere is lively and social.

UPPGIFTER



UPPGIFT: VILKA RÄTTIGHETER TILLGODOSES INTE?



Lämpar sig för grupper av alla storlekar



Tid ca 15–20 minuter (beroende på hur du vill utföra övningen)



Vad behöver du? Sammanfattningen av FN:s förklaring om mänskliga rättigheter (s. 28) och personernas berättelser (s. 10–13). Dessa finns också i elevmaterialet på webben¹.

Den här övningen lämpar sig bäst som en del av arbetet med personernas berättelser, innan eleverna börjar skriva brev eller kort. Övningen är tudelad. I den första delen diskuteras berättelserna ur ett etiskt perspektiv och gruppen reflekterar kring hurdana brister som fanns i hur personen eller personerna behandlades. I den andra delen kopplas reflektionerna ihop med artiklarna i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna. Om du vill kan du ha en kortare övning genom att välja någondera del.

En sammanfattning av förklaringen om de mänskliga rättigheterna finns också i elevmaterialet på webben. Förklara att denna uppgift behandlar verkliga människors berättelser. Dela sedan in eleverna i mindre grupper och be dem diskutera i 5–10 minuter en person (eller båda) som figurerar i berättelserna. Ställ följande stödfråga:

På vilket sätt blir personen dåligt behandlad?

Ge deltagarna därefter en lista över de rättigheter som antagits i FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna. Alternativt kan du visa upp listan med en videoprojektor eller dokumentkamera. Be deltagarna gruppvis i 5–10 minuters tid fundera på följande fråga:

Vilka rättigheter i FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna tillgodoses inte för personens del?

Du kan berätta för deltagarna att en del människorättskränkningar skrivs rakt ut i berättelserna. Det är emellertid också möjligt att en del rättigheter inte tillgodoses till följd av att andra rättigheter uteblir. Alla mänskliga rättigheter är beroende av varandra.

Inför genomgången av uppgiften kan du be deltagarna skriva upp vilka saker de identifierat och sedan be dem gå runt och titta på varandras svar. Tillsammans kan ni diskutera till exempel följande frågor:

- Fick andra gruppers svar er att tänka på någon rättighet eller någon sak som ni vill lägga till på er lista?
- Hittar ni någon rättighet som ni tycker att inte borde finnas på listan? Varför inte?
- Varför har ni valt just den här rättigheten eller artikeln?
- Var det svårt att identifiera vilka rättigheter som kränkts?
- Vad bör staten och myndigheterna göra för att den berörda personens situation ska åtgärdas?
- Vad kan vi som grupp göra för att staten i fråga bättre ska respektera de mänskliga rättigheterna, som tillhör alla?

¹ www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/elev/



UPPGIFT: HUR FÖRSVARAS MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER?



Lämpar sig för grupper av alla storlekar



Tid ca 15–20 minuter (beroende på hur du vill utföra övningen)



Vad behöver du? Sammanfattningen över FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna (s. 28), pennor, papper

Avsikten med den här övningen är att hjälpa deltagarna granska sin vardag och sin omgivning med tanke på vilka rättigheter som tillgodoses och vilka som inte gör det, och förstå hur och varför dessa rättigheter försvaras.

Dela in deltagarna i grupper på fyra eller fem, och ge varje grupp ett tomt papper. Be grupperna välja en rättighet som de vill försvara. De kan välja rättigheten ur sammanfattningen av FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna, eller så kan gruppen tänka ut en egen fråga eller rättighet som är viktig för dem i deras vardag.

När grupperna valt sina rättigheter, säg att den rättighet de valt nu fråntas dem. Be grupperna reflektera över följande frågor:

- Hur känns det att förlora en rättighet?
- Varför tycker de att den här rättigheten är viktig eller värd att försvaras?
- Hur kan de själva försvara förverkligandet av denna rättighet i sin egen omgivning eller i sitt eget land?
- Vilka åtgärder kan de vidta för att försvara rättigheten som de har valt? (Tex. ordna en demonstration, blogga, grunda en aktivistgrupp)

Be grupperna skriva ner svaren på papper och be dem presentera sina svar för resten av gruppen.

När grupperna beslutat vilka åtgärder de kunde vidta, be varje grupp kort berätta vilken rättighet de valt, varför de valde just den rättigheten och hur de skulle försvara rättigheten.

Skriv upp de föreslagna åtgärderna, så att alla ser dem. Fråga deltagarna:

- Vem kunde de få stöd av och hur? (T.ex. en lärare, skolans anställda, myndigheterna osv.)
- Hurdana utmaningar kunde eleverna stöta på? Vad eller vem kunde stå i vägen för dem?
- Varför och hur kunde något försvåra deras agerande? Skulle de fortsätta försvara rättigheten trots allt?
- Vad är det värsta som kunde hända dem om de trots allt skulle försvara den valda rättigheten?
- Vad kunde få dem att fortsätta försvara rättigheten i fråga, trots alla svårigheter?

**UPPGIFT: NETH NAHARA, ANGOLA**

Lämpar sig för grupper av alla storlekar



Tid ca 30–60 minuter (beroende på hur du vill utföra övningen)



Vad behöver du? Neth Naharas berättelse (s.8), bakgrundstext om yttrandefrihet (s.9), definitionen av godtyckliga gripanden (s. 18), bilaga: sammanfattning av FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna (s. 15), papper, pennor, pysselmaterial

Avsikten med den här övningen är att behandla yttrandefrihet och se hur den anknyter sig till andra mänskliga rättigheter samt öka empati gentemot personer vars mänskliga rättigheter blivit kränkta.

Observera att uppgiften utgår ifrån att deltagarnas yttrandefrihet inte har begränsats tidigare. Notera ändå att det bland deltagarna kan finnas personer vars egen eller närståendes yttrandefrihet begränsats avsevärt, vilket kan ge upphov till starka emotionella reaktioner. Det är viktigt att beakta dessa deltagares bakgrund och anpassa frågorna och utförandet så att situationen är trygg för alla.

Del 1: Vad betyder yttrandefrihet?

Be deltagarna blunda och reflektera en stund över hur de uttrycker sig, hur de berättar om sina tankar och sina bekymmer. Du kan fråga dem:

- Föreställ dig en situation där du känt oro över något som händer i din omgivning. Har du berättat om dina känslor för någon? Hur? Var? För vem?
- Varför är det viktigt att var och en har möjlighet att uttrycka sig? Vad betyder det för dig personligen?

Be några deltagare berätta om sina tankar. Diskutera om vikten av yttrandefrihet. Berätta att yttrandefrihet handlar om rätten att leta fram, ta emot och dela information och idéer genom olika kanaler. Använd texten på sidan 9 som hjälp.

Fråga deltagarna:

- Hur tror du att ditt liv skulle förändras om du skulle censureras eller din rätt att uttrycka dig skulle begränsas?

Du kan avsluta diskussionen genom att säga till gruppen:

Varje röst är betydelsefull. Alla har rätt att dela med sig av sina tankar, dela information och kräva en bättre värld. Alla har även rätt att hålla med eller vara av annan åsikt än makthavarna och uttrycka sina åsikter under fredliga demonstrationer. Att kunna använda sig av de här rättigheterna utan att någon olagligt blandar sig i är centralt för fria och rättvisa samhällen, där alla får åtnjuta mänskliga rättigheter.

Berätta för deltagarna att ni i övningens andra del bekantar er med en verklig situation där en människas yttrandefrihet har kränkts.

Del 2: Neth Naharas berättelse

Be deltagarna läsa Neths berättelse (s. 8 eller elevens material²) samt sammanfattningen över förklaringen om de mänskliga rättigheterna på sidan 15. Ni kan också läsa Neths berättelse högt eller se på videon om henne³.

Fråga sedan deltagarna

- Fanns det något i berättelsen som ni tyckte var överraskande?
- Vilka mänskliga rättigheter kränktes i Neths berättelse?

² www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/elev

³ www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/material



Berätta att Neth Naharas gripande anses vara godtyckligt. Ta hjälp av definitionen på godtyckligt gripande på s. 18.

Dela deltagarna i par eller små grupper. Be dem reflektera över:

- På vilket sätt påverkar kränkningar av yttrandefriheten andra mänskliga rättigheter?

Be varje par/grupp välja 1–2 rättigheter ur sammanfattningen av FN:s förklaring om de mänskliga rättigheterna och diskutera hur begränsningar i yttrandefriheten påverkar dessa rättigheter.

Gå igenom svaren tillsammans. Nedan finns en rad möjliga diskussionsämnen:

- Hur påverkar begränsningar i yttrandefriheten en människas möjlighet att få information, lära sig och utveckla sig själv?
- På vilket sätt påverkar censur av konst möjligheten att upprätthålla och utveckla kreativt tänkande och kultur?

- På vilket sätt kan begränsningar i yttrandefriheten leda till politiska hemarrester och godtyckliga gripanden och därigenom påverka människors rätt att röra sig fritt?

- Hur kan åtal som baserar sig på religiösa uttryck kränka rätten till åsikts-, samvets- och religionsfriheten?

- Hur kränker statlig övervakning av yttrandefriheten människors rätt till privatliv?

Deltagarna kan också hitta på andra exempel.

Om ni har tid, reflektera tillsammans:

- Hittar du överraskande samband mellan yttrandefrihet och andra rättigheter?
- Vilka känslor väckte Neths berättelse och varför?

Del 3: Rätten att vara kreativ

Neth Nahara är Tiktok-influencer, konstnär och sångerska. I den här delen kan deltagarna hitta på olika sätt att hitta sätt att demonstrera för henne.

Deltagarna kan välja vilka kreativa sätt som helst. Det kan handla om inlägg på sociala medier, affischer, att skriva dikter eller sånger, eller exempelvis att planera en Tiktok-video.

Be deltagarna fundera på

- Vilken typ av budskap skulle du gå ut med?
- Vem skulle du rikta ditt budskap till?

Deltagarna kan inkludera tankar om yttrandefrihet i sina meddelanden; de kan dela Neths berättelse eller vädja till myndigheterna i Angola och kräva rättvisa för Neth.

Om det finns tid kan du avsluta det här avsnittet genom att be deltagarna visa upp sina alster. Om ni vill kan ni hänga upp dem på väggen.

**UPPGIFT: KYUNG SEOK PARK, SYDKOREA**

Lämpar sig för grupper av alla storlekar



Tid ca 30–60 minuter (beroende på hur du vill utföra övningen)



Vad behöver du? Kyung Seok Parks berättelse (s.10), bilagan om FN:s funktionshinderkonvention (s.28), papper, pennor, pysselmateriäl



Avsikten med den här övningen är att bekanta sig med mötesfrihet och rättigheterna för personer med funktionsnedsättning samt lära känna igen vad som kan hindra dessa rättigheter från att uppfyllas.

Vänligen notera att uppgiften behandlar diskriminering, polisens våldsanvändning och marginaliseringen av personer med funktionsnedsättning. Det är bra att vara medveten om att människor kan ha olika typer av funktionsnedsättningar och alla av dem är inte synliga. Uppgifternas diskussioner kan väcka starka reaktioner hos människor som berörs personligen. Därför är det viktigt att skapa en så trygg omgivning som möjligt där deltagarna kan uttrycka sina känslor och få stöd vid behov.

Del 1: Rättigheterna för personer med funktionsnedsättning

Inled lektionen med att kort diskutera rättigheterna för personer med funktionsnedsättning och varför det är viktigt att tala om dem. Du kan använda dig av följande frågor för att skapa diskussion:

- Vad vet du om de utmaningar som personer med funktionsnedsättning stöter på i sin vardag?
- Kan personer med funktionsnedsättning åtnjuta mänskliga rättigheter på samma sätt som andra människor?
- Hur förverkligas rättigheterna för personer med funktionsnedsättning i kollektivtrafiken, i skolbyggnader eller i offentliga utrymmen över lag?

Dela in gruppen i par eller i mindre grupper. Be deltagarna reflektera över sin vardag, sina hobbyer, sin fritid och så vidare.

- Vilka typer av hinder eller utmaningar kan de notera att påverkar vardagen för personer med funktionsnedsättning och hur dessa kan röra sig?

Diskutera svaren tillsammans och skriv upp dem så att gruppen kan se och använda dem i samband med en senare uppgift.

Fråga deltagarna hur många som har hört om FN:s funktionshinderkonvention.

Berätta att konventionen är en av många internationella människorättsavtal och dess syfte är att skydda rättigheterna för personer med funktionsnedsättning och deras människovärde. Dela bilagan om konventionen på sidan 28.

Del 2: Kyung Seok Parks berättelse

Läs tillsammans Kyung Seok Parks berättelse (s.10 eller elevens material⁴), eller titta på videon om Kyung Seok Park⁵. Diskutera följande frågor

- Vad motiverade Kyung Seok att bli aktivist?
- Vilken typ av diskriminering hade han blivit utsatt för?
- Hur reagerade myndigheterna på Kyung Seoks och de andra aktivisternas demonstration?
- På vilket sätt skapar Kyung Seoks agerande förändring?

⁴ www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/elev

⁵ www.amnesty.fi/sv/brevmaraton-for-skolor/material



Berätta att Amnesty International har dokumenterat och rapporterat om polisens missbruk av maktmedel mot fredliga demonstrationer runtom i världen. Fråga deltagarna:

- Hur påverkas medborgarrörelser som jobbar för rättigheterna för personer med funktionsnedsättning ifall polisen kväser demonstrationer?

Diskutera era slutsatser tillsammans. Uppmuntra gruppen att fundera vilken inverkan polisens missbruk har på aktivister, hur missbruk av maktmedel kan skrämman människor från att delta i eller stödja demonstrationer och vilken inverkan offentliga ställningstaganden kan ha när det gäller att pressa regeringar till att respektera allas mänskliga rättigheter.

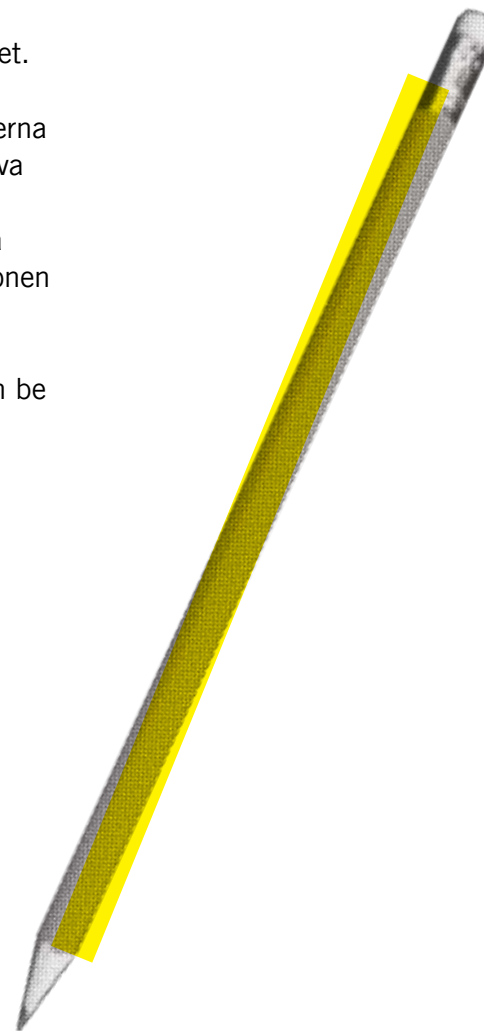
Del 3: Hur ser delaktighet ut för personer med funktionsnedsättning i Finland?

Dela in deltagarna i mindre grupper och ge varje grupp ett stort pappersark och tuschar. Be grupperna välja en del av sina liv, så som skolan, arbetsplatsen, hemmet eller kollektivtrafiken.

Varje grupp får i uppgift att fundera hur ett samhälle där alla tas i beaktande ser ut, och vad som behövs för att personer med funktionsnedsättning ska kunna delta överallt i samhället.

Be deltagarna lista faktorer på papper. Grupperna kan skriva, rita eller ange svar på andra kreativa sätt. Du kan lyfta fram saker ni skrivit ner i uppgiftens första del. Deltagarna kan också ta hjälp av bilagan med funktionshinderkonventionen på s.28.

Låt varje grupp introducera sina slutsatser och be dem berätta hur deras lösningar bidrar till att respektera rättigheterna för personer med funktionsnedsättning.



UPPGIFTERNAS BILAGOR





SAMMANFATTNING AV FN:S ALLMÄNNA FÖRKLARING OM DE MÄNSKLIGA RÄTTIGHETERNA



MEDBORGERLIGA RÄTTIGHETER OCH FRIHETER

Rätt till liv, frihet från tortyr och slaveri, åsikts- och religionsfrihet, rätt till icke-diskriminering.

1. Alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter
2. Förbud mot diskriminering
3. Rätt till liv, frihet och personlig säkerhet
4. Förbud mot slaveri och tvångsarbete
5. Förbud mot tortyr
6. Rätt till nationalitet



LAGLIGA RÄTTIGHETER

Oskyldig tills motsatsen bevisats, rätten till rättvis rättegång och förbud mot godtyckligt anhållande, häktning eller landsförvisning.

7. Rätt att erkännas som en person i lagens mening
8. Likhet inför lagen
9. Rätt till verksam hjälp mot rättighetskränkningar
10. Förbud mot att godtyckligt anhållas, hållas fängslad eller landsförvisas
11. Rätt till rättvis rättegång
12. Oskyldig till dess att skuld lagligen har fastställts vid en offentlig rättegång
13. Rätt till asyl



SOCIALA RÄTTIGHETER

Rätt till utbildning, rätt att bilda familj, rätt till hälsovård och fritid.

14. Rätt till skydd för privat- och familjelivet
15. Rätt att fritt förflytta sig och välja bostadsort inom statens gränser
16. Rätt att ingå äktenskap och bilda familj
17. Rätt till vila och fritid
18. Rätt till utbildning



EKONOMISKA RÄTTIGHETER

Rätt att äga egendom, rätt till arbete, bostad och tillräcklig levnadsstandard.

19. Rätt att äga egendom
20. Rätt till social trygghet
21. Rätt till arbete
22. Rätt till en tillräcklig levnadsstandard



POLITISKA RÄTTIGHETER

Rätt att delta i politiskt beslutsfattande, rätt till frihet i fråga om fredliga möten och sammanslutningar.

23. Rätt till tankefrihet, samvetsfrihet och religionsfrihet
24. Rätt till åsiktsfrihet och yttrandefrihet
25. Rätt till frihet i fråga om fredliga möten och sammanslutningar
26. Rätt att delta i offentlig verksamhet och politiskt beslutsfattande



KULTURELLA RÄTTIGHETER

Rätt att delta i samhällets kulturella liv.

27. Rätt att delta i samhällets kulturella liv
28. Rätt till ett internationellt system där dessa rättigheter och friheter till fullo kan förverkligas
29. Skyldighet att respektera andras rättigheter
30. Inga rättigheter som anges i förklaringen får omintetgöras



BILAGA: FUNKTIONSHINDERKONVENTIONEN

FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, eller funktionshinderkonventionen, är ett viktigt internationellt avtal. Dess mål är att främja, skydda och se till att personer med funktionsnedsättning kan åtnjuta sina mänskliga rättigheter på lika villkor. Avtalet har förändrat hur man ser på personer med funktionsnedsättning och stöder dem. Dess centrala mål är att trygga de mänskliga rättigheterna och människovärdet för målgruppen.

Avtalet tar upp flera viktiga mänskliga rättigheter, så som:

Tillgänglighet

Personer med funktionsnedsättning bör få information på ett sätt som de kan förstå och få röra sig i tillgängliga omgivningar för att kunna leva självständigt och ta del av alla områden i samhället.

Jämlikhet inför lagen

Personer med funktionsnedsättning bör få åtnjuta samma mänskliga rättigheter som den övriga befolkningen. De bör behandlas lika inför lagen. Personer med funktionsnedsättning har också rätt till rimliga anpassningar, så som en personlig assistent, för att kunna vara fullt delaktiga i samhället.

Rätt till självständigt boende och delaktighet i gemenskaper

Personer med funktionsnedsättning har rätt till stöd som möjliggör att de kan bo självständigt och delta i alla livsområden.

Utbildning

Personer med funktionsnedsättning har rätt till högklassig, avgiftsfri och inkluderande utbildning på grundläggande och andra stadiet, och de får inte lämnas utanför utbildningssystemet.

Hälsa

Personer med funktionsnedsättning har rätt att få hälsovård i anknytning till sin funktionsförmåga, samt till samma sjukvårdstjänster som övriga medlemmar i samhället.

Arbete

Personer med funktionsnedsättning har rätt till sysselsättning på samma villkor som den övriga befolkningen.

Deltagande i politiskt och offentligt liv

Personer med funktionsnedsättning har rätt att delta i politiskt och offentligt liv, till exempel att grunda eller gå med i exempelvis medborgarorganisationer.

Kultur idrott och fritid

Personer med funktionsnedsättning har rätt att njuta av alla former av kultur. Här ingår möjligheten att komma in på teatrar och biosalonger, museer, bibliotek och turistmål.

Frihet från utnyttjande, våld och misshandel

Personer med funktionsnedsättning bör skyddas från alla typer av utnyttjande, våld och misshandel. Det här kräver exempelvis att lagar och praxis formas så att myndigheter kan känna igen, utreda och åtala personer som gör sig skyldiga till brott mot målgruppen.



**SÅ HÄR SKRIVER VI BREV
OCH SOLIDARITETSHÄLSNINGAR**



ANVISNINGAR FÖR ATT SKRIVA BREV

Det är bra att reservera minst 25 minuter för brevskrivandet. Ofta har eleverna inte tidigare skrivit brev av den här typen. Vi har sammanställt följande anvisningar för att underlätta uppgiften. Man behöver ändå inte ta instruktionerna alltför bokstavigt. Viktigast är att eleverna skriver brevet på ett sätt som känns naturligt för dem. Personliga meddelanden har ofta den största inverkan.

Observera att man i breven ska använda sig av ett sakligt och respektfullt språk.

Så här skriver du ett effektivt appellbrev för mänskliga rättigheter:

1. För fram följande i ditt brev:

- För vem skriver du?
- Vad har hänt personen i fråga?
- Varför har det som hänt kränkt personens mänskliga rättigheter?
- Vad kräver du att ska göras för att situationen blir bättre?

2. Använd en **respektfull och lugn ton** i ditt brev. Kränkningar av de mänskliga rättigheterna känns ofta absurda, men vi vill tas på allvar. Respektera brevets mottagare.

3. Använd dig av Amnestys **anvisningar och information** om den hotade individen eller gruppen i brevet. Fakta hjälper läsaren att känna igen det fall du skriver om.

4. Använd **din egen röst**. Våra krav får större inverkan om många olika människor för fram dem ur sitt eget perspektiv. I ditt brev kan du hänvisa till något som hänt i ditt eget liv, så som ”Som mamma till två barn vet jag ...” eller ”Som studerande upplever jag att ...”. För fram Amnestys krav genom vad du själv känner och tycker.

5. Motivera dina krav med hänvisning till **internationell rätt**, inte till politiska åsikter. De mänskliga rättigheterna grundar sig på folkrätten och internationella avtal samt skyldigheterna som följer av dem. Det är inte effektivt att lägga fram politiska påståenden eller argument. Tvärtom kan de ibland vara till mer skada än till nytta.

6. Berätta hur människorättssituationen kunde **förbättras**. Du kan till exempel hänvisa till sådana traditioner i landet som kan främja tillgodoseendet av de mänskliga rättigheterna. Försök uppmuntra läsaren att stödja de mänskliga rättigheterna.

7. Visa **personligt intresse** för det land som du skriver till. Om du har besökt landet eller bekantat dig med dess kultur eller historia kan du berätta om det. Undvik att jämföra Finland med mottagarens land. Människorättskränkningar sker överallt i världen, och därmed är jämförelser inte konstruktiva.

8. Håll ditt brev **kort och koncist**. De flesta appellbrev ryms på en sida. Också ett brev på två eller tre meningar kan vara mycket effektivt.

9. **Underteckna** brevet med ditt eget namn. Du kan också skriva med bara förnamnet. Du kan även skriva ut namnet på din skola och dess kontaktuppgifter i brevet.

10. Det kan hända att **du får svar** på ditt brev. Vi önskar att du skickar en kopia av svaret till oss på Amnesty till adressen Sanduddsgatan 7 A, 00100 Helsingfors.



VANLIGA FRÅGOR



VANLIGA FRÅGOR

Varför ska jag skriva till just de här personerna?

Den här gången ber vi dig skriva till Angolas president och Seouls borgmästare i Sydkorea. Enligt Amnestys utredningar har dessa personer en nyckelroll när det gäller att åstadkomma förändringar i sina länder.

Hur mycket måste jag berätta om mig själv i brevet? Är det farligt att underteckna breven? Kan staten dit jag skickat mitt brev förhindra att jag reser till landet?

Du får själv avgöra vad du vill berätta om dig själv. Genom att ange ditt namn visar du att brevet är äkta och personligt. Om du vill kan du skriva med bara förnamnet.

Tusentals Amnesty-anhängare undertecknar brev utan problem. Om du som privatperson eller i ditt arbete har nära kontakter med mållandet kan du för säkerhets skull låta bli att skriva brev till landet i fråga.

Ska jag nämna Amnesty International i mitt brev?

Du får själv bestämma om du vill skriva som privatperson eller som en del av Amnestys internationella kampanj.

Borde jag skriva mitt brev för hand?

Både datorskriven och handskrivna text går bra. Det viktigaste är att du skriver brevet och skickar det, om du vill.

Borde jag skriva på ett främmande språk?

Vi uppmuntrar dig att skriva på ett främmande språk. Om det känns svårt kan du också skriva på ditt modersmål. Exempelbrevet (s.34–35) och ordlistan (s.39) hjälper dig att skriva på ett främmande språk.

Vad händer efter att brevet skickats i väg?

Ibland får breven ett svar, men det kan också hända att just ditt brev inte får svar. Ditt brev är ändå viktigt. Om du får svar ber vi dig skicka en kopia på svaret till Amnesty International.

Hur kan jag i fortsättningen få information om de människor som vi skriver för?

Amnesty Internationals finländska sektion skickar ett tackbrev till skolorna under år 2025. Där berättar vi hur stort deltagandet i brevskrivar-maraton blev och vilken inverkan kampanjen haft.

Vad kostar det att posta brevet?

Breven och korten skickas till Amnesty Internationals kontor i Finland som vidarebefordrar dem till ansvariga myndigheter och berörda parter. Du kan skicka breven och korten avgiftsfritt (alltså utan frimärke) till Amnesty genom att skriva följande adress på kuvertet:
Skolornas brevmaraton, Amnesty International,
Försändelsekod 5007696,
00003 Svarsförsändelse.

Du kan också ladda upp era meddelanden elektroniskt ifall er skola använder en molnbaserad tjänst. Skicka länken till tjänsten per e-post till emma.aman@amnesty.fi.



DETALJERAT EXEMPELBREV

Det här exemplet kan användas som modell för appellbrevet.

1. Mottagarens officiella titel och adress
2. Brevets datum
3. Formell hälsning
4. Inledning som anger brevets syfte
5. Åtgärder och följder som skribeten önskar sig se
6. Nogrann beskrivning av åtgärder för att uppnå målen
7. Respektfull avslutningsfras
8. Din underskrift – den kan ha större betydelse än du tror!

- 1 H.E. Hun Sen Prime Minister Kingdom of Cambodia 2 9 May 2012
41 Russian Federation Blv
Phnom Penh
Cambodia
- 3 Dear Prime Minister,
- 4 I am writing to express my grave concern regarding the arbitrary arrest and mistreatment of 13 women human rights defenders in Phnom Penh on May 22, 2012.
- 5 I respectfully urge the Cambodian government to vacate these convictions and release these 13 women, who have been imprisoned solely for expressing their views and engaging in peaceful assembly.
- 6 I call on the Cambodian government to unconditionally release these women immediately. Finally, I ask the Cambodian government to take the necessary steps to protect the fundamental rights to freedom of expression and peaceful assembly in Cambodia.
- Thank you for your attention to these urgent matters.
- 7 Sincerely,
- 8 Alex Citizen

**EXEMPELMENINGAR:**

I am concerned...

–Jag är oroad över...

As a young person myself...

–Som en ung person...

EXEMPELMENINGAR:

I feel that the human rights of Ana da Silva Miguel are not respected because...

–Jag anser att Ana da Silva Miguels rättigheter inte respekteras eftersom...

NOTERA!

I brevet till Angolas president används det officiella namnet på Neth Nahara, alltså **Ana da Silva Miguel.**

APPELLBREV FÖR NETH NAHARA

President of Angola
Palácio Presidencial
Cidade Alta
Rua 17 de Setembro
Luanda
Angola

Ditt namn

(Här kan du skriva adressen till din skola eller namnet på din grupp)

Ers excellens / Your Excellency,

1. Skriv något som gör brevet personligt. Du kan berätta varför du är oroad för Ana da Silva Miguel, som också är känd som Neth Nahara. Du kan också berätta något om dig själv.
2. Berätta om Neth Naharas dåliga bemötande. Du kan också berätta varför du tycker att hennes rättigheter inte respekteras.
3. Berätta att du vill att myndigheterna i Angola ... frigör Ana da Silva Miguel omedelbart och utan villkor, eftersom hennes dom och godtyckliga gripande endast beror på att hon fredligt utövat sina mänskliga rättigheter, inklusive yttrandefrihet.

Högaktningsfullt/
Yours Sincerely,

Ditt namn

KRAVEN PÅ ENGELSKA

Ana da Silva Miguel is immediately and unconditionally released, since her conviction and ongoing arbitrary detention stem solely from the peaceful exercise of her human rights, including the right to freedom of expression.

**APPELLBREV FÖR KYUNG SEOK PARK**

Mayor of Seoul
 6F, Seoul Metropolitan Government
 110 Sejong-daero
 Jung-gu
 Seoul 04524
 Republic of Korea

Ditt namn
 (Här kan du skriva adressen
 till din skola eller namnet på
 din grupp)

EXEMPELMENINGAR:***I am concerned...****-Jag är oroad över...****As a young person myself...****-Som en ung person...***EXEMPELMENINGAR:*****I feel that the human rights of
 Kyung Seok Park are not
 respected because...****-Jag anser att Kyung Seok Parks
 rättigheter inte respekteras
 eftersom...*

Ärade borgmästare i Seoul, / Dear Mayor of Seoul,

1. Skriv något som gör brevet personligt. Du kan berätta varför du är oroad över det sätt som Kyung Seok Park och personer med funktionsnedsättning bemöts. Du kan också berätta något om dig själv.
2. Berätta i ditt meddelande om Kyung Seok Parks arbete och varför du tycker det är viktigt. Du kan också berätta varför du tycker att Kyung Seoks rättigheter inte respekteras.
3. Berätta att du vill att borgmästaren i Seoul... garanterar medborgarnas rätt till fredliga sammankomster genom att stoppa olaglig våldsanvändning och rättsliga straff mot Kyung Seok Park och aktivisterna i organisationen SADD. De måste få föra kampanj för en värld där personer med funktionsnedsättning kan delta fullt ut i samhället.

KRAVEN PÅ ENGELSKA

ensure the right to freedom of peaceful assembly by stopping the use of unlawful force against Kyung Seok Park and SADD activists, dropping all litigation against them, and ending the media smear campaign so activists may continue campaigning for a world where people with disabilities can fully participate in all aspects of life.

Högaktningsfullt/
 Yours Sincerely,

Ditt namn



ANVISNINGAR FÖR SOLIDARITETSHÄLSNINGAR

Solidaritethälsningarna skickas direkt till personer som upplevt kränkningar av sina mänskliga rättigheter. Avsikten är stötta dem och berätta att vi tänker på dem. Många av personerna som tidigare fått hälsningar har berättat att meddelandena gett dem mod och hopp i svåra situationer.

Eftersom hälsningarna är avsedda att stötta och uppmuntra mottagarna är det önskvärt att skriva på något av de språk som nämns i anvisningarna. Språkrekommendationen är ändå inte absolut – uppmuntrande hälsningar kan också skrivas på svenska eller något annat språk; huvudsak är att de skrivs.

Ifall solidaritethälsningarna känns svåra att skriva kan ni tillsammans i klassen fundera på vad ni vill säga. Du kan ställa eleverna följande frågor och skriva upp svaren på tavlan:

- Vad kunde få mottagaren att känna sig starkare?
- Hur kunde ni genom er hälsning visa att ni stöder mottagaren?
- Hur kunde ni i er hälsning berätta att ni tycker att det är viktigt att respektera de mänskliga rättigheterna?
- Hur kunde ni visa ert stöd och ge hopp med hjälp av ord, bilder eller fotografier?

I hälsningen kan man också berätta om sitt eget liv och varför man tycker att det är viktigt att stötta personen. Under kampanjens gång får målpersonerna tiotusentals hälsningar och många försöker läsa dem alla. Vill du skilja dig ur mängden lönar det sig att skriva på ett modigt och personligt sätt.

När ni skriver solidaritethälsningar kan ni antingen använda färdiga mallar som ni fått av Amnesty eller pyssla ihop egna kort. Utöver text får ni gärna använda bilder, färger, klistermärken – bara fantasin sätter gränser.





SOLIDARITETSHÄLSNING TILL NETH NAHARA

ENGELSKA

Lots of strength, Neth. I hope you get out of prison soon. You are strong for exercising your right to freedom of expression and I hope you can continue expressing yourself without fear.

I'm rooting for your freedom. You could have remained silent, but you preferred to speak out and exercise your right to freedom of expression. May you leave prison with your head held high and with the same courage.

PORTUGISISKA

Muita força Neth. Desejo que você saia da prisão o mais rápido possível. Você foi forte por exercer seu direito de liberdade de expressão e desejo que você continue se expressando sem medo.

Estou a torcer pela sua liberdade. Você poderia ter calado, mas você preferiu falar e exercer seu direito de liberdade de expressão. Que você saia da prisão de cabeça erguida e com a mesma coragem.

SVENSKA

Jag skickar dig mycket styrka, Neth. Jag hoppas att du kommer ut ur fängelset snart. Du är stark som använder dig av din yttrandefrihet. Ja hoppas du kan fortsätta uttrycka dig utan att vara rädd.

Jag håller tummarna för att du friges. Du kunde ha hållit tyst men du talade hellre rakt ut och använde din rätt till yttrandefrihet. Jag hoppas att du får lämna fängelset med högt huvud och samma mod.

ATT NOTERA

Visa Neth att hon inte är ensam. Skriv en solidaritetshälsning för att stötta henne.

Neth talar **engelska** och **portugisiska**, hon gillar att dansa och sjunga. Du kan till exempel rita en mikrofon eller Neth med hennes två barn (en femårig pojke och tvåårig flicka). Var kreativ!

Använd också Neths officiella namn, **Ana da Silva Miguel**, för att meddelandet ska hitta fram till rätt person i fängelset.



SOLIDARITETSHÄLSNING TILL KYUNG SEOK PARK



ENGELSKA

KOREANSKA

SVENSKA

Hello Park Kyung Seok

박경석님 안녕하세요

Hej Park Kyung Seok

Greetings from Finland!

핀란드에서 인사드립니다!

Hälsningar från Finland! (den här hälsningen kan bara användas i början av ett meddelande)

We support you!

당신을 응원합니다!

Vi står vid din sida!

Thank you for your work.

수고해주셔서 감사합니다.

Tack för ditt arbete.

Don't lose your hope, continue your work.

용기를 잃지 말고 앞으로도 힘내세요.

Förlora inte ditt mod och fortsätt agera också i framtiden.

We are thinking of you!

당신을 생각하고 있습니다!

Vi tänker på dig!

We deeply appreciate your courage and dedication.

당신의 용기와 헌신에 깊이 감사드립니다.

Vi har stor uppskattning för ditt mod och ditt engagemang.

Your efforts are changing the world

당신의 노력이 세상을 바꾸고 있습니다.

Ditt arbete förändrar världen.

Park Kyung Seok, you are the best!

박경석 대표님 정말 멋지십니다!

Park Kyung Seok, du är bäst!

Always stay strong!

항상 힘내세요!

Var alltid stark!

ATT NOTERA

Skriv, teckna eller pyssla ihop ett hoppningivande och uppmuntrande meddelande till Kyung Seok Park och de andra SADD-aktivisterna där du visar respekt och uppskattning för dem.

I Sydkorea tilltalas personer med släktnamnet först. Skriv alltså Park Kyung Seok eller 박 경석 i dina meddelanden. Skriv inte namnet i rött eller en liknande färg – i koreansk kultur betyder det att man önskar personen död.

**ORDLISTA SVENSKA – ENGELSKA**

Appell *Petition*

Berättigande, grund *Justification*

Borgmästare *Mayor*

Definiera *Define*

Delta *Participate*

Fattigdom *Poverty*

FN (Förenta nationerna) *UN (United Nations)*

FN:s funktionshinderkonvention

United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities (CRPD)

FN:s allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna

United Nations Universal Declaration of Human Rights (UDHR)

FN:s konvention om medborgerliga och politiska rättigheter

The International Covenant on Civil and Political Rights (ICCPR)

Frihet från diskriminering *Freedom from discrimination*

Förbud mot tortyr *Prohibition of torture*

Godtyckligt gripande/fångslande *Arbitrary arrest/detention*

Gripa *Arrest*

Internationell rätt, folkrätten *International law*

Jämlikhet *Equity*

Jämställdhet *Equality*

Konventionen om ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter

The International Covenant on Economic, Social and Cultural Rights (ICESCR)

Kritisera *Criticize*

Kränkande behandling *Mistreatment*

Kräva, vädja *Call on*

Kväsa *Repress*

Missnöje *Discontent*

Mänskliga rättigheter *Human rights*

Människorättskränkning *Human rights violation*

Människorättsförsvarare *Human rights defender*

Människorättskonvention *Human rights treaty*

Mötesfrihet *Freedom of assembly*

Omedelbart *Immediately*

Plikt *Responsibility, obligation*

Regering *Government*

Rätt, rättvisa *Justice*

Rätten till hälsa *Right to health*

Rätten till likhet inför lagen *Right to equal protection of the law*

Rätten till liv *Right to life*

Rätten till personlig frihet och säkerhet *Right to personal liberty and security*

Rättvis rättegång *Fair trial*

Skydda *Protect*

Solidaritet *Solidarity*

Straffa *Convict*

Svartmålningskampanj *Smear campaign*

Uppmana *Urge*

Uttrycka *Express*

Verkställa, genomföra *Enforce*

Vädja *Appeal*

Yttrande- och åsiktsfrihet *Freedom of expression*

VÅRA ORD KAN
FÖRÄNDRA VÄRLDEN.

AMNESTY
INTERNATIONAL

